

**HUBUNGAN ANTARA *SIBLING RIVALRY* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA SISWA KELAS VII  
SMP NEGERI 12 SEMARANG**

**Rada Gusti Pertiwi**  
**15010114120078**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**ABSTRAK**

*Psychological well-being* adalah sikap positif individu pada dirinya dan orang lain, otonomi/mandiri, menciptakan dan mempertahankan lingkungan yang bermanfaat, memiliki tujuan dalam hidup dan membuat hidup lebih bermakna, serta berusaha mengembangkan potensi yang dimiliki. *Sibling rivalry* adalah persaingan, kecemburuan dan kebencian antara saudara kandung yang muncul setelah kelahiran anggota baru dalam keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *sibling rivalry* dan *psychological well-being* pada siswa SMP Negeri 12 Semarang. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 12 Semarang yang memiliki saudara kandung. Populasi berjumlah 251 siswa dengan sampel penelitian berjumlah 153 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Alat ukur menggunakan skala *psychological well-being* (36 aitem,  $\alpha = 0,902$ ) dan skala *sibling rivalry* (31 aitem,  $\alpha = 0,905$ ). Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *sibling rivalry* dengan *psychological well-being*, dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = -0,522$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Artinya, semakin tinggi *sibling rivalry* maka semakin rendah *psychological well-being* siswa, begitu juga sebaliknya, semakin rendah *sibling rivalry* maka semakin tinggi *psychological well-being* siswa. *Sibling rivalry* memberikan sumbangan efektif sebesar 27,3% terhadap *psychological well-being*. Sedangkan sebesar 73,7% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

***Kata kunci:* Sibling Rivalry, Psychological Well-being, Siswa Kelas VII**

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kesejahteraan masyarakat Indonesia terus mengalami kenaikan dari tahun ketahun, hal ini dapat dilihat dari meningkatnya Indeks Pembangunan Manusia (IPM) dari 68,9 pada tahun 2014 meningkat menjadi 70,79 pada tahun 2017 sementara terjadi penurunan pada angka kemiskinan dari 11,25% pada tahun 2014 menjadi 10,64% pada tahun 2017 (Tribunnews, 2017). Namun sayangnya, kesejahteraan masyarakat Indonesia di tingkat ASEAN masih berada pada posisi ke lima setelah Malaysia yang berada di posisi ke tiga. Hal ini membuktikan bahwa kondisi kesejahteraan di Indonesia masih tertinggal dibandingkan negara tetangga seperti Singapura, Malaysia, dan Thailand (Viva.com, 2016).

Kesejahteraan adalah keadaan ketika seseorang merasakan kebahagiaan dalam kehidupan serta dapat terlibat perilaku sosial sehari-hari (Synder, Lopez & Pedrotti, 2011). Waterman (dalam Synder, Lopez & Pedrotti, 2011), mengatakan bahwa individu yang mencari kesejahteraan dapat hidup sesuai dengan kebutuhan dirinya.

Kesejahteraan psikologis dalam ilmu psikologi dikenal dengan istilah *psychological well-being*. Ryff, Keyes dan Shmotkin (2002), menjelaskan *psychological well-being* adalah sikap positif individu pada dirinya dan orang lain, dapat mengambil keputusan dengan baik, menciptakan dan mempertahankan lingkungan yang bermanfaat, memiliki tujuan dalam hidup dan dapat membuat hidup

lebih bermakna, serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan potensi yang dimiliki. *Psychological well-being* berfokus pada keadaan kesejahteraan mental individu yang berasal dari kebahagiaan, penemuan makna hidup, emosi positif, penerimaan diri, penilaian yang baik pada lingkungan sekitar, dan kemampuan untuk menjalani hidup yang lebih baik (Pluess, 2015).

*Psychological well-being* terdapat pada semua kalangan salah satunya yaitu remaja. Pada saat memasuki masa remaja terjadi banyak perubahan baik secara fisik, psikososial, kognitif, dan sosioemosi (Santrock, 2007). Pada tahap remaja inilah individu mengalami peran dan tanggungjawab baru yang berkaitan dengan tugas perkembangan dalam hidup (Hurlock, 2010). Peran dan tanggungjawab baru tersebut menyebabkan tuntutan pada remaja semakin besar. Jika berbagai tuntutan dapat dipenuhi dengan baik maka akan memberikan dampak yang baik pada remaja. Akan tetapi ketika remaja tidak memenuhi tuntutan yang ada dan tidak dapat melaksanakan perannya dengan baik, maka akan timbul permasalahan-permasalahan pada tahap perkembangan (Upton, 2012). Permasalahan tersebut antara lain adalah kenakalan remaja seperti narkoba, merokok, *free sex*, tawuran, pencurian, dan berbagai tindakan kriminal lainnya yang menyimpang dari norma-norma yang ada dimasyarakat (Unayah & Sabarisman, 2015).

Berdasarkan data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2011 sampai tahun 2014 terjadi peningkatan angka kekerasan remaja yang signifikan. Tahun 2011 terjadi 2.178 kasus kekerasan, dan terus meningkat dari tahun ke tahun hingga menjadi 5.066 kasus pada tahun 2014 (PKBIJateng, 2016). Sementara

berdasarkan hasil survei Badan Narkotika Nasional (BNN) tahun 2004 terhadap 13.710 responden, didapati anak usia 8 hingga 10 tahun telah menggunakan narkoba dengan jenis bervariasi berupa pil penenang, ganja dan morfin. Secara keseluruhan, penelitian BNN ini menyimpulkan bahwa rata-rata orang menggunakan narkoba pertama kali pada usia 15 tahun. Pada tahun 2006, BNN kembali melakukan penelitian yang mengungkap sebanyak 8.500 siswa sekolah dasar di Indonesia mulai mengonsumsi bahkan sudah kecanduan narkoba dalam satu tahun terakhir. Dibandingkan tahun 2004, data tahun 2006 menunjukkan kenaikan angka penggunaan narkoba pada anak dan remaja lebih dari seratus persen (dalam Unayah & Sabarisman, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Prabowo (2016), menyatakan bahwa remaja memiliki *psychological well-being* yang baik cenderung dapat mengontrol lingkungan sesuai dengan kebutuhan dirinya, mampu ketika diberikan tanggungjawab dan dapat memanfaatkan kesempatan dalam lingkungan dengan efektif. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Akthar dan Boniwell (2010), mengungkapkan bahwa *psychological well-being* dapat membantu remaja dalam menumbuhkan emosi positif yang ada dalam dirinya, dapat merasakan kepuasan hidup dan kebahagiaan dengan melakukan kegiatan yang positif, dapat mengurangi depresi, serta perilaku negatif pada remaja. Sementara itu, remaja dengan *psychological well-being* yang rendah jarang merasakan kebahagiaan, memiliki *self efficacy* yang rendah serta tingkat depresi yang tinggi (Flouri & Buchanan dalam Cripps & Zyromski, 2009).

Remaja membutuhkan *psychological well-being* dalam kesehariannya. Hal ini karena menurut penelitian dari Amanto (dalam Muqhniy & Amna, 2016), remaja dengan *psychological well-being* tinggi dapat memengaruhi ketika berada dalam lingkungan sosial seperti dapat mengembangkan hubungan yang baik dengan orang lain, dapat mengasah dan mengembangkan kemampuan yang dimiliki, serta membuat remaja dapat menerima segala kekurangan dan kelebihan dalam dirinya. Menurut Khan, Taghdisi, dan Nourijelyani (2015), pada usia 12 tahun, *psychological well-being* pada remaja mulai berkembang yang ditandai dengan mulai terlibat dalam kegiatan-kegiatan sosial, memiliki empati, dapat mengolah emosi dengan baik serta memiliki tanggung jawab yang tinggi.

Salah satu lingkungan sosial yang berpengaruh bagi remaja adalah lingkungan sekolah yang merupakan elemen penting dalam proses perkembangan individu dan pengembangan karir di masa mendatang (Papalia, Olds, & Feldman, 2009). Selain itu, sekolah juga merupakan sarana pembelajaran mengenai pengetahuan tentang peran sosial dan norma yang berlaku di masyarakat (Nantiasia, 2010). Sebagai seorang remaja, tentunya tidak dapat terhindar dari tuntutan-tuntutan akademik. Individu akan berupaya untuk memenuhi tuntutan akademik yang diberikan padanya, akan tetapi terkadang individu merasa kesulitan ketika tugas-tugas yang diberikan terlalu sulit untuk diselesaikan. Menurut Shahmohammadi (2013), tuntutan dan harapan yang tinggi dari lingkungan baik orang tua, guru, maupun teman sering menjadi pemicu timbulnya stres karena ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan akademik remaja. Keadaan tersebut akan mengakibatkan remaja mengalami kesulitan akademik

dan dapat menimbulkan permasalahan seperti bolos, mencontek, penurunan nilai akademik dan berdampak pada kebahagiaan remaja ketika berada di lingkungan sekolah.

Berdasarkan hasil wawancara dengan tiga siswa kelas VII SMP Negeri 12 Semarang dapat disimpulkan bahwa kebanyakan siswa memilih mengerjakan tugas di sekolah bersama teman-teman atau mencontek hasil pekerjaan teman dibandingkan mengerjakan tugas sendiri di rumah. Siswa beralasan bahwa teman sangat membantu dalam proses penyelesaian tugas-tugas. Selain itu, tingkat kesulitan dan waktu yang diberikan oleh guru juga menjadi salah satu penyebab siswa memilih menyalin pekerjaan teman dan menyelesaikan tugas di sekolah. Hal tersebut juga sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada guru BK SMP Negeri 12 Semarang, yang menjelaskan bahwa kebanyakan siswa sering tidak mengerjakan tugas di rumah dan menyalin pekerjaan teman ketika di sekolah, sehingga para siswa tersebut dipanggil ke ruang BK.

Penelitian yang dilakukan oleh Heizomi dkk. (2015), menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kebahagiaan dengan *psychological well-being* pada remaja di sekolah. Siswa yang bahagia dan merasa nyaman belajar di sekolah menunjukkan kinerja yang baik di sekolah dan tingkat kesuksesan yang lebih tinggi dikemudian hari. Penelitian dari Heizomi dkk. (2015), juga mengungkapkan faktor lain yang menyebabkan siswa merasa tidak bahagia salah satunya karena lingkungan sekitar yang tidak kondusif, komunikasi yang tidak memadai antara siswa dan guru, serta transisi dari masa anak-anak ke remaja.

Smith (2010) berpendapat bahwa permasalahan terkait dengan *psychological well-being* pada siswa menjadi hal yang penting di sekolah karena merupakan aspek utama dalam perkembangan siswa. Hal ini juga akan memengaruhi optimalisasi semua aspek perkembangan siswa dan hasil pembelajaran di sekolah. Hasil penelitian dari Ruini dkk. (2009) mengatakan bahwa pengaruh dari pemberian intervensi kesejahteraan siswa yang dilakukan di sekolah dapat meningkatkan regulasi diri serta penurunan tingkat kecemasan dan stress yang terjadi pada siswa. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian dari Na'imah dan Tanireja (2017) menjelaskan bahwa siswa dengan *psychological well-being* rendah di sekolah cenderung membentuk evaluasi diri rendah serta rentan mengalami masalah sosial yang serius.

*Psychological well-being* penting bagi siswa dalam menjalani pendidikan. Sebab *psychological well-being* dapat memengaruhi potensi-potensi yang dimiliki oleh individu (Ryff, 2013). Berdasarkan wawancara dengan guru BK SMP Negeri 12 Semarang didapatkan hasil bahwa tingkat *psychological well-being* pada siswa belum sepenuhnya baik, salah satunya dilihat dari aspek *psychological well-being* yaitu hubungan positif dengan orang lain. Menurut Ryff dan Singer (2008), bahwa pentingnya memiliki hubungan positif dengan orang lain merupakan kemampuan individu dalam membina hubungan yang hangat dengan orang lain. Di SMP Negeri 12 Semarang masih sering terjadi perilaku *bullying* yang dilakukan antara sesama siswa serta konflik yang terjadi antara siswa. Permasalahan tersebut sering terjadi pada siswa kelas VII SMP Negeri 12 Semarang.

Faktor-faktor yang dapat memengaruhi tingkat *psychological well-being* menurut Wells (2010) yaitu: usia, jenis kelamin, status pernikahan, status sosial ekonomi, dukungan sosial, budaya, dan kepribadian. Wells (2010) juga mengungkapkan bahwa faktor yang sangat memengaruhi tingkat *psychological well-being* pada remaja adalah dukungan sosial.

Dukungan yang dapat memberikan dampak berarti dalam perkembangan *psychological well-being* seseorang adalah dukungan yang berasal dari keluarga terutama orang tua (Sarafino, 2006). Dukungan dari orang tua dapat membuat anak merasa nyaman atas keberadaan dirinya dan diterima serta diakui di dalam keluarga (Young, Miller, Norton & Hill dalam Lestari, 2012). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mami dan Suharnan (2015) menjelaskan bahwa dukungan yang diberikan oleh orang tua berdampak pada harga diri dan tingkat *psychological well-being* pada individu. Dukungan dari orang tua dibutuhkan agar individu dapat menerima keadaan dirinya, dan dapat berkomunikasi dengan baik di dalam lingkungan sosialnya. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Riskia dan Dewi (2017) memperlihatkan bahwa tidak adanya perhatian dari keluarga, terutama orang tua akan mengecewakan remaja serta dapat memengaruhi keberhasilan remaja dalam mencapai tujuan akademik yang telah ditetapkannya.

Menurut Ryff (2013) individu yang masa kecilnya memiliki hubungan baik dengan orang tua dan mendapatkan dukungan serta kepercayaan dari orang tua maka akan memiliki *psychological well-being* yang baik pada masa dewasa. Namun terkadang, dukungan yang diberikan orang tua belum tentu sama dengan dukungan



yang diberikan oleh saudara kandung. Sikap orang tua terhadap anak juga berkaitan secara positif dengan interaksi antara saudara kandung. Apabila sikap yang diperlihatkan orang tua kepada anak bersifat negatif akan memunculkan persaingan dan permusuhan dalam hubungan saudara (Howe, Aquan-Assee, & Bukowski dalam Berk, 2012).

Baskett dan Johnson (dalam Santrock, 2009), menyatakan bahwa seorang anak berinteraksi lebih positif dan lebih bervariasi dengan orang tua daripada dengan saudara kandung, anak juga lebih mematuhi perintah orang tua daripada perintah saudara kandung, dan saudara kandung berperilaku lebih negatif daripada orang tuanya. Penelitian dari Pike, Coldwell dan Dunn (2006), menemukan bahwa hubungan orang tua dengan anak juga dapat memengaruhi bagaimana hubungan dengan saudara kandung. Jika hubungan orang tua dan anak baik maka hubungan antara saudara kandung juga baik serta jauh dari konflik dan dapat meningkatkan perilaku prososial pada anak.

Menurut Lestari (2012) hubungan dengan saudara kandung merupakan hubungan yang paling penting dari teman sebaya dan salah satu ikatan paling kuat yang dimulai sejak anak dilahirkan ke dunia hingga meninggal dunia. Selain itu, saudara kandung dapat bertindak sebagai pengganti orang tua, guru, maupun teman (Shaffer, 2007). Anak pertama dalam sebuah keluarga akan mengawali *sibling relationship* ketika adiknya lahir dan dirawat dalam keluarga. Kehadiran adik dapat menimbulkan pengalaman yang positif maupun negatif pada setiap anak. Salah satu pengalaman negatif yang akan muncul adalah reaksi *sibling rivalry* (Desiningrum, 2012).

*Sibling rivalry* adalah persaingan, kecemburuan, dan kebencian antara saudara kandung yang muncul setelah adik laki-laki atau perempuan lahir (Shaffer & Kipp, 2010). *Sibling rivalry* terjadi karena adanya kehadiran adik baru yang dirasakan dapat merebut cinta, kasih sayang orang tua serta penghargaan lain. Penghargaan lain yang dimaksud adalah prestasi di sekolah, dan penghargaan-penghargaan di luar sekolah seperti olahraga, seni, dan lainnya. *Sibling rivalry* sering muncul pada rentang usia anak antara 1-3 tahun, dan muncul kembali pada usia 3-5 tahun dan pada usia 8–12 tahun (Desiningrum, 2012).

Fenomena yang sering terjadi dimasyarakat, individu yang mengalami kecemburuan dengan saudara memiliki tingkah laku yang manja dan rewel. Ketika ibu memberikan suatu barang kepada salah satu anak, saudara lainnya juga menuntut untuk diberikan barang yang sama. Apabila permintaan tidak segera dipenuhi maka anak akan marah dan tidak mau makan. Ada pula yang saling memukul bahkan saling membenci antara anak satu dengan yang lain (Rahmawati, 2015). Hasil penelitian dari Boyle (dalam Masrurroh & Ramadhana, 2016) bahwa *sibling rivalry* jika tidak diatasi pada masa anak-anak awal dapat menimbulkan pola perilaku yang tersimpan di alam bawah sadar selama bertahun-tahun, dan muncul pada usia 12-18 tahun dalam berbagai bentuk dan perilaku yang merusak. *Sibling rivalry* juga menimbulkan efek negatif pada penyesuaian sosial individu, karena *sibling rivalry* dapat memengaruhi semua hubungan antara anggota keluarga dan hubungan sosial, karena melekat dalam diri individu dan dibawa ke luar rumah untuk diterapkan dalam hubungannya dengan teman sebaya (Hurlock, 2013).

Konflik yang sering terjadi pada masa prasekolah bisa meningkat menjadi serius dan menjadi kebiasaan jika orang tua sering membiarkan anak bertengkar atau orang tua tidak turut menengahi pertengkaran anak (Kramer, Perozynski, & Chung, dalam Shaffer, 2007). Hubungan yang tidak harmonis antar saudara kandung terutama pada usia sekolah akan menimbulkan kesulitan dalam penyesuaian sosial seperti, perilaku antisosial, hubungan yang buruk dengan teman sebaya, kesulitan belajar, memiliki kecemasan yang tinggi, depresi, dan ketakutan (Hakvoort dkk., 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Waldinger, Vaillant dan Orav (dalam Santrock, 2012) menjelaskan bahwa anak laki-laki pada masa kecil memiliki hubungan saudara kandung yang buruk, kemungkinan besar akan mengalami depresi ketika berusia 50 tahun dibandingkan dengan individu yang memiliki relasi positif dengan saudara kandung. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti apakah *sibling rivalry* antara saudara kandung akan memberi dampak *psychological well-being* pada siswa.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *sibling rivalry* dengan *psychological well-being* pada siswa Kelas VII SMP Negeri 12 Semarang ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yaitu untuk mengukur adanya hubungan antara *sibling rivalry* dengan *psychological well-being* pada siswa Kelas VII SMP Negeri 12 Semarang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat terkait kajian-kajian dengan topik pengembangan *psychological well-being* dan *sibling rivalry* pada saat remaja, serta dapat menambah referensi penelitian bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya bidang psikologi perkembangan, psikologi keluarga dan psikologi positif. Manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi diantaranya:

#### **a. Psikologi Perkembangan**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi pada penelitian-penelitian yang berkaitan dengan hubungan saudara, khususnya kecemburuan dalam hubungan saudara kandung pada masa remaja.

#### **b. Psikologi Keluarga**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi pada penelitian, khususnya penelitian yang berfokus pada hubungan saudara kandung serta dampak dari keterlibatan orang tua terhadap hubungan saudara kandung dalam sebuah keluarga.

#### **c. Psikologi Positif**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi pada penelitian, terutama yang berkaitan dengan *psychological well-being* serta dapat memberikan informasi yang berfokus pada pentingnya peningkatan *psychological well-being* khususnya pada remaja.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Siswa

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pada siswa terkait pentingnya menjaga hubungan yang baik dengan keluarga khususnya hubungan dengan saudara kandung sehingga tercapai *psychological well-being* yang baik pada siswa, siswa akan mudah untuk dibina menjadi individu yang optimis, kreatif, dapat mengaktualisasikan potensi dirinya dan bertanggungjawab dalam hidupnya.

### b. Bagi Orang Tua

Manfaat dari penelitian ini dapat memberikan informasi pada orang tua mengenai pentingnya keterlibatan orang tua dalam hubungan saudara kandung khususnya pada anak dan remaja, serta pentingnya orang tua memberikan pemahaman pada anak terkait hubungan yang harmonis antara saudara kandung.

### c. Bagi Sekolah

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait pentingnya *psychological well-being* pada siswa di lingkungan sekolah yang dapat memengaruhi performa siswa ketika di sekolah. Selain itu, pihak sekolah dapat mengetahui tingkat *psychological well-being* siswa, sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu referensi dalam menyusun program yang berkaitan dengan peningkatan kesejahteraan siswa di sekolah.