

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Masa remaja adalah masa peralihan dan kritis bagi perkembangan individu dari masa anak-anak ke masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional (Santrock, 2012). Pada periode ini terjadi perubahan-perubahan besar dan esensial mengenai kematangan fungsi-fungsi rohaniyah dan jasmaniah serta dihadapkan tugas perkembangan yang berbeda dari sebelumnya (Papalia, Olds & Feldman, 2009). Remaja membutuhkan pendampingan, bimbingan serta pengarahan dari orang tua/dewasa lainnya untuk menghadapi segala permasalahan yang dihadapi terkait dengan proses perkembangan, sehingga remaja dapat melalui perubahan-perubahan yang terjadi dengan wajar (Akuba, 2014).

Pada kenyataannya, tidak semua individu dalam perjalanan hidupnya dapat melewati masa remajanya dengan pendampingan orang tua. Ada beberapa faktor yang menyebabkan remaja harus rela berpisah dengan keluarganya sehingga berada di sebuah panti asuhan, seperti ekonomi yang rendah, menjadi yatim, piatu, atau bahkan yatim piatu (Hartini dalam Tricahyani, 2016). Panti asuhan merupakan lembaga yang mempunyai tanggung jawab untuk memberikan pelayanan pengganti orang tua dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial, agar memiliki kesempatan sama seperti anak pada umumnya sebagai penerus generasi bangsa (Departemen Sosial RI dalam Armis, 2016).

Kehidupan di panti asuhan akan sangat berbeda dengan kehidupan bersama keluarga yang utuh. Remaja yang tinggal bersama orang tua dan dirawat dengan orang tua akan mendapatkan kasih sayang yang penuh dan terpenuhi kebutuhan fisik maupun psikologisnya karena orang tua akan menganggap anak adalah segalanya. Remaja yang tinggal bersama keluarga akan mendapatkan perlindungan, bimbingan, dukungan, dan perhatian karena keluarga merupakan lingkungan primer bagi anak dan remaja (Azhari, 2019). Penelitian-penelitian menunjukkan bahwa orang tua yang mengekspresikan emosi positif, penerimaan dan dukungan, penghiburan di saat susah, akan berhubungan dengan kemampuan anak untuk mengelola emosi dengan cara yang positif (Santrock, 2012). Akan tetapi, kesempatan ini tidak diperoleh remaja panti asuhan karena telah berpisah dan jarang melakukan kontak dengan orang tua.

Remaja di panti asuhan bertanggung jawab atas hidupnya sendiri dalam menentukan masa depannya (Sarwono, 2011). Kurangnya fungsi pengasuhan di panti asuhan, terlihat dari kurangnya dukungan emosional dikarenakan jumlah pengasuh tidak sebanding dengan jumlah remaja di panti asuhan. Kondisi ini menyebabkan remaja panti asuhan menjadi kurang mendapatkan kasih sayang, perhatian dan bimbingan secara mendalam serta penurunan pencapaian akademik (Yendork & Somhlaba, 2014). Perilaku teman-teman yang sering memicu pertengkaran juga menyebabkan remaja panti asuhan menarik diri dan sulit menjalin hubungan sosial dengan orang lain, sehingga memiliki masalah sosial di sekolah, baik dengan teman maupun guru (Tsuraya, 2017). Remaja panti asuhan juga menjadi kurang dapat berekspresi karena adanya peraturan yang harus ditaati.

Selain itu, terdapat pula permasalahan fisik yang dialami remaja yang tinggal di panti asuhan yaitu terjadinya penyakit menular seperti cacar, influenza maupun gatal-gatal (Dewi, 2015).

Kondisi di panti asuhan yang kurang memadai tersebut dapat menimbulkan beberapa dampak negatif yang mengikutinya (Tsuraya, 2017). Ditemukan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki kecenderungan untuk mudah stres maupun depresi, serta lebih rentan mengalami berbagai macam tekanan dan permasalahan daripada remaja pada umumnya yang masih memiliki keluarga yang utuh. Oleh karena itu, pada kondisi seperti ini dibutuhkan kemampuan untuk beradaptasi dan bangkit kembali yang dikenal dengan istilah resiliensi.

Reivich & Shatte (2002) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk bertahan, bangkit, dan menyesuaikan dengan kondisi sulit agar dapat melindungi individu dari efek negatif yang ditimbulkan dari kesulitan. Resiliensi adalah ide yang mengacu pada kapasitas sistem dinamis untuk bertahan atau pulih dari gangguan (Masten, 2007). Reivich & Shatte (2002) memaparkan tujuh aspek dari resiliensi. Aspek-aspek tersebut adalah regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian.

Kurangnya peran pengasuhan yang dilakukan di dalam panti asuhan menyebabkan anak-anak panti mengalami tekanan emosional, sosial, serta fisik yang diakibatkan oleh trauma pengalaman, kekacauan, dan stres dalam hidup (Febiana dalam Putri, Agusta, & Najahi, 2013). Oleh karena itu remaja di panti asuhan diharapkan memiliki resiliensi yang baik agar dapat menggunakan sumber

dari dalam dirinya sendiri untuk mengatasi setiap masalah yang ada tanpa harus merasa terbebani dan bersikap negatif terhadap kejadian tersebut. Resiliensi sangat penting pada diri remaja terutama remaja yang tinggal di panti asuhan agar mampu keluar dari keadaan yang membuatnya tertekan (Hartini, 2001). Resnick (2000) mengemukakan bahwa individu yang resilien mampu pulih kembali (*bounce back*) setelah mengalami kondisi yang sulit, individu akan mengalami peningkatan kualitas dan kemampuan diri. Individu yang resilien akan mampu beradaptasi secara positif dari tekanan yang dialaminya, sehingga remaja panti asuhan dapat menghadapi masa depan dengan optimis dan percaya diri (Grotberg, 2003).

Menurut Gutman (Masdianah, 2010) remaja yang tidak resilien akan mudah merasa tidak mampu, putus asa, dan kehilangan kepercayaan diri. Remaja dengan kemampuan resiliensi rendah akan lebih mudah menjadikan masalah sebagai suatu beban dalam hidupnya, remaja akan sering merasa terancam dan cepat merasa frustrasi. Selain itu, rendahnya resiliensi pada remaja dapat membawa pada risiko, remaja beresiko (*at risk adolescence*) biasanya menjadi remaja yang rentan (*vulnerable adolescence*) dan remaja yang rentan memiliki kecenderungan yang tinggi untuk menjadi remaja yang bermasalah (*troubled adolescence*) (Schoon, 2006).

Terdapat beberapa penelitian terdahulu mengenai resiliensi pada remaja panti asuhan. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa remaja yang tinggal di rumah memiliki resiliensi yang tinggi dibandingkan remaja yang tidak tinggal di rumah (Kaur & Rani, 2015). Hasil penelitian Rahayu dan Dumaris (2019) dengan judul Penerimaan Diri dan Resiliensi Hubungannya dengan Kebermaknaan Hidup

Remaja di Panti Asuhan didapatkan bahwa resiliensi remaja di panti asuhan Pelayanan Kasih Bhakti Mandiri Jakarta terbanyak berada pada kategori rendah. Selain itu hasil penelitian lain menunjukkan bahwa resiliensi remaja di panti asuhan berada pada kategori sedang (Kawitri, Rahmawati, Listiyandini, & Rahmatika, 2019; Rahmawati, Listiyandini & Rahmatika, 2019; Lete, Kusuma & Rosdiana, 2019). Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa tingkat resiliensi remaja panti asuhan berada pada kategori rendah–sedang.

Peneliti melakukan wawancara kepada 8 remaja di Panti Asuhan X pada tanggal 30 Oktober 2019. Wawancara dilakukan berdasarkan aspek-aspek resiliensi dari Reivich & Shatte (2002) antara lain: regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, kemampuan menganalisis masalah, efikasi diri dan pencapaian. Pertama, 6 dari 8 remaja menunjukkan bahwa saat mengalami masalah subjek sulit memberikan respon yang positif, subjek justru merasa tertekan pada saat menghadapi masalah. Kedua, pada saat menghadapi masalah lima dari delapan remaja lebih cenderung tidak bisa mengontrol perilakunya misalnya mudah marah dan malas belajar.

Ketiga, dari ke delapan remaja tersebut, empat remaja kurang dapat bersikap optimis terhadap masa depannya. Selain itu subjek juga membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang menjadikan remaja tersebut kurang percaya diri dalam menghadapi kehidupan yang dijalani. Keempat, delapan remaja merasa belum mampu melihat tanda-tanda psikologis dan emosi dari temanya dan memahami orang lain yang sedang memiliki masalah. Kelima, pada beberapa situasi, delapan remaja tersebut mengungkapkan bahwa mendapat kesulitan dalam

menganalisis penyebab dari apa yang sedang terjadi. Keenam, dari kedelapan remaja tersebut mengatakan belum mampu memecahkan masalah secara efektif. Subjek bercerita saat sedang menghadapi masalah lebih cenderung pasrah, terkadang suka mengedepankan emosi-emosi negatif dan sulit untuk fokus dan tenang dalam melakukan sesuatu. Ketujuh, dari delapan remaja tersebut, enam remaja belum bisa menggambarkan masa depan dan tujuan hidupnya, subjek mengatakan hidupnya akan dijalani secara mengalir saja. Berdasarkan hasil wawancara dengan delapan remaja yang bertempat tinggal di Panti Asuhan X, data yang didapatkan diatas menunjukkan terdapat masalah pada resiliensi remaja panti. Peneliti menemukan rendahnya resiliensi pada remaja panti asuhan yang tidak sesuai dengan aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002) yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimis, kemampuan untuk menganalisis penyebab dari masalah, empati, efikasi diri, dan berpikir positif.

Resiliensi bukanlah suatu kemampuan yang tetap atau statis, melainkan suatu kemampuan atau bagian dari proses dinamis di dalam konteks kehidupan manusia, sehingga resiliensi individu dapat ditingkatkan (Gartland, Bond, Olsson, Buzwell & Sawyer, 2011). Peningkatan resiliensi dapat dipengaruhi oleh beragam faktor, menurut Resnick, Gwyther, dan Roberto (2018) terdapat empat faktor yang mempengaruhi resiliensi pada individu, yaitu : a) *self-esteem*, b) dukungan sosial, c) spiritualitas atau keberagamaan, dan d) emosi positif. Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi, peneliti memilih dukungan sosial sebagai variabel bebas. Satiti (2011) mengatakan bahwa pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan penghargaan dalam hubungannya dengan orang lain.

Seseorang yang mengalami kesulitan dan kesengsaraan akan meningkatkan resiliensi dalam dirinya ketika pelaku sosial yang ada disekelilingnya memberikan dukungan terhadap penyelesaian masalah atau proses bangkit kembali yang dilakukan oleh individu tersebut karena adanya pertolongan dan bantuan dari orang lain. Dukungan sosial pada remaja di panti asuhan dapat berasal dari pengasuh, teman, dan kerabat yang masih dapat dihubungi (Reitschlin dkk dalam Taylor, 2015).

Bishop (1998) mengungkapkan bahwa dukungan sosial adalah pertolongan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain dimana bantuan tersebut dapat menaikkan perasaan positif sehingga akan berdampak pada kesejahteraan individu secara umum. Dukungan sosial timbul akibat persepsi bahwa orang lain akan membantu dalam situasi dan kondisi yang menekan dan menimbulkan masalah. Uchino (dalam Sarafino & Smith, 2011) mengungkapkan bahwa segala macam bantuan yang diberikan lingkungan sosial yang membuat individu menerima efek positif, menandakan adanya suatu dukungan sosial.

Sarafino dan Smith (2011) mengungkapkan empat aspek dukungan sosial yaitu pertama dukungan emosional, dukungan emosional dapat berupa ekspresi empati atau rasa perhatian sehingga membuat seseorang tersebut merasa dicintai dan disayangi. Kedua yaitu dukungan penghargaan, ide dan performa orang lain. Ketiga adalah dukungan instrumental, dapat berupa dukungan finansial maupun bantuan untuk mengerjakan tugas-tugas tertentu. Keempat yaitu dukungan informasi dapat berupa saran, umpan balik tentang bagaimana memecahkan masalah.

Terdapat berbagai fungsi dukungan sosial yang berkaitan dengan peningkatan ketahanan atau resiliensi individu dalam menghadapi kesulitan hidup, termasuk di dalamnya adalah meningkatkan resiliensi remaja panti asuhan dalam mengatasi kesulitan, sehingga tetap dapat produktif tanpa berdampak ada perilaku maladaptif. Dukungan sosial mampu membantu individu untuk menurunkan *distress* psikologis yang diakibatkan oleh peristiwa sulit yang dialami, serta membantunya untuk bangkit dari kejadian yang menghambat rencana hidupnya (Nasution, 2011).

Sebagaimana penelitian Woferst, dkk (dalam Rifqoh, 2017) menyatakan bahwa siswa baru yang tinggal di panti asuhan membutuhkan dukungan dari lingkungan sosialnya, adanya kepedulian, penghargaan, dorongan dan nasehat dari pengasuh dan teman sebaya akan membuat remaja tersebut lebih mudah beradaptasi, terhadap berbagai masalah remaja walaupun berada dalam kondisi di panti asuhan. Remaja yang mendapatkan dukungan sosial memiliki keyakinan bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dihargai dan bernilai serta menjadi bagian dalam suatu ikatan sosial akan menjadi harta dan sumber pertahanan dalam menghadapi situasi yang sulit (Sarafino & Smith 2011).

Berdasarkan hal tersebut, dukungan sosial memiliki hubungan positif terhadap resiliensi remaja di panti asuhan. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Hadiningsih (2014) yaitu ada hubungan positif antara dukungan sosial yang diterima dengan resiliensi remaja di panti asuhan, semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan maka semakin tinggi pula resiliensi dalam diri remaja.



Berdasarkan uraian di atas mengenai dukungan sosial dan resiliensi remaja di panti asuhan, maka rumusan masalah yang diajukan adalah “apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi remaja di panti asuhan ?”

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan**

Tujuan dari penelitian ini diantaranya yaitu untuk melihat hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja di panti asuhan.

### **2. Manfaat**

#### **a. Manfaat teoritis**

Manfaat teoritis dari penelitian ini yaitu penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan bagi perkembangan ilmu psikologi, terutama pada bidang psikologi positif dan psikologi sosial. Penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya

#### **b. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam memberikan informasi dan pemahaman kepada remaja panti asuhan yang memiliki resiko terhadap ancaman psikologis, bahwa tekanan, ancaman, dan permasalahan yang diterima tidak akan mempengaruhi kondisi psikologisnya ketika remaja memiliki resiliensi yang tinggi.