



KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA PANTI ASUHAN SIMO BOYOLALI

Argo Muhammad Saputra¹, Faqih Purnomosidi², Anniez Rachmawati Musslifah³

^{1,2,3} Program Studi Psikologi Fakultas Sosial Humaniora Dan Seni Universitas Sahid
Surakarta

Korespondensi penulis:

argomuhs979@gmail.com

ABSTRACT

Psychological well-being is crucial for life. Psychological well-being will be reflected in good adaptation and communication. A factor of psychological well-being is social support. Orphanage children will experience difficulties in establishing relationships with their colleagues and cannot recognize themselves in depth without social support. This study aims to determine the psychological well-being of adolescents at the Simo Boyolali orphanage. The research method used qualitative methods. The results of seven respondents show that the psychological well-being of the adolescents at the Simo Boyolali orphanage is classified as very good. It is proved by observations and interviews from researchers and data analysis shows that the psychological well-being of adolescents at the Simo Boyolali orphanage is fulfilled.

Keywords: Social Support, Psychological Well-being, Orphanage Adolescents

Abstrak

Dalam mencapai kesejahteraan psikologis tersebut akan tercermin dari adaptasi dan komunikasi yang baik. Salah satu faktor penentu kesejahteraan psikologis adalah dukungan sosial. Tanpa dukungan sosial anak panti akan mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan dengan rekan lainnya, serta tidak dapat mengenali dirinya secara mendalam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan Simo Boyolali. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode penelitian kualitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan Simo Boyolali. Hal ini dibuktikan dengan observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti dan dilanjutkan dengan analisis data, yang menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan Simo Boyolali tercukupi.

Kata Kunci : Kesejahteraan psikologis, Dukungan Sosial, Remaja Panti

1. PENDAHULUAN

Berdasarkan Data Terpadu Kesejahteraan Sosial (DTKS) pada tahun 2022, sebanyak empat juta anak yatim, piatu, dan yatim piatu di Indonesia memerlukan Bantuan Sosial (Bansos). Ada pula data dari Kemensos RI di akhir bulan September 2021 terdapat sebanyak 30.766 anak menjadi yatim, piatu dan yatim piatu baru akibat COVID-19 yang dikutip dari Detik.com. Berdasarkan Badan Pusat Statistik Kabupaten Boyolali tahun 2017, terdapat 56 anak yatim, 17 anak piatu, 74 anak yatim dan piatu, serta 139 anak terlantar. Sedangkan untuk wilayah Simo sendiri terdapat 6 anak yatim, satu orang piatu, dan 36 anak yatim piatu.

Pada tahapan anak-anak memerlukan pembimbing untuk aspek perkembangan anak oleh karena itu peran lembaga panti asuhan hanyalah sebagai pengganti fungsi orang tua, tidak bisa menjadi seperti peran orang tua seutuhnya. Kenyataan untuk tinggal di Panti Asuhan dan terpisah dengan orang tua dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan seseorang. Kesejahteraan seseorang khususnya remaja dapat dipengaruhi oleh suatu kondisi yang berasal dari lingkungan. Sebagai contoh seorang remaja yang tidak merasakan tumbuh dan berkembang di lingkungan keluarganya karena beberapa faktor seperti faktor sosial ekonomi, permasalahan dalam keluarga, dan kemungkinan belum siapnya orang tua untuk menjadi orang tua (Yunita, 2018). Menjaga dan meningkatkan kesejahteraan psikologis penting dilakukan oleh remaja, terutama remaja yang tinggal di panti asuhan. Remaja yang tinggal di panti asuhan merupakan remaja yang tinggal secara terpisah dengan orang tuanya karena alasan tertentu, seperti kehilangan kedua orang tua atau salah satu, dan faktor ekonomi yang terbatas (Unicef, 2015).

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menjadi dewasa. Menurut Santrock (2013), rentang usia remaja dimulai dari usia 10-12 tahun dan berakhir pada usia 21-22 tahun. Rentang usia tersebut dibagi menjadi tiga tahap yaitu remaja awal (12-15 tahun), remaja tengah (15-18 tahun), dan remaja akhir (18-22 tahun). Setiap tahapan usia remaja memiliki tugas perkembangan masing-masing. Pada usia tersebut, remaja diharapkan mampu melakukan tugas perkembangannya dengan optimal dan memaksimalkan potensi yang dimilikinya. Hal tersebut bertujuan agar

remaja mampu mencapai tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi serta mampu mewujudkan. Vinayak & Judge (2018) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan aspek penting bagi tumbuh kembang remaja.

Kesejahteraan Psikologis menurut (Ryff, 1989) kesejahteraan psikologis merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif. Hailegiorgis et al. (2018) menemukan bahwa kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan lebih rendah daripada yang tinggal bersama keluarganya. Panti asuhan diharapkan tidak hanya memberikan dukungan secara materi namun juga dukungan psikososial kepada anak untuk mencapai kesejahteraan psikologisnya. Hal ini diperkuat dengan penelitian Aesijah et al. (2016) yang menunjukkan bahwa remaja di panti asuhan hanya dipandang sebagai makhluk biologis sehingga kebutuhan psikologisnya tidak terpenuhi. Ditemukan bahwa secara emosional, penghuni panti mengalami kondisi kurang sejahtera. Emosi negatif seperti sedih 100% dirasakan oleh remaja, marah 57,89%, jengkel 84,21%, susah belajar sebanyak 5,26%, dan kurang percaya diri 21,05%.

Kehidupan di panti asuhan menuntut remaja untuk menjadi lebih mandiri dan bertanggung jawab, serta beradaptasi dengan lingkungan baru, termasuk dengan teman-teman yang memiliki latar belakang dan karakteristik beragam. Berbeda dengan harapan tersebut, remaja yang tinggal di panti asuhan justru mengalami keterlambatan perkembangan, meningkatnya tekanan emosional, merasa depresi, dan menarik diri dari lingkungan sekitar. Berbagai hal tersebut menunjukkan bahwa tidak terpenuhinya kesejahteraan psikologis remaja di panti asuhan (Yendork & Somhlaba, 2015).

Prabowo (2016) mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis dapat menjadi kekuatan bagi remaja dalam melewati masa kritis dan penuh tantangan pada periode remaja. Ryff (2013) mengemukakan bahwa remaja yang kurang mendapat dukungan orang tua dikaitkan dengan peningkatan gejala depresi dan kondisi kronis di masa dewasa. Oleh karena itu, Ryff (2013) menyarankan bahwa penekanan pada kesejahteraan psikologis remaja akibat pasca trauma perlu dilakukan dalam mengurangi risiko depresi tersebut. Ryff (2013) juga menekankan enam aspek psychological wellbeing, diantaranya yaitu penerimaandiri, relasi positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup, pertumbuhan personal. Tujuan dari

penelitian ini adalah untuk untuk mendapatkan gambaran dan pemahaman yang lebih jelas mengenai bagaimana kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan, khususnya pada wilayah Simo Boyolali.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Menurut kamus American Psychological Association (APA), *well-being* adalah keadaan pada individu yang digambarkan dengan adanya rasa bahagia, kepuasan, tingkat stres yang rendah, sehat secara fisik dan mental, serta kualitas hidup yang baik. Ryff (dalam Snyder & Lopez, 2005) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang, dimana individu tersebut dapat menerima kekuatan dan kelemahan yang ada pada dirinya, menciptakan hubungan positif dengan orang lain yang ada disekitarnya, memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan dan mandiri, mampu dan berkompetensi untuk mengatur lingkungan, memiliki tujuan hidup dan merasa mampu untuk melalui perkembangan dalam kehidupannya.

Psychological well-being merupakan tingkat kemampuan individu dalam menerima dirinya apa adanya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mandiri terhadap tekanan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup, serta merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu. Individu dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis apabila dirinya memiliki penilaian positif terhadap diri sendiri, mampu bertindak secara otonomi, menguasai lingkungannya, memiliki tujuan dan makna hidup, serta mengalami perkembangan kepribadian (A.Daniella B.B 2012: 2-3).

Menurut Aspinwall, kesejahteraan psikologis menggambarkan bagaimana psikologis berfungsi dengan baik dan positif. Selanjutnya menurut Schultz mendefinisikan kesejahteraan psikologis (psychological well-being) sebagai fungsi positif individu, dimana fungsi positif individu merupakan arah atau tujuan yang diusahakan untuk dicapai oleh individu yang sehat.

Aspek – Aspek Kesejahteraan Psikologis

Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik apabila memenuhi keenam aspek menurut Ryff (1989), antara lain:

1. *Self acceptance* atau penerimaan diri, merupakan kemampuan seseorang dalam menerima keadaan diri secara menyeluruh, baik dari masa lalu maupun masa kini.
2. *Positive relation with others* atau hubungan positif dengan orang lain, merupakan kemampuan seseorang dalam menjalin hubungan yang hangat, saling mempercayai satu sama lain, dan saling peduli.
3. *Autonomy* atau kemandirian, merupakan kemampuan seseorang dalam bertahan dari tekanan sosial, mengatur tingkah laku, dan bersikap mandiri.
4. *Environmental mastery* atau penguasaan lingkungan, merupakan kemampuan seseorang dalam mengatur kondisi sekitar dan mengupayakan mengurangi dampak luar terhadap diri sendiri.
5. *Purpose in life* atau tujuan hidup, merupakan kemampuan seseorang dalam memiliki target atau tujuan-tujuan yang ingin dicapai dalam hidupnya
6. *Personal growth* atau pertumbuhan pribadi, merupakan kemampuan seseorang dalam memandang dirinya mampu berkembang dan bertumbuh lebih baik.

Faktor Yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis

Dewi (2012) menyebutkan faktor kesejahteraan psikologis sangat dipengaruhi oleh: usia, jenis kelamin, pendapatan dan status sosial ekonomi, pendidikan, status pernikahan, pengalaman dan interpretasinya, tempramen dan kepribadian. Aisyah & Chisol (2018) juga mengelompokkan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis menjadi dua, yaitu :

1. Faktor internal yang meliputi

a. Usia

Semakin dewasa usia seseorang, maka semakin memungkinkan pula orang tersebut dapat memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang baik, karena pada usia seseorang tersebut, kesehatan mental yang dimiliki lebih positif dan sudah memiliki orientasi hidup yang lebih baik dan jelas

b. Jenis Kelamin

Individu dengan jenis kelamin perempuan cenderung memiliki konsep kesejahteraan psikologis yang lebih baik daripada laki-laki. Kecenderungan tersebut dikarenakan kemampuan perempuan yang lebih baik dalam menjalin hubungan dan komunikasi dengan orang lain.

2. Faktor eksternal yang meliputi :

a. Status sosial ekonomi

Faktor ini lebih cenderung ke arah tujuan hidup dan penerimaan diri. Seseorang yang memiliki status ekonomi rendah cenderung akan menutup diri dari tujuan hidup karena merasa tujuan hidup itu tidak terlalu penting

b. Budaya

Budaya dalam hal ini merupakan simbol atau perilaku tertentu pada suatu daerah yang sangat melekat pada penduduk setempat, dengan demikian keberadaan budaya sangat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang.

c. Religiusitas

Penelitian yang dilakukan oleh Amawidyati dan Utami (2007) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis seseorang tersebut. Hal ini dikarenakan ketika individu dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman dalam beragamanya, seseorang akan lebih tenang dalam menjalani hidup karena sudah menyerahkan hidupnya pada Tuhan.

d. Dukungan Sosial

Informasi, dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi.

Pengertian Remaja

Remaja merupakan fase usia yang penuh perjuangan. Pada masa ini remaja beralih untuk meninggalkan peran sebagai anak-anak menuju peran dan tanggung jawab sebagai orang dewasa (Newman & Newman, 2012). Menurut Santrock (2013) masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, rentang usia remaja

dimulai dari usia 10-12 tahun dan berakhir pada usia 21-22 tahun. Rentang usia tersebut dibagi menjadi tiga tahap yaitu remaja awal (12-15 tahun), remaja tengah (15-18 tahun), dan remaja akhir (18-22 tahun). Setiap tahapan usia remaja memiliki tugas perkembangan masing-masing.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa individu memasuki tahap remaja pada usia 10 tahun sampai 21 tahun. Pada usia seperti itu remaja mulai mengalami perubahan dari fisik, kognitif, emosi maupun dari segi sosial sehingga remaja cenderung berusaha untuk membuktikan dirinya lewat tindakan.

Perkembangan Remaja

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang tentunya mencakup berbagai perubahan-perubahan seperti perubahan fisik, kognitif, serta sosio-emosionalnya. Perkembangan Fisik, perubahan fisik merupakan perkembangan keterampilan motorik pada remaja. Menurut Santrock (2013) perubahan fisik adalah perubahan pada tubuh, otak, kapasitas sensorik dan keterampilan motorik. Perubahan fisik biasanya ditandai dengan adanya pubertas yang menjadi tanda kematangan organ seksual pada remaja.

Perkembangan kognitif menurut Santrock (2013) pemikiran remaja semakin abstrak, logis, dan idealis, lebih mampu menguji pemikiran diri sendiri, pemikiran orang lain; dan apa yang orang lain pikirkan tentang diri mereka; serta cenderung menginterpretasikan serta memantau dunia sosial. Masa remaja juga masa dimana pengambilan keputusan mulai meningkat. Transisi dalam pengambilan keputusan muncul kira-kira pada usia 11 hingga 12 tahun dan pada usia 15 hingga 16 tahun. Remaja yang lebih tua lebih kompeten dalam mengambil keputusan dibanding remaja yang lebih muda, dimana mereka lebih kompeten dibanding anak-anak (Santrock, 2013).

3. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan strategi deksriptif dimana data diambil menggunakan metode wawancara semi terstruktur. Wawancara dilakukan kepada 6 orang informan utama dan 1 informan pendukung. Informan utama merupakan anak asuha yang tinggal dipanti asuhan dan informan pendukung adalah pengasuh di Panti Asuhan Simo Boyolali. Selanjutnya, analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif yang berarti data-data yang diperoleh dianalisis

menggunakan kata-kata secara deskriptif. Hasil wawancara dan observasi dikelompokkan kemudian diberi *coding* dan temuan-temuan tersebut dapat menjawab pertanyaan penelitian.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil yang ditemukan di lapangan dengan pengambilan data melalui wawancara dan observasi ditemukan hasil terkait kesejahteraan psikologis pada remaja yang tinggal di panti asuhan Simo. Hasil analisis data kategori subjek pada penelitian ini diperoleh informasi bahwa kesejahteraan psikologis remaja yang berada di Panti asuhan Simo Boyolali pada kategori tercukupi dari keseluruhan subjek penelitian pada remaja panti asuhan Simo Boyolali, ditunjukkan dengan motivasi belajar dan memiliki pandangan hidup kedepan. Pernyataan ini sesuai dengan Ryff (1989) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai sebuah kondisi dimana individu memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup, Peneliti juga menemukan bahwa dari analisis tambahan dengan melihat *mean empirik* pada setiap dimensi diketahui bahwa kesejahteraan psikologis remaja ditinjau dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti. tujuan dalam hidup dan penerimaan diri yang lebih tinggi artinya kesejahteraan psikologis remaja dengan pengasuh dan teman-teman mempunyai pengaruh yang positif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada anak asuh panti asuhan Simo Boyolali.

Kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan Simo Boyolali yang menjadi informan utama menunjukkan bahwa memiliki lingkungan yang mendukung sehingga membuat anak dapat memiliki pandangan hidup dan mengembangkan bakat yang baik. Hal ini karena ke enam informan utama yaitu AG, LN, AL, AF, STR, NS dan satu informan pendukung yaitu AGS memiliki hubungan yang sangat baik sebagai anak asuh dan pengasuh, saling memberikan dukungan positif yang dapat menimbulkan suasana positif, sedangkan kesejahteraan psikologis terhadap kehidupan mereka dapat membuat berpikir positif bahwa segala sesuatu dapat dihadapi dengan serius dan dapat memberikan manfaat satu sama lain bagi orang banyak. Berdasarkan penelitian yang

telah dilakukan terhadap ke enam informan utama dan satu informan pendukung di temukan bahwa dengan tercukupinya kesejahteraan psikologis dapat menunjang kehidupan yang lebih baik untuk para remaja panti asuhan Simo Boyolali.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil yang sudah dijabarkan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis yang dimiliki enam anak panti asuhan adalah baik karena dari enam aspek yang ada pada aspek kesejahteraan psikologis semua muncul pada diri informan. Informan memiliki kesejahteraan psikologis yang fokus pada penerimaan diri dan otonomi sehingga informan menjadi seseorang yang lebih dewasa dan bertanggung jawab. Hal tersebut dapat dilihat dari kesesuaian antara kesejahteraan psikologis dengan hasil wawancara maupun observasi yang ada. Mereka dapat mengendalikan situasi yang menekan melalui komunikasi yang aktif. Sehingga mereka dapat menjalani kegiatan sehari-hari dengan baik dan teratur. Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan untuk dapat menelaah kembali dan memahami kekurangan yang terdapat dalam penelitian ini. Kurangnya hasil yang didapat dalam penelitian ini diharapkan mampu dilengkapi dan diperbaiki oleh peneliti selanjutnya

DAFTAR PUSTAKA

Aesijah, S., Prihartanti, N., & Pratisti, W. D. (2016). Pengaruh pelatihan regulasi emosi terhadap kebahagiaan remaja panti asuhan yatim piatu. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 39-47.

Aisyah, A., & Chisol, R. (2018). Rasa Syukur Kaitannya dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Sekolah Dasar, *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 13(2), 1-14.

Amawidyati, S. A. G., & Utami, M. S. (2007). Religiusitas dan psychological well-being pada korban gempa. *Jurnal Psikologi*, 34(2), 164-176.

DEWI, R. P. (2012). *PENGARUH PELATIHAN MANAJEMEN DISTRES BERBASIS MINDFULNESS (MDBM) TERHADAP PENINGKATAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA ORANG DENGAN HIV AIDS (ODHA)* (Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada).

Feldman, R.S. (2012). Pengantar Psikologi: Understanding Psychology edisi 10.

Jakarta: Salemba Humanika.

Hailegiorgis, M. T., Berheto, T. M., Sibamo, E. L., Asseffa, N. A., Tesfa, G., & Birhanu, F. (2018). Psychological wellbeing of children at public primary schools in Jimma town: An orphan and non-orphan comparative study. *PloS one*, *13*(4), e0195377.

Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied psychology: health and well-being*, *1*(2), 137-164.

Miller-Perrin, C., Krumrei Mancuso, E., Miller-Perrin, C., & Krumrei Mancuso, E. (2015). Faith and cognition. *Faith from a positive psychology perspective*, 107-147.

Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan psikologis remaja di sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, *4*(2), 246-260.

Ramadhani, T. (2016). *Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-being) Siswa Yang Orangtuanya Bercerai (Studi Deskriptif Yang Dilakukan Pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta)* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA).

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, *52*(1), 141-166.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, *57*(6), 1069.

Ryff, C. D. (2013). Eudaimonic well-being and health: Mapping consequences of self-realization.

Salifu Yendork, J., & Somhlaba, N. Z. (2015). Do social support, self-efficacy and resilience influence the experience of stress in Ghanaian orphans? An exploratory study. *Child Care in Practice*, *21*(2), 140-159.

Santrock, J. W. (2013). *Lifespan Development*. Fourth edition. USA: The McGraw-Hill Companies.

Snyder, S. R & Lopez, S. J. (2005). *Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press.

Sofia, A., & Adiyanti, M. G. (2013). Hubungan pola asuh otoritatif orang tua dan konformitas teman sebaya terhadap kecerdasan moral. *Jogjakarta: UGM*.

Vinayak, S., & Judge, J. (2018). Resilience and empathy as predictors of psychological wellbeing among adolescents. *International Journal of Health Sciences and Research*, 8(4), 192-200.

Yuanita, S. (2018). *Pola komunikasi pengasuh terhadap anak asuh dalam meningkatkan kepercayaan diri di panti Asuhan Annajah* (Bachelor's thesis, Jakarta: Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Syarif Hidayatullah).