

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN ADOLESCENTS WHO LIVE IN ORPHANAGE

Oleh: Maulida Aprilia Salmah, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.
maulida.aprilias2015@student.uny.ac.id

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi adanya remaja yang harus tinggal di panti asuhan sehingga tidak tinggal bersama dengan keluarganya, padahal orang tua memiliki peran dan fungsi untuk pengadaan *psychological well-being* anaknya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* remaja yang tinggal di panti asuhan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Subjek penelitian adalah dua remaja putri dan dua remaja putra. Proses pengambilan data dilakukan dengan wawancara. Pengujian keabsahan data dengan metode triangulasi dan teknik analisis data menggunakan model interaktif dari Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keempat subjek mampu menerima kenyataan bahwa mereka harus tinggal di panti asuhan. Mereka mampu menyadari dan mengelola kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, memiliki kemandirian dalam hal mengurus diri sendiri dan mengatur perilaku sendiri, mampu menyadari potensi yang dimiliki, meskipun yang dua orang baru sekedar mengelola potensi yang dimiliki untuk kesenangan saja. Selain itu, keempat subjek memiliki hubungan yang baik dan memuaskan dengan orang lain, hanya saja satu orang subjek kurang memiliki andil dalam mengelola kegiatan di panti. Keempat subjek merasa telah terjadi perubahan positif selama mereka tinggal di panti asuhan, serta memiliki arah dan tujuan yang akan dicapai ke depannya.

Kata kunci: *psychological well-being*, remaja, panti asuhan

Abstract

This research was motivated by the existence of adolescents who live in an orphanage, separated by their families while it's fundamental for parents to have a role and function for the procurement of psychological well-being of their children. The purpose of this study was to describe the psychological well-being of adolescents living in an orphanage. This research used a qualitative approach. The subjects of the study were two young women and two young men. Interview was used as data collection. The validity of the data was tested with triangulation methods. The analysis techniques was interactive models from Miles and Huberman. The results showed that all four subjects were able to accept the fact that they had to live in an orphanage. They were able to realize and manage their strengths and weaknesses, had independence in terms of taking care of themselves and manage their own behavior, able to realize their full potential even though the two of them only did it for pleasure. In addition, all four subjects had a good and satisfying relationship with others, though only one subject was less involved in managing activities in the orphanage. All four subjects felt that there had been a positive change during their stay in the orphanage, and goals to be achieved in the future.

Keywords: *psychological well-being, adolescent, orphanage*

PENDAHULUAN

Selama rentang hidup manusia, tentu tidak bisa dipisahkan dari adanya proses perkembangan. Para ilmuwan perkembangan mempelajari tiga domain utama dalam perkembangan, yaitu perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial. Ketiga domain perkembangan tersebut saling berkaitan dan saling mempengaruhi satu sama lain (Papalia,

2014:6). Di sisi lain, Santrock (2012:26) menggambarkan bahwa pola perubahan dalam perkembangan manusia dibagi menjadi beberapa tahap yang disebut dengan tahapan perkembangan. Salah satu periode dalam tahapan perkembangan yang unik dalam hidup manusia yaitu periode remaja (Papalia, 2014:7). Periode remaja (*adolescence*) merupakan periode transisi dari anak-anak menuju dewasa awal. Periode ini

dimulai sekitar usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 21 tahun (King, 2010:188). King (2010:188) menjelaskan bahwa periode remaja ditandai dengan perkembangan fisik, kognitif, dan sosial-emosional. Remaja akan mengalami perubahan biologis secara dramatis pada tubuhnya, bertemu dengan pengalaman baru, dan memiliki tugas perkembangan baru (Berk, 2012:497). Selain itu, Sari dan Basri (2007:112) menjelaskan bahwa perubahan fisik dan kognitif yang terjadi pada periode remaja memberikan dampak yang besar pada perubahan emosinya. Hal tersebut tentu menuntut remaja untuk mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan yang terjadi.

Proses penyesuaian diri terhadap perubahan yang dilakukan oleh remaja tentu tidak bisa lepas dari peranan lingkungan di sekitarnya, terutama keluarga. Salah satu peran keluarga yang penting dalam perkembangan seorang remaja yaitu adanya orang tua. Peran orang tua begitu penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak mereka, baik perkembangan sosial, budaya dan agama. Menurut Gumede (2009:12) peran dan pola asuh orang tua yang baik merupakan hal yang vital jika ingin remaja dapat menyesuaikan diri secara baik dalam proses baru yang sedang mereka jalani. Lebih lanjut (Shek, dalam Rathi & Rastogi 2007:32) menyatakan bahwa kualitas hubungan dalam keluarga, terutama orang tua adalah faktor utama yang menentukan *psychological well-being* remaja.

Menurut Ryff (1989:1070), *psychological well-being* merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis

individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (*positive psychological functioning*). Batubara (2017:32) menjelaskan bahwa *psychological well-being* merupakan suatu kondisi psikologis yang sehat pada individu yang ditandai dengan berfungsinya aspek-aspek psikologi positif dalam prosesnya mencapai aktualisasi diri. Lebih lanjut Misero (2012:5) yang menyatakan bahwa *psychological well-being* merupakan kondisi mental yang sehat di mana seorang individu dapat berfungsi optimal dalam kehidupannya serta memiliki penilaian yang positif atas kehidupannya.

Ryff (2013:11) menjelaskan terdapat enam dimensi pada konsep *psychological well-being*. Dimensi tersebut meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, dan kemandirian. Dimensi penerimaan diri diartikan sebagai pengetahuan dan penerimaan yang individu miliki tentang dirinya sendiri, dimensi hubungan yang positif dengan orang lain diartikan sebagai kedalaman koneksi dalam berinteraksi dengan orang lain, dimensi penguasaan lingkungan diartikan sebagai seberapa baik seorang individu dapat mengelola situasi kehidupannya, dimensi tujuan hidup diartikan sebagai sejauh mana individu merasa hidup mereka memiliki makna, tujuan, dan arah, dimensi pertumbuhan pribadi sendiri diartikan sebagai sejauh mana individu dapat memanfaatkan bakat dan potensi pribadi mereka, dan dimensi otonomi mengarah pada apakah individu melihat dirinya hidup sesuai dengan keyakinan diri sendiri. Individu yang dapat memberikan respon yang positif terhadap

dimensi-dimensi *psychological well-being* di atas adalah individu yang memiliki *psychological well-being* yang positif. Tentunya pemberian respon terhadap setiap dimensi tersebut tidak lepas dari adanya peranan lingkungan, terutama peranan keluarga (Hasan, Yusuf, dan Alan 2012).

Peranan keluarga dalam hal ini orang tua menjadi lebih penting bagi *psychological well-being* anak ketika anak berada dalam periode remaja. *Psychological well-being* penting dimiliki oleh remaja untuk membantu remaja menumbuhkan emosi positif, merasakan kepuasan dalam hidup, merasakan kebahagiaan, mengurangi depresi dan perilaku negatif (Akhtar, 2009:30). Hal tersebut penting digunakan sebagai bekal remaja untuk melewati berbagai proses perubahan yang terjadi dalam diri dan lingkungannya. Begitupun sebaliknya, remaja yang memiliki *psychological well-being* yang rendah akan membuat remaja tersebut kesulitan dalam memilah atau menyaring berbagai pengaruh buruk yang terjadi di lingkungan sekitarnya (Batubara, 2017:32), dan kesulitan tersebut cenderung membuat remaja untuk melakukan perilaku yang negatif.

Pada kenyataan hidup, tidak semua remaja beruntung dapat tinggal bersama dengan orang tuanya karena berbagai alasan, antara lain kematian, perceraian orang tua, kemiskinan, dan adanya ketidak harmonisan akibat hilangnya fungsi keluarga, sehingga remaja harus rela terlepas dari asuhan orang tua (Fitri dan Amna, 2016:119-120). Kejadian tersebut dapat menyebabkan remaja tinggal dengan anggota keluarga yang lain, seperti bibi, nenek, atau

keluarga yang lain. Bahkan jika memang anggota keluarga yang lain tidak mau atau tidak mampu untuk merawat, maka remaja dapat ditempatkan di luar keluarganya, seperti di panti asuhan (Septiani, 2013:2).

Secara umum, panti sosial asuhan anak adalah wadah yang mempunyai tugas memberikan bimbingan dan pelayanan bagi anak yatim, piatu, yatim piatu, anak yang kurang mampu, dan anak terlantar agar potensi dan kapasitas belajarnya pulih kembali, sehingga dapat berkembang secara wajar (Kepmensos No.50/HUK/2004). Dalam hal ini panti asuhan menggantikan fungsi keluarga terutama sebagai pengganti orang tua yang bertanggungjawab untuk memenuhi kebutuhan anak (Utami, Ahmad, dan Ifdil, 2017:3), mulai dalam upaya pemenuhan kebutuhan pendidikan anak, panti asuhan memberikan pendidikan formal di sekolah, kursus keterampilan, serta memberikan bimbingan belajar dalam lingkungan panti. Di sisi lain panti asuhan juga memberikan kebutuhan pokok bagi anak seperti sandang, pangan, dan papan dengan harapan dapat menunjang tumbuh dan kembang anak secara layak (Khoirunnisa, Ishartono, dan Resnawaty, 2016:73).

Harapan keluarga menitipkan anak mereka, termasuk remaja di panti asuhan agar mendapat kehidupan yang layak terkadang berbanding terbalik dengan kenyataannya (Widiatmoko, 2016:2). Meskipun di panti asuhan semua kebutuhan dapat dipenuhi, namun tetap saja peranan keluarga tidak bisa tergantikan, apalagi peranan orang tua. Remaja sering kali kurang mendapatkan kasih sayang yang

sebenarnya sangat mereka butuhkan. Kurang atau tidak adanya kasih sayang dan perhatian yang diterima remaja, serta jelas atau tidaknya status diri mereka merupakan bagian dari pengalaman hidup yang akan mempengaruhi hasil evaluasi remaja terhadap dirinya yang terkandung dalam *psychological well-being* (Fitri dan Amna, 2016:120).

Berdasarkan hasil penelitian Widiatmoko (2016:23) mengenai *psychological well-being* remaja, terlihat bahwa dimensi penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan yang positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri remaja yang tinggal bersama kedua orang tua lebih tinggi daripada remaja yang tinggal di panti asuhan, meskipun pada dimensi kemandirian tidak ditemukan adanya perbedaan. Dari penelitian tersebut tentu dapat dilihat pentingnya peranan keluarga, terutama orang tua bagi *psychological well-being* remaja.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi lapangan yang dilakukan peneliti di Panti Asuhan Yayasan Yatim Piatu (YAPITU) yang terletak di Wanujoyo, Srimartani, Piyungan, Bantul, Yogyakarta pada bulan Maret 2019, terdapat anak asuh yang terlihat diam dan menunjukkan ekspresi datar, padahal teman-teman yang lain menyapa dan terlihat ekspresi mereka sangat ramah. Selama proses wawancara dan observasi, peneliti menanyakan beberapa pertanyaan kepada anak-anak sebagai upaya *rapport*, namun didapati bahwa beberapa anak-anak asuh yang memang menunjukkan ekspresi kurang senang dan hanya diam saja.

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat diketahui bahwa peran keluarga terutama orang

tua sangat penting dalam proses perkembangan seorang remaja, terutama saat melakukan penyesuaian diri terhadap berbagai perubahan yang dialami. Apalagi keluarga memiliki peran dan fungsi yang besar untuk *psychological well-being* anaknya. Oleh karena itu, melihat fenomena remaja yang tinggal di panti asuhan YAPITU tidak tinggal bersama dengan kedua orang tuanya, serta selama observasi dan wawancara terdapat beberapa anak asuh yang menunjukkan ekspresi datar menimbulkan keinginan peneliti untuk mengetahui lebih lanjut bagaimana gambaran *psychological well-being* pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan Yayasan Yatim Piatu (YAPITU).

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis fenomenologi. Jenis penelitian fenomenologi digunakan untuk memberikan gambaran terkait suatu arti dari pengalaman-pengalaman beberapa individu mengenai konsep tertentu. Dalam penelitian ini, konsep yang dibahas yaitu mengenai *psychological well-being*.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Panti Asuhan Yatim Piatu (YAPITU) yang beralamat di Wanujoyo, Srimartani, Piyungan, Bantul, Yogyakarta dari bulan Januari sampai April 2019.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini dipilih secara *purposive sampling*, yaitu peneliti memilih subjek penelitian berdasarkan ciri-ciri subjek yang disesuaikan dengan tujuan penelitian (Moleong, 2006:224). Kriteria yang digunakan yaitu subjek merupakan remaja yatim, piatu, yatim piatu, atau secara ekonomi kurang mampu yang tinggal di Panti Asuhan Yatim Piatu (YAPITU), sudah tinggal di panti asuhan minimal tiga tahun dengan pertimbangan bahwa tiga tahun merupakan waktu yang cukup bagi remaja untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Prosedur

Prosedur pertama yang dilakukan yaitu dengan mengunjungi Panti Asuhan Yayasan Yatim Piatu (YAPITU) untuk mengajukan surat izin penelitian. Setelah diterima, hal yang dilakukan yaitu wawancara dengan pengasuh sekaligus pemilihan subjek yang akan digunakan dalam penelitian yang sesuai dengan kriteria yang diajukan. Setelah subjek ditentukan, langkah selanjutnya yaitu observasi lingkungan panti asuhan sekaligus pertemuan dengan subjek penelitian. Pertemuan dilakukan untuk melakukan kesepakatan mengenai waktu pengambilan data.

Proses pengambilan data menggunakan wawancara semi terstruktur. Penggalan data dengan proses wawancara ini dilakukan hingga data yang dicari telah mencapai titik jenuh. Selain melakukan wawancara dengan subjek, wawancara dilakukan juga dengan *significant*

others yang merupakan teman dekat subjek sebagai bentuk triangulasi sumber.

Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu dengan teknik wawancara. Moleong (2007:186) mendefinisikan wawancara sebagai percakapan yang dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (*interviewee*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari instrumen utama, yaitu peneliti sendiri dan instrumen pendukung berupa pedoman wawancara yang dibuat dengan pokok-pokok yang penting pada dimensi dalam teori *psychological well-being*.

Pengujian Keabsahan Data

Pengujian keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan teknik *member checking* dan triangulasi sumber. Strategi *member checking* merupakan strategi konfirmasi kepada partisipan mengenai data, kategori analisis, penafsiran, dan keputusan (Moleong, 2006:335). Peneliti membawa kembali hasil penelitian kepada partisipan dengan tujuan untuk memeriksa apakah hasil penelitian tersebut sudah akurat atau belum. Lebih lanjut triangulasi sumber yang digunakan yaitu dengan cara mewawancarai *significant others* yang merupakan orang terdekat dari subjek yang mengetahui bagaimana diri subjek dan aktivitas keseharian subjek.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu mengacu pada teknik analisis data model interaktif yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman (2007), terdiri dari pengumpulan data, reduksi data, *display data*, dan kesimpulan atau verifikasi. Pada tahap pengumpulan data, proses pengumpulan data dimulai dari sebelum penelitian, pada saat penelitian, bahkan akhir penelitian.

Terhadap data yang telah terkumpul dikenai proses reduksi, yaitu proses penggabungan dan penyeragaman segala bentuk data yang diperoleh menjadi satu bentuk tulisan (*script*) yang akan dianalisis. Dalam hal ini hasil dari rekaman wawancara akan diformat menjadi bentuk verbatim wawancara dengan format yang telah ditentukan (Herdiansyah, 2015:265).

Tahap selanjutnya yaitu *display data*, yaitu mengolah data setengah jadi yang sudah seragam dalam bentuk tulisan dan sudah memiliki alur tema yang jelas (yang sudah disusun alurnya dalam tabel akumulasi tema) ke dalam suatu matriks kategorisasi sesuai tema-tema yang sudah dikelompokkan dan dikategorikan. Tema-tema tersebut dipecah ke dalam bentuk yang lebih konkret dan sederhana yang disebut sub-tema, yang diakhiri dengan pemberian kode (*coding*) dari sub-tema tersebut sesuai dengan verbatim wawancara yang sebelumnya telah dilakukan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Psychological well-being merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan

kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (*positive psychological functioning*). Terdapat enam dimensi pada konsep *psychological well-being* meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, dan kemandirian.

Hasil penelitian mengenai gambaran *psychological well-being* pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan YAPITU yang melibatkan dua orang remaja putri dan dua orang remaja putra mulai dari dimensi yang pertama yaitu dimensi penerimaan diri, yaitu merupakan pengetahuan dan penerimaan yang individu miliki tentang dirinya sendiri, termasuk kesadaran akan keterbatasan yang dimiliki. Tidak terbatas dalam waktu sekarang saja, namun penerimaan diri merupakan sikap evaluasi diri jangka panjang dengan melibatkan kesadaran dan penerimaan terhadap dirinya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keempat subjek menunjukkan sikap yang sama terkait dengan pengetahuan dan penerimaan individu tentang dirinya. Keempat subjek memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri. Mereka mampu memahami dirinya sendiri dan menyadari kelebihan dan kekurangan yang mereka miliki. Dari sisi kelebihan, subjek 1 memiliki kelebihan lebih berhati-hati dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, subjek 2 suka mencoba hal-hal baru, subjek 3 dan 4 memiliki kelebihan mudah akrab dalam bergaul dengan orang lain. Kelebihan dari masing-masing subjek tersebut mereka manfaatkan dalam kehidupannya sehari-hari. Dari sisi

kekurangan, subjek 1 cenderung ceroboh dan pelupa, subjek 2 memiliki kekurangan dalam hal bacaan Al-Qur'an dan sulit untuk bangun pagi, subjek 3 tidak terlalu pintar dalam hal pelajaran, subjek 4 mudah lupa dan kurang sabar. Dalam hal kekurangan tersebut, sejauh ini tiap-tiap subjek mampu untuk meminimalisir kekurangan yang mereka miliki.

Di sisi lain, hasil penelitian menunjukkan bahwa keempat subjek menunjukkan sikap yang berbeda dalam hal yang berkaitan dengan sikap penerimaan diri subjek terhadap kenyataan untuk tinggal di panti asuhan. Subjek 4 yang ditawarkan langsung oleh pengasuh panti asuhan untuk tinggal di panti asuhan mampu menerima ketika dulu ia harus tinggal di panti asuhan, karena memang ia tidak ingin membebani keluarganya. Sikap yang sama ditunjukkan oleh subjek 2 3 dimana saat pertama kali mereka diberitahu oleh orang tuanya untuk tinggal di panti asuhan, mereka menerima keputusan tersebut dan tidak merasa kecewa. Disisi lain subjek 1 saat pertama kali diberitahu jika harus tinggal di panti asuhan, ia merasa kesal dan kecewa karena ia tidak bisa melanjutkan ke SMP yang ia inginkan. Namun tidak berselang lama ia mampu menerima keputusan tersebut, karena memang ia menyukai datang ke tempat-tempat baru termasuk pindah ke panti asuhan ini.

Perbedaan hasil penelitian setiap subjek dalam hal penerimaan diri untuk tinggal di panti asuhan tersebut disebabkan karena perbedaan latar belakang atau alasan yang mengharuskan subjek untuk tinggal di panti asuhan. Ryff (1989:1073) menyatakan bahwa pengalaman

hidup tertentu dapat mempengaruhi kondisi *psychological well-being* individu.

Dimensi yang kedua hubungan positif dengan orang lain, yang diartikan sebagai kedalaman hubungan dalam berinteraksi dengan orang lain yang signifikan. Dimensi ini sangat erat kaitannya dengan hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keempat subjek memiliki hubungan yang baik dan memuaskan dengan orang lain yang signifikan, meliputi teman dan guru di sekolah, teman dan pengasuh di panti asuhan, serta dengan keluarga yang masih ada. Keempat subjek memiliki hubungan yang baik dan memuaskan dengan teman-teman di sekolahnya, bahkan memiliki teman dekat untuk melakukan kegiatan bersama dan saling berbagi cerita. Keempat subjek menunjukkan sikap saling tolong-menolong ketika ada temannya yang membutuhkan bantuan. Selain itu, keempat subjek memiliki hubungan yang baik dengan guru di sekolah, mereka sangat menghormati guru mereka dan selalu siap ketika dibutuhkan.

Keempat subjek juga memiliki hubungan yang baik dengan teman-temannya di panti asuhan. Keempat subjek mengaku jika mereka memiliki kedekatan, bahkan sudah seperti keluarga sendiri. Ketika berhubungan dengan teman, mereka memahami prinsip saling memberi dan menerima. Selain itu, mereka mengaku jika peduli dengan kesejahteraan teman-temannya. Keempat subjek memiliki hubungan yang baik dengan pengurus panti, bahkan subjek 1 dan 3 merupakan orang yang dekat dengan pengurus panti asuhan, sehingga terkadang mereka diajak

untuk berdiskusi mengenai masalah anak-anak di panti asuhan ini.

Keempat subjek juga memiliki hubungan yang baik dengan keluarga. Subjek 1 yang orangtuanya bercerai memiliki hubungan baik dengan bapak dan ibunya, namun ia cenderung lebih dekat dengan ibunya. Subjek 2 yang kehilangan ibu kandung saat masih umur empat tahun memiliki hubungan yang baik dengan bapak dan keluarga besarnya. Subjek 3 yang kedua orang tuanya masih ada namun memiliki keterbatasan ekonomi tetap memiliki hubungan yang baik dengan mereka dan saudara-saudaranya. Subjek 4 yang kehilangan ibu kandung saat ia kelas V SD memiliki hubungan yang baik dan memuaskan dengan bapak dan saudara-saudaranya.

Hubungan positif dengan orang lain yang berkaitan dengan dukungan sosial bagi seorang individu yang didapatkan dari orang-orang terdekat membantu individu mencapai tujuan dan kesejahteraan hidup (Cobb, dalam Lakoy 2009:71). Hasil penelitian Devis (dalam Malika Alia Rahayu 2008:20), menunjukkan bahwa individu-individu yang mendapatkan dukungan sosial memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi. Hal tersebut sejalan dengan hasil dalam penelitian ini dimana keempat subjek memiliki dukungan yang baik dari orang-orang terdekatnya, sehingga mempengaruhi kondisi *psychological well-being* yang baik.

Namun di sisi lain, keempat subjek mengaku jika tidak dekat dengan warga di sekitar panti asuhan. Mereka mengakui jika hanya kenal dengan Pak RT dan guru ngaji di dekat panti asuhan, selebihnya mereka tidak

mengenal dan jarang sekali bertegur sapa. Hal tersebut dikarenakan aktivitas anak-anak panti yang terpusat di dalam lingkungan panti asuhan sehingga membuat mereka jarang berinteraksi dengan warga sekitar.

Dimensi yang ketiga yaitu penguasaan lingkungan, diartikan sebagai seberapa baik seorang individu dapat mengelola situasi kehidupannya, yaitu mengontrol dan mengendalikan lingkungan yang kompleks, serta bertindak dan mengubah lingkungan sekitar melalui kegiatan mental dan fisik.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keempat subjek mampu untuk menyesuaikan diri dengan kegiatan yang ada di panti asuhan. Mereka mengakui tidak merasa mengalami kesulitan saat harus melakukan kegiatan harian yang telah dijadwalkan oleh panti asuhan. Mengenai perannya di panti asuhan, subjek 1 dan 3 memiliki kesamaan dalam hal perannya di lingkungan panti asuhan. Keduanya merupakan orang yang dipercaya oleh pengasuh panti asuhan untuk menjadi jembatan informasi antara pengurus dengan anak-anak panti asuhan. Subjek 1 dan 3 memiliki kontrol terhadap lingkungan panti asuhan, seperti membantu menyelesaikan masalah ketika terjadi kesulitan di panti asuhan, mengelola kegiatan dan mengajak anak-anak di panti asuhan untuk aktif mengikuti kegiatan di panti asuhan. Begitupun subjek 4 yang merupakan salah satu anak asuh paling tua di panti asuhan memiliki andil untuk mengelola acara yang dilakukan di panti. Selain itu, ia juga membantu menyelesaikan masalah ketika terjadi masalah di panti asuhan. Disisi lain subjek 2 sejauh ini belum memiliki kontrol terhadap

lingkungan panti asuhan, sejauh ini ia lebih menjadi pengikut karena memang ia termasuk anak panti yang masih tergolong kecil, yaitu ia masih kelas 2 SMP.

Seperti halnya hasil penelitian Ryff dan Keyes (1995:724) yang menyatakan bahwa terjadi perbedaan pada dimensi penguasaan lingkungan, dan pada umumnya otonomi akan mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia. Hal tersebut serupa dengan hasil dalam penelitian ini yang menunjukkan bahwa usia mempengaruhi bagaimana seorang individu memiliki penguasaan dan kontrol terhadap lingkungannya. Disisi lain, mengenai pemanfaatan peluang, keempat subjek mampu untuk memanfaatkan peluang secara efektif.

Dimensi keempat yaitu tujuan hidup, diartikan sebagai sejauh mana individu merasa hidup mereka memiliki tujuan dan arah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keempat subjek telah memiliki arah dan tujuan untuk masa depannya. Subjek 1 memiliki rencana setelah ia lulus SMA, ia ingin melanjutkan kuliah di jurusan keperawatan dan bekerja di Jepang untuk meringankan beban orang tuanya. Subjek 3 setelah lulus SMK ingin membuka usaha rumah makan. Subjek 4 setelah lulus SMK ingin bekerja di bidang permesinan, terutama mesin mobil dan ingin mengembangkan usaha secara mandiri. Subjek 2 memiliki rencana akan melanjutkan ke SMA pilihannya setelah ia lulus SMP dan nantinya ia ingin melanjutkan untuk kuliah.

Menurut Ryff (1995) remaja menganggap diri mereka dapat membuat kemajuan yang signifikan dan memiliki harapan besar untuk

masa depannya, hal tersebut mungkin mempengaruhi bagaimana dimensi tujuan hidup pada diri remaja. Sejalan dengan hasil penelitian ini dimana masing-masing subjek memiliki harapan dan tujuan hidup yang akan mereka capai ke depannya.

Mengenai makna hidup, keempat subjek memaknai kehidupannya dengan kebersyukuran. Mereka mensyukuri apapun yang ada dalam hidupnya saat ini, termasuk kehidupannya di panti asuhan. Mengenai masa lalu, keempat subjek menerima dan menjadikan masa lalunya sebagai pembelajaran dalam hidupnya agar bisa menjadi manusia yang lebih baik lagi.

Dimensi kelima yaitu pertumbuhan pribadi, diartikan sebagai sejauh mana individu dapat memanfaatkan bakat dan potensi pribadi mereka. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keempat subjek dapat menyadari potensi yang dimiliki. Subjek 1 memiliki potensi dalam hal hitungan matematika yang ia manfaatkan dalam hal pelajaran di sekolah. Subjek 2 yang memiliki potensi dalam bidang olahraga, sayang sejauh ini ia hanya memanfaatkan potensinya untuk sekedar hobi saja karena terkendala biaya. Subjek 3 yang sejauh ini masih berusaha mendalami potensinya dalam hal menggambar juga hanya memanfaatkan potensinya tersebut untuk kesenangan saja. Sementara subjek 4 yang mengaku memiliki potensi dalam hal hubungan interpersonal memanfaatkan potensi tersebut untuk berhubungan dengan orang lain.

Selain itu, keempat subjek terbuka dengan pengalaman baru. Mereka akan berusaha untuk memanfaatkan pengalaman baru tersebut untuk menambah pengetahuan dan bekal mereka

di kemudian hari. Hal tersebut membuat mereka merasa bahwa sejauh ini mereka sudah mengalami perkembangan dari waktu ke waktu.

Dimensi keenam yaitu kemandirian atau otonomi yang merupakan tingkat kemampuan individu dalam menentukan nasib sendiri, kebebasan, dan pengendalian perilaku dari dalam dirinya. Dimensi ini mengarah pada apakah individu melihat diri mereka hidup sesuai dengan keyakinan pribadi mereka.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keempat subjek mampu untuk menentukan nasib kehidupannya di panti asuhan. Mereka berusaha memenuhi kebutuhannya sendiri di panti asuhan. Pada saat menginginkan sesuatu, mereka akan berusaha untuk menabung agar keinginan mereka dapat terwujud. Selain itu, keempat subjek mampu untuk bertindak dan menahan tekanan dari lingkungannya. Misalnya seperti yang dialami subjek 1, ketika ia memiliki masalah dengan temannya, dan terus menerus mendapat tekanan. Meskipun begitu subjek 1 berusaha untuk menahan tekanan tersebut dan tetap bertindak sesuai dengan keyakinannya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *psychological well-being* remaja yang tinggal di panti asuhan ditinjau dari dimensi penerimaan diri, keempat subjek mampu menerima dan merasa positif dengan kehidupannya di masa lalu, termasuk mampu menerima kenyataan bahwa mereka harus tinggal di panti asuhan.

Mereka mampu menyadari dan mengelola kelebihan dan kekurangan yang mereka miliki.

Dari dimensi hubungan positif dengan orang lain, keempat subjek memiliki hubungan yang baik dengan teman dan guru di sekolah, teman dan pengurus di panti asuhan, serta keluarga yang masih ada. Dalam menjalin hubungan dengan orang lain, mereka mampu menunjukkan sikap empati, memahami prinsip saling memberi dan menerima, serta peduli dengan kesejahteraan orang lain. Hanya saja, mereka mengaku jika tidak dekat dengan warga di sekitar panti asuhan. Hal tersebut terjadi karena memang aktivitas anak panti yang terpusat di dalam lingkungan panti, sehingga membuat mereka jarang berinteraksi dengan warga sekitar.

Dari dimensi penguasaan lingkungan, keempat subjek mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan kegiatan di panti. Mengenai penguasaan dan kontrol lingkungan, tiga orang subjek memiliki kontrol untuk mengelola lingkungan dan kegiatan di panti asuhan, namun satu orang subjek belum memiliki kontrol terhadap lingkungan panti karena usianya yang masih tergolong kecil dibandingkan dengan subjek-subjek yang lain. Dari sisi pemanfaatan peluang, keempat subjek mampu untuk memanfaatkan peluang secara efektif.

Dari dimensi tujuan hidup, keempat subjek memiliki arah dan tujuan yang akan mereka capai, serta memiliki rencana yang akan dilakukan ke depannya. Keempat subjek memaknai kehidupan mereka dengan

kebersyukuran dan menjadikan masa lalunya sebagai pembelajaran dalam hidupnya.

Dari dimensi pertumbuhan pribadi, keempat subjek mampu untuk menyadari dan memanfaatkan potensi yang dimiliki, meskipun dua orang subjek baru sekedar mengelola potensi yang dimiliki untuk kesenangan saja. Mereka berusaha memanfaatkan pengalaman baru untuk menambah pengetahuan, serta menyadari bahwa telah terjadi perubahan yang positif dari waktu ke waktu pada diri mereka.

Dari dimensi kemandirian, keempat subjek mampu untuk menentukan nasib kehidupannya di panti asuhan. Mereka berusaha untuk hidup mandiri sesuai dengan keyakinannya masing-masing, serta memiliki pengendalian dalam perilakunya. Mengenai pengambilan keputusan, keempat subjek mendiskusikan dengan orang yang mereka percayai, namun mereka tetap mengambil keputusan sesuai dengan keyakinan mereka sendiri.

Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan yaitu bagi penelitian selanjutnya, alangkah baiknya jika menambahkan teknik observasi dalam pengambilan data, sehingga dapat digunakan untuk melengkapi data dari hasil wawancara. Lebih lanjut bagi pengasuh panti asuhan, alangkah baiknya jika mengadakan kegiatan yang melibatkan warga sekitar panti asuhan, sehingga bisa menjadi media bagi anak-anak asuh untuk belajar berinteraksi dengan warga luar panti asuhan, seperti misalnya

kerjabakti bersama warga atau kegiatan olahraga jalan sehat bersama dengan warga setempat.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhtar, M. & Boniwell, I. (2010). *Applying positive psychology to alcohol-misusing adolescents: A group intervention*. London: University of East London.
- Batubara, Azizah. (2017). Hubungan Antara Religiusitas dengan *Psychological Well-being* Ditinjau Dari *Big Five Personality* Pada Siswa SMA Negeri 6 Binjai. *Jurnal Al-Irsyad*, 8 (1), 32.
- Berk, Laura E. (2012). *Development Through the Lifespan Dari Prenatal Sampai Remaja (Transisi Menjelang Dewasa)* Buku 1, Edisi 5. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fitri, B. A. & Amna, Z. (2016). *Psychological Well-being* Remaja Panti Asuhan di Kota Banda Aceh. *International Journal of Child and Gender Studies*, 2 (1), 119-124.
- Gumede, P.R. (2009). *The Psychosocial Well-being of Teenaged Orphans in Rural Community, Kwazulu-Natal*. Tesis. University of South Africa.
- Hawadi, L. F., & Misero, P. S. (2012). Adjustment Problems Dan *Psychological Well-being* Pada Siswa Akseleran. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(01), 68-80. Diunduh dari:<http://jurnal.umk.ac.id/index.php/PSI/article/view/37>.
- Kepmensos. (2004). UU Kepmensos No.50/HUK/2004.
- Keyes, C.L.M., Shmotkin, D., & Ryff, C.D. (2002). Optimizing Well-being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (6), 1007-1022.
- Khoirunnisa, S., Ishartono, & Resnawaty, R. (2015). Pemenuhan Kebutuhan Pendidikan Anak Asuh di Panti Asuhan Sosial Asuhan Anak. *Prosiding KS: Riset & PKM*, 2 (1).
- King, Laura A. (2010). *Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Lakoy, F.S. (2009). *Psychological Well-being* Perempuan Bekerja dengan Status Menikah dan Belum Menikah. *Jurnal Psikologi*, 7 (2), 71.

- Papalia, Diene E., Feldman, Ruth D. (2014). *Menyelami Perkembangan Manusia Buku 2, Edisi 12*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ryff, C.D. & Singer, B.H. (1996). Psychological Well-being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapi Research. *Journal Psychother and Psychosom University of Wisconsin*, (65), 14-23.
- Ryff, C.D. & Singer, B.H. (2008). Know Thyself and Become What You Are : A Eudaimonic Approach to *Psychological Well-being*. *Journal of Happiness Studies*, (9): 13-39.
- Ryff, C.D. & Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719-727.
- Ryff, C.D. (1998). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of *Psychological Well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Essex, M. J. (1992). The Interpretation of Life Experience and Well-Being: the Sample Case of Relocation. *Psychology and Aging*, 7, 507-517.
- Ryff, C.D. 2013. Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83, 10-28.
- Santrock, John W. (2012). *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup Jilid 1, Edisi Ketigabelas*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, M.D. & Basri, A.S. (2007). Gambaran Kecemasan dan Depresi Pada Siswa yang Pernah Mengalami Kesurupan Massal. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Indonesia*, 13 (2).
- Septiani, N. & Utoyo, D.B. (2013). Gambaran *Psychological Well-being* Pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. *Fakultas Psikologi Universitas Indonesia*.
- Singh, Sandeep & Mansi. (2009). Psychological Capital as Predictor of Psychological Well-being. Guru Jambheshwar University of Science and Technology. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology* July 2009, 35 (2), 233-238.