

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1.Latar Belakang Masalah**

Manusia mengalami beberapa fase perkembangan. Fase perkembangan manusia dimulai dari anak – anak, remaja sampai dengan fase dewasa. Salah satu fase terpenting dalam hidup manusia adalah fase ketika remaja yang sering dikenal dengan fase peralihan. Individu dapat dikatakan sebagai remaja ketika individu tersebut berusia 11 tahun atau 12 tahun sampai awal 20 tahun – an (Papalia, Old, & Feldman, 2008).

Papalia, Old, dan Feldman Lebih lanjut menjelaskan bahwa remaja memiliki kemajuan perkembangan yang sangat cepat. Perkembangan yang sangat cepat juga dialami oleh remaja panti asuhan yang umumnya memiliki karakter lebih berbeda. Panti asuhan merupakan salah satu lembaga yang disediakan untuk merawat anak yang sengaja ditinggal oleh keluarganya (Rahma, 2011). Remaja panti asuhan tumbuh tanpa adanya orang tua kandung. Anak dan remaja yang ditinggalkan di panti asuhan biasanya karena faktor ekonomi atau orang tua yang sudah meninggal.

Menurut data Yayasan Sayangi Tunas Cilik, menyatakan bahwa sudah ada 500.000 anak termasuk remaja Indonesia yang bermukim di 900 panti asuhan yang ada (Wisnubrata, 2019). Wisnubrata pun menyatakan bahwa 90 % anak dan remaja panti asuhan sesungguhnya masih memiliki orang tua. Namun, orang tua menitipkan buah hatinya sejak bayi atau usia kanak – kanak dengan kesulitan ekonomi sebagai alasan yang paling sering muncul.

Tanggal 18 Oktober 2019 seorang bapak asuh yang berbagi cerita dengan peneliti. Beliau menyampaikan bahwa anak atau remaja panti asuhan

yang berada disana didominasi hasil hubungan diluar nikah. Kemudian orang tuanya menitipkan anaknya ketika lahir karena keterbatasan ekonomi.

Remaja yang hidup bersama orang tuanya pasti akan merasa diperhatikan, dicintai, dan dikasihi (Febriana, Deliana, & Muhammad, 2014). Namun, hal yang berbeda terjadi pada remaja di panti asuhan karena umumnya remaja hanya memiliki ibu asuh. Ibu asuh harus mengurus banyak anak sehingga seringkali remaja tidak mendapat perhatian penuh. Ibu asuh juga sulit untuk memerhatikan remaja karena banyaknya kegiatan yang diikuti pada setiap individu remaja. Sulitnya untuk memerhatikan remaja panti asuhan juga diakui oleh salah satu ibu asuh yang peneliti wawancarai pada tanggal 4 November 2019.

Perhatian yang kurang bagi remaja panti asuhan dapat menimbulkan efek negatif dalam diri remaja yang juga berkaitan dengan karakter remaja panti asuhan itu sendiri. Fakta mengungkapkan bahwa remaja yang tidak memiliki keluarga dapat mengalami halangan di masa perkembangannya (Anasuri, 2016). Halangan atau kesulitan yang dialami remaja dapat berasal dari faktor psikososial yang berasal dari tugas sekolah dan pertemanan (Schraml, Perski, Grossi, & Simonsson-sarnecki, 2011).

Ada beberapa karakter remaja panti asuhan yang berbeda dari karakter remaja pada umumnya yaitu konsep diri yang rendah (Irfan, 2000), kemampuan adaptasi yang rendah (Fatnar & Anam, 2014), sering merasa tidak percaya diri (Febriana, dkk., 2014), memiliki harga diri yang rendah (Amaliyah & Prihastuti, 2014), serta memiliki perkembangan mental emosional yang rendah (Haryanti, Pamela, & Susanti, 2016). Karakter – karakter tersebut juga didukung oleh

beberapa hasil wawancara peneliti. Wawancara dilakukan dengan remaja panti asuhan dan ibu asuhnya.

Konsep diri yang rendah dapat timbul karena kurangnya perhatian yang didapatkan oleh remaja panti asuhan dan terlihat juga berdasarkan hasil wawancara 9 September 2019. Remaja panti asuhan bercerita bahwa dirinya sering berkelahi dan marah karena mengalami ejekan yang berkaitan dengan orang tua. Selain itu juga, menurut ibu asuh pada tanggal 17 September 2019 menyatakan bahwa seringkali remaja panti asuhan memiliki nilai mata pelajaran yang tidak memuaskan.

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 16 Desember 2019 dengan empat remaja panti asuhan. Berdasarkan wawancara tersebut didapatkan bahwa mereka selalu memiliki masalah dengan nilai sekolah. Remaja S selalu mendapat nilai buruk pada mata pelajaran bahasa Jawa, remaja C selalu mendapat nilai C pada mata pelajaran perpajakan, remaja I dan remaja E selalu mendapat nilai buruk pada mata pelajaran kejuruan. Melihat hal seperti ini seharusnya remaja melakukan sesuatu untuk memperbaiki nilainya. Sebaliknya remaja – remaja tersebut memilih diam dan menutup bukunya sehingga tidak ada peningkatan pada nilainya.

Remaja C menjelaskan bahwa belajar akan sia – sia karena ia akan tetap mendapat nilai C. Remaja I menjelaskan ia hanya menangis dan merenungi nilainya tanpa melakukan usaha lain untuk memperbaiki nilainya. Remaja E mengungkapkan bahwa yang ia lakukan adalah menutup bukunya. Hal ini juga terjadi pada remaja S yang memilih untuk pasrah terhadap nilai buruknya di sekolah.

Perilaku remaja - remaja yang tidak mengerjakan tugas dengan baik dan memiliki prestasi akademik yang buruk menunjukkan bahwa remaja sulit menghadapi situasi yang problematis di sekolah (Poerwanto & Prihastiwi, 2017). Prihastiwi dan Poerwanto menjelaskan bahwa sulitnya remaja menghadapi situasi yang problematis ini disebabkan oleh rendahnya resiliensi remaja.

Kemampuan adaptasi yang rendah terlihat berdasarkan pernyataan ibu asuh yang menyatakan bahwa remaja panti asuhan memiliki relasi yang kurang baik dengan teman sebayanya. Stigma yang muncul tentang anak panti asuhan dan pengalaman tidak mengenakan yang pernah dialami remaja seperti saling ejek membuat remaja sulit beradaptasi. Kemampuan adaptasi yang rendah membuat remaja tersebut tidak dapat berinteraksi sosial dengan baik.

Remaja sering merasa tidak percaya diri juga terlihat berdasarkan pernyataan pembina panti asuhan pada tanggal 23 September 2019 dan ibu asuh pada tanggal 17 September 2019. Pembina panti asuhan menyatakan remaja lebih dapat mengekspresikan dirinya di sekitar panti asuhan daripada ketika di luar panti asuhan. Sedangkan, ibu asuh menyatakan remaja panti asuhan pernah merasa iri pada temannya yang memiliki telepon genggam. Febriana, Deliana, dan Muhammad menjelaskan ketidakpercayaan diri dan rendah diri terjadi karena keterbatasan ekonomi yang dialami remaja panti asuhan. Keterbatasan ekonomi membuat remaja tidak dapat memenuhi kebutuhan dan keinginannya. Hal itu memicu remaja panti asuhan merasa berbeda dengan orang lain.

Remaja panti asuhan memiliki harga diri yang rendah juga terlihat dari pernyataan ibu asuh pada tanggal 17 September 2019. Remaja panti asuhan kesulitan dalam menyampaikan keinginan dan cita – citanya. Kesulitan yang

dirasakan remaja panti asuhan terjadi karena remaja berpikir bahwa tidak banyak yang dapat ia lakukan.

Berdasarkan pernyataan diatas menunjukkan bahwa remaja panti asuhan memiliki banyak masa sulit yang dapat membuat remaja merasa terpuruk sehingga memiliki resiliensi yang rendah. Resiliensi yang rendah juga dapat dilihat dari beberapa indikator yaitu dukungan sosial, trauma masa lalu, kesehatan fisik, dan kesehatan mental (Rodriguez-Ilanes, Vos, & Guha-sapir, 2013). Berdasarkan data yang ada remaja panti asuhan memiliki relasi sosial yang kurang baik karena saling ejek, kesulitan ekonomi, kurang perhatian dari orang tua sehingga kurang dukungan sosial, dan perkembangan mental emosional yang kurang. Padahal remaja panti asuhan memerlukan resiliensi yang lebih kuat untuk menghadapi segala tuntutan hidupnya.

Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk memberi respon positif pada suatu masalah dan bangkit dari keterpurukannya (Compton & Hoffman, 2012). Individu yang memiliki resiliensi yang baik dapat mengendalikan perilakunya, menentukan tujuan hidupnya, mengambil keputusan dalam segala hal sendiri, dan memiliki komitmen dalam segala hal yang dilakukan (Yu & Zhang, 2007). Resiliensi sesungguhnya dapat membawa dampak positif bagi remaja panti untuk bertahan di segala situasi. Sebaliknya, akan membawa dampak negatif jika remaja tidak dapat bangkit dari keterpurukannya.

Dampak negatif yang dapat terjadi bagi remaja panti asuhan adalah remaja merasa tidak nyaman dengan dirinya dan lingkungannya. Hal ini juga yang memungkinkan timbulnya stress pada remaja panti asuhan. Remaja sangat rentan untuk mengalami gangguan psikologis ( Schraml, Perski, Grossi, & Simonsson-sarnecki, 2011). Bahkan Komnas PA memiliki 31 kasus bunuh diri

yang dilakukan oleh remaja karena stress atau depresi (Kompas, 2012). Fakta juga menunjukkan individu yang memiliki tingkat stress yang tinggi memiliki kemampuan resiliensi yang lebih rendah (Septiani & Fitria, 2016). Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi menjadi hal yang penting untuk dimiliki remaja panti asuhan yang masih berkembang.

Banyak remaja panti asuhan yang mengalami kesulitan dalam hidupnya. Namun, pada kenyataannya sesungguhnya masih ada individu remaja panti asuhan yang dapat melalui masa sulitnya dengan baik. Remaja IM pada wawancara tanggal 16 Desember 2019 menyatakan bahwa dirinya sangat puas dengan hidupnya saat ini bahkan ia memiliki cita – cita sebagai tentara. Ibu asuh juga menyatakan bahwa ada remaja panti asuhannya yang berhasil keluar dan mendapatkan pekerjaan di sebuah perusahaan. Selain itu, ada seorang individu yang pernah tinggal di panti asuhan dan berhasil menjadi seorang pemimpin bank (Priyatin, 2019).

Keberadaan individu atau remaja yang tidak mengalami keterpurukan memperlihatkan bahwa setiap remaja panti asuhan memiliki kesempatan yang sama untuk tetap berkembang (Novaria, 2018). Diperlukan sebuah tindakan yang dapat membantu remaja panti asuhan untuk memiliki resiliensi yang baik. Ada beberapa faktor yang dapat mendukung terbentuknya resiliensi baik faktor protektif internal maupun faktor protektif eksternal (Maesaroh, Sunarti, & Muflikhati, 2019). Faktor protektif internal berupa empati dan kesadaran diri sedangkan faktor protektif eksternal berupa keluarga dan teman sebaya. Penelitian ini akan berfokus pada salah satu hal yang dapat memengaruhi resiliensi yaitu kesadaran diri sebagai faktor pembentuk resiliensi.

Kesadaran diri dapat membantu remaja untuk menentukan hal apa yang dapat dilakukan setelah mengetahui suatu hal. Kesadaran diri merupakan kemampuan untuk mengerti tentang perasaan atau emosi individu sendiri (Winarno, 2008). Hal ini dapat membuat individu memahami dirinya sendiri dan memahami orang yang ada di sekitarnya.

Individu dapat menambah nilai hidup dari lingkungannya dan dapat berinteraksi dengan baik (Andren, 2012). Individu yang memiliki kesadaran diri yang baik akan membantu individu untuk mengontrol kekuatan, kelemahan, dan emosi (Yeung, 2009). Kesadaran diri juga akan membuat individu menyampaikan pemikirannya, perasaan, dan permasalahan yang dihadapinya sehingga individu dapat menentukan perilaku yang baik dalam segala situasi (Maharani & Mustika, 2016).

Faktanya remaja panti asuhan memiliki kondisi yang berbeda dengan remaja pada umumnya yang memiliki orang tua. Oleh karena itu, remaja panti asuhan memerlukan tindakan yang dapat membantu perkembangan kesadaran diri. Melalui Penelitian ini peneliti akan memberikan pelatihan kepada remaja panti asuhan. Pelatihan merupakan salah satu tindakan yang efektif untuk mengubah perilaku (Robbins & Judge, 2013).

Pelatihan yang dilakukan dengan memberikan pelatihan kesadaran diri kepada remaja panti asuhan. Pelatihan kesadaran diri melatih kemampuan pemahaman emosi dan pemahaman diri remaja sehingga dapat menanamkan kemampuan yang juga dapat membentuk resiliensi pada remaja seperti pengendalian diri, menentukan tujuan hidup, dan memiliki pemikiran positif. Berdasarkan pernyataan yang ada peneliti ingin mengetahui efektivitas pelatihan kesadaran diri untuk meningkatkan resiliensi remaja panti asuhan. Dengan

demikian pertanyaan penelitian yang diajukan adalah apakah pelatihan kesadaran diri efektif untuk meningkatkan resiliensi pada remaja panti asuhan ?

## **1.2. Tujuan Penelitian**

Mengetahui efektivitas pelatihan kesadaran diri untuk meningkatkan resiliensi remaja panti asuhan.

## **1.3. Manfaat Penelitian**

### **1.3.1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini memiliki manfaat sebagai referensi bagi peneliti dalam bidang psikologi kepribadian khususnya pada kesadaran diri dan resiliensi serta dalam bidang psikologi industri organisasi.

### **1.3.2. Manfaat Praktis**

Menjadi sarana untuk menerapkan ilmu yang telah didapatkan selama pembelajaran di perkuliahan khususnya mata kuliah praktek rancangan pelatihan. Pelatihan yang dilakukan dengan menanamkan kesadaran diri pada remaja panti asuhan.

