

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Masa remaja adalah masa peralihan dan kritis dalam perkembangan individu dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang diantaranya terjadi perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional (Papalia dkk, 2009). Selain itu diperlukan penyesuaian diri terhadap berbagai perubahan jasmaniah dan juga penyesuaian di kehidupan sosial yang baru dimana hal tersebut dapat menimbulkan banyak tantangan serta gangguan yang dialami oleh remaja (Azizah, 2013). Untuk dapat menjalani kehidupan sosial dengan baik, remaja harus melalui tugas-tugas perkembangan pada fase usianya. Oleh karena itu remaja sangat membutuhkan perhatian, bimbingan, serta pengarahan dari keluarga maupun lingkungan sekitarnya untuk mengatasi segala tantangan serta memenuhi tugas perkembangan dengan tepat sesuai dengan kondisinya (Putro, 2017).

Pada kenyataannya, menurut Rahmawati, dkk (2018) tidak semua remaja dapat melewati masa remajanya dengan didampingi oleh keluarga atau orangtua. Tidak semua remaja mempunyai figur orang tua yang dapat dijadikan sebagai sosok yang akan memberikan bimbingan dukungan serta perhatian selama masa perkembangannya, hal ini dapat terjadi pada remaja yang kehilangan salah satu atau kedua orang tuanya (Mustafa, 2019).

Remaja yang kehilangan orangtua atau salah satu anggota keluarga yang dicintainya akan mengalami kondisi yang traumatis dan akan melalui tantangan yang lebih berat (Mustafa dan Hadiyati, 2019). Menurut Yosep, Puspowati, dan

Sriati (2009) pengalaman traumatik akan sulit dilupakan dan memiliki efek psikologis dalam waktu yang panjang. Selain itu, berdasarkan penelitian Apelian dan Nesteru (2017) menyatakan bahwa remaja mengalami beberapa kesulitan yang harus dilalui setelah kehilangan orangtua, yaitu penyesuaian perubahan rutinitas, finansial yang buruk, dan tidak mempunyai tempat tinggal tetap atau relokasi. Salah satu kondisi tertentu inilah yang dapat menjadikan remaja harus berpindah ke panti asuhan.

Mazaya dan Supradewi (2011) menyatakan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan merupakan kelompok rentan yang mengalami kematian orangtua, perceraian orangtua, kemiskinan, keluarga tidak harmonis, ketidakmampuan orangtua dalam memberikan kasih sayang dan memenuhi kebutuhan hidup anak-anaknya, dan *broken home* yang dapat menyebabkan hilangnya fungsi keluarga. Sedangkan peran panti asuhan belum dapat menggantikan peran orangtua serta fungsi keluarga, remaja panti asuhan belum cukup memperoleh perhatian dari pengasuh karena jumlah pengasuh yang berperan sebagai orang tua tidak sebanding dengan jumlah remaja yang diasuh, sehingga para pengasuh harus bergantian dalam menjalankan tugasnya di panti asuhan (Depsos dalam Rahmawati, 2018). Sandri (2015) menyatakan kualitas perhatian pada anak panti akan berkurang, karena banyaknya anak yang harus diperhatikan. Minimnya kualitas perhatian membuat remaja di panti asuhan rentan mengalami tekanan psikologis yang lebih besar dibandingkan dengan remaja yang tidak tinggal di panti asuhan (Nyamukapa, 2010).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hartini (Tricahyani, 2016) menemukan bahwa remaja panti asuhan memiliki banyak permasalahan psikologis dibandingkan remaja yang memiliki keluarga utuh, diantaranya berupa kepribadian yang inferior, tidak aktif, bersikap dingin atau acuh tak acuh, mengasingkan diri, mudah putus asa dan penuh dengan ketakutan. Selain itu, remaja panti asuhan tersebut menunjukkan perilaku menarik diri dari lingkungan, menunjukkan sikap egois dan rasa bermusuhan. Hal ini menyebabkan remaja panti asuhan akan sulit menjalin hubungan sosial dengan orang lain, sehingga mereka memiliki masalah sosial. Oleh karena itu, dibutuhkan kemampuan daya tahan remaja dalam menghadapi berbagai tekanan dan tantangan dalam hidup.

Penting sekali remaja memiliki daya tahan atau disebut dengan resiliensi agar dapat menghadapi segala tantangan yang datang dalam kehidupannya (Ruswahyuningih & Afiatin, 2015). Resiliensi penting untuk dimiliki oleh remaja karena pada masa tersebut akan mengalami perubahan sosial, biologis, dan psikologis yang dilalui sehingga menuntut remaja dapat bersikap adaptif dalam mengatasi berbagai masalah (Khabbaz dkk dalam Rahmawati, 2018). Kesulitan yang dialami seorang remaja saat menghadapi masalah akan terasa mudah karena adanya resiliensi (Ester, Atrizka & Putra, 2020).

Anak-anak yang memiliki resiliensi digambarkan dengan mereka cenderung mengerti dan bersimpati dengan perasaan orang lain, dapat menjadi komunikator yang baik yang mampu menyelesaikan masalah, memiliki minat yang kuat di sekolah, dan berdedikasi untuk belajar, miliki dorongan untuk mencapai tujuan, mereka senang terlibat dalam aktivitas yang bermakna, penuh

dengan harapan mengenai masa depan, dan memiliki hubungan yang kuat dengan satu atau lebih orang dewasa (Barankin & Khanlou, 2007). Karakteristik remaja yang mengembangkan resiliensi digambarkan sebagai remaja yang memiliki satu atau lebih orang dewasa yang dapat memberinya dukungan, mudah bergaul, santai, memiliki keterampilan berpikir yang bagus, memiliki satu atau lebih bakat, percaya pada diri sendiri dalam mengambil keputusan, serta religius (Murphey, 2013). Pada remaja panti asuhan yang memiliki resiliensi, ketika memiliki permasalahan mereka tetap yakin dan berusaha bangkit dari permasalahan yang menimpanya sehingga mereka tetap berhasil sesuai dengan tujuan yang mereka ingin capai (Rahmawati dkk, 2018).

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Nisa dan Muis (2015) terhadap 80 anak yang tinggal di empat panti asuhan di Sidoarjo dengan rentang usia 15-17 tahun, ditinjau dari aspek pembentuk resiliensi, subjek penelitian dengan kategori resiliensi tinggi digambarkan dengan mereka dapat mengendalikan amarah dengan melakukan kegiatan yang lebih positif, mampu membedakan mana hal yang lebih penting dan mana yang dirasa kurang penting, percaya pada diri sendiri terhadap keputusan yang telah dibuat akan menghasilkan, mampu mencari akar permasalahan sehingga mengetahui apa saja yang harus dilakukan untuk untuk menyelesaikan permasalahan tersebut, memiliki keyakinan untuk dapat menghadapi semua masalah, mengerti dan melakukan secara nyata apa saja yang membuat mereka dapat meraih cita-cita serta keinginan yang ingin dicapai. Sedangkan subjek penelitian dengan kategori resiliensi rendah digambarkan dengan mudah menyerah dengan permasalahan



yang tidak dipahami, tidak mampu membedakan hal yang lebih prioritas, cenderung langsung menyerah ketika menghadapi kegagalan dan menganggap diri mereka tak mampu lagi, tidak mampu menemukan akar permasalahan serta solusinya karena mereka cenderung bersikap pasif, merasa diri sendiri lemah dalam mengatasi masalah, tidak mengetahui apa yang harus dilakukan untuk mencapai segala keinginan yang ingin mereka capai.

Selanjutnya penulis melakukan wawancara terhadap 3 orang subjek remaja yang bertempat tinggal di panti asuhan. Wawancara dilakukan pada subjek berinisial K pada 15 Agustus 2020 yang berusia 17 tahun. K mengaku sulit beradaptasi dengan lingkungan panti sehingga lebih memilih diam menyendiri di kamar daripada berkumpul dengan anak lainnya. K lebih memilih memendam permasalahannya sendiri karena K merasa tidak ada seseorang yang memperdulikannya dan segala permasalahan yang menimpanya, meskipun begitu K mengaku tidak tahu harus berbuat bagaimana untuk menyelesaikan masalahnya. Seringkali K menyalahkan dirinya sendiri karena segala kelemahan serta kekuangan yang ada pada dirinya. K mengaku tidak ingin memiliki sikap menutup diri yang menyebabkan K memiliki kemampuan sosial yang rendah. Meskipun demikian, K menganggap bahwa tidak seharusnya tinggal di panti asuhan bersama anak-anak lain yang membuatnya tidak nyaman. K mengaku apabila ibunya mampu membiayainya bersekolah, pasti dapat tinggal di rumah berkumpul bersama keluarga.

Wawancara kedua pada subjek berinisial D pada 15 Agustus 2020 yang berusia 16 tahun. Ketika D menghadapi permasalahan, D cenderung hanya

menyelesaikan masalah yang bisa diselesaikan, namun apabila D merasa tidak mampu maka D seringkali menganggap tidak ada masalah yang menimpanya dan menganggap masalah akan selesai dengan sendirinya. Selain itu, D mengaku cemas ketika mendapatkan nilai jelek di sekolah. Dikarenakan tidak ingin mendapatkan nilai jelek, D membenci dirinya sendiri yang kurang mampu memahami pelajaran di sekolah. Selain itu D mengaku menjalani kehidupnya mengalir saja seperti air. D cenderung tidak memiliki target masa depan karena percaya pada takdir sehingga D berserah diri kepada takdir yang akan datang kepadanya.

Wawancara ketiga pada subjek berinisial S yang berusia 17 tahun pada 15 Agustus 2020. S merasa dirinya lemah dalam mengatasi masalah. S seringkali menangis tidak tahu apa yang harus dilakukan. Dengan cara menangis, hal tersebut dapat membuat hati S lega meskipun masalahnya belum terselesaikan. Selain itu, S mengaku merasa kurang beruntung dengan kondisi kehidupannya saat ini. S merasa menjadi anak panti asuhan adalah situasi yang cukup berat baginya. Disamping itu S sering merenung mengenai kondisi keluarganya yang mengalami perpecahan yang disebabkan oleh dirinya. Hal ini membuat S sedih dan selalu menyalahkan dirinya sendiri secara berlebihan. S mengaku memiliki cita-cita untuk membahagiakan kedua orangtuanya. Namun karena kondisi *broken home*, ayah ibunya yang saling membenci membuatnya tidak dapat mencapai cita-citanya. Hal ini membuat S sedih karena dirinya tidak dapat seperti anak-anak yang lain yang memiliki kesempatan untuk dapat membahagiakan kedua orangtua mereka.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi yang paparkan oleh Barankin dan Khanlou (2007) yaitu faktor protektif (*protective factor*) dan faktor resiko (*risk factor*). Faktor resiko dan protektif adalah karakteristik individu, keluarga dan lingkungan dalam meningkatkan (*protective factor*) atau menurunkan (*risk factor*) resiliensi seseorang. Faktor protektif membantu melindungi remaja dari efek negatif atau kejadian yang tidak menyenangkan. Menurut Rananto dan Hidayati (2017) Salah satu upaya untuk menghindari munculnya situasi yang tidak menyenangkan yang dapat memicu seseorang untuk menyalahkan diri sendiri secara berlebihan yaitu dengan cara menumbuhkan rasa menyayangi diri sendiri, atau disebut dengan istilah *self compassion*.

Individu yang memiliki *self compassion* digambarkan sebagai individu yang tidak mudah menyalahkan diri secara berlebihan ketika gagal, mampu menghadapi tantangan baru, memperbaiki kesalahan dan mengubah perilaku yang dirasa kurang produktif (Hidayati, 2015). Mereka akan memiliki kompetensi pribadi berupa kehangatan, empati, kesabaran, kepekaan dan ketenangan dalam menghadapi permasalahannya (Kawitri dkk, 2019). Pada remaja yang memiliki *self compassion* cenderung akan menerima berbagai perasaan dengan tenang sehingga lebih mampu menoleransi emosi negatif, yang mana kemampuan tersebut termasuk ke dalam bagian resiliensi (Kawitri dkk, 2019). Dalam penelitian Neff (2003) *self compassion* merupakan emosi positif yang dapat menjauhkan individu dari *self judgment* yang negatif, perasaan terisolasi dan depresi.

Dalam penelitian Hermansyah (2019) berjudul “Hubungan Antara *Self Compassion* dan resiliensi terhadap remaja yang orangtuanya bercerai” pada 36 responden, menunjukkan hasil positif signifikan antara *self compassion* dengan resiliensi. Artinya semakin tinggi *Self Compassion* yang ditunjukkan oleh remaja yang memiliki orangtua bercerai, maka semakin tinggi pula resiliensi mereka.

Faktor lain yang mempengaruhi resiliensi sebagaimana disebutkan oleh Herrman, dkk (2011) bahwa sumber-sumber resiliensi yaitu faktor kepribadian (meliputi karakter kepribadian, *internal locus of control*, penguasaan, *self-efficacy*, *self-esteem*, penilaian kognitif dan optimisme), faktor biologis, dan faktor lingkungan.

Menurut Rotter (Sudaryono, 2007) *locus of control* merupakan suatu pusat kendali yang dimiliki oleh individu untuk mengontrol seluruh perilaku yang akan dimunculkan. Grasha (oktaviana, 2013) mengemukakan bahwa *internal locus of control* merupakan keyakinan individu atau seseorang bahwa peristiwa yang terjadi pada dirinya merupakan kendali oleh faktor dari dalam dirinya sendiri, yang artinya individu tersebut menjadi pemimpin atau penentu dari nasib yang dimilikinya.

Dampak positif yang dirasakan jika memiliki *internal locus of control* yang baik adalah menurut Basim dkk, (2010) individu dengan *internal locus of control* yang tinggi memiliki kepribadian pada kontrol perilaku yang lebih positif dibandingkan dengan *external locus of control*. Menurut Phares (Sudaryono, 2007) mereka yang berorientasi pada *internal locus of control* cenderung lebih percaya diri, berpikir optimis dalam setiap langkahnya. Selain itu menurut



Oktaviana (2013) Seseorang dengan *internal locus of control* yang tinggi akan mampu menghadapi perubahan dan melaksanakan fungsi atau peran baru dengan lebih baik, dibandingkan mereka yang memiliki *internal locus of control* rendah. Hal ini disebabkan karena *internal locus of control* dapat menjadi pendorong eksistensi kemampuan seseorang yang akan memperkuat resiliensi dalam diri individu tersebut. Melalui konsep *internal locus of control* dan *external locus of control* tersebut, maka dapat diketahui tentang keyakinan atau pusat kendali pada remaja yang bertempat tinggal di panti asuhan dalam berperilaku resilien. Menurut Sudaryono (2007) berdasarkan berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa orientasi *internal locus of control* lebih banyak menghasilkan dampak positif. Oleh karena itu dalam hal ini peneliti lebih berpusat pada *internal locus of control*.

Menurut pendapat Werner dan Smith (Dipayanti & Chairani, 2012) mengatakan bahwa *internal locus of control* merupakan bentuk umum dari rasa tanggung jawab yang menunjukkan kekuatan pribadi sebagai faktor penentu utama dari resiliensi seseorang. Pada penelitian Anderson (2006) mengatakan bahwa individu yang resilien merupakan individu yang memiliki *internal locus of control*. Seseorang dengan *internal locus of control* lebih mampu menggunakan pengaruh dirinya karena individu percaya pada kemampuannya untuk mengendalikan hidup dan menempatkan kekuatan untuk menentukan perilaku yang akan dimunculkan dalam hidupnya, kondisi tersebut dapat membentuk kepribadian individu menjadi lebih positif dan cenderung memiliki kemampuan dalam menghadapi peristiwa traumatis (Phares dalam Oktaviana, 2013).

Dalam penelitian Dipayanti dan Chairani (2012) yang berjudul “*Locus Of Control dan Resiliensi Pada Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai*” pada 60 responden, menunjukkan hasil yang signifikan yaitu terdapat hubungan positif antara *locus of control* dengan resiliensi pada remaja yang orang tuanya bercerai, dimana semakin remaja yang memiliki orang tua yang bercerai menggunakan *internal locus of control* maka semakin bagus resiliensi yang dimiliki oleh remaja tersebut dan sebaliknya semakin remaja tersebut menggunakan *eksternal locus of control* maka semakin buruk resiliensi yang dimiliki remaja dalam menghadapi perceraian orang tua.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang resiliensi. Faktor penyebab tinggi rendahnya resiliensi yang dimiliki oleh remaja yang bertempat tinggal di panti asuhan akan diteliti berdasarkan adanya faktor *self compassion* dan *locus of control* yang berpusat pada *internal locus of control*, sehingga penulis mengambil judul “Hubungan Antara *Self Compassion* dan *Internal Locus Of Control* dengan Resiliensi Pada Remaja Panti Asuhan.”

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris hubungan antara *self compassion* dan *internal locus of control* dengan resiliensi pada remaja yang bertempat tinggal di panti asuhan yayasan Darussalamah Kudus dan panti asuhan Muhammadiyah Samsah Kudus.

## D. Manfaat penelitian

Dalam penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan sumbangan ilmiah bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan tentang hubungan antara *self compassion*, *internal locus of control* dengan resiliensi.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Pengurus Panti Asuhan

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat untuk menambah wawasan bagi pengurus panti tentang hubungan antara *self compassion* dan *internal locus of control* dengan resiliensi pada remaja panti asuhan.

#### b. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan referensi bagi peneliti-peneliti selanjutnya berkaitan dengan *self compassion*, *internal locus of control*, dan resiliensi remaja panti asuhan.