

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan kelompok usia yang mendominasi populasi penduduk Indonesia. Jumlah penduduk dengan usia remaja (10-19 tahun) pada 2021 sebanyak 44,5 juta (Badan Pusat Statistik, 2021) atau sekitar 17% dari keseluruhan penduduk Indonesia (UNICEF, 2021). Badan Pusat Statistik memperkirakan sekitar 2,5% dari populasi remaja di Indonesia tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak atau yang biasa disebut dengan panti asuhan (Badan Pusat Statistik, 2018 dalam Febristi, 2021). Diperkirakan jumlah ini terus meningkat seiring dengan meningkatnya jumlah remaja di Indonesia (Febristi, 2021).

Panti asuhan merupakan lembaga yang dibentuk untuk memberikan layanan bagi anak-anak yatim, piatu, kekurangan secara ekonomi, dan terlantar (Ilham dkk., 2020). Anak dan remaja menghuni panti asuhan salah satunya disebabkan adanya disfungsi peran sosial orang tua atau wali (Lesmana & Budiani, 2013). Individu yang menghuni panti asuhan pada umumnya merupakan anak dan remaja yang memiliki permasalahan keluarga, seperti tidak memiliki atau mengenal orang tua sejak lahir (Marwati dkk., 2016).

Latar belakang permasalahan keluarga dan disfungsi peran orang tua menimbulkan permasalahan sosial yang dialami remaja yang tinggal di panti asuhan. Remaja yang tumbuh di panti asuhan mendapatkan label negatif atas latar belakang mereka serta mendapatkan penolakan (Wulandari & Susilawati, 2016). Berdasarkan Survei Kesehatan Global berbasis sekolah pada tahun 2007, sekitar

40% siswa remaja berusia 13-15 tahun mengalami kekerasan berupa *bullying*, dan korban yang termasuk di dalamnya adalah anak yang berasal dari suatu institusi panti asuhan, pusat rehabilitasi, dan asrama (Wulandari & Susilawati, 2016). Hal ini berdampak pada kondisi psikologis remaja. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan mengidentifikasi dirinya sebagai individu yang terasing dari lingkungan dan merupakan sumber permasalahan (Marwati dkk., 2016).

Masalah ekonomi keluarga merupakan faktor utama di samping permasalahan keluarga yang menyebabkan anak terlantar hingga harus tinggal di panti asuhan. Berdasarkan catatan Kementerian Sosial RI, 90% anak yang tinggal di panti asuhan masih memiliki orang tua, namun memilih tinggal di panti asuhan untuk dapat melanjutkan pendidikan (Kementerian Sosial Republik Indonesia, 2011). Ini menunjukkan kemampuan panti asuhan dalam memberikan akses pendidikan bagi anak dan remaja yang tidak mampu mendapatkannya dari orang tua. Namun, hal ini berdampak pada jumlah penghuni panti asuhan menjadi tinggi. Sebanyak 137.187 anak dan remaja menghuni 4.327 panti asuhan yang ada di Indonesia (Save the Children, 2020).

Fenomena yang muncul akibat peningkatan jumlah anak dan remaja yang tinggal di panti asuhan adalah timbulnya ketidak seimbangan jumlah anak asuh dan pengasuh. Kementerian Sosial Republik Indonesia (2011) menetapkan standar panti asuhan setidaknya memiliki satu pengasuh untuk lima anak. Tetapi pada umumnya, satu pengasuh panti asuhan di Indonesia harus membagi perhatian kepada lebih dari 10 anak asuh (Sutinah, 2018). Kondisi ini diperparah dengan minimnya pengetahuan tentang pengasuhan yang dimiliki oleh pengasuh panti

asuhan di Indonesia (Kementerian Sosial Republik Indonesia, 2011). Akibatnya, mayoritas panti asuhan di Indonesia mengabaikan pentingnya peran pengasuhan dan hanya berfokus pada pemenuhan kebutuhan pangan dan pendidikan (Teja, 2014).

Fenomena lain yang menjadi perhatian berkaitan dengan meningkatnya jumlah penghuni panti asuhan adalah masalah kelayakan dan fasilitas. Komisi Nasional Perlindungan Anak (Kemen PPA) pada tahun 2014 menjelaskan dari sekitar 3000 panti asuhan di wilayah Jabodetabek, hanya 38 panti asuhan yang tercatat dan dianggap layak (Isnaini, 2014). Kementerian Sosial mencatat terdapat 5.824 panti asuhan di Indonesia, namun baru 1.615 panti asuhan yang terakreditasi (Tamba, 2018). Kurangnya fasilitas yang memadai membuat remaja yang tinggal di panti asuhan kurang terpenuhi kebutuhan dasarnya dan mengakibatkan kesehatan mentalnya menjadi terancam (Makame dkk., 2002).

Kondisi panti asuhan dengan kurangnya perhatian pengasuh dan terbatasnya fasilitas membuat remaja dituntut memiliki penyesuaian diri yang baik. Mereka harus beradaptasi dengan lingkungan panti asuhan, baik peraturan, kegiatan, maupun teman-teman dan pengasuh (Megawati dkk., 2019). Rahmah dan Ilyas (2014) menyebutkan bahwa 30,8% remaja yang tinggal di panti asuhan mengalami masalah penyesuaian diri. Sebanyak 70,8% di antaranya kesulitan menyesuaikan diri dengan pengasuhan di panti dan 72,2% di antaranya memiliki masalah penyesuaian diri dengan lingkungan panti asuhan (Rahmah & Ilyas, 2014).

Pada saat yang bersamaan, remaja di panti asuhan memiliki tuntutan untuk beradaptasi dengan kondisi sekaligus menghadapi tantangan dan tugas

perkembangan masa remaja. Remaja merupakan fase tumbuh kembang yang kompleks. Pada fase ini, terjadi proses transisi multisistem yang melibatkan perkembangan dari ketidakdewasaan dan bergantung secara sosial pada masa anak-anak menuju kehidupan dewasa dengan tujuan dan harapan terpenuhinya potensi perkembangan dan bertanggung jawab secara sosial (Curtis, 2015). Tugas perkembangan utama bagi remaja adalah menemukan identitas ego yang baru, yaitu perasaan tentang siapa dirinya dan posisinya dalam tatanan sosial yang lebih besar (Crain, 2014).

Hurlock (2003) mengidentikkan masa remaja dengan masa “*storm and stress*” karena remaja harus menghadapi ketidakstabilan, termasuk ketidakstabilan emosi akibat kondisi fisik dan mental yang berubah serta tuntutan sosial. Menurut Erikson (dalam Crain, 2014), manusia yang sedang melalui fase remaja akan mengalami kebingungan akibat konflik dan tuntutan sosial yang baru. Masa remaja menjadi masa yang rentan terhadap masalah psikologis. Survei yang dilakukan pada 393 remaja usia 16-24 tahun di Indonesia menunjukkan bahwa 88% remaja mengalami depresi, 95,4% mengalami kecemasan, 75,3% pernah berpikir melakukan *self-harm* (Kaligis dkk., 2021).

Kondisi masa remaja dengan banyak tekanan dan tugas perkembangan dapat lebih berat dirasakan oleh remaja yang tinggal di panti asuhan dikarenakan mereka tinggal terpisah dari orang tua dan keluarga sebagai salah satu sumber perlindungan, dukungan, dan kasih sayang (Dewi & Henu, 2015). Demoze dkk. (2018) menunjukkan bahwa prevalensi depresi yang dialami remaja panti asuhan tergolong tinggi di angka 37,8% dan salah satu pemicunya adalah mereka menghadapi masa remaja dengan dukungan sosial yang rendah.

Situasi di panti asuhan ditambah dengan menghadapi tantangan masa perkembangan remaja menyebabkan remaja di panti asuhan menjadi kelompok yang rentan mengalami permasalahan psikologis. Penelitian yang dilakukan Hafifah (2014) menunjukkan bahwa 60% remaja yang tinggal di panti asuhan di Kota Mojokerto dan Kabupaten Mojokerto memiliki tingkat stres yang tinggi. Penelitian lain menunjukkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang tinggal bersama keluarga di rumah (Wuon dkk., 2016). Aesijah dan kawan-kawan (2016) menunjukkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan mengalami berbagai emosi negatif lebih banyak dibandingkan emosi positif yang dirasakan. Keseluruhan remaja mengalami perasaan sedih, 57,89% merasakan marah, 84,21% merasakan kesal, dan 21,05% mengalami rendahnya harga diri (Aesijah dkk., 2016).

Kondisi psikologis yang dialami remaja yang tinggal di panti asuhan mencerminkan adanya permasalahan pada kesejahteraan psikologis mereka. Kesejahteraan psikologis merupakan salah satu variabel multidimensional yang menggambarkan perkembangan dan keberfungsian manusia secara optimal. Kesejahteraan psikologis tercermin pada kondisi ketika individu dapat menerima segala kondisi dirinya (dimensi penerimaan diri), dapat membentuk tujuan hidup yang jelas (dimensi tujuan hidup), menjadi pribadi yang mandiri (dimensi otonomi), dapat membangun hubungan yang positif dengan orang lain (dimensi hubungan positif), memiliki kemampuan mengendalikan lingkungan (dimensi penguasaan lingkungan), serta dapat berkembang secara personal (dimensi pengembangan diri) (Ryff, 1989).

Menurut Abidin dan kawan-kawan (2020), Remaja yang memiliki kesejahteraan psikologis ditandai dengan kemampuan menumbuhkan emosi positif, memiliki risiko lebih rendah untuk mengalami depresi, dan terhindar dari perilaku menyimpang atau negatif. Sebaliknya, penelitian menunjukkan remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki tingkat depresi lebih tinggi (Wuon dkk., 2016), mengalami stres (Hafifah, 2014), dan merasakan lebih banyak emosi negatif (Aesijah dkk., 2016). Penelitian yang dilakukan Septiani (2013, dalam Hartato dkk., 2017) di panti asuhan di Jakarta menunjukkan lebih banyak remaja di sana memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah dibandingkan dengan yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi.

Penelitian yang dilakukan Khan dan Jahan (2015) di India menunjukkan bahwa seluruh dimensi kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan lebih rendah dibandingkan remaja lain seusianya. Penelitian yang dilakukan oleh Hailegiorgis dan kawan-kawan (2018) menunjukkan bahwa rata-rata kesejahteraan psikologis anak yatim di panti asuhan 10,8% lebih rendah dibandingkan anak yang masih memiliki orang tua. Hasil ini serupa dengan penelitian yang dilakukan Yendork dan Somhlaba (2014) menunjukkan bahwa anak yang tinggal di panti asuhan memiliki kesejahteraan psikologis lebih rendah dibandingkan anak lain yang tinggal bersama orang tua.

Kesejahteraan psikologis merupakan sumber kekuatan remaja untuk melewati masa kritis dan menyelesaikan tugas perkembangannya (Prabowo, 2017). Kesejahteraan psikologis yang tinggi akan membantu remaja terhindar dari stres, lebih mudah merasakan kebahagiaan, dan mampu berkomitmen terhadap tugas dan performa akademik (Misero & Hawadi, 2012). Remaja dengan

kesejahteraan psikologis yang baik akan lebih mudah merasakan kebahagiaan, menikmati kehidupan sehari-hari, dan lebih mampu bertahan menghadapi permasalahan hidup (Minasochah, 2019).

Sementara remaja dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah kurang memiliki kepekaan terhadap lingkungan, kesulitan bersosialisasi, dan tidak stabil secara emosional (Twenge & Campbell, 2018). Rendahnya kesejahteraan psikologis dapat membawa dampak buruk bagi remaja. Tidak sedikit remaja terlibat permasalahan seperti tawuran dan membolos dikarenakan rendahnya kesejahteraan psikologis (Fitri dkk., 2017).

Kesejahteraan psikologis tidak terlepas dari penilaian dan evaluasi individu terhadap kehidupannya (Lesmana & Budiani, 2013). Dalam hal ini, remaja yang tinggal di panti asuhan dapat memandang pengalaman dan kehidupannya sebagai hal yang positif maupun negatif (Lesmana & Budiani, 2013). Pandangan untuk menghargai kehidupan sebagai karunia disebut dengan *gratitude* (Watkins, 2013). Penelitian yang dilakukan Wood dan kawan-kawan (2009) menunjukkan bahwa *gratitude* berhubungan dengan dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis. Sementara penelitian yang dilakukan oleh Prabowo (2017) menunjukkan tidak ada hubungan antara *gratitude* dengan kesejahteraan psikologis pada remaja.

Penghargaan atas kondisi kehidupan atau yang disebut dengan *gratitude* digunakan peneliti untuk menyoroti pencapaian kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan. Adanya perbedaan hasil penelitian *gratitude* dan kesejahteraan psikologis remaja menyebabkan diperlukan penelitian untuk memastikan hubungan keduanya, khususnya pada kelompok remaja yang tinggal

di panti asuhan. Peneliti tertarik untuk mengetahui keterkaitan antara *gratitude* dengan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan.

1.2 Identifikasi Masalah

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Menurut Ryff dan Singer (2008), jenis kelamin, usia, kondisi sosial ekonomi, dan religiusitas merupakan beberapa faktor yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis individu. Kesejahteraan psikologis juga dapat dipengaruhi oleh status pendidikan dan kepribadian (Ryff & Keyes, 1995). Penelitian lain mengungkapkan berbagai faktor yang dinilai berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis seperti: *self-efficacy*, dukungan sosial, dan *strategi coping* (Cicognani, 2011). Kesejahteraan psikologis juga dihubungkan dengan beberapa karakter kekuatan (*character strenght*) yang dimiliki manusia, seperti harapan (*hope*), syukur (*gratitude*), dan cinta (Hausler dkk., 2017).

Kesejahteraan psikologis pada anak dan remaja yang tinggal di panti asuhan dikaitkan dengan kondisi sosial demografis, misalnya latar belakang keluarga. Latar belakang permasalahan dan kematian orang tua seringkali mendorong adanya stigma yang memungkinkan remaja kesulitan membangun hubungan sosial dan mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologisnya (Yendork & Somhlaba, 2014). Kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan di samping itu juga berkaitan dengan faktor-faktor internal seperti perilaku *support-seeking*, *strategi coping* (Yendork & Somhlaba, 2014), dan kecerdasan emosi (Wijaya dkk., 2020).

Terdapat banyak faktor internal individu di antara berbagai faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, misalnya *character strenght*. Hal ini

menggambarkan bahwa kesejahteraan psikologis tidak sekadar dipengaruhi pengalaman, tetapi juga tidak terlepas dari penilaian dan evaluasi individu terhadap pengalaman dan tantangan hidupnya (Lesmana & Budiani, 2013). Remaja yang tumbuh di panti asuhan dapat mengevaluasi kehidupan yang dihadapinya sebagai hal negatif maupun positif, tergantung pada interpretasi terhadap pengalaman tersebut (Lesmana & Budiani, 2013). Penerimaan yang tinggi atas kondisi dan pengalaman dalam hidup akan membawa dampak yang positif terhadap kesejahteraan psikologis individu (Kamarulzaman dkk., 2017).

Pengakuan dan penerimaan atas segala hal yang dimiliki individu, baik yang bersifat materi maupun non-materi disebut dengan rasa syukur atau *gratitude* (Kamarulzaman dkk., 2017). *Gratitude* dapat dikonsepskan menjadi banyak bentuk, seperti sifat, emosi, dan *mood* (Watkins, 2013). Sebagai sifat yang biasa disebut *dispositional gratitude* atau *trait gratitude*, syukur dipandang sebagai sikap untuk menghargai kehidupan sebagai karunia (Watkins, 2013).

Terdapat kemiripan konsep antara *gratitude* dengan kesejahteraan psikologis (Prabowo, 2017). Menurut Prabowo (2017), baik *gratitude* maupun kesejahteraan psikologis menggambarkan kondisi positif seseorang. Salah satu aspek dari kesejahteraan psikologis yaitu penerimaan diri mendeskripsikan penerimaan dan evaluasi positif individu terhadap hidupnya saat ini dan di masa lalu (Ryff, 1989). Ketika seseorang mampu mensyukuri dan memandang pengalaman dari sisi yang positif, maka semakin mudah mendapatkan penerimaan terhadap diri maupun kondisinya (Prabowo, 2017).

Aspek lain dari kesejahteraan psikologis adalah hubungan positif dengan orang lain yang digambarkan sebagai tindakan positif yang dibangun individu

ketika berinteraksi dengan orang lain (Masood dkk., 2020). Aspek ini berkaitan dengan *gratitude* karena individu yang memiliki *gratitude* akan menghubungkan pengalaman positif yang mereka peroleh dengan peran kebaikan orang lain (McCullough dkk., 2002) dan terdorong untuk membayar kembali kebaikan tersebut (Bartlett dkk., 2012). *Gratitude* juga serupa dengan aspek tujuan hidup dari kesejahteraan psikologis. Individu dengan tujuan hidup memiliki tujuan yang ingin dicapai dan meyakini segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya bermakna (Ryff & Keyes, 1995). Begitu pula individu dengan *gratitude* memiliki keyakinan bahwa terdapat makna yang besar atas diposisikannya seseorang dalam situasi tertentu (Puspita & Ayriza, 2022).

Beberapa penelitian terdahulu membuktikan salah satu manfaat yang diperoleh dari *gratitude* adalah dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis. Penelitian awal yang mengindikasikan adanya hubungan antara *gratitude* dengan kesejahteraan psikologis yang dilakukan oleh Wood dan kawan-kawan (2009) menunjukkan *gratitude* berkorelasi dengan seluruh komponen kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Gratitude* berkorelasi rendah dengan otonomi, berkorelasi sedang dengan penguasaan lingkungan dan tujuan hidup, serta berkorelasi kuat dengan pengembangan diri, hubungan positif dengan orang lain, serta penerimaan diri (Wood dkk., 2009).

Greene dan McGovern (2017) menunjukkan bahwa *gratitude* berkorelasi positif terhadap kesejahteraan psikologis dewasa yang mengalami kematian orang tua di masa kanak-kanak. *Gratitude* juga ditemukan berkorelasi sedang dengan waktu semenjak kematian orang tua (Greene & McGovern, 2017). Penelitian oleh Wijayanti dan kawan-kawan (2020) terhadap 200 remaja yang tinggal di panti

asuhan menunjukkan bahwa *gratitude* berperan terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 10,7%.

Di Indonesia, hubungan *gratitude* dengan kesejahteraan psikologis pernah diteliti oleh Aisyah dan Chisol (2018) pada guru honorer menunjukkan hasil adanya hubungan antara *gratitude* dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian lain yang dilakukan oleh Prabowo (2017) menunjukkan bahwa *gratitude* tidak berhubungan dengan kesejahteraan psikologis remaja berusia 15-20 tahun. Perbedaan hasil ini membuat peneliti tertarik untuk memastikan hubungan antara *gratitude* terhadap kesejahteraan psikologis, khususnya pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

Berdasarkan telaah terhadap penelitian-penelitian terdahulu, peneliti menduga *gratitude* remaja yang tinggal di panti asuhan turut mengambil peran terhadap pencapaian kesejahteraan psikologis mereka. Peneliti memandang pentingnya dilakukan penelitian yang dapat memberikan wawasan bagi remaja, pengelola panti asuhan, maupun masyarakat luas mengenai pentingnya *gratitude* dalam membangun kesejahteraan psikologis. Selain itu, penelitian dibutuhkan untuk menjadi acuan dalam membentuk langkah memperbaiki kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan dan mendukung perkembangan mereka sesuai dengan tujuan dibentuknya lembaga panti asuhan.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang dan identifikasi masalah, peneliti menentukan batasan masalah guna memastikan penelitian fokus dan terarah. Berikut adalah batasan masalah dalam penelitian ini:

1.3.1 Remaja

Subjek yang diteliti dalam penelitian ini dibatasi pada kelompok remaja berusia 12-18 tahun sesuai dengan batas usia anak asuh yang ditetapkan Kementerian Sosial Republik Indonesia.

1.3.2 Panti Asuhan

Panti Sosial Asuhan Anak atau Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) merupakan berbagai lembaga kesejahteraan sosial yang melaksanakan pengasuhan anak dan dibangun oleh pemerintah, pemerintah daerah, atau masyarakat (Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia, 2011). Panti asuhan dapat dikelola pemerintah maupun masyarakat. Penelitian ini dibatasi pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

1.3.3 *Gratitude*

Gratitude dapat dipandang sebagai tiga bentuk, yaitu sebagai emosi, *mood*, dan sifat. Sebagai sifat, *gratitude* disebut dengan *dispositional gratitude* (Watkins, 2013). Watkins (2013) mendefinisikan *dispositional gratitude* sebagai pandangan untuk menghargai kehidupan sebagai karunia. Penelitian ini dibatasi pada penelitian terhadap *gratitude* sebagai sifat atau yang disebut dengan *dispositional gratitude*.

1.3.4 Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis menggambarkan perkembangan dan keberfungsian secara optimal yang tercermin pada kondisi ketika individu dapat menerima segala kondisi dirinya, dapat membentuk tujuan hidup yang jelas, menjadi pribadi yang memiliki kemandirian, mampu membangun relasi positif dengan orang lain, memiliki kemampuan mengendalikan lingkungan, serta dapat

berkembang secara personal (Ryff, 1989). Menurut Ryff & Singer (2008), kesejahteraan psikologis terbagi menjadi enam dimensi, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup, dan pengembangan diri.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan antara *gratitude* dan kesejahteraan psikologis pada remaja yang tinggal di panti asuhan?”

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *gratitude* dan kesejahteraan psikologis pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan atau mengembangkan wawasan baru bagi peneliti maupun pihak lain dalam memahami pengaruh *gratitude* terhadap kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan.
2. Penelitian ini diharapkan mampu membuka peluang munculnya penelitian lanjutan khususnya mengenai *gratitude* pada remaja yang tinggal di panti asuhan.
3. Penelitian ini diharapkan mampu membuka peluang munculnya penelitian lanjutan khususnya mengenai kesejahteraan psikologis pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pemerintah, penyedia layanan panti asuhan, dan berbagai *stakeholder* terkait sebagai

sumber informasi dalam memahami *gratitude* dan kesejahteraan psikologis remaja.

2. Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi praktisi untuk merancang bentuk intervensi melalui pendekatan *gratitude* guna meningkatkan kesejahteraan psikologis pada remaja yang tinggal di panti asuhan.