

# **BAB I**

## **Pendahuluan**

### **Latar Belakang Masalah**

Masa remaja merupakan periode transisi dimana individu tidak dapat dikatakan lagi sebagai anak-anak namun belum juga dapat dikatakan sebagai seseorang yang telah dewasa. Dalam setiap fase atau masa kehidupan, manusia akan mengalami permasalahan-permasalahan. Untuk menyelesaikan suatu permasalahan dan menjalani kehidupannya, remaja masih harus didampingi oleh keluarga atau pun oleh orang dewasa. Namun, tidak semua remaja bisa mendapatkan pendampingan penuh dari keluarganya. Banyak sekali remaja yang mendapatkan kehidupan kurang beruntung, seperti remaja yang tinggal di panti asuhan. Mereka menjalani kehidupan yang kurang beruntung sebelum mereka tinggal di panti asuhan.

Banyak faktor yang dapat melatarbelakangi remaja harus tinggal di panti asuhan dan terpisah dengan keluarga mereka, sedangkan pada masa remaja ini individu sangat membutuhkan orangtua dan keluarganya. Santrock (2011) menjelaskan bahwa hal yang dibutuhkan oleh remaja adalah akses terhadap berbagai kesempatan dan dukungan jangka panjang dari orang dewasa yang mengasih mereka. Dalam hal ini, peran keluarga terutama orangtua sangat penting untuk memberikan berbagai akses dan dukungan jangka panjang pada remaja tersebut. Sedangkan akses dan fasilitas yang diberikan oleh panti asuhan mungkin sangat terbatas bagi kebutuhan remaja yang tinggal di panti asuhan tersebut. Selain itu, dukungan yang didapatkan dari orang dewasa di panti asuhan pun mungkin tidak sepenuhnya terpenuhi dan juga bersifat sementara bagi para remaja di panti asuhan tersebut.

Sarwono (2011) menjelaskan bahwa pada umumnya remaja masih membutuhkan pengarahan dari orangtuanya dalam menghadapi permasalahan yang berkaitan dengan

perkembangannya, sedangkan remaja panti asuhan tidak sepenuhnya mendapatkan hal tersebut. Remaja di panti asuhan harus bertanggung jawab terhadap hidupnya sendiri dan menentukan masa depannya sendiri (Lete, Kusuma, & Rosdiana, 2019). Oleh karena itu remaja panti asuhan harus lebih mandiri daripada remaja lainnya. Mereka harus menentukan sendiri kemana arah kehidupan yang akan mereka tempuh selanjutnya. Remaja panti asuhan harus memiliki suatu ketangguhan yang tinggi agar dapat menjalani kesehariannya secara optimal dan berkembang. Istilah ketangguhan dalam psikologi dikenal dengan resiliensi.

Reivich dan Shatte (2002) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan merespon keadaan sulit secara sehat dan mampu untuk tetap produktif walaupun dihadapkan pada situasi yang tidak nyaman yang dapat memicu terjadinya stres. Orang yang resilien memiliki beberapa karakteristik personal, seperti memiliki regulasi emosi yang baik, daya tahan terhadap stress, fleksibel dan mampu menerima perubahan, memiliki hubungan yang lekat dengan orang lain, dan memiliki kontrol diri (Reivich dan Shatte, 2002; Connor dan Davidson, 2003). Individu dituntut untuk cepat melakukan penyesuaian ketika mengalami masalah atau mendapatkan tekanan dalam hidupnya (Ekasari & Andriyani, 2013). Resiliensi membuat seseorang tahan menghadapi rintangan dan cobaan dalam kehidupan. Individu yang memiliki resiliensi tinggi akan memiliki kemampuan untuk keluar dari masalah dengan cepat dan tidak merasa terbebani dengan perasaan sebagai korban lingkungan atau keadaan serta dapat mengambil keputusan saat berada dalam situasi sulit (Septiani & Fitria, 2016).

Resiliensi pada diri seseorang terbentuk oleh beberapa aspek. Reivish dan Shatte (2002) mengemukakan 7 aspek resiliensi, antara lain regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis sebab-akibat, empati, efikasi diri dan pencapaian. Resiliensi diperlukan untuk remaja yang tinggal di panti asuhan karena harus dapat bertahan dan beradaptasi dengan baik di lingkungan panti asuhan yang memiliki aturan tersendiri.

Selain aspek, terdapat pula faktor lain yang dapat mempengaruhi resiliensi pada individu. Terdapat dua istilah untuk mengelompokkan faktor yang mempengaruhi resiliensi, yakni faktor resiko dan faktor protektif. Adapun beberapa hal yang dapat menjadi faktor resiko dalam resiliensi yang dikemukakan oleh Morates dan Trotman (2011), antara lain faktor kesulitan ekonomi, penyakit, penelantaran, perceraian orangtua, trauma kanak-kanak, dan lainnya. Sedangkan menurut Luthar (2006), yang dapat menjadi faktor protektif yakni *self reflection*, *self efficacy*, *self complexity*, ketekunan dan ambisi dalam karir, dan *self esteem* atau harga diri (Ekasari & Andriyani, 2013). Semakin tinggi harga diri seseorang maka semakin tinggi pula resiliensi orang tersebut (Rosdiana, 2019). Selanjutnya menurut Reisman, Swyther, dan Roberto (2011) spiritualitas dapat meningkatkan resiliensi seseorang (Missasi & Izzati, 2019). Kemudian Mulia, Elita, & Woferst (2014) juga menambahkan bahwa resiliensi pada remaja panti asuhan dapat dipengaruhi oleh faktor lain, seperti dukungan keluarga, dukungan dari sekolah, dukungan masyarakat, *autonomy experience*, dan partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hartini (2001) menyebutkan bahwa anak panti asuhan cenderung mempunyai kepribadian yang inferior, pasif, apatis, menarik diri, mudah putus asa, penuh dengan ketakutan dan kecemasan sehingga anak panti asuhan akan sulit menjalin hubungan sosial dengan orang lain (Nurfitriani, 2014). Namun demikian, apa yang ditemukan oleh peneliti di Panti Asuhan X di Kota Bandung ini menyatakan hal yang sebaliknya. Berdasarkan hasil pengambilan data awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap 20 remaja di panti asuhan ini ditemukan bahwa 80% remaja panti asuhan tetap tangguh menjalani hari-harinya dan dapat bersikap seperti remaja pada umumnya saat mereka sedang tidak di lingkungan panti asuhan. Hal itu berarti sebagian besar dari remaja panti asuhan tersebut memiliki ketangguhan yang tinggi.

Dari hasil pengambilan data tersebut didapatkan bahwa tingkat resiliensi pada remaja di panti asuhan ini terbilang tinggi, hal ini dilihat dari indikasi perilaku yang menunjukkan bahwa 5 dari 7 aspek resiliensi dapat terpenuhi oleh remaja di panti asuhan tersebut. Adapun perilaku yang mengindikasikan bahwa remaja di panti asuhan tersebut memiliki resiliensi tinggi, antara lain pada aspek kontrol impuls, mereka mampu menyelesaikan tugas dengan berurutan dan fokus terhadap apa yang sedang dikerjakan, selain itu dapat memprioritaskan sesuatu yang penting terlebih dahulu. Selanjutnya ada aspek optimisme yang digambarkan dengan keinginan dan usaha yang terus dilakukan oleh remaja untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik dari sebelumnya. Selain itu pada aspek analisis penyebab masalah, remaja panti asuhan tidak terburu-buru mengambil sebuah keputusan atas suatu masalah, bila mereka mendapatkan kesulitan mengatasi masalah, mereka cenderung meminta bantuan kepada yang lainnya. Aspek selanjutnya yaitu empati. Empati pada remaja panti asuhan ini juga termasuk tinggi, hal ini dapat diketahui dari jawaban responden ketika teman atau kerabatnya mengalami kesulitan dan kesedihan, remaja panti asuhan saling menyemangati, membantu, dan mau mendengarkan kesedihan oranglain. Selanjutnya remaja panti asuhan ini juga memiliki percaya diri dan memiliki *coping* masalah yang baik. Perilaku tersebut termasuk pada aspek efikasi diri.

Selanjutnya adapun 2 aspek yang kurang dapat dipenuhi oleh remaja panti asuhan antara lain regulasi emosi dan pencapaian. Remaja di Panti Asuhan X rentan mendapatkan emosi negatif seperti sedih dan marah yang terkadang berlebihan ketika berada dibawah situasi yang sangat menekan. Selain itu, mereka tidak terlalu terbuka pada oranglain mengenai dirinya dan kehidupannya. Akan tetapi mereka masih mampu menjalani komunikasi dan hubungan yang baik dengan oranglain. Bagi sebagian remaja panti asuhan, menceritakan dirinya dan kehidupan kepada oranglain adalah hal yang tidak perlu dan terkadang membuat malu.

Remaja di Panti Asuhan X berasal dari berbagai latar belakang, seperti dari keluarga tunawisma atau gelandangan, keluarga dengan ekonomi sangat rendah, tidak memiliki orangtua yang lengkap atau yatim dan piatu, bahkan ada yang tidak mengetahui orangtuanya atau dapat dianggap sebagai yatim piatu. Selain itu ditemukan pula bahwa sebagian besar remaja di Panti Asuhan X tidak tinggal di panti sejak kecil, akan tetapi baru beberapa tahun saja bahkan baru beberapa bulan saja. Remaja yang baru tinggal di Panti Asuhan X memiliki kehidupan yang berbeda dari sebelumnya. Remaja di Panti Asuhan X akan terikat dengan beberapa peraturan yang sebelumnya tidak dialami dan diterapkan dalam kehidupan mereka. Hal ini sejalan dengan pernyataan Mulia, Elita, & Woferst (2014) yang menyatakan bahwa kondisi di panti asuhan berbeda dengan kondisi di luar panti asuhan dimana ada batasan, aturan, interaksi dan sistem yang berlaku. Adapun beberapa kegiatan dan aturan yang diterapkan di Panti Asuhan X, yaitu belajar bersama, beribadah puasa senin dan kamis, masak dan makan bersama, juga kegiatan lainnya yang telah terjadwal dan tersusun. Selain itu, di panti asuhan terdapat beberapa aturan yang harus diikuti oleh remaja yang tinggal, seperti tidak boleh memainkan *gadget* selama hari-hari sekolah, yaitu senin sampai jumat terkecuali ada hal-hal penting yang memerlukan *gadget*, waktu bermain yang sangat terbatas, serta berbagai aktivitas dan kegiatan yang telah terjadwal yang harus diikuti oleh remaja panti asuhan. Selanjutnya, remaja di panti asuhan juga diberi tanggung jawab untuk mengasuh anggota panti asuhan lainnya yang lebih muda. Remaja panti asuhan dituntut untuk lebih mandiri daripada remaja lainnya yang tinggal dengan keluarga karena bagaimana kehidupan mereka kedepannya ditentukan oleh dirinya sendiri. Hal ini dilakukan oleh pengurus dan pengelola panti asuhan agar proses belajar remaja yang tinggal di panti asuhan tidak terganggu dan agar remaja panti asuhan menjadi pribadi yang lebih baik lagi dari sebelumnya. Panti asuhan juga menyediakan beberapa fasilitas bagi remaja yang tinggal disana akan tetapi fasilitas tersebut masih terbatas. Berbagai hal di atas dapat saja menjadi

tantangan ataupun hambatan bagi remaja panti asuhan, oleh karena itu resiliensi yang tinggi sangatlah diperlukan oleh remaja panti asuhan agar dapat menjalani berbagai hal di atas secara optimal.

Hidup jauh dan terpisah dari orangtua terkadang membuat remaja panti asuhan merasakan kesedihan dan kerinduan, apalagi bagi remaja panti asuhan yang sama sekali tidak mengetahui keluarganya. Selain itu, mereka pun harus menjalani aktivitas di sekolah seperti remaja pada umumnya yang masih tinggal dengan orangtua. Bersekolah di sekolah umum dan berbeda dengan remaja lainnya, terkadang membuat sebagian remaja di panti asuhan mendapatkan cemoohan dari remaja lainnya dan merasa terkucilkan. Terkadang juga sebagian remaja panti asuhan merasa minder apabila ditanya mengenai kehidupan atau tempat tinggalnya. Selain itu tidak jarang mereka mengalami berbagai konflik, baik dalam dirinya sendiri, di lingkungan panti asuhan, ataupun di luar panti asuhan. Tuntutan dari sekolah dan panti asuhan juga terkadang membuat remaja Panti Asuhan X merasa lelah. Sebanyak 75% remaja di Panti Asuhan X menyatakan bahwa mereka rentan mengalami emosi negatif saat berada dalam situasi yang menekan atau tidak nyaman yang membuat stres. Untuk mengatasi hal tersebut, remaja di Panti Asuhan X mempunyai beberapa cara agar mereka dapat mengontrol emosinya kembali, yakni dengan melakukan beberapa aktivitas keagamaan, seperti shalat, membaca al-qur'an, dzikir, bershalawat, dan sabar sesuai dengan perintah Allah SWT. Aktivitas keagamaan yang dilakukan untuk mengontrol emosi sehingga tidak terjadi stress dikenal dengan istilah *religious coping*.

Pargament (1997) mendefinisikan *religious coping* sebagai suatu upaya penyelesaian masalah dengan menggunakan pendekatan keagamaan seperti berdoa, berserah diri kepada Tuhan, mengikuti kegiatan keagamaan seperti mendengarkan ceramah serta memberikan dampak secara fisik maupun psikis serta berdamai dengan kejadian berbahaya yang menekan kehidupan seseorang. *Religious coping* dilakukan untuk mengurangi dampak dari keadaan

yang membuat seseorang merasa tertekan. Wong McDonald & Gorsuch (2000) mengatakan bahwa religiusitas dapat digunakan seseorang dengan menggunakan keyakinannya guna mengelola stres dan masalah-masalah mengenai permasalahan psikologis dalam kehidupan sehari-hari (Fidinillah, 2018). Pargament dan Swank berpendapat bahwa penggunaan keyakinan religius juga sangat membantu dalam proses pemulihan saat sedang menghadapi kesulitan hidup (Octarina, 2013). *Religious coping* mencakup respons kognitif, emosional, atau perilaku yang dibingkai secara religius terhadap stres. Menurut Pargament (1997) *religious coping* mencakup respons kognitif, emosional, atau perilaku yang dibingkai secara religius terhadap stres. Ini dapat melayani banyak tujuan, termasuk mencapai makna dalam hidup, kedekatan dengan Tuhan, harapan, kedamaian, koneksi dengan orang lain, pengembangan diri, dan pengendalian diri (Pargament, Feuille, & Burdzy, 2011). Pargament, Koenig, Tarakeshwan, dan Hanh (2004) menyebutkan bahwa aspek *religious coping* terdiri dari dua hal, yaitu aspek positif *religious coping* dan aspek negatif *religious coping*. Adapun fungsi dari *religious coping* menurut Pargament, Feuille, dan Burdzy (2011) menjelaskan bahwa terdapat beberapa dimensi dalam *religious coping* antara lain menemukan makna (*meaning*), kontrol (*control*), kenyamanan dan kedekatan dengan Tuhan (*comfort*), menjalin hubungan dengan orang lain dan kedekatan dengan Tuhan (*intimacy*), dan menciptakan perubahan dalam hidup (*life transformation*).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ikizer, Karanci, dan Dogulu (2015) terhadap 360 orang korban bencana di Turki menunjukkan bahwa *religious coping* menjadi salah satu faktor yang berpengaruh dalam meningkatkan resiliensi pasca bencana. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Fidinih (2018) juga menunjukkan bahwa semakin baik *religious coping* pada seseorang maka semakin resilien pula orang tersebut.

Selain harus memiliki *coping* stres yang baik, remaja panti asuhan pun harus memiliki *coping* lingkungan atau penyesuaian yang baik dengan lingkungan juga, hal itu

dikarenakan panti asuhan merupakan lingkungan yang baru bagi remaja yang tinggal, apalagi bagi remaja yang baru beberapa bulan saja tinggalnya. Jauh dan terpisah dengan orangtua membuat remaja panti asuhan merasa sedih, oleh karena itu remaja panti asuhan saling memberikan dukungan dan kasih sayang satu sama lain agar saling merasa nyaman tinggal di panti asuhan. Dukungan seperti itu dalam psikologi dikenal dengan istilah dukungan teman sebaya.

Solomon (2004) mendefinisikan dukungan teman sebaya sebagai dukungan sosial emosional, dukungan informasi dan dukungan instrumental yang saling diberikan oleh orang yang memiliki kondisi kesehatan mental kepada orang lain yang memiliki kondisi atau pengalaman serupa untuk membawa perubahan sosial atau pribadi yang diinginkan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ekasari & Andriyani (2013) menjelaskan bahwa dukungan teman sebaya ini merupakan salah satu hal yang dapat mempengaruhi resiliensi. Dalam penelitian Mulia, Elita, Woferst (2014) juga menyebutkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat menjadi salah satu hal yang meningkatkan resiliensi pada remaja di panti asuhan. Menurut Ekasari & Andriyani (2013) hubungan dengan teman sebaya memberikan arti penting terhadap resiliensi seseorang. Ketika seorang remaja dapat menjalin hubungan pertemanan dengan baik, biasanya mereka menunjukkan sikap yang positif, yaitu seperti saling menghargai, saling membantu dan memberikan dukungan yang positif.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menemukan tiga variabel yang menarik untuk diteliti pada remaja panti asuhan, yaitu resiliensi, *religious coping*, dan dukungan teman sebaya. Selain itu, peneliti belum menemukan penelitian yang meneliti tentang ketiga variabel tersebut pada remaja panti asuhan. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan subjek yang berbeda dengan judul : **“Pengaruh *Religious Coping* dan Dukungan Teman Sebaya terhadap Resiliensi Remaja Panti Asuhan”**.



## **Rumusan Masalah**

1. Bagaimana tingkat *religious coping* pada remaja panti asuhan?
2. Bagaimana tingkat dukungan teman sebaya pada remaja panti asuhan?
3. Bagaimana tingkat resiliensi pada remaja panti asuhan?
4. Apakah terdapat pengaruh *religious coping* dan dukungan teman sebaya terhadap resiliensi remaja panti asuhan?

## **Tujuan Penelitian**

1. Mengetahui tingkat *religious coping* pada remaja panti asuhan.
2. Mengetahui tingkat dukungan teman sebaya pada remaja panti asuhan..
3. Mengetahui tingkat resiliensi pada remaja panti asuhan.
4. Mengetahui pengaruh coping religious dan dukungan teman sebaya terhadap resiliensi remaja panti asuhan.

## **Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoretis.**

Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi positif mengenai resiliensi, bidang psikologi agama mengenai *religious coping*, serta dibidang psikologi sosial mengenai dukungan teman sebaya.

### **2. Manfaat praktis.**

Penelitian ini dapat menjadi referensi pengetahuan bagi pengurus panti asuhan ataupun masyarakat luas mengenai isu sosial dan psikologis yang terkait dengan remaja di panti asuhan. Dari hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menambah wawasan serta sebagai acuan terkait penelitian-penelitian untuk kedepannya.