

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN EMOSIONAL PENGASUH DENGAN RESILIENSI PADA REMAJA PANTI ASUHAN DI KECAMATAN TEMBALANG

Oleh :

Ali Muliawiharto
15010115120048

Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro

ABSTRAK

Berbagai tekanan dan tantangan dapat berlangsung pada masa remaja. Salah satu tantangan yang dapat terjadi pada masa remaja yaitu kematian orang tua. Ketidakterdapatannya orang tua merupakan kondisi sulit yang harus dilalui remaja yatim dan/ atau piatu sehingga dibutuhkan kemampuan untuk bangkit kembali dalam menjalani kondisi sulit tersebut. Salah satu yang berpengaruh terhadap kemampuan untuk bangkit kembali adalah faktor eksternal seperti lingkungan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara dukungan emosional pengasuh dengan resiliensi pada remaja panti asuhan di Kecamatan Tembalang. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yatim dan/ atau piatu yang tinggal di Yayasan Sosial dan Panti Asuhan At- Taqwa, Panti Asuhan PSAA Al Amanah, dan Yayasan Al Islah. Adapun karakteristiknya yaitu remaja yatim dan/ atau piatu yang harus tinggal di panti asuhan Kecamatan Temalang. Subjek penelitian adalah 49 remaja yatim dan/ atau piatu. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *sampling* jenuh. Metode pengumpulan data menggunakan dua skala psikologi, yaitu resiliensi (40 aitem, $\alpha = 0.947$) dan skala dukungan emosional (33 aitem $\alpha = 0.928$). Analisis data menggunakan regresi sederhana yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan emosional dengan resiliensi ($r=0.485$; $p<0.000$), artinya semakin kuat dukungan emosional dari pengasuh, maka semakin tinggi resiliensi remaja yatim dan/ atau piatu. Variabel dukungan emosional memberikan sumbangan efektif sebesar 23,5% terhadap variabel resiliensi dan sisanya sebesar 76,5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Kata Kunci : Dukungan emosional, resiliensi, remaja.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Serangkaian perkembangan dan pengalaman telah diperoleh individu sebelum mencapai masa remaja. Menurut Papalia (dalam Hendriani, 2018) perkembangan adalah proses perubahan yang terjadi pada diri individu secara sistematis. Proses perkembangan dapat mencakup proses belajar individu dalam perubahan waktu tertentu yang dipengaruhi oleh faktor pengalaman dan lingkungan serta faktor bawaan. Erikson (dalam Henson & Eller, 1999) menjelaskan delapan tahap perkembangan psikososial yaitu masa bayi, masa anak usia dini, masa prasekolah, masa sekolah dasar, masa remaja, masa dewasa awal, masa dewasa, masa kedewasaan. Masa remaja terbagi menjadi dua, yaitu masa remaja awal dan remaja akhir. Masa remaja awal terjadi di masa sekolah menengah pertama atau sekolah menengah atas, sedangkan masa remaja akhir berlangsung pada pertengahan dasawarsa ke dua dalam kehidupan (Santrock, 2007).

Remaja adalah transisi perkembangan yang ditandai dengan beragam perubahan, yaitu perubahan emosional, fisik, kognitif, dan sosial (Papalia & Feldman, 2014). Menurut Stanley (dalam Santrock, 2011) remaja merupakan masa badai dan stres (*storm-and-stress*) yaitu masa dimana remaja banyak dipenuhi dengan perubahan suasana hati (*mood*) yang cepat dan berbagai tekanan. Fluktuasi emosional (naik dan turun) banyak berlangsung pada remaja awal. Remaja yang tidak mampu mengelola fluktuasi emosionalnya secara efektif rentan mengalami kemarahan, depresi, dan regulasi emosi yang rendah. Perkembangan di masa remaja

merupakan bagian terpenting dalam tahap perkembangan yang diwarnai oleh berbagai faktor biologis, genetik, lingkungan dan sosial. Perubahan pada remaja dapat dilihat dari berbagai perubahan baik fisiologis maupun psikologis seperti perubahan emosional, sosial, kognitif dan kematangan fisik. Masa remaja pada umumnya merasa bahagia karena merasa mampu mengendalikan dirinya dan merasa mampu mengatasi berbagai tekanan. Namun berbagai tantangan dalam perkembangan dapat terjadi pada masa remaja, seperti kesulitan berhubugan dengan individu lain, masalah penyakit, kematian anggota keluarga maupun teman (Santrock, 2011). Walsh & McGoldrick (dalam Walsh, 2006) menjelaskan bahwa kematian atau kehilangan merupakan tantangan sulit yang harus dihadapi oleh anggota keluarga. Kematian salah satu anggota keluarga sebagai unit paling fungsional memiliki dampak jangka panjang terhadap hubungan antar individu dalam anggota keluarga (Hendriani, 2018).

Indonesia merupakan negara dengan jumlah anak yatim mencapai 3,2 juta jiwa, secara rinci mencapai 3. 176. 642 jiwa. Sementara itu jumlah terbanyak ada di NTT dan Papua (Republika, 2013). Undang-Undang Perlindungan Anak telah mengungkapkan sejumlah persoalan, khususnya lembaga-lembaga pelayanan anak yang berbasiskan pelayanan agama (Pengasuhan, Sekolah Minggu, Panti Asuhan dan Pendidikan Non-Panti). Hal tersebut tercantum dalam pasal-pasal UU PA, yaitu Pasal 31-39 yang mengatur tentang pengesahan anak dan pasal 86 yang berbicara tentang konsekuensi hukum terkait dengan Hak Konstitusional warga Negara (Kemenpppa, 2016).

Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) atau panti asuhan adalah suatu lembaga pelayanan sosial yang didirikan oleh pemerintah maupun masyarakat yang bertanggung jawab memelihara dan merawat anak yatim atau yatim piatu dan memberikan bantuan terhadap individu maupun kelompok masyarakat sebagai upaya memenuhi kebutuhan hidup (Jejak Pendidikan, 2016). Menurut Pembina Yatim Mandiri, H. Nur Hidayat (dalam Republika, 2013) menjelaskan bahwa jumlah panti asuhan di Indonesia sementara ini mencapai 8.000 panti dengan 50.000 anak-anak di dalamnya. Jumlah tersebut paling banyak dibanding negara-negara lain di dunia.

Kondisi individu yang tidak lagi memiliki ayah dan ibu disebut dengan yatim piatu, sedangkan yatim yaitu individu yang tidak memiliki ayah, dan piatu adalah individu yang tidak memiliki ibu lagi. Ketidakterdapatnya orang tua merupakan kondisi sulit yang harus dilalui remaja. Hal tersebut menunjukkan dibutuhkan kemampuan individu untuk menghadapi kehidupan yang diwarnai berbagai kehidupan yang tidak menyenangkan. Kemampuan inilah yang disebut dengan resiliensi (Desmita, 2005).

Resiliensi memungkinkan individu, kelompok atau komunitas dalam mencegah dan mengatasi berbagai dampak buruk dari situasi yang sulit, sehingga resiliensi dapat membuat individu menjadi lebih kuat dan tangguh dalam menjalani kehidupan. Lebih lanjut, resiliensi tidak hanya muncul ketika mengalami kondisi yang menekan, tetapi dapat dikembangkan sebagai antisipasi menghadapi berbagai permasalahan yang muncul dalam kehidupan. Berdasarkan perspektif perkembangan rentang hidup yang menjelaskan bahwa individu yang resilien

mampu menghadapi berbagai tekanan dalam rangka mencapai kehidupan yang optimal baik terhadap hambatan secara spesifik dalam masa perkembangan tertentu maupun sepanjang kehidupan (Hendriani, 2018).

Remaja yang resilien merupakan individu yang dicirikan memiliki kemampuan secara sosial dan berbagai keterampilan seperti: pemecahan masalah, berpikir kritis, mampu mengambil inisiatif, kesadaran akan tujuan dan prediksi masa depan yang positif. Resiliensi merupakan kemampuan yang dibutuhkan oleh setiap individu dalam menghadapi kondisi-kondisi kehidupan dengan banyaknya perubahan-perubahan yang cepat dan dapat menyebabkan dampak yang negatif bagi individu (Desmita, 2005). Resiliensi sebagai kemampuan dasar dari semua karakter positif untuk membangun kekuatan emosional dan psikologis yang baik pada individu.

Menurut Reivich dan Shatte (dalam Hendriani, 2018) resiliensi adalah kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dan mengatasi berbagai permasalahan yang muncul. Adanya resiliensi pada individu dapat dilihat dari seberapa jauh individu dapat bertahan dari stres yang dialami untuk mencapai tujuan dalam kehidupannya. Semakin tinggi individu untuk bangkit kembali dan bertahan mencapai tujuan hidupnya, maka semakin tinggi resiliensinya (Reich, Zautra, & Hall, 2010). Resiliensi berperan dalam proses perkembangan emosional, fisik, dan spiritual individu. Resiliensi dapat diketahui ketika individu mampu mengatasi berbagai kesulitan yang dapat menimbulkan stres di kehidupan sehari-hari. Resiliensi dapat digambarkan seperti kembali bangkit dan meningkatkan proses perkembangan yang positif guna menghadapi berbagai tantangan. Melalui

resiliensi individu dapat tumbuh dengan adaptasi yang lebih baik dan lebih sehat (Resnick, Gwyther, & Roberto, 2011).

Menurut Resnick, Gwyther, dan Roberto (2011) resiliensi dibedakan menjadi empat tipe yaitu resiliensi kesehatan (*health resilience*), resiliensi psikologis (*psychological resilience*), resiliensi emosional (*emotional resilience*), dan resiliensi disposisional (*dispositional resilience*). Resiliensi kesehatan adalah kemampuan untuk menjaga kesehatan yang lebih baik guna menghadapi berbagai kesulitan. Resiliensi psikologis adalah kemampuan untuk mempertahankan pengaruh positif dalam menghadapi berbagai situasi. Resiliensi disposisional adalah gabungan dari tiga karakteristik kepribadian yaitu komitmen terhadap individu lain, kontrol atas hasil yang diperoleh, dan kesediaan belajar pada situasi tertentu. Semua jenis resiliensi tersebut menggambarkan kemampuan individu untuk mempertahankan kesehatan emosional maupun sosialnya guna menghadapi berbagai tantangan. Resiliensi emosional adalah kemampuan untuk membedakan emosi positif dan negatif ketika menghadapi stres.

Sejalan dengan pernyataan di atas, hasil penelitian Septiani dan Fitria (2016) mengungkapkan bahwa semakin meningkat resiliensi pada individu maka semakin menurun stres yang dialaminya. Sebaliknya, apabila semakin menurun resiliensi pada individu maka semakin meningkat stres yang dialaminya. Hasil tersebut menjelaskan bahwa semakin tinggi kualitas individu untuk tetap kembali bangkit dalam menghadapi berbagai situasi maka akan semakin sulit bagi individu menilai situasi tersebut sebagai hal yang menghambatnya sehingga situasi yang dapat menimbulkan stres tidak mudah memengaruhi individu tersebut. Hasil penelitian

Raisa dan Ediati (2016) mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi mengungkapkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin tinggi resiliensinya. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diterima, maka semakin rendah resiliensi. Penelitian lain yaitu mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik menjelaskan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi resiliensi akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah pula resiliensi akademiknya (Sari & Indrawati, 2016).

Resiliensi dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan kemampuan atau kekuatan yang berasal dari dalam diri. Lingkungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang memengaruhi resiliensi (Hendriani 2018). Menurut Brooks, Rutter, dan Werner (dalam Walsh, 2006), munculnya resiliensi pada individu dapat diperoleh dari lingkungan sosial yang mendukung baik dari teman, tetangga, guru, pelatih, guru spiritual, maupun individu terdekat lainnya. Dukungan sosial merupakan bentuk dukungan yang efektif baik secara emosional, informasi, maupun instrumental yang berguna untuk meningkatkan kesehatan, mempercepat proses pemulihan dari penyakit, dan mengurangi risiko kematian (Gurung, 2014).

Menurut Sarafino dan Smith (2012), terdapat lima jenis dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, serta dukungan jaringan.

a. Dukungan emosional

Dukungan emosional merupakan dukungan yang dapat terjadi melalui kepedulian, empati, dan perhatian terhadap individu lain. Dukungan ini dapat memberikan keyakinan, rasa nyaman, dan rasa dicintai kepada individu yang sedang mengalami stres.

b. Dukungan penghargaan

Dukungan penghargaan yaitu dukungan dengan mengekspresikan penghargaan positif, dukungan, perasaan atau ide. Dukungan ini berfungsi untuk membangun perasaan baik harga diri maupun perasaan dihargai serta mengembangkan kompetensi.

c. Dukungan instrumental

Dukungan instrumental, dapat dilakukan melalui bantuan langsung, seperti membantu menyelesaikan suatu pekerjaan atau individu memberikan atau meminjamkan uang terhadap individu lain.

d. Dukungan informasi

Dukungan informasi adalah dukungan dengan cara memberikan pengarahan, saran, umpan balik atau pendapat bagaimana individu tersebut beraktivitas.

e. Dukungan Jaringan

Dukungan jaringan merupakan dukungan yang membangun perasaan kekeluargaan dalam suatu kelompok individu baik melalui kegiatan sosial dan berbagi.

Dukungan emosional merupakan suatu dukungan yang efektif untuk meningkatkan kesehatan dan menurunkan stres pada individu. Dalam hal ini ketika individu kehilangan salah satu anggota keluarga yang dicintainya, maka individu tersebut akan cenderung mencari perhatian untuk mengurangi timbulnya stresor. Hasil penelitian Gasser, Grutter, Buholzer, & Wettstein (2017) mengungkapkan, bahwa pentingnya dukungan emosional dapat memberikan pengaruh positif terhadap hubungan individu dengan individu lainnya.

Mendukung pernyataan di atas, hasil penelitian Adiputri dan Indriana (2017) mengenai hubungan antara persepsi terhadap dukungan emosional pembimbing balai dengan optimisme menghadapi masa depan pada remaja di Balai Rehabilitasi Sosial Anak “Wira Adhi Karya” Ungaran membuktikan bahwa tingginya persepsi terhadap dukungan emosional pembimbing balai, maka semakin tinggi optimisme remaja di balai rehabilitasi sosial dalam menghadapi masa mendatang. Hal ini menjelaskan bahwa individu yang dapat mempersepsikan dukungan emosional dari lingkungan sosialnya akan menganggap bahwa kondisi yang dialaminya bukan sebagai suatu tekanan, namun akan merasa nyaman serta berharga karena merasa diperhatikan, dan dicintai.

Dukungan emosional merupakan sumber penting guna menjalin hubungan yang dekat antara individu, sehingga dapat meningkatkan kompetensi individu secara sosial dan mengurangi terjadinya konflik (Brock & Curby, 2014). Hasil penelitian Shin dan Ryan (2017) juga menjelaskan bahwa dukungan emosional dapat memberikan rasa aman pada individu tanpa membedakan jenis kelamin dan ras sehingga dapat mengurangi stresor pada individu.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan antara dukungan emosional pengasuh dengan resiliensi pada remaja panti asuhan di Kecamatan Tembalang?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui secara empiris hubungan antara dukungan emosional pengasuh dengan resiliensi pada remaja panti asuhan di Kecamatan Tembalang.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis yang dijelaskan sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah terhadap perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial dan psikologi perkembangan mengenai hubungan antara dukungan emosional pengasuh dengan resiliensi remaja panti asuhan di Kecamatan Tembalang.

2. Manfaat praktis

Berikut manfaat praktis dari penelitian ini yaitu:

- a. Memberikan informasi kepada pengasuh dan remaja panti asuhan mengenai Hubungan antara dukungan emosional pengasuh dengan resiliensi pada remaja panti asuhan di kecamatan Tembalang.

- b. Menambah pengetahuan baru dengan memberikan informasi dan sumber referensi yang mendukung peneliti lain yang akan melakukan penelitian serupa.