

Adolescent Resilience in Orphanages

Ni Komang Krisnawati Mangna, Tience Debora Valentina

Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Denpasar, Indonesia

e-mail: krisnawt0404@gmail.com; tiencedebora@unud.ac.id

Abstract

Adolescents who live in orphanages need to have resilience skills to help them recover from adversity that triggers psychological stress while living in an orphanage. This research aims to determine the factors that influence resilience in adolescents living in orphanages. The method used in this paper is a literature review. Article search sources were accessed from Google Scholar library sources with article publication years between 2014-2023. The results of this literature review are internal factors (emotional intelligence, self-compassion, self-disclosure, self-esteem and self-acceptance) and external factors (social support in the form of emotional support from caregivers and peers) that influence resilience abilities in adolescent orphanages.

Keywords: *Adolescent Resilience; Orphanage; Literature Review*

Abstrak

Remaja yang tinggal di panti asuhan perlu memiliki kemampuan resiliensi untuk membantu mereka bangkit dari keterpurukan yang memicu timbulnya tekanan psikologis selama tinggal di panti asuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Metode yang digunakan dalam tulisan ini yaitu *literature review*. Sumber pencarian artikel diakses pada sumber pustaka *Google Scholar* dengan tahun penerbitan artikel antara tahun 2014-2023. Hasil dari literatur review ini adalah faktor internal (kecerdasan emosi, *self-compassion*, *self-disclosure*, harga diri dan penerimaan diri) dan faktor eksternal (dukungan sosial berupa dukungan emosional dari pengasuh dan teman sebaya) yang memengaruhi kemampuan resiliensi pada remaja panti asuhan.

Kata kunci: Resiliensi Remaja; Panti Asuhan; *Literatur Review*

I. Pendahuluan

Periode remaja akan menghadirkan banyak perubahan, yang berkaitan dengan perubahan secara fisik, kognitif, emosional, dan sosial (Papalia & Feldman, 2014). Perubahan suasana hati (*mood*) yang berlangsung cepat dan timbulnya berbagai tekanan cenderung terjadi pada masa remaja, sehingga masa remaja disebut dengan masa badai dan stress (*storm-and-stress*) (Santrock, 2011). Lingkungan yang berperan dalam membantu remaja menjadi lebih siap dalam menghadapi tugas perkembangan adalah keluarga. Namun tidak semua remaja memiliki kesempatan untuk tinggal satu rumah dengan keluarganya. Beberapa faktor yang menyebabkan remaja harus tinggal berpisah dengan keluarganya yaitu terkait dengan rendahnya perekonomian keluarga, perceraian orangtua, menjadi yatim, piatu, bahkan yatim piatu. Kondisi tersebut yang menjadi salah satu faktor yang menyebabkan remaja tinggal maupun dititipkan di sebuah Lembaga, seperti panti asuhan (Mulia et al., 2014).

Berdasarkan pada data yang terdapat di aplikasi SIKS NG per Mei 2021 terdapat 191.696 anak yang tinggal di 3.914 LKSA yang tersebar di seluruh Indonesia. Lembaga

Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) atau panti asuhan merupakan suatu lembaga pelayanan sosial yang didirikan baik oleh pemerintah maupun masyarakat, yang memiliki tanggung 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). Panti asuhan akan memberikan remaja pelayanan, pengasuhan, pendidikan, dan pemenuhan terhadap hak-hak mereka (Torong, 2014).

Remaja yang tinggal di sebuah panti asuhan diakibatkan oleh keadaan terpaksa, seperti menjadi yatim atau piatu maupun kemiskinan, akan memiliki cenderung sulit untuk beradaptasi atau sulit akrab dengan sesama penghuni panti asuhan. Kesulitan beradaptasi muncul karena perbedaan budaya, perasaan minder dan perasaan takut tidak diterima (Setiarini & Stevanus, 2021). Remaja panti sering mengalami pertengkaran dan kesalahpahaman dengan teman lain yang berbeda daerah, karena mereka merasa diremehkan. Hal tersebut yang membuat remaja panti lebih memilih untuk membiarkan masalah emosi itu terjadi tanpa berusaha menyelesaikan permasalahan tersebut secara terbuka. Remaja panti cenderung mengalami stress dan tidak jarang dari mereka sempat berkeinginan untuk kabur dari panti asuhan karena merasa tertekan dengan situasi saat itu (Setiarini & Stevanus, 2021). Disisi lain di panti asuhan sering kali terjadi ketidaksebandingan antara orang tua pengasuh dengan jumlah remaja asuh yang membuat remaja kerap merasa belum cukup memperoleh perhatian dari pengasuhnya. Berdasarkan hal-hal tersebut, membuat remaja panti rentan mengalami tekanan psikologis yang lebih besar dibandingkan dengan remaja yang tidak tinggal di panti asuhan (Sandri, 2015). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Wuon et al (2016) yaitu dari 30 remaja panti, terdapat 13,3% remaja dengan kondisi normal, kemudian 23,1% remaja mengalami depresi ringan, 40% remaja mengalami depresi sedang, dan 23,1% remaja mengalami depresi berat, sehingga dapat dikatakan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan sebagian besar mengalami depresi sedang. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki kecenderungan untuk mudah mengalami stres maupun depresi, serta rentan mengalami berbagai macam tekanan dibandingkan remaja yang masih memiliki keluarga secara utuh (Aisha, 2014).

Dengan berbagai permasalahan yang dialami remaja yang tinggal di panti asuhan, membuat remaja rentan mengalami berbagai permasalahan yang akan berdampak pada munculnya perilaku maladaptif (Sukmatun, 2021). Perilaku maladaptif yang terjadi pada remaja adalah berupa perilaku yang berbahaya dan tidak mampu mendukung kesejahteraan, perkembangan, dan pemenuhan masa remaja (Santrock, 2003). Perilaku maladaptif memiliki

berbagai bentuk seperti melakukan aksi bunuh diri, mengalami depresi, memiliki pola pikir yang tidak rasional, menyerang orang lain, dan mengalami ketergantungan pada obat-obatan terlarang (Ratnasari, 2017). Berdasarkan penelitian (Gabrielli et al., 2015) dari 135 anak panti asuhan, terdapat 24% remaja panti pernah memiliki keinginan untuk bunuh diri atau melukai dirinya sendiri yang diungkapkan oleh pengasuhnya, selanjutnya berdasarkan pada laporan mandiri dari remaja panti menunjukkan 21% dari mereka pernah memiliki keinginan untuk menyakiti diri sendiri. Dalam mencegah perilaku maladaptif tersebut remaja perlu memiliki kemampuan resiliensi untuk membantu mereka bangkit dari kenyataan yang tidak diinginkan dan keterpurukan, sehingga mereka dapat menjalankan hidupnya dengan lebih produktif (Sukmatun, 2021).

Resiliensi merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk bertahan dan beradaptasi untuk menghadapi ataupun memecahkan suatu permasalahan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Rahmawati & Listiyandini, 2018) Remaja panti asuhan dengan resiliensi tinggi akan mampu menghadapi permasalahan hidupnya. Remaja yang memiliki kemampuan resiliensi yang tinggi akan mampu menghasilkan dan mempertahankan sikap positifnya, sehingga mampu mengatasi dan menyelesaikan segala permasalahan yang dihadapi dengan tenang (Rahmawati & Listiyandini, 2018). Sedangkan remaja yang memiliki resiliensi kurang baik akan berdampak pada rendahnya pengembangan diri, kurang mampu dalam memecahkan persoalan dengan bijaksana dan kurang energik karena merasa dirinya tidak mampu dalam bertindak. Resiliensi berguna bagi remaja di panti asuhan untuk lebih mampu dan tangguh dalam menghadapi segala permasalahan hidupnya dengan penuh emosi positif, perasaan optimis, sabar dalam menghadapi suatu cobaan dan mampu beradaptasi dengan baik di lingkungan sosialnya tanpa ada emosi negatif atau tekanan-tekanan dalam diri remaja (Katar et al., 2021).

Pembuatan *literatur review* ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi pada remaja di panti asuhan. Pengetahuan terkait faktor-faktor dalam literatur review diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat dan pengasuh panti terkait pentingnya resiliensi pada remaja di panti asuhan dan sebagai upaya preventif timbulnya tekanan psikologis dan perilaku maladaptif pada remaja panti asuhan.

II. Metode

Desain penelitian ini adalah studi literatur tipe *narrative review* menggunakan metode *overview article*. *Overview article* merupakan kegiatan merangkum berbagai pemahaman saat ini mengenai suatu topik, melalui sintesa naratif dari penelitian terdahulu (Jerrells, 2000).

Adapun strategi penelusuran melalui database elektronik menggunakan *Google Scholar* dengan kata kunci pencarian “hubungan resiliensi pada remaja di panti asuhan”, “resiliensi resiliensi pada remaja di panti asuhan”, “remaja di panti asuhan”. Dalam pencarian literatur tersebut diperoleh 50 artikel kemudian dilakukan skrining abstrak dengan kriteria inklusi 1) artikel yang membahas faktor-faktor resiliensi pada remaja di panti asuhan; 2) subjek penelitiannya merupakan remaja yang sedang tinggal di panti asuhan, karena remaja yang tinggal di panti asuhan hidup dengan kualitas perhatian yang minim, sehingga membuatnya rentan mengalami tekanan psikologis; 3) artikel diterbitkan dalam rentang tahun 2014 - 2023. Kemudian kriteria eksklusi adalah laporan skripsi atau makalah yang belum dipublikasi. Sehingga berdasarkan hal tersebut diperoleh artikel final sebanyak (n=10). Dengan demikian kajian literatur ini berfokus pada 10 artikel penelitian tersebut yang secara terperinci dapat dilihat pada tabel I.

Tabel I. Hasil Literature Review Resiliensi Pada Remaja di Panti Asuhan

Nama Peneliti dan Tahun Terbit Artikel	Jumlah Subjek	Tujuan Penelitian	Hasil Penelitian
Apriani, F., & Listiyandini, R. A. (2019). Kecerdasan emosi sebagai prediktor resiliensi psikologis pada remaja di panti asuhan. <i>Persona: Jurnal Psikologi Indonesia</i> , 8(2), 325-339.	Menggunakan teknik <i>sampling purposive</i> , dengan 145 orang remaja berusia 11 – 18 tahun yang tinggal di panti asuhan yang ada wilayah sekitar Jakarta.	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh kecerdasan emosional terhadap resiliensi psikologis pada remaja yang tinggal di panti asuhan.	Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif yang signifikan ($F = 104.585$, $b = 0.598$, $p = 0.000$). Dapat dikatakan jika remaja di panti asuhan memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, maka mereka akan memiliki tingkat resiliensi psikologis yang tinggi.
Hasibuan, M. Y. M., Afrinaldi, A., & Fitriani, W. (2022). Gambaran Resiliensi Anak Asuh di Panti Asuhan. <i>Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)</i> , 4(6), 8460-8469.	Penelitian ini melibatkan 8 orang responden yaitu anak asuh dan 1 orang ibu asuh.	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan resiliensi anak asuh dan faktor yang mendukung terbentuknya resiliensi anak asuh di panti asuhan	Faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan untuk bertahan di kalangan remaja di Panti Asuhan Hanifa 3 di Kampung Gadut, Kecamatan Tilatang Kamang, Kabupaten Agam, adalah pengaturan emosi, kendali diri, optimisme, empati, analisis penyebab, efikasi diri dan <i>reaching out</i> .
Kawitri, A. Z., Rahmawati, B. D., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2019). Self-Compassion dan resiliensi pada remaja panti asuhan. <i>Jurnal Psikogenesis</i> , 7(1), 76-83.	Sampel penelitian ini adalah 140 remaja panti asuhan dengan karakteristik usia 14-18 tahun 12 panti asuhan di Jakarta dan Bekasi.	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara <i>self-compassion</i> dengan resiliensi pada remaja yang tinggal di panti asuhan.	Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang positif dan signifikan antara kasih sayang pada diri sendiri dengan resiliensi pada remaja yang tinggal di panti asuhan ($r = 0.439$, $p = 0.000$, $p < 0.001$). Dalam konteks ini, semakin besar <i>self-compassion</i> terhadap diri sendiri yang dimiliki oleh remaja di panti asuhan, semakin tinggi pula kekuatan mental dan resiliensi remaja yang dimiliki oleh mereka.
Kristianti, R., &	Sampel yang	Tujuan dari penelitian	Hasil penelitian menunjukkan arah

Nama Peneliti dan Tahun Terbit Artikel	Jumlah Subjek	Tujuan Penelitian	Hasil Penelitian
Kristinawati, W. (2021). Self Disclosure dengan Resiliensi pada Remaja Wanita di Panti Asuhan. <i>Jurnal Ilmiah Psyche</i> , 15(2), 63-72.	digunakan sebanyak 51 remaja, teknik yang digunakan yaitu <i>purposive sampling</i> .	ini untuk mengetahui hubungan antara <i>self-disclosure</i> dengan resiliensi pada remaja wanita di panti asuhan.	hubungan yang positif, dengan perhitungan uji korelasi $r=0,617$ dengan nilai $sig=0,000$ ($p<0,05$).Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat pengungkapan diri atau <i>self-disclosure</i> pada remaja wanita di panti asuhan, maka tingkat resiliensinya juga akan semakin tinggi.
Mulia, L. O., Elita, V., & Worfest, R. (2014). Hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat resiliensi remaja di panti asuhan. <i>Jurnal Online Mahasiswa</i> , 1(2), 1–9.	Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 114 orang, dengan teknik <i>cluster sampling</i> .	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat resiliensi remaja panti asuhan.	Hasil penelitian menunjukkan adanya dukungan sosial dari teman sebaya terhadap tingkat resiliensi remaja di panti asuhan, dengan nilai p adalah 0,015, yang berarti nilai $p<0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial dari teman sebaya, maka semakin tinggi pula resiliensinya.
Lete, G. R., Kusuma, F. H. D., & Rosdiana, Y. (2019). Hubungan antara harga diri dengan resiliensi remaja di panti asuhan bhakti luhur malang. <i>Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan</i> , 4(1).	Sampel yang digunakan sebanyak 36 sampel, pengambilan sampel menggunakan total sampling.	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan harga diri dengan resiliensi pada remaja di panti asuhan Bhakti Luhur Malang.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dengan resiliensi diri pada remaja di Panti Asuhan Bhakti Luhur Malang dengan tingkat signifikansi dengan $p-value = 0,020<0,05$. Semakin tinggi harga diri remaja maka semakin tinggi pula resiliensinya.
Muliawiharto, A., & Masykur, A. M. (2020). Hubungan antara Dukungan Emosional Pengasuh dengan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan di Kecamatan Tembalang. <i>Jurnal Empati</i> , 8(4), 694-705.	Subjek penelitian adalah 49 remaja yatim dan/ atau piatu. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh.	Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara dukungan emosional pengasuh dengan resiliensi pada remaja panti asuhan di Kecamatan Tembalang.	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.
Tasmara, L., & Kamalia, K. (2023). Peran Orang Tua Asuh Mewujudkan Resiliensi Remaja Berprestasi Berlatar Belakang Kemiskinan di Panti Asuhan Putera Muhammadiyah Medan. <i>Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal</i> , 5(6), 2966-2976.	Responden dalam penelitian ini terdiri dari 3 yaitu orang tua asuh di panti asuhan, pimpinan panti asuhan dan anak panti asuhan. Subjek pada penelitian ini dipilih oleh peneliti.	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana peran orang tua asuh untuk mewujudkan resiliensi remaja berprestasi yang berlatar belakang kemiskinan.	Peran orang tua asuh dalam mewujudkan resiliensi remaja untuk berprestasi dengan latar belakang kemiskinan, bukan hanya memfasilitasi anak panti hanya dengan fasilitas pendidikan namun juga selalu memberikan motivasi agar meningkatnya prestasi yang dimiliki maupun berjuang dari segi kemampuan kompetensi dirinya agar mampu mengembangkan prestasi di bidang pendidikan maupun di bidang keterampilan.
Safitri, N., &	Sampel penelitian	Penelitian ini	Hasil penelitian menunjukkan

Nama Peneliti dan Tahun Terbit Artikel	Jumlah Subjek	Tujuan Penelitian	Hasil Penelitian
Munawaroh, E. (2022). Effect of self compassion and social support on youth resilience orphanage in gunungpati district. <i>Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia</i> , 7(2), 1-10.	ini berjumlah 74 remaja panti asuhan di Kecamatan Gunungpati yang diambil dengan menggunakan teknik cluster random sampling.	bertujuan memberikan pemahaman kepada pihak panti asuhan sebagai dasar dalam penyediaan fasilitas maupun layanan konsultasi pada remaja panti asuhan, sehingga resiliensi remaja panti asuhan tinggi.	bahwa <i>self-compassion</i> remaja panti asuhan berada pada kategori sedang (M=7,26; SD=7,06). Dukungan sosial remaja panti asuhan berada pada kategori sedang (M=70,30; SD=9,02). Dan resiliensi remaja panti asuhan berada pada kategori sedang (M=96,04; SD=11,34). Melalui hasil uji regresi linear berganda menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara <i>self-compassion</i> dan dukungan sosial terhadap resiliensi pada remaja panti asuhan yang tinggal di Kecamatan Gunungpati.
Ayu Wulandari, R., & Mawardah, M. (2023). Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Resiliensi pada Remaja di Panti Asuhan Kecamatan Sako Palembang. <i>Psyche</i> 165 Journal, 16(1), 26–31.	Sampel penelitian ini berjumlah 95 orang. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik <i>nonprobability sampling</i> yaitu <i>purposive sampling</i> .	Tujuan dari penelitian untuk mengetahui Hubungan Penerimaan diri dengan resiliensi pada remaja panti asuhan di Kecamatan Sako Palembang.	Penerimaan diri dengan resiliensi yaitu $r=0,568$ dengan nilai R Square = 0,322 dan P = 0,000 dimana $p < 0,01$. Nilai ini berarti menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara Penerimaan Diri dengan Resiliensi pada remaja Panti Asuhan Kecamatan Sako Palembang. Besarnya sumbangan efektif yang diberikan oleh variabel Penerimaan diri dengan Resiliensi adalah sebesar 32,2 % ($R^2=0,322$).

III. Hasil dan Pembahasan

Remaja di panti asuhan rentan mengalami permasalahan yang dapat memicu munculnya perilaku maladaptif, sehingga diperlukan kemampuan resiliensi untuk membantu mereka bangkit dari keterpurukannya (Ningrum, 2012). Resiliensi terkait dengan kualitas pribadi yang membantu remaja dalam menghadapi suatu kesulitan sehingga memungkinkan mereka untuk berkembang (Connor & Davidson, 2003). Faktor protektif merupakan faktor yang dapat menurunkan risiko dan membantu untuk melindungi remaja dari dampak negatif dari permasalahan yang dihadapi remaja (Sunarti et al., 2015). Faktor protektif remaja dari dampak negatif terbagi menjadi dua yaitu faktor protektif internal dan eksternal (Austin & Duerr, 2007). Faktor internal terkait dengan keterampilan yang dimiliki individu sendiri, sedangkan faktor eksternal adalah sesuatu yang berasal dari luar diri individu, seperti orang tua asuh dan teman sebaya yang tinggal bersama di panti. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Benzies & Mychasiuk (2009) yang menunjukkan bahwa resiliensi akan menjadi semakin optimal apabila faktor protektif diperkuat di semua tingkat interaktif.

Berdasarkan Austin & Duerr (2007) maka peneliti mengelompokkan faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi pada remaja di panti asuhan menjadi dua yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor-faktor tersebut akan diambil dari 10 jurnal penelitian terdahulu. Beranjak dari 10 jurnal penelitian tersebut kemudian diklasifikasikan menjadi 5 penelitian yang membahas mengenai faktor internal dan 5 penelitian yang membahas faktor eksternal yang memengaruhi resiliensi pada remaja di panti asuhan.

A. Faktor Internal yang Memengaruhi Resiliensi pada Remaja di Panti Asuhan

1) Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi terkait dengan memahami emosi pada diri dan orang lain secara utuh dan mendalam, dengan adanya kecerdasan emosi akan membantu remaja untuk bersikap lebih positif atau optimis dalam mengelola semua permasalahan yang dimilikinya, sehingga mendorong remaja untuk menjalin relasi dengan orang yang berada di sekitarnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Apriani & Listiyandini (2019) bahwa kecerdasan emosi memiliki korelasi positif pada kategori kuat dengan resiliensi psikologis yaitu sebesar $r=0,650$ ($p=0,000$) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecerdasan emosinya, maka semakin tinggi tingkat resiliensi psikologis remaja di panti asuhan. Penelitian lainnya mengenai kecerdasan emosi yang berpengaruh terhadap resiliensi juga dilakukan oleh Nyiagani & Kristinawati (2021), penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan resiliensi. Kecerdasan emosi adalah kemampuan individu memahami perasaan dan emosi dirinya maupun orang lain, mengidentifikasi perbedaan emosi yang dirasakan, serta memanfaatkan informasi terkait emosi tersebut untuk mengelola dan memikirkan keputusan untuk bertindak dalam kondisi tertentu (Mayer et al., 2003). Salah satu aspek dari kecerdasan emosi adalah regulasi emosi. Remaja yang mampu meregulasi emosinya dengan baik akan dapat memahami bahwa setiap tindakan akan menimbulkan konsekuensi, baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Remaja panti asuhan yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, akan mampu dalam menghadapi permasalahan yang menekan atau membuatnya stress, hal ini sejalan dengan penelitian (Hastuti & Baiti, 2019) bahwa kecerdasan emosi berpengaruh negatif terhadap tingkat stress pada remaja. Selain itu dengan kecerdasan emosi remaja dapat lebih mengenali perubahan emosi yang dirasakannya dan penyebab munculnya emosi tersebut, sehingga memiliki strategi koping yang tepat dalam menyelesaikan masalah yang sedang terjadi. Berdasarkan berbagai penjelasan di atas maka dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosi mempengaruhi resiliensi pada remaja di panti asuhan.

2) *Self-Compassion*

Self-compassion didefinisikan sebagai pemahaman dan kebaikan kepada diri sendiri ketika menghadapi penderitaan, kegagalan maupun membuat kesalahan dengan tidak menghakimi terhadap kekurangan ataupun kelemahan, ketidaksempurnaan, kegagalan individu, dan mengakui bahwa pengalaman diri sendiri adalah bagian dari pengalaman manusia pada umumnya (Neff, 2003). Berdasarkan penelitian terdahulu ditemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja panti asuhan ($r=0,439$, $p=0,000$, $p<0,001$) (Kawitri et al., 2019). Dalam hal ini, semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki remaja panti asuhan, maka semakin tinggi pula resiliensi remaja panti asuhan. Remaja panti asuhan, yang memiliki *self-compassion* yang tinggi, akan menerima berbagai perasaan yang muncul pada dirinya dengan tenang, sehingga mampu menoleransi emosi negatif yang dirasakannya (Kawitri et al., 2019). Remaja yang memiliki *self-compassion* akan mengatasi masalah dengan cara yang adaptif, memiliki persepsi diri yang positif dan cenderung memberikan kritik yang sedikit terhadap diri sendiri sehingga dapat mendorong remaja bangkit kembali dari kesulitan yang dihadapinya (Warren, 2016). *Self-compassion* memfasilitasi remaja untuk mampu merespons dengan cara yang konstruktif, daripada merenungkan atau bereaksi secara impulsif dalam menghadapi suatu permasalahan (Roeser & Pinela 2014). Berdasarkan berbagai pembahasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa *self-compassion* mempengaruhi resiliensi pada remaja di panti asuhan.

3) *Self-Disclosure*

Self-disclosure merupakan salah satu faktor internal yang dibutuhkan dalam hubungan interpersonal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mustafa & Hadiyati (2019) menunjukkan hasil bahwa koefisien korelasi pada penelitiannya sebesar 0,104 dengan $p=0,436$ ($p>0,05$) (Mustafa & Hadiyati, 2019). Hasil tersebut membuktikan bahwa semakin tinggi tingkat *self-disclosure* individu, maka semakin tinggi resiliensi pada remaja. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Kristianti & Kristinawati (2021), hasil penelitiannya menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-disclosure*, maka akan semakin tinggi pula resiliensi pada remaja di panti asuhan. Melalui *self-disclosure* seseorang akan lebih mampu mengungkapkan pendapat, perasaan, cita-cita dan hal lain mengenai dirinya, sehingga akan memunculkan hubungan keterbukaan. Hubungan keterbukaan akan dapat memunculkan hubungan timbal balik bersifat positif yang menghasilkan rasa aman, penerimaan diri, dan dapat melihat diri secara mendalam serta mampu dalam menyelesaikan berbagai permasalahan hidup (Ramli, 2011).

Self-disclosure yang dilakukan oleh individu yang sedang mengalami stress akan bermanfaat untuk mengurangi perasaan-perasaan negatif yang dirasakannya. Dengan *self-disclosure* akan membuat individu akan lebih terbuka dengan orang lain, seseorang mudah untuk mencari jalan keluar dalam memecahkan masalah yang dihadapi. Berdasarkan pembahasan diatas maka dapat dikatakan bahwa *self-disclosure* memberikan pengaruh yang positif terhadap resiliensi pada remaja di panti asuhan.

4) **Harga diri**

Harga diri merupakan salah satu aspek yang dapat menentukan keberhasilan individu dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Harga diri terkait dengan sikap optimis terhadap kemampuan diri sendiri dalam melakukan interaksi dengan masyarakat (Gunarsa et al., 2012). Berdasarkan penelitian (Lete et al., 2019) terkait harga diri dengan resiliensi pada remaja di panti asuhan, didapatkan hasil $p\text{-value} = 0,02$ berarti bahwa $0,02 < 0,05$, dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan resiliensi pada remaja panti. Penelitian lainnya dilakukan oleh Rahmasari et al., (2014) terkait harga diri dan religiusitas dengan resiliensi pada remaja madura didapatkan hasil penelitian bahwa harga diri memberikan sumbangan efektif atau pengaruh sebesar 31,1% terhadap resiliensi, sehingga dapat dikatakan harga diri memberikan pengaruh terhadap resiliensi remaja Madura. Harga diri membuat remaja merasa percaya diri dan melakukan sesuatu dengan maksimal. Remaja dengan harga diri yang rendah kurang mampu dalam menerima kenyataan hidup, kurang fleksibel dan imajinatif, serta tidak mampu untuk menemukan solusi dari sebuah masalah. Harga diri memiliki pengaruh terhadap depresi. Remaja dengan harga diri yang rendah akan lebih beresiko untuk mengalami depresi ketika berhadapan dengan suatu permasalahan, sedangkan individu dengan harga diri tinggi akan terhindar dari distress. Sehingga dapat dikatakan harga diri memberikan pengaruh positif terhadap resiliensi remaja di panti asuhan.

5) **Penerimaan Diri**

Faktor internal lain yang mempengaruhi resiliensi remaja adalah penerimaan diri. Berdasarkan penelitian Ayu Wulandari dan Mawardah (2023), hasil nilai korelasi antara variabel penerimaan diri dengan resiliensi yaitu $r = 0,568$ dengan nilai R Square = 0,322 dan $P=0,000$ dimana $p < 0,01$. Berdasarkan nilai tersebut dapat dikatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dengan resiliensi pada remaja Panti Asuhan Kecamatan Sako Palembang. Penerimaan diri terdiri atas fleksibilitas, kemampuan

beradaptasi, dan keseimbangan perspektif hidup. Penerimaan diri pada dasarnya merupakan sikap remaja yang merasa puas dengan diri sendiri, mengakui akan keterbatasan-keterbatasan yang dimilikinya dan tidak memperlmasalahkannya diri sendiri sehingga mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan. Ketika remaja menerima dirinya sendiri, maka mereka akan menerima kodrat mereka yang terkait dengan menerima kekuatan dan kelemahan yang mereka miliki tanpa mengeluh. Jika remaja tersebut dihadapkan pada peristiwa yang kurang menyenangkan, maka mereka akan mampu berpikir logis mengenai baik atau buruknya suatu kondisi tanpa menimbulkan perasaan permusuhan, perasaan rendah diri, malu, dan rasa tidak aman (Schultz, 1991). Dengan kemampuan penerimaan diri tersebut memungkinkan individu untuk bersikap lebih positif terhadap diri sendiri dan kehidupan yang sedang dijalaninya.

B. Faktor Eksternal yang Memengaruhi Resiliensi pada Remaja di Panti Asuhan

a) Dukungan sosial

Faktor eksternal yang paling berpengaruh terhadap kemampuan resiliensi adalah dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan bentuk umpan balik yang diberikan oleh individu kepada individu lain (Jannah & Rohmatun, 2020). Melalui dukungan sosial individu akan merasa diperhatikan, dihormati, dicintai dan merasa dilibatkan dalam lingkungan sosial tertentu. Bentuk dari dukungan sosial adalah dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informatif dan dukungan pendampingan (Raharjayanti, 2019). Bentuk dukungan emosional terdiri dari empati, kepedulian dan perhatian. Bentuk dukungan instrumental terdiri dari penghargaan dan dorongan untuk maju dengan bantuan berupa materi dan tenaga. Kemudian bentuk dukungan informatif berupa saran, umpan balik dan petunjuk mengenai suatu hal. Selanjutnya bentuk dukungan pendampingan berbentuk kesediaan individu meluangkan waktunya serta berbagi minat atau kreativitas sosial tertentu (Raharjayanti, 2019). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Safitri dan Munawaroh (2022) seluruh dimensi dukungan sosial berada dalam tingkatan kategori sedang, apabila diurutkan dimensi dukungan sosial dari nilai yang lebih tinggi ke rendah yaitu dukungan emosional ($M=2,86$, $SD=4,37$), dukungan penghargaan ($M=2,85$, $SD=2,79$), dukungan instrumental ($M=2,80$, $SD=3,63$) dan dukungan informasi ($M=2,69$, $SD=3,33$). Sehingga dapat dikatakan nilai dukungan emosional sedikit lebih tinggi dibandingkan dengan dimensi dukungan sosial lainnya pada remaja panti asuhan di Kecamatan Gunungpati. Dukungan emosional penting dimiliki oleh remaja untuk menjalin hubungan yang dekat dengan individu lainnya, sehingga dapat meningkatkan kompetensi individu secara sosial dan mengurangi terjadinya konflik (Brock & Curby, 2014). Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian dari Muliawiharto

(2020) bahwa terdapat korelasi antara dukungan emosional dan resiliensi melalui $r_{xy} = 0.485$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,001$) yang bermakna bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang positif (Muliawiharto, 2020). Sehingga dapat dikatakan semakin tinggi dukungan emosional pengasuh, maka semakin tinggi resiliensi pada remaja panti asuhan. Bagi remaja yang tinggal di Panti Asuhan, dukungan sosial dapat berasal dari:

1) **Pengasuh panti asuhan**

Berdasarkan hasil penelitian dari Tasmara dan Kamalia (2023) bahwa orang tua asuh dapat mewujudkan resiliensi remaja panti asuhan dalam bidang pendidikan yaitu mendorong remaja untuk berprestasi dengan cara memberikan fasilitas pendidikan yang baik dan layak dan memotivasi untuk meningkatkan rasa percaya diri. Peran ibu asuh dalam meningkatkan kemampuan resiliensi pada anak panti asuhan juga didukung dari hasil penelitian (Hasibuan et al., 2022) yaitu remaja panti mendapatkan dukungan emosional dari ibu asuhnya, sehingga dengan adanya sikap positif dari lingkungan tersebut, semakin memotivasinya untuk terus meningkatkan diri. Dalam setiap menghadapi suatu permasalahan mereka cenderung untuk mengkomunikasikannya kepada ibu asuh di panti asuhan, karena menurut mereka ibu asuhnya memiliki nilai positif yaitu memiliki kesabaran yang tinggi, mampu mengajar dan menjadi panutan bagi remaja yang tinggal di panti asuhan.

2) **Teman sebaya**

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Safitri dan Munawaroh (2022) bahwa remaja panti asuhan di Gunungpati menerima dukungan emosional paling banyak dari teman sebayanya. Penelitian tersebut selaras dengan hasil penelitian dari Mulia et al (2014) bahwa dukungan sosial dari teman sebaya memberikan pengaruh positif terhadap tingkat resiliensi remaja di panti asuhan. Remaja membutuhkan perhatian dan rasa nyaman ketika mereka menghadapi masalah, mereka juga membutuhkan seseorang yang bersedia mendengarkan keluh kesahnya dengan penuh simpati, serius, dan dapat memberikan kesempatan kepada mereka untuk berbagi kesulitan dan perasaannya, seperti rasa marah, takut, cemas, dan keraguan (Mulia et al., 2014). Kehadiran teman sebaya akan membuat remaja panti asuhan merasa memiliki teman dengan nasib yang sama, teman yang bisa diajak untuk berbagi, melakukan kegiatan kreatif bersama, saling menguatkan untuk menjadi individu yang lebih baik dan membuat remaja panti memenuhi kebutuhannya akan rasa nyaman, aman, serta rasa memiliki identitas (Ningrum, 2021).

IV. Simpulan

Remaja panti asuhan rentan mengalami tekanan psikologis. Untuk itu remaja panti perlu memiliki kemampuan resiliensi untuk membantu mereka bangkit dari kenyataan yang tidak diinginkan dan keterpurukan. Resiliensi dapat membantu remaja untuk bertahan dan beradaptasi dalam menghadapi suatu permasalahan dan terhindar dari perilaku maladaptif. Faktor protektif remaja dari dampak negatif terbagi terbagi faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari kecerdasan emosi, *self-compassion*, *self-disclosure*, harga diri dan penerimaan diri. Kemudian faktor eksternal yang memengaruhi resiliensi remaja di panti asuhan adalah dukungan sosial dalam bentuk dukungan emosional yang bersumber dari pengasuh panti asuhan dan teman sebaya.

Daftar Pustaka

Apriani, F., & Listiyandini, R. A. (2019). Kecerdasan emosi sebagai prediktor resiliensi psikologis pada remaja di panti asuhan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 325–339. <https://doi.org/10.30996/persona.v8i2.2248>

Austin, G., & Duerr, M. (2007). California School District Secondary School Survey Results Fall 2007/Spring 2008. *Resilience & Youth Development Require Questions Core Module A*. Wested. org.

Ayu Wulandari, R., & Mawardah, M. (2023). Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Resiliensi pada Remaja di Panti Asuhan Kecamatan Sako Palembang. *Psyche 165 Journal*, 16(1), 26–31. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v16i1.223>

Benzies, K., & Mychasiuk, R. (2009). Fostering family resiliency: A review of the key protective factors. *Child and Family Social Work*, 14(1), 103–114. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2008.00586.x>

Gabrielli, J., Hambrick, E. P., Tunno, A. M., Jackson, Y., Spangler, A., & Kanine, R. M. (2015). Longitudinal Assessment of Self-Harm Statements of Youth in Foster Care: Rates, Reporters, and Related Factors. *Child Psychiatry and Human Development*, 46(6), 893–902. <https://doi.org/10.1007/s10578-014-0529-4>

Hasibuan, M. Y. M., Afrinaldi, & Fitriani, W. (2022). Gambaran resiliensi anak asuh di panti asuhan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 8460–8469. https://repo.iainbatusangkar.ac.id/xmlui/handle/123456789/28226%0Ahttps://repo.iainbatusangkar.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/28226/1687331268618_24a.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Hastuti, R. Y., & Baiti, E. N. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Stress Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(2), 82–91. <https://doi.org/10.35952/jik.v8i2.152>

Jannah, S. N., & Rohmatun, R. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Pada Penyintas Banjir Rob Tambak Lorok. *Proyeksi*, 13(1), 1. <https://doi.org/10.30659/jp.13.1.1-12>

Katkar, K., Pungky, P., & Utami, R. R. (2021). Pelatihan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Surya Masyarakat*, 4(1), 89. <https://doi.org/10.26714/jsm.4.1.2021.89-96>

Kawitri, A. Z., Rahmawati, D., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2019). Self-Compassion dan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan Self-Compassion and Resilience among Adolescents Living at Social Shelters. *Jurnal Psikogenesis*, 7(1), 76–83.

Kristianti, R., & Kristinawati, W. (2021). Self Disclosure dengan Resiliensi (Risa Kristianti dan Wahyuni Kristinawati). *Jurnal Ilmiah PSYCHE*, 15(2), 63–72.

Lete, G. R., Kusuma, F. H. D., & Rosdiana, Y. (2019). Hubungan antara harga diri dengan resiliensi remaja di Bhakti Luhur Malang. *Nursing News Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang*, 4(1), 20–28.

Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Sitarenios, G. (2003). Measuring Emotional Intelligence with the MSCEIT V2.0. *Emotion*, 3(1), 97–105. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.3.1.97>

Mulia, L. O., Elita, V., & Worfest, R. (2014). Hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat resiliensi remaja di panti asuhan. *Jurnal Online Mahasiswa*, 1(2), 1–9.

Muliawiharto, A., & Masykur, A. M. (2020). Hubungan antara Dukungan Emosional Pengasuh dengan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan di Kecamatan Tembalang. *Jurnal Empati*, 8(4), 694-705.

Mustafa, M. R., & Hadiyati, F. N. R. (2019). Hubungan Antara Self Disclosure Dengan Resiliensi Pada Remaja Di Panti Asuhan Darussalam. *Jurnal EMPATI*, 8(1), 192–199. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.23594>

NINGRUM, F. A. K. (2021). *INTERAKSI SOSIAL ANAK REMAJA Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Oleh : FIRDANING AYU KUMALA NINGRUM.*

Ningrum, N. A. (2012). Hubungan Antara Coping Strategy dengan Kenakalan pada Remaja Awal. *Jurnal Psikologi*, 7(1), 481–489. <http://www.depsos.go.id/modules.php?n>

Nyiaгани, P. W., & Kristinawati, W. (2021). Kecerdasan Emosi dengan Resiliensi Berdasarkan Jenis Kelamin pada Remaja di Panti Asuhan. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5(2), 295. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i2.4446>

Raharjayanti, Y. (2019). Dukungan Sosial Keluarga dan Self Efficacy Siswa SMP dalam Menghadapi Ujian Nasional. *Jurnal PROMKES*, 7(2), 133. <https://doi.org/10.20473/jpk.v7.i2.2019.133-143>

Rahmasari, D., Jannah, M., & Puspitadewi, N. W. S. (2014). Harga Diri dan Religiusitas dengan Resiliensi Pada Remaja Madura Berdasarkan Konteks Sosial Budaya Madura. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 4(2), 130. <https://doi.org/10.26740/jppt.v4n2.p130-139>

Rahmawati, B. D., & Listiyandini, R. A. (2018). *Gambaran Tingkat Resiliensi Psikologis Remaja Panti Asuhan: Studi pada Panti Asuhan di Jakarta dan Bekasi Career Decision Making Among Indonesian Young Adulthood View project Depression among Adolescents with Parental Divorce: The Protective Factors View . May 2019.*

Ratnasari, K. A. (2017). Hubungan Parenting Stress, Pengasuhan Dan Penyesuaian Dalam Keluarga Terhadap Perilaku Kekerasan Anak Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 3(1), 85. <https://doi.org/10.29241/jmk.v3i1.91>

Safitri, N., & Munawaroh, E. (2022). Effect of self compassion and social support on youth resilience orphanage in Gunungpati District. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 7(2), 1–10. <https://doi.org/10.24036/XXXXXXXXXX-X>

Sandri, R. (2015). Perilaku Bullying Pada Remaja Panti Asuhan Ditinjau Dari Kelekatan Dengan Teman Sebaya Dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 10(1), 43–57.

Santrock, J.W. (2003). *Adolescence*. Eleventh Edition. Boston: McGraw Hill International Edition

Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development*, 13th Edition. New York: McGrawHill. [Adobe Digital Editions Version]. <http://gen.lib.rus.ec/book/index.php?md5=72616DA8443868CEFF05254482B55A5B>

Setiarini, M., & Stevanus, K. (2021). Dinamika Psikologis Remaja Di Panti Asuhan: Studi Fenomenologi. *DIEGESIS: Jurnal Teologi Kharismatika*, 4(1), 10–20. <https://doi.org/10.53547/diegesis.v4i1.90>

Sukmatun, P. (2021). Pengaruh Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan. *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi*, 3(2), 1–21. <https://doi.org/10.12928/empathy.v3i2.3216>

Tasmara, L., & Kamalia, K. (2023). Peran Orang Tua Asuh Mewujudkan Resiliensi Remaja Berprestasi Berlatar Belakang Kemiskinan di Panti Asuhan Putera Muhammadiyah Medan. *Reslaj : Religion Education Social Laa Roiba Journal*, 5(6), 2966–2976. <https://doi.org/10.47467/reslaj.v5i6.3725>

Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). Menyelami perkembangan manusia. *Jakarta: Salemba Humanika*, 20154.

Pendidikan, J. (2016). Pengertian Fungsi dan Tujuan Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). *Diunduh dari www.jejakpendidikan.com*.

Warren, R., Smeets, E., & Neff, K. (2016). Self-criticism and selfcompassion: risk and resilience. *Current Psychiatry*, 15(12), 18–21. 24-28, 32.