

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa topan badai, di mana pada masa tersebut timbul gejolak dalam diri akibat pertentangan nilai-nilai akibat kebudayaan yang makin modern. Masa remaja juga sering dikatakan sebagai masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa yang dalam rentangannya terjadi perubahan-perubahan dan perkembangan pada aspek fisik, psikologis, kognisi dan sosialnya (Santrock dalam Rachman, 2021).

Menurut Hasbullah (dalam Rulmuzu, 2020) remaja adalah seorang yang berumur 12 sampai 18 tahun. Masa remaja ini umumnya orang lebih memandang sifat negatif dari sisi seorang remaja. Hal itu disebabkan karena remaja merupakan masa *strom and stress* (topan dan badai), masa penuh emosi dan adakalanya emosi tersebut meledak-ledak yang muncul karena adanya pertentangan nilai-nilai (Hall dalam Purba & Yudana, 2021).

Selama periode tersebut masa remaja sering dianggap sebagai masa labil yaitu di mana individu berusaha mencari jati dirinya tanpa dan mudah sekali menerima informasi dari luar dirinya tanpa ada pemikiran yang lebih lanjut. Pada masa labil ini di butuhkan peranan keluarga dalam mendidik, membimbing dan membentuk jati diri remaja. Hal ini dikarenakan orang tua disini berperan sebagai pendidik, pengayom, pendukung, pelindung serta pemberi kasih sayang dan rasa aman. Oleh karena itu seluruh reaksi emosi remaja dan pemikirannya dipengaruhi oleh sikap dan kepribadian orang tuanya dalam kehidupan sehari-hari (Siregar & Harahap, 2022). Namun pada kenyataannya, tidak semua anak

mendapatkan pengasuhan oleh orangtua. Beberapa anak terpisah dari keluarganya karena suatu alasan seperti menjadi yatim, piatu atau yatim piatu, tidak memiliki sanak keluarga yang mampu atau mau mengasuh sehingga menjadi terlantar yang menyebabkan anak-anak tersebut dapat diasuh dalam lembaga pengasuhan seperti panti asuhan (Aesijah dalam Damayanti & Rihhandin, 2021).

Menurut Depsos RI (dalam Fanny, 2023) panti asuhan adalah suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial pada anak terlantar dengan memberikan pelayanan pengganti orang tua atau keluarga untuk anak. Panti asuhan bertanggung jawab dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental, dan sosial kepada anak asuh serta memberikan kesempatan yang luas untuk pengembangan kepribadiannya sesuai dengan yang diharapkan sebagai bagian dari generasi penerus cita-cita bangsa dan berkembang secara wajar.

Selain memberikan tempat untuk memenuhi kebutuhannya sebagai manusia, keberadaan panti asuhan dapat menjadi wadah untuk memberikan kesempatan baru kepada anak-anak, termasuk remaja dalam memenuhi kebutuhan di masa perkembangannya. Dimana panti asuhan memberikan pelayanan, bimbingan, dan keterampilan kepada anak asuh agar menjadi manusia yang berkualitas, yang mampu mengubah pola pikir dan intelektual dari masing-masing anak panti tersebut (Darmawan, dkk. 2022).

Badan Pusat Statistik (2023) mencatat bahwa jumlah panti asuhan yang tersebar di Kota Padang sebanyak 37 unit. Sedangkan jumlah anak yang diasuh di panti asuhan sebanyak 2.329 anak asuh dengan usia yang bervariasi. Jumlah

anak laki-laki sebanyak 1.054 anak dan anak perempuan sebanyak 1.260 anak.

Dari jumlah data panti asuhan di atas terlihat bahwa jumlah panti asuhan tidak sebanding dengan jumlah pengasuh, sehingga para pengasuh terpaksa memberikan perhatian secara bergantian. Banyaknya anak yang harus diperhatikan menyebabkan rendahnya kualitas perhatian (Sandri dalam Kawitri dkk, 2020). Sehingga menyebabkan remaja yang berada di panti asuhan merasa kurang menerima perhatian, bimbingan dan kasih sayang. Dan remaja putri menganggap telah dipisahkan dari orang tua atau keluarganya untuk tinggal di panti asuhan. Apabila tidak teratasi dikhawatirkan akan berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja putri dan tidak adanya penerimaan diri yang apa adanya. Dengan demikian remaja putri perlu belajar untuk menerima berbagai pengalaman baik maupun buruk, tidak menghakimi diri secara berlebihan dan menyadari keterbatasan sebagai manusia. Perasaan tidak menghakimi dan menyadari keterbatasan inilah yang dikenal dengan *self-compassion* (Kawitri dkk. 2020).

Neff mengemukakan bahwasannya *self-compassion*, yaitu pemberian afeksi individu terhadap diri sendiri karena mengalami suatu kegagalan, pengalaman yang menyakitkan dan penderitaan. Penerapan *self-compassion* dapat mengatasi emosi-emosi negatif yang menghambat individu dalam mengembangkan diri (Mangarengi dan Murdiana, 2024).

Self-compassion merupakan konsep baru yang berusaha menyikapi secara lebih sehat untuk menilai diri sendiri tanpa melibatkan evaluasi diri atau pun perbandingan sosial. Sejalan dengan pendapat tersebut Neff (dalam Rahayu, dkk.

2019) menyatakan *self-compassion* memberikan pemahaman dan kebaikan kepada diri sendiri ketika menghadapi penderitaan, mengalami kegagalan ataupun membuat kesalahan dengan tidak menghakimi terhadap kekurangan, ketidaksempurnaan, kegagalan seseorang dan mengakui bahwa pengalaman sendiri adalah bagian dari pengalaman manusia yang umum.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Amarangani, dkk. (2021) menunjukkan bahwa individu yang tidak memiliki *self-compassion* pada dirinya akan mengalami perasaan negatif. Perasaan negatif yang ditimbulkan seperti stres dan kecemasan yang disebabkan karena individu lebih keras pada diri sendiri, yang dapat meningkatkan stress dan kecemasan. Remaja putri merasa gagal dan selalu berpikir negatif tentang diri sendiri. Selain itu, individu juga mengalami rendahnya harga diri sehingga membuat individu merasa tidak layak dan tidak berharga dalam menjalani hidup. Hidayati (2018) menjelaskan bahwa *self-compassion* seringkali diiringi oleh dampak negatif seperti berkurangnya motivasi pada individu, menjadi pasif dan sulit untuk menyembuhkan trauma masa lalu.

Self-compassion menggambarkan sikap baik terhadap diri sendiri, dengan tidak mengkritik secara berlebihan terhadap kekurangan, kondisi dan pengalaman pribadi (Neff dalam Kawitri dkk, 2020). Tinggi rendahnya *self-compassion* individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor (Wiffida dkk. 2022), diantaranya budaya, usia, jenis kelamin, kecerdasan emosi, kepribadian. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rey & Moningka (dalam Azra & Gustriani, 2021) ditemukan faktor baru yang mempengaruhi *self-compassion*

yaitu lingkungan sosial yang terbagi atas lingkungan dan dukungan sosial. Artinya dukungan sosial secara langsung menjadi faktor yang dapat mempengaruhi *self-compassion*.

Menurut Johnson (dalam Gondokusumo, dkk. 2023) mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah suatu usaha untuk memberikan pertolongan kepada seseorang dengan tujuan untuk meningkatkan kesejahteraan serta keberadaan orang lain yang mampu diandalkan untuk dapat memberikan bantuan, memberi rasa percaya diri, dorongan atau semangat, nasehat serta sebuah penerimaan. Sejalan dengan penelitian Dintari (2019) dukungan sosial dapat berbentuk dukungan emosional, informasi, atau materi. Dukungan sosial ini bersifat informal dan dapat berasal dari keluarga besar, teman, maupun kelompok sosial lainnya. Hadirnya dukungan sosial dapat membantu meningkatkan kemampuan bertahan seseorang dari pengaruh-pengaruh yang merugikan.

Dukungan sosial menjadi peranan penting dalam kehidupan banyak orang serta mendorong individu dalam menikmati hidup yang mengarah pada pengalaman yang lebih positif. Dukungan yang dapat diberikan seperti dukungan emosional atau dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan persahabatan. Sarafino & Smit (dalam Azra & Gustriati, 2021). Dukungan tersebut dapat berupa pemberian empati, perhatian, cinta, kepercayaan, uang dan energi. Artinya ketika individu memiliki perasaan positif yang didapat dari dukungan sosial maka akan membantu individu memiliki kepribadian yang *compassionate*.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap pengurus panti asuhan pada tanggal 19 Oktober 2024 yang ada di panti Asuhan Liga Dakwah, diperoleh keterangan bahwa terdapat beberapa remaja di panti asuhan ini yang mengaku mengalami kesulitan untuk mengembangkan rasa kasih sayang terhadap dirinya sendiri. Hal ini juga dikuatkan oleh keterangan anak panti itu sendiri yang mana dari hasil observasi dan wawancara yang didapatkan dari sepuluh anak panti mengatakan bahwa semua kesalahan dan masalah yang terjadi pada dirinya disebabkan oleh dirinya sendiri. Perilaku menyalahkan diri ini membuat remaja putri sulit mengembangkan rasa kasih sayang pada diri sendiri.

Wawancara juga dilakukan terhadap 10 orang remaja putri di panti asuhan Liga Dakwah, dari 10 remaja yang diwawancarai semua mengatakan bahwa remaja putri sering menyalahkan dirinya atas perpisahan dengan keluarga dan merasa semua kesalahan adalah tanggung jawabnya, kadang remaja putri juga merasa gagal menjadi seorang anak. Selain itu, anak panti juga mengatakan bahwa ia sering merasakan kesepian, merasa terabaikan oleh keluarga, merasa dibuang, tak jarang remaja putri juga merasa tidak diharapkan dan tidak ada yang menyayangnya. Anak panti juga mengatakan bahwa remaja putri merasa tidak aman karena pertengkaran orangtua di rumah, remaja putri juga mengatakan bahwa remaja putri tidak seberuntung teman-teman yang tidak tinggal di panti serta remaja putri juga sering membandingkan dirinya dengan anak di luar panti.

Dalam menjelaskan dukungan sosial yang mempengaruhi *self-compassion*,

peneliti juga melakukan wawancara dengan 10 responden yang sama. 6 dari 10 yang diwawancarai mengatakan bahwa remaja putri merasa tidak dipedulikan dan tidak ada yang dapat memahaminya. Selain itu remaja putri juga mengatakan bahwa remaja putri tidak mendapatkan perhatian dari keluarga, pengasuh di panti asuhan dan lingkungan sekitar, tidak mendapatkan dorongan untuk maju sehingga individu tidak mampu melihat sisi positif di dirinya, remaja putri juga mengatakan tidak mendapatkan bantuan yang bersifat langsung seperti, menolong dalam menyelesaikan suatu masalah, tidak mendapatkan nasehat dari orang terdekat saat menghadapi suatu masalah. 4 dari 10 mengatakan bahwa remaja putri merasa tidak sepenuhnya mendapatkan dukungan dari pengasuh karena banyaknya remaja yang tinggal di panti, pengasuh tidak bisa memperhatikan semua anak-anaknya. Sehingga beberapa remaja merasakan tidak disayang, keinginannya tidak terpenuhi, merasa tidak dipedulikan, dan diperhatikan oleh keluarga, pengasuh di panti dan lingkungan sekitar sehingga tak jarang dari remaja putri merasa tidak percaya diri. Selain itu remaja putri juga merasa cemburu dengan teman sebaya.

Terdapat beberapa penelitian yang dilakukan sebelumnya yang mencoba melihat hubungan dukungan sosial terhadap *self-compassion*. Penelitian yang dilakukan oleh Azra & Tiara (2021) dengan judul Hubungan Dukungan Sosial dengan *Self-Compassion* pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19, menunjukkan hubungan yang positif, dimana semakin tinggi dukungan sosial remaja maka semakin tinggi *self-compassion* nya. Penelitian selanjutnya juga pernah dilakukan oleh Irnanda & Hamidah (2021) dengan judul Hubungan Dukungan

Sosial dengan *Self-compassion* pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai, menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan *self-compassion*, dimana jika dukungan sosial mengalami peningkatan maka *self-compassion* juga mengalami peningkatan dan begitu pula sebaliknya jika dukungan sosial menurun maka *self-compassion* juga akan menurun. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Fauzia, dkk. (2022) dengan judul Dukungan Sosial dengan *Self-compassion* pada Ibu Primipara, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *self-compassion*, semakin ibu primipara merasakan dukungan dan perhatian dari orang lain, maka ibu primipara akan lebih mengasihi dan mencintai dirinya sendiri ketika dihadapkan pada keterbatasan dalam membesarkan anak pertama.

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan adalah lokasi penelitian yang dilakukan, waktu penelitian, dan subjek yang akan diteliti. Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan, diketahui bahwa dukungan sosial memiliki keterkaitan dengan *self-compassion*. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan dukungan sosial terhadap *self-compassion* pada remaja putri di panti asuhan liga dakwah.

B. Rumusan `Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan dukungan sosial terhadap *self-compassion* pada remaja putri di panti asuhan liga dakwah.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan dukungan sosial terhadap *self-compassion* pada remaja putri di panti asuhan liga dakwah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam memberikan penjelasan dan memperluas pengetahuan di bidang psikologi sosial terkait hubungan dukungan sosial terhadap *self-compassion* pada remaja putri di panti asuhan liga dakwah.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

a. Remaja

Dapat berguna bagi pembaca untuk lebih meningkatkan *self-compassion* dalam upaya meningkatkan dukungan sosial.

b. Psikologi

Dapat berguna dalam memberikan penjelasan kepada pembaca terkait hubungan dukungan sosial terhadap *self-compassion*.

c. Peneliti selanjutnya

Memberikan informasi tentang kajian yang dibahas sebagai pembanding ataupun dijadikan sebagai referensi untuk keperluan peneliti selanjutnya.