

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan masa transisi berakhirnya usia anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis (Wahidin, 2017). Remaja merupakan masa penuh akan tantangan, karena pada usia remaja mulai memasuki siklus kritis dalam perkembangan seseorang mencari jati diri menuju dewasa (Desmita, 2009). Dalam ilmu Psikologi Perkembangan, fase pertumbuhan manusia dari anak-anak menuju remaja dimulai dari usia 12 – 18 tahun (Jahja, 2011). Pada masa ini, remaja mudah mengalami adanya konflik sesama remaja maupun di lingkungan sekitarnya (Haryanti et al., 2019). Hal tersebut perlu diantisipasi dengan baik agar tidak berakibat buruk dalam perkembangan remaja, termasuk masalah *mental health*. Perlu adanya pendampingan orang tua secara baik

untuk memahami atau membimbing anak dalam menghadapi fase perkembangan remaja sesuai dengan kebutuhannya (Rahmawati et al., 2019). Sehingga remaja dapat tumbuh berkembang menjadi manusia dengan mental yang sehat.

Tidak semua remaja mendapat pendampingan orang tua selama fase perkembangannya. Hal tersebut terjadi karena faktor ekonomi keluarga yang kurang mampu sehingga tidak bisa memenuhi kebutuhan remaja ataupun orang tua yang telah meninggal dunia (Jemimut, 2021). Selain itu, datangnya pandemi Covid-19 menambah angka anak yatim/piatu di Indonesia meningkat, sehingga menitipkan pengasuhan anak ke sebuah lembaga yang disebut panti asuhan (Setiawan, 2021). Panti asuhan ialah lembaga yang memiliki fungsi pengganti pelayanan orang tua kandung atau keluarga anak dan bertanggungjawab dalam memenuhi kebutuhan anak asuh seperti kebutuhan fisik, mental dan sosial (Armis, 2015). Berdasarkan data

Kementerian Sosial Republik Indonesia, per Mei 2021 terdapat 191.696 anak yang diasuh dalam 3.914 Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) yang menaungi panti asuhan, yayasan maupun balai di seluruh Indonesia (Setiawan, 2021).

Remaja yang tinggal di panti asuhan tentu merasakan kurangnya kasih sayang orang tua dalam fase perkembangan hidupnya, sehingga mengakibatkan remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki masalah dalam hidup salah satunya gangguan *mental health* (Haryanti et al., 2019). Selain itu, menurut Windu menyebutkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan cenderung menunjukkan gangguan perilaku dan emosional (Windu, 2021). Karena pada usia remaja, anak memiliki rasa emosional yang masih labil dalam mencari jati diri dan mudah mengalami keresahan yang mengganggu *mental healthnya* (Vharensie, 2021). Peran orang tua asuh menjadi penting dalam mendampingi perkembangan usia remaja

agar mereka dapat terus menjalani hidup dengan baik sama seperti remaja lain yang hidup di rumah bersama orang tua.

Remaja yang sehat, baik sehat jasmani maupun rohani merupakan sebuah langkah awal yang baik bagi setiap individu dalam menjalani kegiatan sehari-hari seperti beribadah, bekerja, dan lainnya. Menjaga *mental health* perlu dilakukan sebagai upaya membangun hubungan yang baik kepada keluarga, teman, tetangga maupun masyarakat umum (Isnawati & Yunita, 2019). Menjaga *mental health* merupakan kewajiban semua orang demi membangun kualitas hidup yang lebih baik serta menghindari dari gangguan *mental health* (Azizah et al., 2016). Al-Quran secara eksplisit telah menjelaskan bagaimana cara untuk menjaga *mental health* sebagaimana yang telah dijelaskan dalam firman Allah SWT dalam QS. Ali Imran ayat 183, sebagai berikut:

لَتُبْلَوْنَ فِيْ أَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ وَلَتَسْمَعَنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا  
الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَمِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَذًى كَثِيرًا ۗ وَإِنْ  
تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ

Artinya: “Kamu sungguh-sungguh akan diuji terhadap hartamu dan dirimu. Dan (juga) kamu sungguh-sungguh akan mendengar dari orang-orang yang diberi kitab sebelum kamu dan dari orang-orang yang mempersekutukan Allah, gangguan yang banyak yang menyakitkan hati. Jika kamu bersabar dan bertakwa, maka sesungguhnya yang demikian itu termasuk urusan yang patut diutamakan”.

Ayat di atas telah menjelaskan bahwa manusia akan diuji baik dari sisi luar maupun dalam. Selain itu gangguan dari orang lain yang menyakitkan hati. Allah SWT telah memerintahkan hamba-Nya untuk selalu bersabar dengan gangguan yang dialami serta terus bertakwa dengan menjalankan segala perintahnya dan menjauhi larangannya, karena Allah SWT akan menjaga hamba-Nya dari semua cobaan dan mengangkat derajat hamba-Nya. Sama halnya bagi remaja panti asuhan yang memiliki masalah-masalah hidup perlu bersabar, jangan

sampai masalah hidup mempengaruhi diri remaja sehingga mengganggu *mental health*nya.

Panti asuhan sebagai lembaga pengganti peran orang tua kandung remaja juga memiliki fungsi lain, yakni bertanggung jawab dalam memberikan perlindungan, pemenuhan hak-hak hidup, serta mendukung tumbuh kembang remaja (Qamarina, 2017). Sehingga, remaja yang tinggal di panti asuhan telah terpenuhi segala kebutuhan hidup selama fase perkembangannya sampai mereka bisa hidup mandiri. Peran orang tua asuh atau pengurus panti menjadi tokoh penting dalam membimbing dan mendidik remaja agar bisa hidup sehat dan terhindar dari gangguan *mental health* (Gojali, 2020).

Remaja panti asuhan yang mengalami kasus gangguan *mental health* salah satunya seperti yang terjadi di Panti Asuhan Daarut Taqwa. Remaja yang tinggal di Panti Asuhan Daarut Taqwa memiliki latar belakang yang berbeda-beda, sebagian besar merupakan anak yang

memiliki masalah, seperti masalah keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri (*confident in abilities*), kemampuan dalam bertanggungjawab (*commitment*), dan mengontrol masalah dikehidupannya (*life control*). Berdasarkan hasil observasi remaja panti berasal dari latar belakang anak yatim, piatu, yatim-piatu, *dhuafa*, anak korban kekerasan rumah tangga atau anak yang lahir dari hubungan di luar nikah maupun anak yang tidak diharapkan oleh keluarganya dan anak ditelantarkan sampai tidak tahu siapa orang tuanya. Ibu Eri Wahyuningsih mengatakan ketika diwawancarai pada 17 Juli 2022 bahwa:

“anak asuh di panti asuhan ini tidak hanya berasal dari Jogja saja, namun dari berbagai daerah seperti di Jawa Tengah dan ada berapa dari luar Jawa. Mereka berasal dari latar belakang yang berbeda. Ada yang karena faktor ekonomi keluarga, yatim/piatu, keluarga *broken home*, korban kekerasan rumah tangga dan juga anak yang tidak diharapkan oleh keluarganya sehingga dilantarkan”. (Wawancara, 2022)

Selain itu, peneliti juga menemukan panti asuhan dimana terdapat remaja yang mengalami gangguan *mental health* yakni Panti Asuhan Mafaza Kota Yogyakarta. Berdasarkan hasil observasi awal peneliti pada 22 Agustus 2022 menunjukkan bahwa terdapat 75 anak asuh di Panti Asuhan Mafaza Kota Yogyakarta yang berusia 15 – 18 tahun. Remaja berasal dari berbagai wilayah di Indonesia seperti dari Yogyakarta, Papua, Medan, Lampung dengan latar belakang anak yatim, piatu, yatim-piatu, dan duafa. Terdapat beberapa remaja yang mengalami masalah untuk mengontrol emosi (*emosional control*), dan masalah kepercayaan diri dalam melawan rasa takut (*interpersonal confidence*) akibat dari korban dari kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), korban keluarga *broken home*, dan faktor lainnya. Sehingga terdapat remaja Panti Asuhan Mafaza Kota Yogyakarta yang mengalami gangguan *mental health* seperti depresi, kesedihan, gangguan perilaku, dan gangguan kepribadian.

Berdasarkan hasil wawancara awal dengan Pak Eko Budianto selaku Wakil Pengurus Panti Asuhan Mafata Kota Yogyakarta, bahwa:

“Ada kenakalan remaja yang dilakukan anak asuh seperti mencuri, keluar panti asuhan tanpa izin, melanggar aturan di panti asuhan, kasus *bullying*, menggunakan *smartphone* tanpa sepengetahuan pengurus panti, dan kabur dari panti asuhan”. (Wawancara, 22 Agustus 2022)

Hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa di Panti Asuhan Mafaza Kota Yogyakarta terdapat kasus kenakalan remaja seperti mencuri, keluar keluar panti asuhan tanpa izin, melanggar aturan di panti asuhan, kasus *bullying*, menggunakan *smartphone* tanpa sepengetahuan pengurus panti, dan kabur dari panti asuhan. Kasus kenakalan remaja di atas tentu dipengaruhi oleh faktor kurangnya perhatian dari orang tua/keluarga remaja sebelumnya. Menurut Jospin Losa, berpendapat bahwa kasus kenakalan remaja disebabkan oleh kurangnya perhatian orang tua dan pola asuh yang kurang diberikan

kepada anak (Losa et al., 2016), sehingga tidak maksimal dalam mendidik anak untuk memiliki kepribadian yang baik, patuh, taat beragama, dan bertanggungjawab (Adnan, 2020). Selain itu, kenakalan remaja menurut Fifin termasuk dalam gangguan *mental health* karena dapat menyakiti diri sendiri ataupun merugikan orang lain (Purwaningtyas, 2020).

Satu lagi panti asuhan dimana remaja mengalami gangguan *mental health* seperti yang terjadi di Panti Asuhan La Tahzan, Banguntapan, Bantul, DIY. Berdasarkan hasil wawancara dengan Syahrul Faizin selaku *musrif* panti pada 18 November 2022 menyebutkan bahwa terdapat remaja yang mengalami gangguan *mental health* seperti depresi, berperilaku temperamental, merasa frustrasi ketika tinggal di panti asuhan dan kurang berani mengambil tantangan dalam kehidupan (*challenge*). Syahrul Faizin menambahkan bahwa:

“Ada beberapa remaja yang mengalami masalah di Panti Asuhan La Tahzan, jika ditilik ke belakang ternyata mereka itu berasal dari anak korban perceraian orang tuanya” (Wawancara, 18 November 2022)

Remaja yang tinggal di Panti Asuhan La Tahzan jika dilihat dari latar belakangnya, remaja yang mengalami gangguan *mental health* ternyata berasal dari keluarga yang orang tuanya bercerai. Ada juga remaja yang ditinggal migrasi orang tuanya ke luar negeri untuk mencari kerja, yang pada akhirnya pengasuhannya digantikan oleh kakek/neneknya, kemudian dilimpahkan pengasuhannya ke Panti Asuhan La Tahzan. Beberapa hal tersebut yang menyebabkan remaja panti akhirnya mengalami gangguan *mental health*, hingga berakibat pada remaja merasa tidak nyaman tinggal di panti dan beberapa remaja akhirnya dikembalikan pengasuhannya ke keluarga.

Menjaga *mental health* pada remaja penting dilakukan guna menghindari dari datangnya perasaan depresi atau kecemasan yang berlebihan (Collishaw &

Sellers, 2020). Masalah *mental health* remaja bisa menjadi masalah yang serius jika tidak segera ditangani, karena bisa menimbulkan penderitaan yang mendalam dan merugikan orang di sekitarnya (Wibowo & Zen, 2020). Bahkan masalah gangguan *mental health* dapat menimbulkan kematian, seperti diberitakan oleh media massa *online* Harian Jogja yang menuliskan bahwa salah satu mahasiswa dari Universitas Gadjah Mada nekat mengakhiri hidupnya dengan bunuh diri yang disebabkan oleh depresi (Umah, 2022).

Peran orang tua asuh menjadi penting dalam membimbing remaja panti asuhan selama fase pertumbuhannya. Namun tak hanya peran orang tua asuh saja, perlu adanya sikap keterbukaan diri remaja dalam mengungkapkan masalah yang dialami selama berada di panti asuhan, hal tersebut dalam ilmu psikologi disebut juga dengan *self-disclosure*. Menurut Alter dan Taylor menuturkan bahwa *self-disclosure* bermakna menceritakan

secara sukarela terkait perasaan, pikiran atau informasi lain yang bersifat pribadi kepada orang lain (Melumad & Meyer, 2020). Keterbukaan di sini memiliki arti remaja mau bercerita serta mengungkapkan perasaan yang sedang dialami kepada orang tua asuh agar masalah yang dihadapi dapat terselesaikan dan menemukan solusi terbaik.

Sadar diri akan kehidupan di panti asuhan yang berbeda dengan orang lain, remaja perlu memiliki rasa belas asih atau disebut juga *self-compassion* dalam ilmu psikologi. Menurut Neff memberikan definisi *self-compassion* ialah kemampuan seseorang untuk berlaku baik terhadap diri sendiri dengan tidak menghakimi atau bersikap keras atas penderitaan, kemalangan dan kekurangan yang sedang dialami, serta paham bahwa yang sedang dirasakan juga terjadi pada orang lain (Kawitri et al., 2020). Sifat *self-compassion* ini perlu dimiliki remaja agar menjadi karakter yang tenang, empati, peka dan sabar dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Ketika

tertimpa sebuah kemalangan, remaja tidak menyalahkan dirinya, bahkan berusaha untuk memperbaiki sehingga dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik (D. S. Hidayati, 2015). Rasa sadar diri dan belas asih pada remaja perlu ditanamkan sebagai tanda syukur bahwa meski hidup di panti asuhan, remaja panti asuhan masih dikelilingi orang-orang baik yang peduli dengannya.

Selain peran *self-compassion* dan *self-disclosure*, tingkat *spirituality* remaja panti asuhan juga memiliki peran dalam mengatasi masalah *mental health*. Hal tersebut dikarenakan *spirituality* berkaitan dengan hubungan remaja dengan Allah SWT sebagai tempat bergantung atas segala masalah yang dialami (Anggitaratri, 2018). *Spirituality* yang dibangun ialah dengan menjaga hubungan baik antara remaja panti asuhan dengan Allah SWT, sesama manusia, alam, dan transenden serta meyakini bahwa menjaga keempat hubungan tersebut dapat memberikan makan, tujuan, serta merubah hidup

menjadi lebih baik (Westbrook et al., 2018). Hal tersebut dikuatkan dengan penelitian dari (Ndorang et al., 2022) bahwa semakin tinggi tingkat *spirituality* remaja maka akan semakin rendah remaja mengalami masalah terutama gangguan *mental health*.

Remaja yang memiliki sikap terbuka, belas asih pada diri sendiri, dan *spirituality* yang kuat dapat menjadi modal yang baik untuk menghadapi segala permasalahan dalam hidup, terutama permasalahan yang dapat mengganggu *mental health* remaja seperti rasa kecemasan, kemarahan, ketakutan, dan kecemburuan (Puspita, 2019). Oleh karena itu, melalui pendekatan *self-compassion*, *self-disclosure*, dan *spirituality* ini peneliti ingin mengkaji lebih mendalam kaitannya dengan tingkat *mental health* remaja di panti asuhan. Tulisan ini meneliti pengaruh keterbukaan, belas asih diri remaja, dan tingkat *spirituality* sebagai pendekatan baru terhadap *mental health* remaja di panti asuhan.

Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang masalah penelitian di atas, maka peneliti memilih Pantu Asuhan Daarut Taqwa, Pantu Asuhan Mafaza, dan Pantu Asuhan La Tahzan ini sebagai tempat penelitian. Adapun alasan memilih Pantu Asuhan Daarut Taqwa, Pantu Asuhan Mafaza, dan Pantu Asuhan La Tahzan karena semua anak asuh merupakan remaja dengan latar belakang yang berbeda-beda seperti anak yatim/piatu, *dhuafa*, korban kekerasan, anak ditelantarkan, dan korban perceraian. Oleh karena itu, ketiga pantu tersebut dipilih untuk menemukan pengaruh *self-compassion*, *self-disclosure* dan *spirituality* sebagai pendekatan baru terhadap penguatan *mental health* remaja pantu asuhan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, dapat ditarik kesimpulan terkait identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Remaja kurang mendapatkan perhatian dari orang tua/keluarga terdekatnya sebelum mereka tinggal ke panti asuhan.
2. Sebelum tinggal di panti asuhan, remaja yang kurang mendapatkan perhatian dari orang tua/keluarga terdekatnya mengalami masalah seperti gangguan *mental health*.
3. Remaja yang tinggal panti asuhan kurang memiliki sikap belas asih (*self-compassion*), dalam menyelesaikan masalah hidup.
4. Remaja yang tinggal panti asuhan kurang memiliki sikap terbuka (*self-disclosure*) dalam menyelesaikan masalah hidup.
5. Remaja yang tinggal di panti asuhan perlu meningkatkan *spirituality* dalam menyelesaikan masalah hidup.

### C. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil identifikasi masalah di atas, maka permasalahan penguatan *mental health* remaja yang tinggal di panti asuhan menjadi fokus dalam penelitian ini. Oleh karena itu, peneliti membuat rumusan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana pengaruh *self-compassion* terhadap *mental health* baik secara langsung maupun melalui *spirituality* bagi remaja di panti asuhan Yogyakarta?
2. Bagaimana pengaruh *self-disclosure* terhadap *mental health* baik secara langsung maupun melalui *spirituality* bagi remaja di panti asuhan Yogyakarta?
3. Bagaimana pengaruh *spirituality* terhadap *mental health* remaja di panti asuhan Yogyakarta?
4. Bagaimana pengaruh *self-compassion* dan *self-disclosure* terhadap *mental health* melalui *spirituality* bagi remaja di panti asuhan Yogyakarta?

## **D. Tujuan dan Kegunaan**

### **1. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menemukan bukti empiris dari pernyataan yang diajukan dalam rumusan masalah sebagai berikut:

- a. Menemukan kecocokan dan kebaikan model pengaruh *self-compassion* dan *self-disclosure* melalui *spirituality* terhadap *mental health* remaja di panti asuhan Yogyakarta.
- b. Menganalisis pengaruh *self-compassion* terhadap *mental health* baik secara langsung maupun melalui *spirituality* bagi remaja panti asuhan di Yogyakarta.
- c. Menganalisis pengaruh *self-disclosure* terhadap *mental health* baik secara langsung maupun melalui *spirituality* bagi remaja di panti asuhan Yogyakarta.

- d. Menemukan pengaruh *spirituality* terhadap *mental health* remaja di panti asuhan Yogyakarta.

## **2. Kegunaan Penelitian**

Secara teoritis memberikan pemahaman terhadap kepada program studi dan mahasiswa mengenai peran *self-compassion*, *self-disclosure*, dan *spirituality* terhadap penguatan *mental health* pada remaja yang tinggal di panti asuhan serta memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi khususnya *self-compassion*, *self-disclosure* dan *spirituality*. Hal tersebut sebagai sebuah pendekatan baru dalam meningkatkan atau menguatkan *mental health* remaja panti asuhan. Selanjutnya penelitian ini bisa menjadi stimulus bagi penelitian selanjutnya sehingga proses pengkajian terus berlangsung dan mendapatkan hasil yang maksimal.

Secara praktis hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi Program Studi Magister Ilmu

Agama Islam, dosen pembimbing, dan mahasiswa dalam meningkatkan *mental health* remaja panti asuhan melalui peran *self-compassion*, *self-disclosure*, dan *spirituality*.

#### **E. Tinjauan Pustaka**

Tema pembahasan dalam penulisan ini tentu memiliki kesamaan dengan penelitian terdahulu yang menjadi sumber rujukan pada tulisan ini. Peneliti mencari tinjauan pustaka dari artikel jurnal yang terbit dalam kurun waktu kurang dari sepuluh tahun. Peneliti mencari artikel dari berbagai sumber baik jurnal nasional maupun internasional melalui *Google Scholar*, *Scopus*, *Research Gate*, *Connected Papers* maupun *website* pencarian artikel lainnya sebagai berikut:

Tesis yang berjudul “*Penurunan Masalah Kecemasan Sosial melalui Pelatihan Keterampilan Sosial untuk Meningkatkan Self-Compassion pada Remaja Panti Asuhan*” dari Ilmi (Ilmi, 2021). Penelitian ini membahas

tentang pengaruh kecemasan sosial terhadap belas asih diri melalui pelatihan keterampilan sosial pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Desain penelitiannya menggunakan *nonequivalent control group design* dengan subjek 12 remaja panti yang dibagi menjadi dua kelompok (6 kelompok eksperimen, 6 kelompok kontrol). Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan kecemasan sosial pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

Penelitian dengan judul “*The Buffering Effect of Self-Compassion on the Relationship between Attachment Dimensions and Life Satisfaction of Female Adolescents Living in Orphanages*” oleh Menon dan Mohan (Menon & Mohan, 2020). Penelitian ini menyelidiki tentang pengaruh *Self-Compassion* pada hubungan antar dimensi dan kepuasan hidup remaja putri di panti asuhan Bangkok. Sampel penelitian mengambil 140 remaja putri dari empat panti asuhan yang berbeda di wilayah Bangkok. Hasil penelitian mendukung bahwa pengaruh dimensi kepuasan

hidup remaja putri yatim piatu tergantung pada tingkat kasih sayang mereka. Temuan yang dibahas kaitannya dengan masalah keterkaitan yang dialami remaja putri di panti asuhan dan *Self-Compassion* sebagai variabel yang diinginkan menunjukkan hasil yang kurang memuaskan.

Karya ilmiah berjudul “*Peran Self-Compassion terhadap Dimensi-dimensi Kualitas Hidup Kesehatan pada Remaja Panti Asuhan*” oleh Kawitri (Kawitri et al., 2020). Tulisan ini bertujuan untuk menguji apakah *self-compassion* dapat memprediksi tingkat kualitas *mental health* pada remaja di panti asuhan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Cross Sectional*. Subjek penelitian sebanyak 40 remaja yang direkrut dengan teknik *convenience sampling* dari panti asuhan di Bekasi dan Jakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa uji regresi menunjukkan bahwa pengaruh *self-compassion* terhadap HRQoL signifikan pada dimensi kesejahteraan fisik, kesejahteraan psikologis,

relasi dan otonomi orang tua, dan lingkungan sekolah. Namun, *self-compassion* tidak berpengaruh signifikan terhadap kualitas hidup terkait kesehatan pada dimensi dukungan sosial dan teman sebaya. Peran *self-compassion* terhadap HRQoL menyiratkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan perlu mengembangkan sikap belas asih untuk diri mereka sendiri untuk mencapai HRQoL yang lebih baik.

Karya ilmiah dari Afifatun Nafisah, Hendriyani dan Nuke Martiarini (Nafisah et al, 2018) yang berjudul “*Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Self-Compassion Remaja di Panti Asuhan*”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan *self-compassion* remaja di panti asuhan. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif desain korelasional. Subjek penelitian sebanyak 95 remaja. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara dukungan keluarga dengan *self-compassion* remaja

yang artinya jika dukungan keluarga pada kategori tinggi maka *self-compassion* berada pada kategori tinggi. Hasil ini dapat dilihat berdasarkan analisis korelasi *Product Moment* yang menunjukkan bahwa nilai  $r = 0,205$  dengan nilai signifikansi atau  $p = 0,046$ . Peneliti menyimpulkan bahwa hipotesis kerja yang berbunyi ada hubungan positif antara dukungan keluarga dengan *self-compassion* remaja diterima.

Tulisan dari Kristianti (Kristianti & Kristinawati, 2021) yang berjudul “*Self-Disclosure* dengan Resiliensi pada Remaja Wanita di Panti Asuhan”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif untuk mengetahui hubungan antara *self-disclosure* dengan resiliensi para remaja wanita di panti asuhan. Subjek penelitian adalah remaja wanita panti asuhan yang berusia rentang 15-18 tahun sebanyak 51 responden. Hasil penelitian yang dilakukan dengan teknik *Pearson Product Moment Correlation* menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,617

dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti adanya hubungan positif yang signifikan antara *self-disclosure* dengan resiliensi pada remaja wanita di panti asuhan.

Karya artikel jurnal berjudul “Pengaruh *Peer Counseling* terhadap *Self-Disclosure* Remaja Nurul Haq Yogyakarta” oleh Harahap (Harahap, 2019). Tulisan ini bertujuan untuk melihat sikap keterbukaan diri remaja Panti Asuhan yaitu dengan cara menerapkan konseling kelompok dan konseling sebaya di Panti Asuhan. Tujuan dari penelitian ini untuk melihat pengaruh *Peer Counseling* terhadap *Self-Disclosure* remaja Panti Asuhan Nurul Haq Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian analisis regresi dengan pendekatan kuantitatif. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah remaja Panti Asuhan Nurul Haq laki-laki dan perempuan yang pernah mengikuti konseling kelompok dan sebaya. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan *Peer Counseling* terhadap *self-disclosure* remaja Panti Asuhan

Nurul Haq Yogyakarta. Kontribusi Peer Counseling (X1) sebesar 58,0%, sedangkan sisanya 48,1% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian seperti teman dekat, lingkungan, kepribadian, besarnya kelompok, jenis kelamin, perasaan menyukai, dan sarana-prasarana yang turut mendukung. Dari semua faktor yang berpengaruh terhadap sikap keterbukaan diri remaja juga dibutuhkan strategi dan upaya yang gigih dalam belajar.

Tulisan dari Haryanti (Haryanti et al., 2019) yang mengangkat judul "*Perkembangan Mental Emosional Remaja di Panti Asuhan*". Tujuan penelitian tersebut untuk mengetahui perkembangan mental emosional remaja yang tinggal di panti asuhan. Subjek penelitian mengambil 20 anak asuh yang tinggal di panti dan 85 anak asuh yang tinggal di luar panti. Hasil penelitiannya menunjukkan terdapat perbedaan perkembangan mental emosional yang signifikan antara remaja yang tinggal di panti asuhan dan tinggal di rumah, dengan nilai  $p\text{value} = 0,006$  ( $p\text{value} <$

0.05), dimana perkembangan mental emosional remaja yang tinggal di panti asuhan kurang baik dibandingkan dengan remaja yang tinggal di rumah.

Penelitian dengan judul “*Pengaruh Dzikir Asmaul Husna terhadap Kesehatan Mental: Studi di Rumah Anak Asuh Yayasan Bening Nurasi Sumedang*” karya (Nurhasanah, 2022). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dzikir Asmaul Husna dan kesehatan mental pada remaja usia 12-18 tahun yang tinggal di Rumah Anak Asuh Yayasan Bening Nurani Sumedang, kemudian menganalisis besar kecilnya pengaruh dari dzikir Asmaul Husna terhadap kesehatan mental remaja. Metode pada penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, kuesioner, dan studi kepustakaan. Sumber data yang digunakan yaitu sumber data primer berupa observasi partisipan dan kuesioner yang disebarakan kepada responden yang memenuhi kriteria sampel yaitu sebanyak

44 responden dari populasi yang berjumlah 50 orang. Hasil serta kesimpulan yang diperoleh dalam penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh dari dzikir Asmaul Husna terhadap kesehatan mental remaja yang tinggal di Rumah Anak Asuh Yayasan Bening Nurani Sumedang. Hasil dari penerapan dzikir Asmaul Husna baik melalui lisan, hati, ataupun perbuatan memiliki pengaruh positif terhadap aspek fisik maupun psikis remaja sehingga dapat menyesuaikan dan menyeimbangkan keadaan dengan dirinya sendiri dan dengan orang lain.

Penelitian dari (Mokhamad, 2022) yang berjudul “*Peran Orang Tua Asuh dalam Bimbingan Mental Spiritual Anak Asuh Panti Asuhan Budi Utomo Muhammadiyah Kota Metro*”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana peran orang tua asuh dalam bimbingan mental spiritual anak asuh Panti Asuhan Budi Utomo Muhammadiyah Kota Metro dan bagaimana pelaksanaan bimbingan mental spiritual anak asuh Panti

Asuhan Budi Utomo Muhammadiyah Kota Metro. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan sifat penelitian deskriptif. penelitian ini pengambilan sample dilakukan dengan teknik Snowball Sampling. Dalam menghimpun data peneliti menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa peran orang tua asuh sangat penting dalam proses bimbingan mental spiritual anak asuh seperti memenuhi kebutuhan sandang dan pangan ana asuh, memenuhi kebutuhan pendidikan anak asuh, memberikan perhatian kepada anak asuh, menanamkan nilai-nilai keagamaan kepada anak asuh, dan menasehati, membimbing, mendampingi serta mengarahkan anak asuh. Dalam menunjang proses pelaksanaan bimbingan mental spiritual anak asuh di panti, orang tua asuh menyusun berbagai kegiatan dan program yang wajib anak asuh ikuti selama berada di panti.

Artikel berjudul “*Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Panti Asuhan Ditinjau dari Internal Locus of Control dan Spiritualitas*” oleh (Harjanti, 2021). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara internal locus of control dan spiritualitas dengan kesejahteraan psikologis pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Pengambilan sampel menggunakan teknik studi populasi dengan jumlah 75 remaja. Hasil regresi berganda menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara internal locus of control dan spiritualitas dengan kesejahteraan psikologis ( $R_{yx1x2} = 0,790$ ;  $p < 0,05$ ). Analisis regresi sederhana pertama menunjukkan terdapat hubungan antara *internal locus of control* dengan kesejahteraan psikologis ( $r_{x1y} = 0,466$ ;  $p < 0,05$ ). Analisis regresi sederhana kedua menunjukkan terdapat hubungan antara spiritualitas dengan kesejahteraan psikologis ( $r_{x2y} = 0,490$ ;  $p < 0,05$ ). Artinya semakin tinggi internal locus of control dan spiritualitas yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi

kesejahteraan psikologisnya, begitu pula sebaliknya. Besar sumbangan efektif spiritualitas lebih besar terhadap kesejahteraan psikologis dengan memberikan sumbangan sebesar 32,5%, dibandingkan internal locus of control yaitu sebesar 30%.

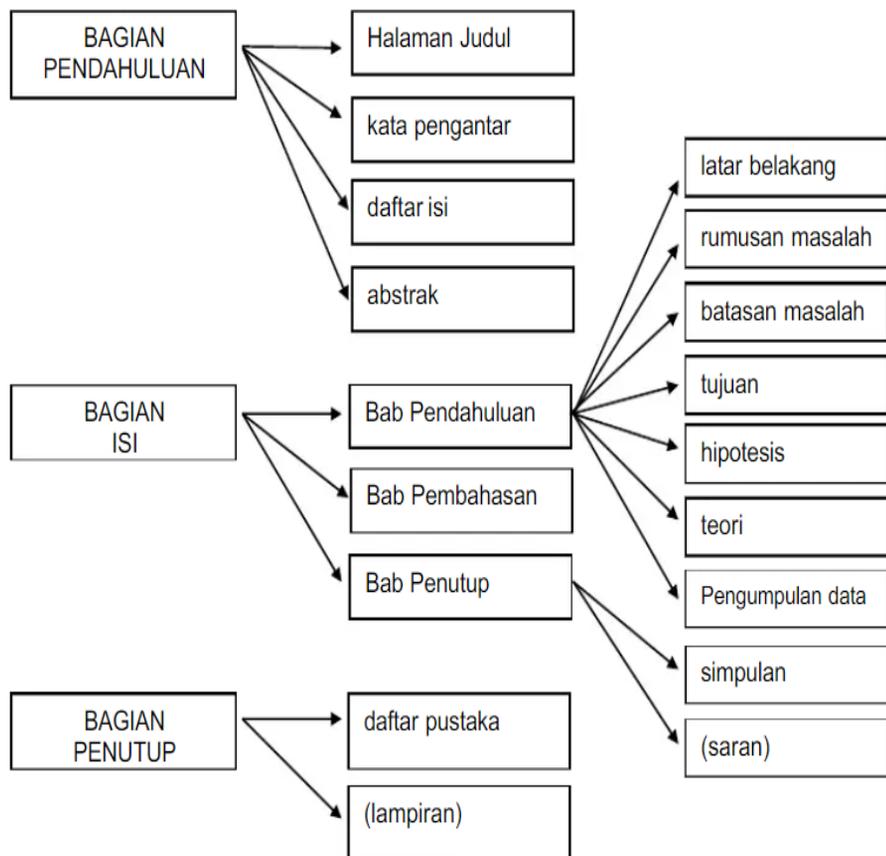
Terkahir hasil penelitan dari Octaviyani Rheca Putri yang berjudul “Hubungan antara Spiritualitas dengan Kebermaknaan Hidup pada Remaja di Panti Asuhan Budi Mulya Sukarame, Bandarlampung” (Putri, 2020). Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara spiritualitas dengan kebermaknaan hidup pada remaja di panti asuhan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara spiritualitas dengan kebermaknaan hidup pada remaja di panti asuhan. Subjek penelitian ini adalah remaja panti asuhan Budi Mulya Sukarame Bandarlampung yang berjumlah 75 remaja yang diambil menggunakan teknik sampling total. Hasil dari penelitian menunjukkan adanya hubungan

antara spiritualitas dengan kebermaknaan hidup pada remaja di panti asuhan. Semakin tinggi spiritualitas maka semakin tinggi pula kebermaknaan hidup yang dihasilkan. Sumbangan efektif sebesar 24,7% yang dipengaruhi oleh variabel bebas dalam penelitian ini dan 75,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain.

Beberapa penelitian terdahulu di atas memiliki kesamaan tema penelitian yakni gangguan *mental health* pada remaja. Beberapa penelitian menggunakan subjek remaja yang tinggal di panti asuhan ataupun remaja di sekolah. Kemudian hasil penelitian rata-rata menunjukkan bahwa orang tua menjadi peran penting dalam mendampingi remaja selama fase perkembangannya, karena dari pola asuh serta bimbingan yang diberikan mengurangi resiko remaja mengalami gangguan *mental health*. Namun peneliti menemukan belum adanya pendekatan baru dalam mencegah gangguan *mental health* dari sisi remaja. Oleh karena itu, kebaruan atau nilai

*novelty* pada penelitian ini membahas pengaruh *self-compassion* dan *self-disclosure* terhadap *mental health* melalui *spirituality* bagi remaja yang tinggal di panti asuhan.

## F. Sistematika Penulisan



Gambar 1. Sistematika Penulisan