

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam perjalanan hidup seseorang, masa remaja memegang peranan penting. Menurut Papalia and Olds, masa remaja adalah tahap transisi dalam perkembangan manusia yang terjadi antara masa kanak-kanak dan dewasa dan sering dimulai sekitar usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada akhir remaja atau awal 20-an. Perubahan dalam tubuh, pikiran, emosi, dan lingkungan sosial seseorang menjadi ciri masa remaja. Remaja juga bertanggung jawab atas kesejahteraan psikologis di balik proses perkembangan yang cepat. Untuk mencirikan masa remaja sebagai periode kacau yang disertai dengan konflik dan perubahan suasana hati, Stanley Hall menciptakan ungkapan "badai dan stres" untuk hal tersebut.¹

Seseorang harus menyelesaikan sejumlah tugas perkembangan di masa mudanya, termasuk mencapai kemandirian emosional, meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal, pengendalian diri, dan kemampuan untuk mengenali dan menolak respons dan pola perilaku kekanak-kanakan. Anak yang sedang tumbuh tidak akan mengalami kesulitan dalam kehidupan sosialnya jika tugas perkembangan ini dapat diselesaikan dengan

¹ John W Santrock, *LIFE-SPAN DEVELOPMENT*, Ketigabelas Jilid 1 (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2018), 402.

baik. Hal ini menghasilkan kebahagiaan dan kesuksesan ketika menangani tugas-tugas pengembangan di fase-fase berikutnya.²

Remaja membutuhkan dukungan jangka panjang dari orang dewasa yang mencintai mereka, memberi contoh yang baik, dan berinteraksi dengan mereka secara tulus dan empatik untuk menyelesaikan tujuan perkembangan saat ini.³ Namun pada kenyataannya, tidak setiap remaja memiliki sosok orang tua yang dapat memberikan perhatian, dorongan, dan bimbingan selama mereka masih dalam masa pertumbuhan. Remaja yang kehilangan salah satu atau kedua orang tuanya mungkin mengalami hal ini, termasuk remaja penghuni panti asuhan. Tempat dimana anak-anak di bawah umur, yatim, piatu, yatim piatu, dan fakir miskin ditempatkan untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik adalah panti asuhan. Departemen Sosial Republik Indonesia tahun 2004 menjelaskan bahwa:

Panti asuhan adalah suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial yang mempunyai tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial kepada anak telantar dengan melaksanakan penyantunan dan pengentasan anak telantar, memberikan pelayanan pengganti fisik, mental, dan sosial pada anak asuh, sehingga memperoleh kesempatan yang luas, tepat dan memadai bagi perkembangan kepribadiannya sesuai dengan yang diharapkan sebagai bagian dari generasi penerus cita-cita bangsa dan sebagai insan yang akan turut serta aktif di dalam bidang pembangunan nasional.⁴

² Khamim Zarkasih Putro, "Memahami Ciri Dan Tugas Perkembangan Masa Remaja," *APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, No. 1, Vol. 17 (2017): 29.

³ Maydha Rahmat Mustafa and Frieda Nuzulia Ratna Hadiyati, "Hubungan Antara Self Disclosure Dengan Resiliensi Pada Remaja Di Panti Asuhan Darussalam," *Jurnal Empati*, No. 1, Vol. 8 (2019): 193.

⁴ Erfan Karyadiputra et al., "Pengembangan Kreativitas Anak Asuh Berbasis TI Dalam Menanamkan Nilai Wirausaha Pada Asrama Putera Panti Asuhan Yatim Piatu Dan Dhu'afa Yayasan Al-Ashr Banjarmasin," *Jurnal Al-Ikhlâs*, No. 2, Vol. 4 (2019): 186.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik 2018, secara regional Kalimantan Selatan memiliki jumlah Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS) yang cukup banyak. Untuk jenis PMKS Anak Terlantar mencapai 16.662 orang, Anak Jalanan 402 orang, Keluarga Fakir Miskin 91.688 orang, Keluarga Berumah Tidak Layak Huni (KBTLH) 30.550 orang. Sedangkan secara total dari 22 jenis PMKS jumlahnya 292.438 orang se-Kalimantan Selatan.⁵ Melihat fakta tersebut panti asuhan memainkan peranan penting demi menyukseskan program pemerintah dalam mensejahterakan masyarakat, khususnya untuk PMKS rentang usia anak sampai remaja.

Tanggung jawab panti asuhan adalah untuk mengembangkan anak asuh menjadi orang yang lebih baik menggantikan orang tua mereka, di samping membantu pemerintah memajukan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan. Penghuni panti asuhan berhak atas pendidikan dan pengasuhan yang sama dengan anak-anak lainnya. Dalam Islam, adalah kewajiban umat Islam lainnya untuk merawat dan mendidik anak yatim, sebagaimana yang terdapat dalam Q.S. al-Baqarah/2: 177.

وَالْمَغْرِبِ الْمَشْرِقِ قِبَلَ وَجُوهَكُمْ تَوَلَّوْا أَنْ الْبِرَّ لَا يَسَّ
وَالْكِتَابِ وَالْمَلَائِكَةِ الْآخِرِ وَالْيَوْمِ بِاللَّهِ آمَنَ مَنْ الْبِرِّ وَلَكِنَّ

⁵ Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Selatan, "Jumlah Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS) Menurut Kabupaten/Kota Tahun 2009," *Dinas Kesejahteraan Sosial Provinsi Kalimantan Selatan*, 2018, <https://kalsel.bps.go.id/statictable/2016/10/10/599/jumlah-penyandang-masalah-kesejahteraan-sosial-pmks-menurut-kabupaten-kota-tahun-2009.html>.

وَالْيَتَامَى الْقُرْبَى ذَوِي حُبِّهِ عَلَى الْمَالِ وَآتَى وَالنَّبِيِّينَ
 لَصَلَاةً وَأَقَامَ الرِّقَابَ وَفِي السَّائِلِينَ السَّبِيلِ وَالْأَبْنَاءِ وَالْمَسْكِينِ
 فِي الصَّابِرِينَ ۖ عَاهَدُوا إِذَا هَدُوا إِذَا هَدَاهُمْ بِعَمَلٍ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالزَّكَاةَ وَآتَى
 ۖ صَدَقُوا الَّذِينَ أُؤْتُوا ۖ الْبَأْسَ وَحِينَ وَالضَّرَّاءِ الْبَأْسَاءِ
 الْمُتَّقُونَ هُمْ وَأُولَئِكَ

“Bukanlah menghadapkan wajahmu ke arah timur dan barat itu suatu kebajikan, akan tetapi sesungguhnya kebajikan itu ialah beriman kepada Allah, hari kemudian, malaikat-malaikat, kitab-kitab, nabi-nabi dan memberikan harta yang dicintainya kepada kerabatnya, anak-anak yatim, orang-orang miskin, musafir (yang memerlukan pertolongan) dan orang-orang yang meminta-minta; dan (memerdekakan) hamba sahaya, mendirikan shalat, dan menunaikan zakat; dan orang-orang yang menepati janjinya apabila ia berjanji, dan orang-orang yang sabar dalam kesempitan, penderitaan dan dalam peperangan. Mereka itulah orang-orang yang benar (imannya); dan mereka itulah orang-orang yang bertakwa.” QS. Al-Baqarah: 177.

Dalam ayat ini, Allah mengajarkan bahwa kebaikan sejati adalah beriman kepada Allah dengan sungguh-sungguh, iman yang bersemayam di hati, bukan hanya menghadap ke arah tertentu, baik timur maupun barat. Sehingga keimanan tersebut akan menentramkan jiwa lalu mengarahkan pada perbuatan baik serta mencegah dari perbuatan dan nafsu yang buruk.

Bila ditilik lebih dalam, ayat di atas juga menyebutkan bahwa ada 6 sifat dari ciri-ciri orang yang bertakwa dan berbuat kebajikan, termasuk mereka yang dengan rela hati menyisihkan sebagian harta kepada anak yatim dan fakir miskin atau dhuafa. Oleh karena itu, hal ini menjelaskan

bahwa membantu fakir miskin dan anak yatim adalah bagian dari amal mukmin, terpuji, dan merupakan amal takwa.⁶

Keberadaan panti asuhan sangat bermanfaat. Salah satu manfaat besarnya yaitu meningkatkan kesejahteraan anak asuh. Berdasarkan Hal ini sesuai sebagaimana termuat dalam Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomor 184 Tahun 2011 tentang Lembaga Kesejahteraan Sosial pada Bab II Pasal 2 tentang Tujuan, dan Ruang Lingkup menyebutkan bahwa *“Tujuan pendirian LKS sebagai wujud peran masyarakat dalam penyelenggaraan kesejahteraan sosial.”*

Definisi kesejahteraan sosial sendiri berdasarkan Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2018 tentang Tenaga Kesejahteraan Sosial Kecamatan pada Bab I Ketentuan Umum Pasal 1 yaitu *“Kondisi terpenuhinya kebutuhan material, spiritual, dan sosial warga negara agar dapat hidup layak dan mampu mengembangkan diri, sehingga dapat melaksanakan fungsi sosialnya.”*

Jika dibandingkan, anak di panti asuhan memiliki nasib yang kurang beruntung dibanding mereka yang tinggal bersama keluarga. Maka dari itu mereka perlu bimbingan dan perlindungan untuk dapat membentuk diri lebih baik dalam kepribadian. Dari wawancara yang telah peneliti lakukan dengan salah seorang pengasuh di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin, didapati bahwa remaja yang berada di panti asuhan tersebut disebabkan

⁶ Kementerian Agama RI, *Tafsir Al-Qur'an Tematik: Al-Qur'an Dan Pemberdayaan Kaum Duafa* (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI, 2014), 242–43.

karena beberapa sebab, di antaranya karena orangtua yang telah meninggal dunia dan orang tua kurang mampu secara finansial (duafa). Dari keadaan inilah mereka terpaksa harus tinggal di panti asuhan agar dapat memperoleh kehidupan yang lebih layak terutama dalam hal pendidikan.

Tinggal di panti asuhan menjadi opsi terakhir bagi mereka yang menginginkan kehidupan lebih layak di keadaan yang serba terbatas. Di balik itu, ada berbagai tantangan yang perlu dihadapi anak-anak di panti asuhan. Sebagaimana yang termuat dalam penelitian Silfia Rahmah, dkk pada tahun 2014 di antara tantangan anak yang tinggal di panti asuhan adalah adaptasi diri dengan pengasuh dan teman sebaya, dimana mungkin saja terjadi masalah dalam hubungan sosial seperti sulitnya memahami perbedaan antar sesama sampai terjadinya penolakan teman sebaya yang menyebabkan kekecewaan. Di samping itu pola asuh pengasuh otoriter yang kurang bisa memahami anak asuh juga turut serta menjadi permasalahan relasi sehingga tidak dapat berkomunikasi dengan leluasa.⁷

Selain itu dalam penelitian Arieska dan Rienaldi pada tahun 2019, anak-anak di panti asuhan pada umumnya tidak menerima kasih sayang dan perhatian secara optimal. Hal ini karena mereka diasuh oleh pengasuh yang jumlahnya terbatas untuk melayani individu yang banyak, sehingga belum dapat secara maksimal mencapai peran menjadi pengganti orangtua dalam pengasuhan, memberi rasa aman, memberi bimbingan, serta mengarahkan

⁷ Silfia Rahmah, Asmidir Ilyas, and Nurfarhanah, "Masalah-Masalah Yang Dialami Anak Panti Asuhan Dalam Penyesuaian Diri Dengan Lingkungan," *Jurnal Konselor*, No. 3, Vol. 3 (2014).

mereka dalam upaya menjadi manusia yang bermanfaat dan bertanggung jawab.⁸

Selain itu pada penelitian Dwi Haryanti,dkk pada tahun 2016 juga mengulas tentang tumbuh kembang emosional remaja di panti asuhan, dimana hasilnya menunjukkan bahwa sebesar 70% dari 100% remaja yang tinggalnya di panti asuhan menunjukkan tumbuh kembang mental emosional yang kurang baik. Masalah mental emosional tersebut terbagi atas dua macam, yakni internalisasi dan eksternalisasi. Karakteristik permasalahan mental emosional internalisasi berupa kesulitan membina hubungan dengan teman sebaya (perundungan, terisolasi, menolak), perilaku menarik diri, pemikiran pesimistis, khawatir berlebihan, cemas, bingung, dan temperamen. Sementara karakteristik permasalahan mental emosional eksternalisasi berupa biasanya muncul perilaku agresi, perilaku bertentangan (tidak suka diatur, tidak suka ditegur/diberikan saran), hiperaktif, gangguan perhatian, tidak mempunya menyelesaikan masalah, dan temperamen sulit.⁹ Sehingga dibutuhkan sebuah tindakan penanggulangan masalah untuk mereka agar dapat secara mandiri mengelola emosi dan bahagia tinggal di panti asuhan.

Merujuk dari fakta yang dialami ini tentu akan berdampak pada aspek psikologis remaja di panti asuhan, remaja mungkin saja

⁸ Ririn Arieska and Rienaldi, "Hubungan Antara Hardiness Dengan Optimisme Pada Remaja Penghuni Panti Asuhan Kota Bukit Tinggi Padang," *Jurnal Riset Psikologi*, No. 1, Vol. 1 (2019).

⁹ Dwi Haryanti, Elza Mega Pamela, and Yulia Susanti, "Perkembangan Mental Emosional Remaja Di Panti Asuhan," *Jurnal Keperawatan*, No. 2, Vol. 4 (2016).

berkemungkinan mengalami permasalahan-permasalahan pada aspek psikologis seperti cemas bahkan stres. Sehingga akan sulit juga bagi mereka untuk mencapai kesejahteraan dan kebahagiaan hidup.

Kebahagiaan dan kesejahteraan sendiri memiliki urgensi dalam kehidupan seseorang. Salah satu tujuannya adalah agar seseorang bersemangat dalam menjalani hidup. Seseorang yang bahagia akan memandang kehidupan ini dengan pandangan yang positif. Konsep *subjective well-being* dan kebahagiaan terkait erat. Menurut Bukhari dan Khanam, kebahagiaan adalah komponen kesejahteraan subjektif, yaitu suatu istilah yang mengacu pada penilaian subjektif seseorang terhadap kehidupannya. Fokus dari *subjective well-being* adalah bagaimana evaluasi seseorang tentang hidupnya. Ada dua bagian penilaian ini: kognitif dan afektif.

Kepuasan hidup yang tinggi, afek positif yang tinggi, dan afek negatif yang rendah merupakan sebuah kombinasi yang menunjukkan tingginya tingkat *subjective well-being*. Tingkat *subjective well-being* yang tinggi dikaitkan dengan kontrol emosi dan keterampilan pemecahan masalah yang lebih baik. Sebaliknya, mereka yang mengalami tingkat *subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif yang rendah seringkali merasa tidak puas, dipenuhi dengan emosi yang tidak menyenangkan dan

pikiran buruk, yang dapat menimbulkan kekhawatiran, kemarahan, bahkan kemungkinan berkembangnya depresi.¹⁰

Suatu penelitian yang telah dilakukan oleh Dinisman dkk pada tahun 2017 yang berjudul *Family Structure and Family Relationship From The Child Well-Being Perspective: Findings from Comparative Analysis*, dimana penelitian ini dilakukan pada beberapa negara dengan salah satu tujuannya yaitu mencoba mencari perbedaan *subjective well-being* di antara tiga pengaturan tempat tinggal anak (*living arrangement*)—dengan kedua orangtua, dengan orangtua tunggal dan terpisah dengan keluarga. Menunjukkan hasilnya bahwa anak yang tinggal dengan kedua orangtua memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi dibanding yang tinggal dengan orangtua tunggal atau terpisah dari orangtua. Bahkan ditemukan kesimpulan juga bahwa anak yang tinggal terpisah dari orangtua merasa kurang puas dengan kehidupan yang mereka jalani dengan orang lain tersebut.¹¹

Dari penelitian ini diketahui bahwa tinggal dan hidup bersama dengan orang lain yang bukan orangtua sendiri memungkinkan seorang anak untuk merasa kurang puas, yang dimana kepuasan adalah bagian dari faktor pendukung kebahagiaan. Hal tersebut juga yang pada dasarnya terjadi pada anak di panti asuhan, dimana sosok orangtua digantikan dengan

¹⁰ Lharasati Dewi and Naila Nasywa, *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Subjective Well-Being*, No. 1, vol. Vol. 1 (Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan, 2019), 54–55.

¹¹ Tamar Dinisman et al., “Family Structure and Family Relationship from the Child Well-Being Perspective: Findings from Comparative Analysis” (Children and Youth Services Review, 2017), 22, <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2017.06.064>.

pengasuh. Oleh karenanya maka perlu sebuah upaya khusus untuk anak di panti asuhan dalam meningkatkan kebahagiaannya.

Terlepas dari kenyataan bahwa definisi kebahagiaan setiap orang adalah unik, ada berbagai hal yang dapat membuat orang bahagia. Koneksi sosial adalah salah satu elemen yang mempengaruhi kepuasan pribadi dan mengurangi ketegangan, menurut Dinner & Ryan. Dia menambahkan bahwa orang mungkin merasa nyaman di lingkungan sosial mereka jika mereka memiliki interaksi yang kuat, jujur, dan terbuka. Pernyataan tersebut juga sejalan dengan pendapat Seligman & Dinner dalam penelitiannya, dimana dikatakan bahwa orang dengan tingkat kebahagiaan tinggi mempunyai ikatan sosial positif dengan orang sekitar.¹² Sehingga ditemukan kesimpulan bahwa hubungan sosial yang baik dengan orang sekitar dapat meminimalisir permasalahan dan beban psikologis yang dihadapi kemudian juga turut meningkatkan kebahagiaan individu.

Remaja semestinya mampu mengungkapkan dirinya untuk membentuk hubungan sosial dan merasa aman, nyaman, dan bahagia. Pengungkapan diri merupakan komponen penting dari interaksi sosial. Devito juga mengatakan bahwa mengungkapkan diri kepada orang lain dapat membantu membangun hubungan yang sehat. Bahkan sangat memungkinkan *self disclosure* dilakukan untuk media katarsis dalam menghilangkan stres. Orang merasa nyaman, santai, dan dapat mengurangi

¹² Julia Tirta Putri, "Hubungan Antara Self Disclosure Dengan Happiness Pada Mahasiswa Perantauan" (Skripsi, Malang, Universitas Muhammadiyah Malang, 2018), 3.

stres mereka ketika mereka mengkomunikasikan fakta atau emosi kepada orang lain, seperti kemarahan, kekecewaan, atau perasaan senang.¹³ Sebagaimana yang termuat dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Sutri Yani, dkk, dengan judul “*Penerapan Terapi Self Disclosure pada Remaja yang Mengalami Stres*”. Menurut temuan, pengungkapan diri berdampak positif pada remaja yang stres. Hal ini terlihat dari perbandingan rata-rata tingkat stres sebelum terapi *self-disclosure* (24,31) dengan rata-rata tingkat stres setelah terapi *self-disclosure* (16,34).¹⁴

Masa remaja adalah masa ketika seseorang sangat mungkin terjadi stres, sehingga kemampuan pengungkapan diri mereka harus baik. Hal tersebut guna merasakan afek yang lebih positif, membantu untuk membangun hubungan dan meningkatkan penerimaan sosial.

Dalam penelitian Maryam B. Gainau, “*Keterbukaan Diri (Self Disclosure) dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya bagi Konseling*” menyebutkan bahwasanya orang yang mampu mengungkapkan diri (*self-disclosure*) akan mampu beradaptasi dengan baik, tidak minder, lebih cakap dan diandalkan, bersikap lebih positif, lebih mudah percaya, dan terbuka. Ini hanyalah salah satu contoh data konkrit yang menunjukkan pentingnya kemampuan pengungkapan diri. Di sisi lain, orang yang kesulitan mengungkapkan diri mungkin akan kesulitan dalam beradaptasi

¹³ Maydha Rahmat Mustafa, “Hubungan Antara Self Disclosure Dengan Resiliensi Pada Remaja Di Panti Asuhan Darussalam” (Skripsi, Semarang, Universitas Diponegoro,), 9.

¹⁴ Sutri Yani, Iin Nilawati, and Rismayani, “Penerapan Terapi Self-Disclosure Pada Remaja Yang Mengalami Stres,” *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, No. 1, Vol. 09 (2021): 14.

menyesuaikan diri, tidak percaya diri, dan cenderung merasa minder dan tertutup.¹⁵

Remaja di panti asuhan tinggal jauh dari keluarga dan memiliki pengalaman hidup lebih sulit. Sebagaimana penjelasan dari seorang pengasuh di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin yang mengatakan kalau latar belakang dari anak-anak panti asuhan secara umum adalah dhuafa atau tidak mampu secara ekonomi dan sebagian yang lain adalah yatim maupun yatim piatu, bahkan ada juga anak yang terlantar akibat perceraian orangtua. Maka dari itu, kemampuan *self disclosure* berperan penting agar mereka dapat berinteraksi lebih leluasa dengan lingkungannya. Nantinya hal itu akan menjadikan mereka dapat merasakan perasaan yang lebih positif. Kemudian dalam perjalanannya, mereka akan menghayati takdir dan kehidupan yang dilalui dengan pandangan yang lebih positif dan bahagia.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin, peneliti memperoleh pernyataan dari salah seorang remaja panti asuhan yang mengatakan bahwa memasuki masa remaja adalah fase yang lumayan sulit, terutama dalam hal mengendalikan ego dan cara bersosialisasi. Ia menuturkan di masa remaja ini dalam pertemanan lebih sering mengambil hati dan cepat tersinggung.

¹⁵ Maryam B. Gainau, "KETERBUKAAN DIRI (SELF DISCLOSURE) SISWA DALAM PERSPEKTIF BUDAYA DAN IMPLIKASINYA BAGI KONSELING," *Widya Warta: Jurnal Ilmiah Universitas Katolik Widya Mandala Madiun*, No. 01, Vol. 33 (2009): 3.

Berdasarkan penuturan di atas, diketahui bahwa menurut mereka menjalani masa remaja merupakan pengalaman baru yang lebih menantang daripada masa kanak-kanak. Terutama tantangan dalam mengendalikan emosi dan juga pola sosialisasi dengan sebaya yang agak berbeda dibanding dengan masa kanak-kanak. Sehingga perlu adanya kedekatan secara emosional yang dibangun melalui keterbukaan diri.

Terkait keterbukaan diri dengan teman di panti asuhan salah seorang remaja menuturkan bahwa ia dan teman-teman saling mengetahui tentang identitas bahkan beberapa pengalaman masing-masing. Ia beranggapan bahwa dengan saling mengetahui satu sama lain maka akan lebih kenal sifat dan karakter teman seperti apa, supaya ke depannya tidak mudah membuat masing-masing tersinggung atau tidak nyaman tinggal di panti.

Peneliti juga mendapati penuturan dari salah satu remaja panti asuhan yang mengatakan bahwa di saat-saat tertentu terkadang ia terbuka untuk menceritakan masalah yang sedang dihadapi. Cerita tersebut tidak ia bagikan dengan teman di sekolah, karena menurutnya semakin kesini ia merasa lebih menganggap teman di panti seperti keluarga. Kebiasaan bercerita tersebut membuat ia merasa lebih nyaman tinggal di panti asuhan.

Berdasarkan uraian tersebut, ditemukan bahwa subjek mempunyai aspek *self disclosure* dan *subjective well-being*. Dari permasalahan ini mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul “PENGARUH *SELF DISCLOSURE* TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-*

BEING PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN NOR HIDAYAH BANJARMASIN”.

B. Rumusan Masalah

Adapun latar belakang yang telah diberikan telah melahirkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *self disclosure* pada remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin
2. Bagaimana tingkat *subjective well-being* pada remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin
3. Bagaimana pengaruh *self disclosure* dengan *subjective well-being* pada remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini didasarkan pada rumusan masalah di atas, yaitu sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkat *self disclosure* pada remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin
2. Mengetahui tingkat *subjective well-being* pada remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin
3. Mengetahui pengaruh *self disclosure* dengan *subjective well-being* pada remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin.

D. Signifikansi Penelitian

Manfaat berikut diharapkan dihasilkan dari melakukan penelitian ini:

1. Manfaat Teoritis

Dari segi teoritis, peneliti berharap penelitian ini dapat membantu bidang keilmuan psikologi lebih memahami *self disclosure* mempengaruhi *subjective well-being*, menambah temuan penelitian sebelumnya, dan menjadi pedoman bagi peneliti yang akan datang.

2. Manfaat Praktis

- a. Panti Asuhan

Sebagai sumber wawasan dalam membuat program-program di panti asuhan demi menunjang kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) bagi anak asuh ke depannya.

- b. Praktisi Keilmuan Psikologi

Sebagai sumber bagi praktisi psikologi untuk mempelajari tentang bagaimana *self disclosure* mempengaruhi *subjective well-being*, yang kemudian dapat digunakan sebagai informasi tambahan dalam strategi menangani klien.

- c. Peneliti

Mengembangkan wawasan dan pengalaman praktis bagi peneliti dalam penelitian tentang pengaruh *self disclosure* terhadap *subjective well-being* remaja di panti asuhan.

d. Peneliti Lain

Penelitian ini dapat menjadi rujukan untuk peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian yang berkaitan dengan pengaruh *self disclosure* terhadap *subjective well-being*.

E. Definisi Operasional

1. *Self Disclosure*

Self disclosure, juga dikenal sebagai pengungkapan diri, adalah proses pengungkapan diri yang disengaja dalam bentuk mengkomunikasikan pikiran dan perasaan seseorang kepada orang lain. Devito mengatakan bahwa pengungkapan diri yang dimaksud juga dapat mencakup berbagai hal, termasuk detail tentang perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi, dan pemikiran orang tersebut. Pengungkapan ini dapat berupa pengungkapan diri deskriptif, yang mencakup pengungkapan berbagai aspek tentang siapa diri kita, atau pengungkapan diri evaluatif, yang mencakup pengungkapan keyakinan dan pendapat terdalam kita sehubungan dengan perasaan kita tentang orang lain, kesalahan kita, atau seberapa besar kita membenci sesuatu.¹⁶

Jadi yang dimaksud dengan *self disclosure* dalam penelitian ini ialah proses pengungkapan diri atau keterbukaan pada diri seseorang secara sadar dalam hal komunikasi kepada orang lain. Dalam hal ini berkaitan

¹⁶ Putri, "Hubungan Antara Self Disclosure Dengan Happiness Pada Mahasiswa Perantauan," 7.

dengan yang dilakukan oleh remaja di panti asuhan kepada teman sebayanya maupun kepada para pengasuh. Hal yang diungkapkan tersebut dapat berupa informasi, ide, perasaan, sikap, harapan, opini bahkan informasi bersifat rahasia tentang diri sendiri, yang berguna untuk lebih merekatkan hubungan.

Adapun dalam penelitian ini, aspek dalam skala *self disclosure* merujuk pada aspek oleh Altman dan Taylor. Ia menyebutkan bahwa terdapat lima (5) aspek di dalam *self disclosure*, yakni:

1. Ketepatan
2. Motivasi
3. Waktu
4. Keintensifan
5. Kedalaman dan Keluasan¹⁷

2. Subjective Well-Being

Subjective well-being merupakan salah satu istilah “Kebahagiaan”. Evaluasi kognitif dan afektif seseorang tentang kehidupannya dianggap sebagai tolak ukur *subjective well-being*. Penilaian ini mencakup tanggapan emosional terhadap berbagai pengalaman dan kejadian hidup yang berkaitan dengan evaluasi kognitif dan afektif. Menurut Diener, istilah *subjective well-being* mencakup berbagai pengalaman emosi

¹⁷ Irwin Altman and Dalmis A Taylor, *Social Penetration: The Development of Interpersonal Relationship* (United States of America: New York, Holt, Rinehart and Winston, 1973).

positif, suasana hati negatif cenderung rendah, dan tingginya tingkat kepuasan hidup.¹⁸

Jadi di penelitian ini, maksud *subjective well-being*/kesejahteraan subjektif ialah penilaian individu terhadap kehidupannya baik faktor kognitif atau faktor afektif. Yang mana penilaian kognitif berkaitan dengan penilaian tentang kepuasan hidup, sedangkan penilaian afektif berkaitan dengan evaluasi terkait ragam emosi menyenangkan dan tidak menyenangkan yang dirasakan seseorang. Tingginya tingkat *subjective well-being* ditandai dengan perasaan puas terhadap kehidupan, seringnya merasakan emosi positif, serta jarang merasakan emosi-emosi yang bersifat negatif.

Dalam penelitian ini, skala *Subjective Well-Being* yang digunakan merujuk teori Diener yang menyebutkan komponen *subjective well-being* terbagi ke dalam dua hal, yakni:

1. Komponen Kognitif

- Penilaian atas kepuasan hidup secara menyeluruh (*life satisfaction*)
- Penilaian atas kepuasan pada aspek tertentu

2. Komponen Afektif

- Afek positif (*positive affect*)
- Afek negatif (*negatif affect*)¹⁹

¹⁸ Ika Sari Astuti, "Subjective Well-Being Pada Remaja Penyandang Tunadaksa Bukan Bawaan" (Skripsi, Yogyakarta, Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2019), 4.

¹⁹ Ed Diener, Eunkook Suh, and Shigehiro Oishi, "Recent Findings on Subjective Well-Being," *Indian Journal of Clinical Psychology*, 1997, 3.

F. Penelitian Terdahulu

1. Hsiu-Chia Ko & Feng-Yang Kuo, “*Can Blogging Enhance Subjective Well-Being Through Self-Disclosure?*”. (Jurnal Cyber Psychology & Behavior Volume 12 No 1, 2009). Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif dengan subjek penelitian pelajar pengguna blog di Taiwan. Menurut temuan penelitian, memiliki tingkat modal sosial yang tinggi dapat mengindikasikan peningkatan kesejahteraan subjektif karena mendorong orang untuk terbuka tentang pengalaman, emosi, pikiran, dan suasana hati mereka. Kesenangan seorang blogger dengan kontak sosial, komunikasi interpersonal, dan kualitas hidup secara keseluruhan dapat ditingkatkan dengan modal sosial yang dihasilkan melalui blogging. Dengan demikian, blogging dapat memiliki banyak keuntungan ketika menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Banyak manfaat positif melalui perluasan hubungan sosial sesungguhnya, membangun hubungan dengan orang lain, dan ekspresi emosional. Penelitian yang akan dilakukan memiliki persamaan dengan jurnal ini yaitu sama-sama mengkaji tentang *Self Disclosure & Subjective Well-Being*. Perbedaannya ialah penelitian ini media *self disclosure*-nya adalah menulis blog dengan subjeknya adalah pengguna blog.
2. Chaista Rahmanillah, Enditiara Yuli Pratiwi, dan Fitriyanti Herlinda Sari, “*Pengaruh Social Support dan Self-Esteem terhadap Subjective Well-Being Remaja Korban Bullying di Pondok Pesantren*”. (Jurnal

Intuisi Volume 10 No 3, 2018). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan subjek penelitian yang mencakup santri putra dan putri di Pondok Pesantren Daar el Qolam yang berusia antara 15 dan 18 tahun yang pernah mengalami *bullying*. Temuan menunjukkan bahwa variasi tingkat *subjective well-being* yaitu 22,6%, dipengaruhi oleh dukungan sosial dan harga diri.

Penelitian dalam jurnal ini memiliki persamaan yang akan diteliti oleh peneliti yaitu tentang *Subjective Well-Being* dan pendekatan penelitian yaitu kuantitatif. Adapun perbedaan terletak pada variabel bebas dan subjek yang digunakan.

3. Mauliddina Qurrota A'yun , Fatwa Tentama, dan Nina Zulida Situmorang. “*Gambaran Subjective Well-Being pada Remaja Perempuan di Pondok Pesantren*” (Universitas Ahmad Dahlan, 2018). Penelitian ini menerapkan metode kualitatif dengan subjek remaja putri di pondok pesantren. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa remaja perempuan di pondok pesantren akan mempersepsikan *subjective well-being* mereka sebagai hal yang menguntungkan ketika faktor yang mempengaruhi berdampak positif. Faktor tersebut di antaranya kehidupan sosial, kemandirian, religiusitas, manajemen stres, dan penerimaan diri serta lingkungan. Penelitian dalam jurnal ini memiliki persamaan dengan yang akan diteliti yaitu sama-sama mengkaji tentang *subjective well-being*. Perbedaannya ialah penelitian

ini subjeknya remaja di pondok pesantren dan menggunakan metode penelitian kualitatif.

4. Maydha Rahmat Mustafa dan Frieda Nuzulia Ratna Hadiyati. “*Hubungan antara Self Disclosure dengan Resiliensi Pada Remaja di Panti Asuhan Darussalam*”. (Jurnal Empati, Volume 8, Nomor 1, 2019) Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan subjek yang dipilih yaitu remaja di panti asuhan Darussalam. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa tidak ada hubungan positif yang signifikan antara *self disclosure* dengan resiliensi. Hal tersebut karena koefisien korelasi sebesar 0,104 dengan $p = 0,436$ ($p > 0,05$), yang menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian tidak terbukti. Penelitian dalam jurnal ini memiliki persamaan dengan yang akan diteliti yaitu mengkaji *self disclosure* dan subjeknya remaja di panti asuhan..
5. Christy Angela Indra Gunawan, “*Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan*”. (Jurnal Mind Set Vol. 11 No.2, 2020). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *Intrinsic Case Study*, remaja usia 15-18 tahun yang tinggal di panti asuhan Salib Putih merupakan subjek dalam penelitian. Temuan penelitian kualitatif ini membantu memahami mengapa mereka merasa bahagia padahal kehidupannya berbeda seperti remaja lainnya. Definisi kebahagiaan mereka mencakup hubungan sosial yang erat dengan keluarga dan teman, lokasi yang nyaman untuk ditinggali, dan kemampuan untuk memenuhi kebutuhan

tubuh mereka. Mereka juga percaya bahwa bisa melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi akan membuat mereka lebih bahagia. Hubungan mereka dengan orang lain di sekitar mereka dan kemampuan mereka untuk mengendalikan emosi mereka sehingga mereka tidak memulai pertengkaran dengan teman adalah sumber tambahan kebahagiaan mereka. Mereka bersyukur bisa melanjutkan studi dan memenuhi kebutuhan pokoknya. Mereka juga bisa memaafkan orang tua mereka karena menempatkan mereka di panti asuhan. Akhirnya, mereka memiliki pandangan positif tentang masa depan dan optimis tentang rencana mereka. Semua faktor ini berkontribusi pada kebahagiaan mereka. Penelitian dalam jurnal ini memiliki persamaan yang akan diteliti oleh peneliti yaitu mengkaji tentang kebahagiaan remaja di panti asuhan, hanya saja teori dalam penelitian bersumber dari tokoh yang berbeda dan metode yang digunakan pun berbeda.

G. Hipotesis

Dilihat dari penjabaran rumusan masalah, tujuan penelitian dan penelitian terdahulu, didapatkan hipotesis yaitu:

1. Hipotesis Alternatif (H_a)

Adanya pengaruh *self disclosure* terhadap *subjective well-being* remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin.

2. Hipotesis Nol (H₀)

Tidak Adanya pengaruh *self disclosure* terhadap *subjective*

well-being remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin.

H. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan skripsi akan dipaparkan sebagai berikut untuk mendapatkan gambaran yang jelas dan lengkap tentang keterkaitan antara satu bab dengan bab lainnya dan untuk mempermudah proses penelitian:

Bab I Pendahuluan, berisikan latar belakang masalah dalam penelitian ini yang membahas tentang ketertarikan dalam meneliti pengaruh *self disclosure* dengan *subjective well-being* pada remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin. Untuk mempertegas fokus penelitian peneliti memuat juga rumusan masalah yang dibahas, tujuan penelitian yang ditetapkan beserta signifikansi penelitiannya, definisi istilah, daftar penelitian terdahulu dan juga sistematika yang digunakan dalam penulisan skripsi.

Bab II Kajian Teori dan Kerangka Pikir, pada bagian ini isinya yaitu landasan teori serta penjelasan mendalam tentang topik yang diteliti. Yang akan menjadi bahan kajian serta arah untuk mengemas penelitian. Pada bab ini dimuat pengertian *self disclosure*, *subjective well-being*, remaja, serta panti asuhan yang nantinya akan dimuat secara rinci baik itu pembahasan aspek yang menyertai, faktor penyebab, manfaat dan lain sebagainya.

Bab III Metode Penelitian, berisikan uraian terkait metode dan jenis pendekatan yang diterapkan, dibubuhkan juga lokasi penelitian beserta subjek penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, desain pengukuran dan teknik analisis data.

Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, berisikan paparan hasil data secara statistik juga pembahasan secara naratif. Kemudian Bab V Penutup, berisikan tentang simpulan serta rekomendasi untuk peneliti berikutnya yang akan mengkaji terkait variabel serupa.