

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan beberapa hasil wawancara di atas dan pembahasan mengenai penelitian ini, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Keterampilan *self disclosure* pada remaja panti asuhan yang mengalami *alienasi* yaitu ketepatan, motivasi, waktu, keintensifan, kedalaman, dan keluasan pengungkapan diri. Remaja cenderung lebih nyaman bercerita kepada teman sekamar atau kakak-kakak yang lebih dekat secara emosional daripada kepada pengasuh. Pengasuh berperan penting dalam menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman agar remaja merasa percaya diri untuk terbuka. Pendekatan tidak memaksa, memberikan jaminan kerahasiaan, dan memilih waktu yang tepat (seperti malam hari) terbukti efektif dalam mendorong remaja untuk melakukan *self-disclosure*. Dampak positif dari *self-disclosure* ini adalah perasaan lega, berkurangnya beban emosional, dan meningkatnya kesejahteraan psikologis remaja.
2. Faktor yang menyebabkan remaja panti asuhan mengalami *alienasi* yaitu kesan pertama yang kurang baik, ketidakadilan (tidak sportif), penampilan fisik, perilaku yang dianggap berbeda, sifat dan kepribadian yang sulit, status perekonomian, dan latar belakang tempat tinggal. Kesan pertama yang kurang baik, terutama bagi remaja dengan latar belakang trauma, dapat menghambat

proses adaptasi. Ketidakadilan dan ketidakjujuran menimbulkan konflik dan perasaan tidak dipahami. Penampilan fisik yang dianggap kurang menarik menyebabkan remaja merasa minder dan menarik diri. Perilaku dan sifat yang dianggap berbeda atau sulit membuat remaja dijauhi oleh teman-temannya. Perbedaan status ekonomi dan latar belakang tempat tinggal juga menciptakan jarak sosial dan perasaan terasing di antara remaja. Upaya pengasuh untuk menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung perlu terus ditingkatkan untuk mengurangi alienasi.

B. Saran-saran

Terkait hasil penelitian ini ada beberapa saran yang dapat peneliti berikan yaitu sebagai berikut:

1. Pengasuh panti sebaiknya meningkatkan pendekatan psikososial dalam mendampingi remaja panti asuhan. Hal ini dapat dilakukan dengan mengadakan program rutin seperti sesi konseling kelompok, pelatihan keterampilan sosial, atau kegiatan team building yang melibatkan semua remaja. Selain itu, pengasuh perlu lebih proaktif dalam mengidentifikasi remaja yang menunjukkan tanda-tanda alienasi, seperti menarik diri atau sering menyendiri, dan memberikan pendampingan intensif. Dengan demikian, remaja akan merasa lebih didukung dan memiliki ruang untuk mengekspresikan diri tanpa takut dihakimi.
2. Remaja panti asuhan disarankan untuk membangun komunikasi yang lebih terbuka dengan pengasuh dan teman-teman di panti. Jika merasa tidak nyaman atau diperlakukan tidak adil, remaja sebaiknya berani menyampaikan

perasaan mereka kepada pengasuh atau teman yang dipercaya. Selain itu, remaja juga perlu belajar untuk menerima perbedaan dan menghargai keunikan masing-masing individu. Dengan membangun hubungan yang positif, remaja dapat mengurangi perasaan terasing dan lebih mudah beradaptasi di lingkungan panti.

3. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi lebih dalam tentang faktor-faktor psikologis dan sosial yang memengaruhi alienasi pada remaja panti asuhan, seperti dampak trauma masa lalu, tingkat kepercayaan diri, dan dukungan sosial dari teman sebaya. Selain itu, penelitian dapat mengembangkan model intervensi psikososial yang efektif untuk mengurangi alienasi, seperti program mentoring atau terapi kelompok. Penelitian juga dapat melibatkan metode kualitatif yang lebih mendalam, seperti observasi partisipatif atau wawancara mendalam, untuk mendapatkan pemahaman yang lebih holistik tentang pengalaman remaja panti asuhan.