

GAMBARAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA YATIM/ PIATU

Hari Bagus Pambudi

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya. Email: Hari.18117@mhs.unesa.ac.id

Ira Darmawanti

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya. Email: iradarmawanti@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengalaman penerimaan diri remaja yatim/ piatu di Surabaya. Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Subyek dalam penelitian ditemukan empat orang dengan teknik *purposive sampling* dan *snowball sampling*. Pengumpulan data menggunakan teknik wawancara semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan teknik *thematic analysis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subyek mengalami berbagai masalah dalam menghadapi perubahan dalam kehidupannya sebagai anak yatim/ piatu, dan faktor yang mempengaruhi penerimaan diri pada subyek secara dominan diantaranya adalah pemahaman diri, harapan yang realistis, lingkungan yang terbuka, sikap sosial yang positif, dan pengalaman akan keberhasilan.

Kata Kunci: *Penerimaan Diri, Remaja, Yatim, Piatu.*

Abstract

This study aims to find out how the experience of self-acceptance of orphaned adolescents in Surabaya. The approach in this study uses a qualitative approach with phenomenological methods. The subjects in the study found four people with purposive sampling and snowball sampling techniques. Data collection used semi-structured interview technique and analyzed using thematic analysis techniques. The results showed that subjects experienced various problems in facing changes in their lives as orphans, and factors that influenced self-acceptance in dominant subjects included self-understanding, realistic expectations, an open environment, positive social attitudes, and experiences of success.

Keywords: *Self-Acceptance, Adolescent, Orphan, Orphan.*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan tahapan masa perkembangan pada setiap individu dengan transisi paling besar dalam kehidupan. Pada fase ini remaja akan mengalami perubahan keadaan dari anak-anak menuju kekedewasaan, cangkupan perubahan terjadi pada aspek kognitif, fisik, dan psikososial (Papalia, D. E., Olds, S. W. & Feldman, R. D., 2009). Fase ini anak diharapkan menjadi dewasa dan meninggalkan sifat anak-anak yang masih melekat dengan mengenal bagaimana menjadi dewasa. Salkind (2006; Mariyati & Rezania, 2021) menjelaskan masa remaja terbagi kedalam tiga periode diawali oleh periode remaja awal berkisaran pada usia 10-14 tahun, remaja tengah pada usia 14-17 tahun, dan remaja akhir pada usia 17-21 tahun.

Menurut Erikson sendiri, pada fase ini remaja mengalami krisis identitas dimana mereka berusaha mengenali siapa dirimereka sendiri dengan menilai kemampuan dan keunikan khusus yang mereka miliki, mereka berusaha menyadari keunikan tersebut dengan memainkan atau menirukan berbagai peran seperti pekerjaan, seksual, dan politik yang mereka ketahui untuk mempersempit pilihan (Fieldman, 2018). Krisis

identitas merupakan suatu konflik yang akan dihadapi oleh setiap anak yang beranjak tumbuh meninggalkan fase anak-anak untuk menghadapi kehidupan dimasa mendatang sebagai individu yang dewasa. Remaja belum mampu mengontrol emosional mereka secara mandiri dan masih memiliki sifat kekanakan.

Pada tahapan perkembangan ini, ada beberapa tujuan yang harus dicapai oleh remaja, terutama dalam perkembangan kontrol emosionalnya. Jahja (2011) menyampaikan adanya beberapa masalah pada remaja terkait perkembangan, beberapa diantaranya remaja belum mampu mentoleransi pendapat yang berbeda darinya, remaja masih kaku dalam bersosial, belum mampu mengenali dan menggambarkan dirinya, remaja masih belum memiliki otonom, kesulitan memahami perasaannya terhadap dirinya dan orang lain, kontrol emosi yang masih rendah.

Sebagai makhluk sosial manusia tidak dapat hidup dan tinggal sendirian, mereka membutuhkan orang lain untuk tetap hidup. Begitu juga pada perkembangan fase remaja yang mulai melihat dunia sebagai suatu fenomena yang kompleks akan dipengaruhi oleh lingkungan dan

support sistem yang mereka miliki. Salah satu lingkungan yang sangat berpengaruh bagi individu adalah keluarga, orang tua didalam keluarga berperan sebagai support sistem. Kehadiran orang tua dapat membantu anak dalam fase remaja terutama untuk memahami dunia lebih baik. Orang tua dapat membantu remaja memahami masalah melalui dua sisi sudut pandang yang berbeda sekaligus dapat menyeimbangkan antara tuntutan dan responsif yang perlu dimunculkan oleh anak melalui pola asuh (Papalia, D. E., Olds, S. W. & Feldman, R. D., 2009). Kehadiran orang tua dapat memberikan dorongan bagi anak untuk percaya diri dan berani. Pengaruh orang tua mampu membangun kemampuan kognitif remaja lebih cepat dewasa seperti mempertajam kemampuan anak dalam berpikir secara multidimensi. Kemampuan berpikir multidimensi pada remaja ini, juga membantu mereka memahami apa itu sarkasme (Steinberg, 2017). Kemampuan remaja dalam memahami sarkasme semakin peka seiring berkembangnya kemampuan berpikir secara multidimensi, kondisi ini memungkinkan mereka memahami beberapa acara komedi, lelucon dan sindiran yang menarik bagi kalangan kaum dewasa.

Hubungan kekeluargaan antara orang tua dan anak pada fase remaja mulai dipengaruhi oleh perubahan internal pada remaja sendiri yang mulai memiliki penalaran logis, pubertas, mulai mengenal kebebasan, penolakan atau pemberontakan, dan pemikiran yang idealis. Steinberg (1988; Santrock, 2016) menjelaskan melalui berbagai temuan bahwa pada fase remaja hubungan kekeluargaan antara orang tua dan anak mengalami puncak perselisihan dan berbagai konflik selama pertubuhan. Kondisi ini disebabkan adanya penolakan atau pemberontakan yang dilakukan anak terhadap harapan orang tua karena perbedaan pendapat dan keyakinan.

Kebanyakan konflik antara remaja dan orang tua memiliki lebih banyak dampak positif terhadap hubungan mereka meski sebagian perselisihan berakhir dengan buruk, hal tersebut berkaitan dengan ketidak mampuan anak beradaptasi terhadap hasil perselisihan (Adam & Laursen, 2001 dalam Lerner & Steinberg, 2004) Berbagai konflik dan permasalahan ini dapat lebih banyak ditemukan pada remaja yang dewasa lebih cepat dibandingkan dengan remaja yang matang terlambat atau tidak tepat waktu (Collins & Steinberg, 2006; Santrock, 2016). Remaja menjadi matang atau dewasa lebih cepat melalui pemahaman yang dibangun berdasarkan berbagai konflik dan perbandingan berbagai argumen yang ditemuinya, dan lebih banyak terjadi dalam keluarga. Peran orang tua bagi remaja merupakan faktor yang sangat berpengaruh bagi remaja untuk matang lebih baik secara kognitif menuju dewasa, dan kontrol pola asuh juga mencegah remaja dari pergaulan bebas.

Namun sayangnya tidak semua anak-anak mendapati support system keluarga seperti orang tua dengan kondisi yang sama. Sebagian dari mereka hanya memiliki *single parent* (orang tua tunggal), orang tua yang berpisah / bercerai, meninggal salah satu dan bahkan tidak memiliki sama sekali. Pada anak yatim (ayah telah wafat) atau piatu (ibu telah wafat) dimana mereka hanya memiliki orang tua tunggal. Orang tua tunggal akan lebih banyak menghabiskan waktu untuk memenuhi kebutuhan rumah tangga dengan pekerjaan domestik dan mencari nafkah dari pada meluangkan waktu untuk memperhatikan perkembangan sang anak. Kondisi ini akan membuat remaja merasa kesepian di rumah dan kurangnya interaksi yang terjadi antara orang tua dan anak. Selain itu mereka juga tumbuh dilingkungan dimana teman sebayanya kebanyakan memiliki kehidupan yang berbeda dengannya terutama dalam sosial keluarga.

Sering kali didapati dalam kehidupan masyarakat dimana kondisi keluarga dikalangan anak remaja menjadi candaan oleh teman sebaya, beberapa remaja yatim dan piatu terkadang merasa tersinggung dan mudah marah. Sebagian diantara remaja yatim dan piatu mengekspresikan perasaan mereka melalui sosial media dengan membandingkan diri mereka dengan kehidupan teman sebayanya. Para remaja yatim atau piatu ini memiliki berbagai harapan untuk memiliki keutuhan keluarga dan perhatian dari orang tuanya yang sama seperti teman sebayanya. Keinginan dan harapan mereka ini berbanding terbalik dengan kenyataan yang mereka hadapi, kondisi ini berkaitan dengan penerimaan diri.

Penerimaan diri (*self-acceptance*) adalah sebuah upaya individu untuk menerima serta memahami berbagai aspek yang dimiliki sepenuhnya tanpa penolakan terhadap suatu kondisi apapun. Menurut Germer (2009) penerimaan diri adalah upaya menerima secara emosional terhadap segala perubahan yang dialami bahkan hal yang menyakitkan, alih-alih menyalahkan, mengkritik, dan merubah diri sendiri maupun dunia. Penerimaan diri diartikan oleh Hurlock (1973; Sari & Nuryoto, 2002) sebagai sebuah kesadaran individu terhadap karakteristik yang dimilikinya dan kemauan untuk hidup dengan keadaan tersebut. Konsep dari penerimaan diri diungkapkan oleh Ryff (2014; Kuyumcu & Rohner, 2016) mengacu kepada penerimaan serta pemahaman individu terhadap diri mereka sendiri termasuk juga didalamnya kesadaran atas kekurangan yang dimilikinya.

Menurut Rodrigues, Xu, Wang, & Liu, (2015) penerimaan diri adalah sebuah sikap positif dan penghargaan terhadap diri sendiri secara menyeluruh termasuk pengalaman hidup masa lalu. Pandangan individu terhadap pengalaman hidup sebagai bagian dari penerimaan diri juga

disampaikan oleh Sun & Lu (2017; Chen, Sun, Ge, Su & Li, 2019) , dimana penerimaan diri akan terjadi ketika individu dapat melihat dirinya secara obyektif dan menerima tubuh, emosi, pengalaman, perilaku, kualitas batin dirinya serta memahami dan merangkul dirinya sendiri sebagai orang yang layak dihormati. Penerimaan diri adalah penghargaan dan sikap positif individu (Rodriguez, Xu, Wang & Liu, 2015). Diane E. Papalia & Martorell, (2021) mengungkapkan tingkat *self-acceptance* (penerimaan diri) seseorang dikatakan tinggi apabila dirinya mampu mempertahankan perasaan positif mengenai dirinya, merangkul berbagai aspek positif dan negatif yang bersifat multidimensi seperti puas dengan pilihan hidup dimasa lalu.

Berdasarkan berbagai definisi diatas penerimaan diri dapat disimpulkan sebagai pemahaman dan sikap positif individu terhadap karakteristik mereka, menerima berbagai perubahan, kritik dan pilihan hidup dimasa lalu, serta kemauan untuk bertahan dan menjalani keadaan tersebut.

Adapun proses dalam penerimaan diri yang digagas oleh Germer, (2009) dalam lima tahapan. Beberapa tahapan penerimaan diri menurut garmer diantaranya adalah: (1) *aversion*, (2) *curiosity*, (3) *Tolerance*, (4) *allowing*, (5) *Friendship*. *Aversion* (keengganan), berkaitan dengan sikap perlawanan, perenungan dan penghindaran yang muncul pada individu berkenaan dengan suatu kondisi atau pengalaman tidak menyenangkan. *Curiosity*, yakni pengalihan ketidaknyamanan menjadi sebuah minat untuk bertahan dari ketidaknyamanannya. *Tolerance*, individu membuat pulihan untuk bertahan menghadapi ketidaknyamanannya. *Allowing*, individu mulai membiarkan perasaan-perasaan yang muncul karena ketidaknyamanannya dan perlahan membiarkannya berlalu dengan pasrah, perasaan syukur dan cinta mulai mengisi emosi individu setelah seluruh perasaan menyakitkan pergi. *Friendship*, merangkul melihat makna yang didapat dan mulai berdamai dengan kondisi, situasi, atau pengalaman yang tidak nyaman.

Penelitian terhadap penerimaan diri pada anak yatim sangat perlu dilakukan untuk menggambarkan pengalaman individu terkait apa yang dialami, dirasakan dan makna yang muncul dari individu secara sadar terkait kecemburuan sosial, harapan akan menerima kasih sayang yang sama seperti teman sebaya yang mana tidak sesuai dengan kenyataan yang dihadapi. Penerimaan diri pada remaja yatim atau piatu masih menjadi topik yang menarik karena kerap kali menjadi pembahasan yang sensitif dikalangan remaja tersebut. Tema ini semakin menarik mengingat belum ada penelitian yang dilakukan, namun penelitian serupa sudah dilakukan kepada anak panti asuhan akan tetapi intensitas kecemburuan

yang muncul akan berbeda ketika individu berada pada kelompok yang mayoritas memiliki kesamaan kondisi dan yang tidak.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian kualitatif adalah sebuah penelitian ilmiah yang yang ditujukan untuk memahami suatu fenomena yang mencakup konteks sosial yang muncul secara alami, proses ini berfokus kepada interaksi secara mendalam antara peneliti dan fenomena yang diteliti (Herdiansyah, 2010; Hadi, Asrori & Rusman, 2021).

Pendekatan fenomenologi berfokus kepada menggali, memahami dan menafsirkan arti dari fenomena, peristiwa, dan hubungannya terhadap orang-orang biasa pada situasi tertentu (Yusuf, 2014). Fenomenologi sendiri termasuk sebuah pendekatan filosofis yang mengkaji pengalaman manusia. Hegel (dalam; Hadi, Asrori & Rusman, 2021) mengungkapkan bahwa fenomenologi mengacu pada pengalaman individu dalam menggambarkan apa yang dialami, rasakan, dan makna yang muncul terhadap suatu fenomena.

Smith & Eatough (2007; Wijanarko & Syafiq, 2013) menjelaskan bahwa tidak ada batasan tetap mengenai jumlah subyek dalam penelitian fenomenologi karena jumlah subyek bergantung kepada berbagai faktor seperti tingkat komitmen, kekayaan data, dan kendala yang dihadapi. Namun jumlah subyek 5 hingga 25 disarankan dalam penelitian fenomenologi (Polkinghorne, 1989; Creswell & Poth, 2018).

Subyek pada penelitian ini diambil menggunakan *purposive sampling* dan *snowball sampling* kepada mahasiswa dan pemuda di Surabaya dan sekitarnya. Sebelum menentukan kriteria peneliti menegaskan bahwa pengalaman subyek yang dikaji terkait pada periode remaja tengah, namun untuk menghindari beberapa resiko terkait memicu fase kesedihan akibat insiden kehilangan orang tua subyek, peneliti menetapkan beberapa langkah dan perubahan pada kriteria subyek. Langkah awal untuk menghindari resiko peneliti akan menerapkan *informan consent* kepada subyek dan menjelaskan hak subyek dalam penelitian diantaranya hak untuk menghentikan partisipasi dalam penelitian. Kemudian subyek yang digunakan adalah subyek yang telah berusia minimal 18 tahun atau pada periode akhir remaja, hal ini menjadi pertimbangan peneliti karena remaja akhir diharapkan dapat lebih baik merespon pengalaman hidupnya dengan pandangan positif. Mengingat sebagaimana studi fenomenologi adalah penelitian yang mengacu kepada pengalaman hidup seseorang maka ketetapan tersebut tidak masalah dilakukan. Sebagai langkah akhir untuk mengantisipasi kemungkinan terburuk apabila didapati kendala

kesehatan mental oleh subyek selama penelitian, maka peneliti akan memberikan sarana untuk konsultasi kesehatan mental kepada psikolog. Penelitian akan dilakukan kepada remaja Surabaya dan sekitarnya.

Kriteria subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) remaja yatim atau piatu sejak usia 14-17 tahun atau dibawah rentang usia tersebut, rentang usia dipilih karena yang paling sesuai pada perkembangan fase remaja; (2) tinggal bersama orang tua tunggal, status orang tua tidak menikah lagi; (3) tidak diasuh oleh anggota keluarga lain seperti kakek, nenek dan kerabat. Meski penggunaan subyek berada pada periode remaja akhir menuju dewasa, fokus kajian tidak kepada pengalaman saat ini tetapi tetap kepada pengalaman hidup dimasa lalu pada periode perkembangan remaja tengah.

Tabel 1. Subyek Penelitian

Nama (Samaran)	Usia	Status
Danang	22	Yatim
Arva	21	Yatim
Widia	20	Piatu
Galih	21	Yatim

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan wawancara secara mendalam dengan teknik wawancara semi-terstruktur. Tujuan dari penggunaan teknik ini adalah untuk membangun interaksi secara alami dan terbuka. Namun tetap mengacu kepada pedoman wawancara yang tidak bersifat kaku untuk tetap mencapai tujuan wawancara. Wawancara akan direkam menggunakan perekam suara atau smartphone.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik *thematic analysis*, yakni sebuah teknik analisis yang menggunakan data temuan peneliti dengan tujuan untuk mengidentifikasi pola dan menemukan tema (Braun & Clarke, 2006). Adapun tahapan dalam analisis tematik yang diusulkan oleh Braun dan Clarke (2006) diantaranya ada 6 tahapan yakni: (1) melakukan transkrip data, membacanya berulang-ulang dan membuat catatan awal mengenai ide yang pertama muncul; (2) melakukan koding terhadap tiap data temuan; (3) menyusun hasil koding kedalam tema potensial dan mengelompokkan data yang relevan pada masing masing tema potensial; (4) melakukan *checking* terhadap keterkaitan tema dengan ekstrak hasil koding dan mampu mengasikkan gambaran analisis; (5) melakukan analisa spesifik kepada setiap tema dan menghasilkan definisi; (6) menganalisis beberapa ekstrak dari tema dan menghubungkan tujuan penelitian dan literatur. Uji keabsahan pada penelitian ini menggunakan teknik *member check*.

HASIL PENELITIAN

Penerimaan diri adalah pemahaman dan sikap positif individu terhadap karakteristik mereka, menerima berbagai perubahan, kritik dan pilihan hidup dimasa lalu, serta kemauan untuk bertahan dan menjalani keadaan tersebut. Melalui penelitian ini, peneliti berhasil mengidentifikasi tiga tema besar utama, yaitu (1) pemahaman karakteristik, (2) menerima, (3) memahami dan merangkul.

Tema 1: Pemahaman karakteristik

Karakteristik setiap subyek digambarkan berdasarkan pengalaman subyek dimasa lalu setelah kehilangan salah satu orang tuanya dan menjadi yatim/ piatu yang baik kekurangan maupun kelebihan yang ada pada dirinya saat itu sebagai pemahaman diri. Pemahaman karakteristik sendiri adalah bagaimana individu mampu mengetahui kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya sebagai pemahaman diri.

Kekurangan

Kekurangan yang dimiliki subyek sebagai bagian pemahaman diri, ketika subyek menghadapi perubahan dalam kehidupan mereka, mereka memiliki berbagai pandangan yang mampu mempengaruhi karakteristik mereka saat itu. Adapun kekurangan yang dimiliki subyek sebagai bagian dari karakteristik mereka saat itu menjadi pendiam dan tidak percaya diri ketika menyandang status yatim/ piatu.

[...] saya sendiri sering diem pas nongkrong, kek ga pede [percaya diri] kalo mbahas ayah dan saya gamau dikasihani...(Arva, B 132-134).

[...] dulu saya orangnya,, pendiam sih mas sama gak pede..(Galih, B 94-96).

Sikap ini muncul pada subyek karena mereka enggan membahas status mereka. Selain itu ada juga subyek yang memiliki kontrol diri yang rendah karena orang tua tunggal kesulitan mengawasi anaknya ketika harus menjadi tulang punggung keluarga sekaligus mengurus rumah tangga.

[...] kaya gak kekontrol mau maen aja sampe lupa waktu pokoknya [...] (Arva, B 43-44).

Adanya kekosongan peran salah satu orang tua menjadikan anak tidak terkontrol karena rendahnya pengawasan dan perhatian yang didapatkan di rumah.

Kelebihan

Kelebihan yang dimiliki subyek sebagai bagian dari pemahaman diri yang digambarkan berdasarkan pengalaman subyek dimasa lalu. Dampak dari perubahan kehidupan subyek setelah kehilangan salah satu orang tuanya membuat subyek memiliki tanggung jawab lebih atas dirinya dan keluarganya.

[...] saya berusaha mandiri dan mencoba meringankan beban ayah dengan mengambil alih posisi ibu dirumah,, mulai cuci baju, bersih-bersih, nyiapin makanan, yaa,, lebih mengurus rumah tangga [...] (Widia, B 39-44).

[...] saya sempat kerja dibengkel lewat temen, yaa lumayan buat uang rokok haha (Arva, B 76-78).

[...] hidupnya mandiri lah jadi saya di pondok pesantren gak merasa minder dalam apapun, karena semuanya setara.. (Danang, B 59-61).

Sebagian subyek mengungkapkan bahwa mereka harus mengurus dirimereka dalam beberapa hal secara mandiri dan ada yang mengambil tanggung jawab lebih dari pada sebelum ditinggal orang tuanya baik dorongan dari dalam diri maupun tuntutan lingkungan. Sebagian subyek mengaku bahwa mereka menjadi mandiri karena empati terhadap orang tua yang masih dimiliki sebagai dorongan.

[...] kasian sih mas liat ibu susah cape sendirian, mana cuma saya yang nemenin...(Arva, B 62-64).

[...] saya melihat perjuangan ayah saya yang keras bahkan kedirinya sendiri, mati-matian buat mencukupi kebutuhan terutama ketika ibu sudah ga ada,, jadi ayah saya bahkan sempat terpuruk...(Widia, B 104-108).

Karakteristik ini muncul pada individu yang mengalami perubahan ekonomi keluarga secara drastis karena awalnya kedua orang tua bekerja. Beberapa subyek merespon perubahan dalam kehidupannya sebagai anak yatim/ piatu dengan pikiran positif.

[...] saya memaksimalkannya sebaik mungkin, dan saya berpikir juga tidak

boleh menjadikan kelemahan saya menjadi sebuah kelemahan [menghambat diri] saya selalu berpikir positif..(Danang, B 85-89).

Saya masih bersyukur masih memiliki ayah dan masih bisa hidup dengan ayah...(Widia, B 37-38).

Subyek menilai positif apa yang mereka miliki saat itu baik dari dalam diri maupun orang lain. Hal ini dapat menguatkan perasaan bersyukur pada subyek dan pandangan positif subyek atas diri mereka sendiri.

Sikap Positif

Subyek merespon positif kepada berbagai kelemahan dan kekuatan yang dia miliki sebagai anugerah yang diterima dirinya dari tuhan sebagai bentuk menerima karakteristik yang dimilikinya.

Ya,, Saya pikir kelebihan itu adalah sebuah anugerah yang diberikan oleh tuhan pak.. (Danang, B 84-85).

Subyek mengungkapkan bahwa dirinya sangat bersyukur dapat berpikir positif terhadap perubahan hidupnya dan dirinya mampu karena anugerah dari tuhan. Selain itu bersyukur juga merupakan sikap positif subyek atas kelebihan dan kelemahan yang dimiliki baik berasal dari dalam diri maupun dari orang lain dan berdasar kepada apa yang masih dimiliki oleh subyek.

Sebagian besar lebih kepada bangga dan sukur sih pak... (Danang, B 97-98).

Saya bersyukur punya ibu yang bener bener kuat,,(Arva, B 65-66).

Yaa itu tadi,, saya bersyukur masih bisa menjalani kehidupan sama keluarga saya, juga terimakasih banget buat teman-teman yang selalu menghibur dan khususnya salah satu guru saya di SMP yang *care* banget sama saya... (Widia, B 93-98).

Melalui ekstrak wawancara diatas beberapa subyek mampu memiliki pandangan positif terhadap diri mereka dengan bersyukur atas apa yang masih mereka miliki.

Tema 2: Menerima

Kondisi dimana subyek mampu menerima status, pandangan orang lain dan kondisi yang dihadapi semenjak hidup sebagai anak yatim atau piatu.

Perubahan

Sebagai anak yatim/ piatu, setiap subyek tidak lepas dari masalah psikologis sebagai dampak perubahan kehidupan yang mereka alami. Beberapa subyek memiliki kondisi yang berbeda sebagai respon awal perubahan mereka salah satunya perasaan kacau dan pasrah.

Tentu awal sedih sih pak,, dan masih kecil kayan *wah temen gak sih cok* [perasaan tidak percaya], cuman kan ya saya masih kecil ya mau gimana lagi..(Danang, 103-106).

Subyek merasa kacau karena belum dapat memahami secara utuh peristiwa yang dialami dan merasa pasrah karena keterbatasan yang dapat dilakukannya sebagai anak kecil saat itu. Selain itu pada subyek lain muncul perasaa hampa dan pasrah setelah kehilangan salah satu orang tuanya.

Ee,,, rasanya tuh kaya bingung dan hampa gitu, ga ada yang bisa dilakuin buat ngeredam kangen sama sedihnya..(Widia, B 88-90).

Subyek mengungkapkan bahwa dirinya merasa bingung dan hampa ketika menyadari dirinya akan menjalani kehidupan tanpa sosok ibunya. Perasaan pasrah muncul kepada subyek ketika perasaan sedih datang. Kemudian subyek lain mengungkapkan perubahan perilaku diawal kepergian salah satu orang tuanya sebagai bentuk ekspresi kesedihannya.

Bahkan saya kalo ga salah males ke sekolah beberapa hari itu,,, lupa juga kenapa tapi kek males ketemu orang rame dulu gitu...(Arva, B 48-50)

Melalui ekstrak wawancara tersebut, subyek mengakui adanya perubahan perilaku yang dilakukannya dengan membatasi interaksi dengan orang lain dan enggan berada dilingkungan yang banyak orang. Setelah peristiwa kehilangan orang tuanya, subyek memberikan nilai lebih kepada sesuatu yang masih dimiliki.

Iya,, karena saya sadar banger betapa gaenaknya ketika saya ditinggal orang tua dan apa yang tersisa [ibu] itu menjadi sangat berarti bagi saya...(Galih, B 118-121).

Subyek menganggap keluarga yang masih dimiliki saat ini sangat berarti bagi dirinya, subyek sadar akan situasi yang sangat tidak enak ketika kehilangan orang dekat terutama keluarga.

Minder

Awal menjalani kehidupan sebagai anak yatim/ piatu, mereka mendapati bentuk kasih sayang yang hilang bersamaan sosok salah satu orang tua mereka. Kondisi ini memunculkan perasaan iri dengan teman sebaya yang masih mendapatkan bentuk kasih sayang yang hilang dari mereka.

[...]pas nongkrong sama temen,, cerita-cerita gitu kan, sering denger temen cerita kalo mereka kadang tuh kek sering diajari ato dinasihati ayahnya yaa contoh aja kek harus gimana sih laki-laki itu...(Arva, B 118-122).

Yaa,, saya ngerasa kayak kehidupan yang harus saya tempuh berbeda banget sama anak-anak lain dimana mereka masih dicuciin bajunya, disiapin makanannya, dianter waktu ke sekolah,,, saya udah gabisa lagi ngejalanin kehidupan seperti anak-anak kebanyakan.. (Widia, B 63-69).

Melalui ekstrak wawancara diatas, diketahui subyek merasa iri dengan anak sebaya yang mendapatkan kasih sayang dari sosok orang tua yang tidak lagi mereka miliki seperti dulu. Berbagai situasi dapat memancing perasaan iri dengan kehidupan anak sebaya muncul kembali, ada yang mampu menepis dan ada yang terus terbayang hingga berpikir terlalu jauh.

[...] pas acara keluarga,, atau pas temen-temen mbahas bapak saya kaya,, *overthinking* gitu... (Galih, B 124-126).

[...] mikirin kenapa saya bisa disituasi kaya gini,,, kaya ga nyangka banget ibu pergi... yaa,, kaya mikir yang enggak-enggak lah jadinya (Widia, B 56-59).

Beberapa subyek mengungkapkan bahwa mereka terkadang terlalu memikirkan kesusahan yang dialami dan membandingkan diri dengan anak lain dan kerap *overthinking*.

Kritik

Subyek terkadang enggan membahas kondisi statusnya sebagai anak yatim/ piatu, terutama pertanyaan atau pendapat orang lain terhadap kondisinya.

[...] ada yang bilang “sebenarnya ga enakkan ditinggal ayah atau ibu?” gitu,, menurut saya sih gimana pun itu tetep ga bisa dibayangin rasanya, karena dibandingkan dengan anak yang masih memiliki orang tua [...] (Widia, B 76-79)

Subyek merasa seperti ucapan atau pendapat orang lain sangat menyakitkan dan tidak memikirkan perasaannya, sehingga pembahasan seperti ini dihindari. Alasan lain subyek menghindari topic yang membahas orang tua, subyek merasa ketika dirinya mengungkapkan status sebagai anak yatim/ piatu orang lain merasa kasihan dan memandang mereka sebelah mata.

[...] saya cuma gamau nanti orang malah berpikiran kasian sama saya, ya pokok gitu.. (Galih, B140-142).

Subyek tidak ingin statusnya membuat orang lain memandangnya sebelah mata dan merasa dikasihani orang lain.

Tema 3: Memahami dan merangkul

Setiap subyek mampu untuk tetap menjalani kehidupannya sebagai anak yatim atau piatu, setiap hari yang dilewati membentuk sebuah pengalaman akan keberhasilan yang berulang. Melalui pengalaman tersebut subyek mulai memahami bahwa ada nilai tersendiri bagi kehidupan subyek dan mulai merangkul berbagai masalah yang ditemui dengan keinginan untuk tetap menjalani kehidupannya dan memandang positif pada kehidupan dimasa mendatang.

Pilihan Hidup

Seiring berjalannya waktu, subyek mulai membuat pilihan dalam hidupnya yang harus dijalani akibat kepergian salah satu sosok orang tuanya demi memulihkan kondisi keluarga akibat peran yang kosong.

[...] akhirnya saya mulai sadar buat ngeringanin beban ya,, seenggaknya ngurusin diri sendiri sama mulai bantu-bantu belanja waktu itu, mulai nurutin ibu buat lanjut sekolah,, sama berusaha nyari uang jajan sendiri... (Arva, B 66-71).

[...] saya berusaha mandiri dan mencoba meringankan beban ayah dengan mengambil alih posisi ibu dirumah,, mulai cuci baju, bersih-bersih, nyiapin makanan, yaa,, [...] (Widia, B 39-45).

Subyek mulai merubah kebiasaan hidupnya untuk membantu memulihkan kondisi keluarga dengan mengambil beberapa tanggung jawab dan peran dalam keluarga. Ditengah kerisis peran dalam keluarga, subyek berharap keberadaannya tidak menjadi penghambat.

[...] semenjak itu saya juga kurang kurangin maen, biasa dulu PS-an keluar sama temen, ya [...] (Galih, B 84-86).

Subyek menyadari bahwa dirinya harus membatasi kegiatan yang tidak perlu dilakukan dan mungkin akan memberatkan pada kondisi keluarga.

Bertahan

Untuk tetap mampu menjalani kehidupan baru dan beradaptasi terhadap perubahan dalam kehidupannya sebagai anak yatim/ piatu, subyek memerlukan sebuah tekad yang kuat.

[...] agar orang tua saya bahagia saya harus tetap hidup dan maju terus maju [...] (Danang, B 156-159).

[...] membayangkan betapa kasiannya ibu saya berusaha menyambung hidup sendirian,, karena kan cuma saya yang bisa bantu gitu kan,, (Arva, B 140-143).

Jadi meringankan tanggungan ayah dan mengambil peran ibu jugaa merawat ayah dan adik saya sangat perlu saya lakukan karena saya anak perempuan paling besar [...] (Widia, B 110-115).

Kalo dari diri saya sendiri saya sadar bahwa sekarang saya laki-laki satu-satunya dikeluarga,, jadi saya harus tetep

menjalani hidup demi menjaga ibu dan adek saya mas... (Galih, B 151-155).

Seluruh subyek mengungkapkan bahwa alasan besar mereka untuk tetap bertahan menjalani kehidupannya adalah tekad untuk tetap hidup demi keluarganya.

Pandangan Positif

Harapan positif subyek untuk kehidupan dimasa mendatang menjadi motivasi lebih bagi subyek untuk mencapai kehidupan yang lebih baik sembari menerima kondisinya sebagai anak yatim/piatu.

[...] sebagai anak ingin membahagiakan orang tua [...] (Danang, B 152-154).

Saya pengen membahagiakan ibu saya... (Arva, B 153).

Subyek menjadikan keinginan untuk membahagiakan sosok orang tua satu-satunya yang tersisa sebagai motivasinya dan harapan hidup dimasa mendatang.

[...] berharap bisa memenuhi harapan almarhum suatu saat dan untuk saat ini saya ingin adek-adek saya nantinya bisa bahagia meski ibu sudah ga ada... (Widia, B 118-122).

[...] berharap pahitnya jadi anak yatim ini berhenti di saya sama adik saya aja,, saya berharap suatu saat bisa jadi sosok bapak bagi keluarga dan membangun keluarga yang bahagia,, (Galih, B 160-166).

Subyek berharap keluarganya dapat hidup tanpa merasakan pahitnya kehilangan kasih sayang dari orang tua yang telah tiada dimasadepan.

PEMBAHASAN

Remaja yatim atau piatu mengalami berbagai masalah yang berbeda dibandingkan remaja yang masih memiliki orang tua lengkap kebanyakan. Mereka menemui berbagai konflik dalam upaya beradaptasi dengan perubahan dalam kehidupannya. Terutama perasaan minder terhadap

kehidupan anak lain dan anggapan orang lain kepada anak yatim atau piatu untuk dikasihani.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada keempat subyek dalam penelitian, dimana mereka kehilangan salah satu orang tuanya karena meninggal. Pemahaman subyek akan diri mereka dipengaruhi oleh interaksi mereka dengan orang lain seperti teman sebaya dan keluarga yang memiliki peran tinggi terutama orang tua yang masih dimiliki subyek. Dengan status subyek sebagai remaja yatim atau piatu, mereka akan sulit menemukan tempat yang cocok untuk mereka dalam suatu kelompok, terlebih pada fase remaja orientasi mereka dalam berinteraksi lebih besar kepada teman sebaya. Kondisi ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nisa & Sari (2019) dimana keberfungsian peran dalam keluarga yang efektif meliputi keintiman keluarga, konflik, dan pola asuh yang baik akan meningkatkan penerimaan diri pada remaja. Temuan ini semakin diperkuat dengan adanya penelitian yang dilakukan oleh Ronica, Nurhasanah & Abd. (2019) dimana anak dipanti asuhan yang masih memiliki orang tua memiliki pemahaman diri yang rendah dan berdampak pada penerimaan diri, dimana situasi ini dipengaruhi oleh subyek yang berada pada kelompok yang berbeda dengannya dan keberadaan orang tua tidak memperdulikannya.

Selain itu mayoritas subyek menerima kondisi mereka sebagai anak yatim atau piatu dengan menjalani kehidupan mereka saat ini. Kondisi ini dipengaruhi oleh kesadaran subyek akan keterbatasan dan pasrah sebagai manusia, sebagian subyek masih tidak menerima kritik ataupun pendapat orang lain atas dirinya. Temuan ini berbanding dengan penelitian yang dilakukan oleh (Funaidi, Airin, Angel, Angela & Hartini (2021) dimana subyek yang memiliki penerimaan diri yang baik mampu menerima status mereka dengan merespon positif kritik serta pendapat orang lain dan mampu mengembangkan potensi diri dibandingkan pasrah.

Kemampuan subyek dalam memahami keadaan dan memandang positif kondisi saat ini maupun dimasa depan dipengaruhi oleh keberadaan keluarga terutama orang tua yang masih dimiliki. Kondisi ini sesuai dengan hasil penelitian Hf. & Bakar, (2019) dimana remaja yang memiliki penerimaan diri yang baik memiliki pandangan positif atas kehidupannya dimasa

mendatang dengan mempersiapkan diri untuk menjalani pendidikan dan prestasi.

Dalam upaya memahami kondisi penerimaan diri subyek, peneliti mengacu kepada faktor-faktor penerimaan individu yang digagas oleh Hurlock (2008; Permatasari & Gamayanti, 2016) diantaranya adalah (1) pemahaman diri, (2) harapan yang realistis, (3) tidak adanya hambatan dari lingkungan, (4) sikap sosial yang positif, (5) tidak adanya tekanan emosi yang berat, (6) pengalaman akan keberhasilan, (7) konsep diri yang stabil.

Pada pemahaman diri, subyek subyek Danang, Arva, Widia mampu mengemukakan kelebihan diri mereka dan kelemahan mereka kecuali Danang. Danang tidak pernah menganggap dirinya memiliki kelemahan dan bahkan tidak memikirkannya, namun dirinya mampu menerima apapun yang dimiliki pada dirinya sebagai anugerah. Kondisi ini sangat tidak seimbang dimana pemahaman diri dibentuk berdasarkan kesadaran individu akan kelebihan dan kelemahannya secara seimbang. Kondisi Galih berbanding terbalik dengan subyek Danang dimana dirinya tidak dapat mengemukakan kelebihan namun dapat mengemukakan kelemahannya.

Harapan yang realistis berkaitan dengan harapan yang memungkinkan untuk dicapai oleh kemampuan subyek. Subyek Danang, Arva, Widia dan Galih, mayoritas menaruh harapan mereka pada kehidupan dimasa mendatang dimana peluang untuk mencapainya masih sangat besar dan mayoritas subyek mengharapkan dapat membahagiakan keluarga yang mereka miliki.

Kondisi subyek Danang, Arva dan Widia tidak didapati ada hambatan dari lingkungannya baik keluarga atau lingkungan sosial. Berbeda dengan kondisi Galih, dimana dirinya berada dalam lingkungan keluarga dengan pola asuh yang otoriter, dimana Galih berusaha untuk beradaptasi terhadap situasi dengan mencoba mandiri dalam financial namun orang tuanya tidak setuju.

Sikap sosial yang positif subyek Danang, Arva dan Widia mampu dimunculkan dengan menerima kondisi mereka sebagai anak yatim/piatu dengan bersyukur atas apa yang masih mereka miliki baik dari dalam diri maupun terhadap sesuatu yang mereka dapat dari luar. Namun disisi lain subyek galih menunjukkan sikap anti terhadap anggapan orang lain terhadapnya dengan menolak dan menghindari pembicaraan mengenai statusnya dan tidak ingin dikasihani.

Tekanan emosi yang berat kadang ditunjukkan oleh Subyek Arva, Widia dan Galih dimana mereka terkadang masih minder dengan kondisi anak lain yang berbeda dengan mereka ketika berada di situasi tertentu.

Pengalaman akan keberhasilan dapat ditemui pada subyek Arva dan Widian dimana mereka berusaha beradaptasi dengan situasi dengan membuat pilihan hidup baru dan dapat menjalani pilihan tersebut setiap hari yang mereka lalui.

Konsep diri yang stabil dimunculkan oleh subyek Danang, Arva dan Widia dimana mereka mampu untuk tetap menjalani kehidupan yang mandiri. Pada subyek galih dirinya masih tetap menjalani kehidupan dimana dirinya menuruti keinginan orang tuanya dengan patuh. Setiap subyek dapat bertahan menjaga konsep diri yang mereka bangun karena adanya tekad untuk tetap menjalani kehidupan demi keluarga mereka.

PENUTUP

Kesimpulan

Penerimaan diri adalah keinginan subyek untuk menerima karakteristik diri, perubahan dan pilihan hidup mereka dimasa lalu, keinginan untuk menjalani hidup dan memaknai seluruhnya dengan positif. Dalam hal ini keberadaan orang tua dan keluarga yang dimiliki subyek memiliki peran penting dalam membangun pandangan positif mereka.

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri pada empat remaja yatim/piatu di kota Surabaya, tiga diantaranya menunjukkan ciri-ciri yang baik penerimaan diri yang baik dengan mampu menggambarkan karakteristik mereka secara positif dan dapat beradaptasi dengan situasi yang dihadapi. Berbeda dengan subyek satunya dimana dirinya kurang mampu menggambarkan kondisinya secara positif karena lingkungan yang mengekang dan tuntutan untuk beradaptasi dengan situasi semakin hari semakin kecil dapat terjadi dengan minimnya pengalaman subyek untuk beradaptasi seiring berjalannya waktu.

Kemampuan subyek dalam menerima diri dipengaruhi oleh berbagai faktor, dan faktor paling dominan muncul pada subyek adalah pemahaman diri, harapan yang realistis, lingkungan yang terbuka, sikap sosial yang positif, dan pengalaman akan keberhasilan.

Saran

Berdasarkan temuan dari penelitian ini, peneliti menyampaikan beberapa saran yaitu:

1. Bagi orang tua
Penelitian ini dijadikan acuan untuk mendukung anak dapat berkembang tanpa adanya perasaan terkekang agar nantinya dapat memunculkan pemahaman diri yang positif pada anak.
2. Bagi lingkungan sosial
Penelitian ini diharapkan untuk menyadarkan berbagai pemeran sosial untuk membantu anak yatim dan, atau piatu dengan memberikan support yang tepat dan dapat menghindari situasi yang membuat anak yatim dan, atau piatu membangun konsep diri yang negatif.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya dengan pengambilan data yang lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Chen, S. Q., Sun, N., Ge, W., Su, J. E., & Li, Q. R. (2019). The development process of self-acceptance among Chinese women with breast cancer. *Japan Journal of Nursing Science*, 17(2), 1–8. <https://doi.org/10.1111/jjns.12308>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (Fourth). Sage Publication. <https://id.ids1lib.vip/book/5023129/604d79>
- Fieldman, R. S. (2018). *Development Across the Life Span* (Eighth). Pearson. <https://id1lib.org/book/2922495/670347>
- Funaidi, P., Airin, Angel, Angela, & Hartini, S. (2021). Penerimaan Diri pada Remaja Panti Asuhan Puteri Aisyiyah Medan. *Psyche 165 Journal*, 14(1), 17–21. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v14i1.23>
- Germer, C. K. (2009). *The Mindful Path to Self-Compassion*. Guilford Press. <https://id1lib.org/book/16843918/083631>
- Hadi, A., Asrori, & Rusman. (2021). *Penelitian Kualitatif: Studi fenomenologi, Case Study, Grounded Theory, Etnografi, Biografi*. (Pertama). Pena Persada. <https://id.ids1lib.vip/book/19208046/7ae787>
- Hf., T. H. S., & Bakar, A. (2019). Penerimaan diri remaja di panti asuhan LPI Markaz Al-Islah Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 103–109. <http://jim.unsyiah.ac.id/pbk/article/view/8736>
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan* (Pertama). Kencana. <https://id1lib.org/book/5761255/661584>
- Kuyumcu, B., & Rohner, R. P. (2016). The relation between remembered parental acceptance in childhood and self-acceptance among young Turkish adults. *International Journal of Psychology*, 53(2), 126–132. <https://doi.org/10.1002/ijop.12277>
- Lerner, R. M., & Steinberg, L. (2004). *Handbook of Adolescent Psychology* (Second). John Wiley & Sons, Inc. <https://id1lib.org/book/511983/8747f3>
- Mariyati, L. I., & Rezania, V. (2021). *Psikologi Perkembangan: Sepanjang Kehidupan Manusia* (Pertama). Umsida Press. <https://id.asia1lib.vip/book/19233221/df0141>
- Nisa, H., & Sari, M. Y. (2019). Peran keberfungsian keluarga terhadap penerimaan diri pada remaja. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 04(01), 13–25. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22373/psi.koislamedia.v4i1.6346>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development* (Eleventh). McGraw-Hill. <https://id1lib.org/book/5474918/379a8d>
- Papalia, Diane E., & Martorell, G. (2021). Experience Human Development. In *McGraw-Hill Education* (Fourteenth). McGraw-Hill Education. <https://id1lib.org/book/5658773/ad59b6>
- Permatasari, V., & Gamayanti, W. (2016). Gambaran penerimaan diri (self-acceptance) pada orang yang mengalami skizofrenia. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 139–152. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i1.1100>
- Rodriguez, M. A., Xu, W., Wang, X., & Liu, X. (2015). Self-acceptance mediates the relationship between mindfulness and perceived stress. *Psychological Reports: Mental & Physical Health*, 116(2), 513–522. <https://doi.org/10.2466/07.PR0.116k19w4>
- Ronica, W., Nurhasanah, & Abd., D. (2019). Gambaran penerimaan diri anak panti asuhan dan faktor yang mempengaruhinya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 65–70. <http://jim.unsyiah.ac.id/pbk/article/view/7009>
- Santrock, J. W. (2016). *Adolescence* (16th ed.). In *McGraw-Hill* (Sixteenth). McGraw-Hill Education. <https://id1lib.org/book/5004016/62a05e>
- Sari, E. P., & Nuryoto, S. (2002). PENERIMAAN DIRI PADA LANJUT USIA DITINJAU DARI KEMATANGAN EMOSI. *Jurnal Psikologi*, 29(2), 73–88.

- <https://doi.org/10.22146/jpsi.7017>
Steinberg, L. (2017). *Adolescence* (Eleventh). McGraw-Hill Education.
<https://id1lib.org/book/5010380/8505cb>
- Wijanarko, E., & Syafiq, M. (2013). Studi fenomenologi pengalaman penyesuaian diri mahasiswa papua di Surabaya. *Jurnal Psikologi: Teori & Terapan*, 3(2), 79–92.
<https://doi.org/10.26740/jptt.v3n2.p79-92>
- Yusuf, A. M. (2014). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan* (Pertama). Kencana.
<https://id1lib.org/book/14021842/4c8f06>