

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Masa remaja ialah periode perpindahan dari periode anak-anak menuju dewasa. Menurut *World Health Organization* (2017) menjelaskan rentang usia remaja adalah 10-20 tahun melalui kategori remaja awal dari usia 10-14 tahun, pertengahan 14-17 tahun serta akhir dari 17-20 tahun. WHO (2017) mencatat remaja sejumlah 8% dari populasi dunia (1,2 juta orang memiliki usia 10 hingga 20 tahun). Laporan BPS (2018) tercatat banyaknya remaja memiliki rentang usia 15-20 tahun sejumlah 22.233.393 jiwa dan 2,5% remaja ada di panti asuhan, maka bisa diasumsikan banyaknya remaja di panti asuhan bertambah selaras dengan bertambahnya jumlah penduduk di Indonesia. Hal yang harus diperhatikan dalam meningkatnya ini adalah permasalahan psikologis remaja di panti asuhan.

Remaja panti asuhan adalah seorang remaja yang dititipkan para keluarga atau orang tua mereka dikarenakan suatu alasan. Misalnya kurangnya sumber biaya dalam menafkahi mereka, hilangnya kedua orang tua, dan ditinggal oleh orang tua dengan mengharuskan orang tua mereka bekerja di luar negeri, serta alasan lainnya. Sedikitnya kasih sayang yang diberikan oleh orang tua menyebabkan timbulnya emosi-emosi negatif layaknya perasaan sedih, marah, hampa, merasa tak mempunyai pegangan hidup, serta merasa tak berarti. Permasalahan-permasalahan ini akan menghambat remaja untuk meraih harga diri yang baik (Lubis & Agustini, 2018).

Harga diri remaja merupakan suatu hal yang esensial di dalam perkembangan mereka. Harga diri ada bermula dari diri pribadi ataupun luar diri seseorang, layaknya berupa pengakuan (Stuart, 2016). Remaja yang mempunyai harga diri yang rendah beranggapan dirinya tak berharga, tak pantas sehingga takut mengalami kegagalan dalam menjalin hubungan sosial, menolak dan tak merasa puas akan dirinya sendiri serta cemas dan tidak mampu mengambil keputusan dalam menghadapi tuntutan, tantangan dari lingkungan. Menurut Stuart

(2016) ada faktor-faktor yang dapat berpengaruh pada harga diri yakni faktor individu, sosial, orang tua dan peran pengganti.

Sejalan dengan riset yang dilakukan oleh Febristi (2020) menunjukkan adanya akibat yang bermakna antara faktor individu pada harga diri remaja di panti asuhan dikota Padang serta ciri-ciri remaja lebih dari setengahnya yaitu wanita usia antara 15–20 tahun, setengahnya mempunyai harga diri yang rendah (52,3%). Harga diri remaja ini memungkinkan mempunyai harga diri yang tergolong kecil karena salah satu penyebabnya adalah ia tak mampu melakukan penerimaan diri.

Penerimaan diri ialah keadaan krusial bagi remaja untuk mencapai konsep individu yang positif. Penerimaan diri yakni akar agar seseorang dapat beradaptasi secara mencukupi terhadap lingkungan sekitar serta tiap-tiap suka duka kehidupan yang didapat, sehingga dapat meraih pertumbuhan pribadi. Faktanya sebagian remaja di panti asuhan belum dapat menerima sepenuhnya keadaan dirinya yang dititipkan di panti asuhan. Seringkali, dampak negatif dari remaja di panti asuhan adalah menutup akses untuk berhubungan dengan orang lain, merasa minder dan menjadi pemalu didalam pergaulan disebabkan pembimbingan yang ia rasakan berbeda kualitasnya dengan orang tua kandung. Keadaan ini bisa mempengaruhi kepercayaan diri yang berakibat pada penerimaan diri yang kurang (Lestari Anugrahwati & Sri Wiraswati, 2020).

Santrock (2019) menjelaskan beberapa faktor yang membuat individu tidak mempunyai penerimaan diri yakni tidak memiliki pemahaman dirinya, masalah keluarga, perasaan tidak nyaman, sikap negatif tentang masa depannya. Temuan dari Rinmalae dkk. (2019) menunjukkan penerimaan diri remaja yang tinggal di Panti Asuhan Sonaf Maneka Kupang ada dalam golongan penerimaan diri yang cukup (46%). Penerimaan diri sangat diperlukan untuk remaja di panti asuhan karena akan menimbulkan rasa percaya diri, gembira, bisa menyesuaikan diri terhadap lingkungan dan menghindari dari kecemasan sosial.

Kecemasan sosial yang dialami remaja timbul saat mereka mengalami rasa cemas atau ketakutan yang berlebihan ketika berada dalam lingkungan sosial, mereka beranggapan akan dinilai negatif dari orang lain. Dalam takaran tertentu kecemasan dapat dibilang adaptif serta respon baik tetapi jika timbulnya secara

maka dapat memunculkan dampak yang tak baik, apabila tidak diatasi kecemasan sosial secara terus-menerus maka dapat menjadi gangguan kecemasan sosial ataupun fobia sosial (Hayati & Tohari, 2022). Terdapat beberapa faktor terjadinya kecemasan sosial menurut Pratiwi dkk. (2019) yaitu harga diri, perilaku asertif, kesepian, dan kepercayaan diri.

Kecemasan sosial ini memberikan pengaruh dan dampak secara nyata dalam bentuk perilaku yakni kurang bisa untuk berbicara di depan umum, dan mengarah tidak mau berinteraksi dengan lingkungan. Penyebab kondisi tersebut terjadi karena timbulnya rasa takut dan rasa minder serta takut mendapatkan evaluasi yang negatif dari orang lain (Pribadi, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Sari dkk. (2022) bahwa terbukti tingkat kecemasan sosial remaja ini ada pada di kategori tinggi 54% dari 50 orang rentang usia 12-17 tahun. Selain itu juga, nampak dari permasalahan yang timbul ada anak dan remaja panti asuhan yang menghindari saat diajak berbicara dan lebih cenderung menunduk, saat berbicara pun nampak gemetar.

Keadaan kecemasan sosial yang besar berpengaruh terhadap keterkaitan sosial remaja panti asuhan hingga dapat mengganggu perkembangan sosial serta emosi remaja panti asuhan untuk melakukan interaksi seperti memunculkan suatu rasa tidak nyaman, gangguan pada fungsi hidup seseorang, memunculkan stres, menghindari keadaan sosial yang memunculkan stres remaja, oleh sebab itu jika tak diatasi maka bisa memperlambat proses perkembangan remaja panti asuhan dalam hubungan sosialnya (Sari & Ariani, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan dari hasil *interview* yang peneliti laksanakan di Panti Asuhan Yayasan Al-Mu'thi Cirebon didapatkan dari 10 orang remaja panti asuhan, 7 orang (70%) diantaranya memiliki harga diri yang kurang baik, mereka bercerita bahwa mereka merasakan malu dan minder karena tidak sama dengan teman sebayanya sebab berbeda dalam hal penampilan karena tidak memakai seragam sekolah pada umumnya, mereka memakai seragam dari panti asuhan, dari segi ekonomi berbeda karena kurang mampu, dari segi prestasi berbeda karena yang seharusnya mereka dapat mengejar prestasi yang banyak, tapi terhalang dengan biaya dan sekolah, dan juga dari segi orang tua berbeda karena mereka kebanyakan tidak memiliki orang tua. Mereka mengatakan sedih

karena sering di pandang rendah oleh orang-orang sekitar dan mereka mengatakan ingin sekali tinggal bersama atau mempunyai orang tua.

Dari temuan yang dijalankan oleh Febristi (2020) pada beberapa panti asuhan dari 15 orang remaja panti asuhan ada 12 orang (80 %) menjelaskan jika mereka merasakan minder, malu untuk kembali ke kampungnya dikarenakan tinggal pada panti asuhan serta merasakan tidak sama pada temannya di sekolah ataupun lingkungannya terkait perekonomian, penampilan, dan prestasinya. 3 orang (20%) yang lain mendapatkan ejekan dari temannya disebut “anak panti”. Dari wawancara pada 15 orang anak (100%), seluruhnya menjelaskan jika mereka merasakan sedih sebab begitu menginginkan hidup layaknya orang lain dengan dapat bersama orang tua mereka, 13 anak (86,6%) menjelaskan jika mereka biasa dikasihani para lingkungannya dikarenakan tinggal pada panti asuhan serta 2 anak (13,3%) merasakan malu, tidak nyaman serta minder ketika melakukan interaksi bersama lingkungan luar panti ataupun sekolah.

Selanjutnya, didapatkan dari 10 orang remaja panti asuhan, 6 orang (60%) memiliki penerimaan yang kurang baik, mengatakan tidak mempunyai rasa percaya diri karena sering dianggap remeh dengan orang sekitar, memandang dirinya rendah karena tidak memiliki keluarga yang sempurna, merasa tidak berharga karena orang tua tidak mengharapkan mereka lagi, merasa berbeda atau tidak sederajat dengan teman sebayanya karena mereka tidak memiliki orang tua dan dianggap rendah, dan muncul perasaan ragu terkait masa depannya apakah akan tercapai atau tidak. Berdasarkan temuan Ronica dkk., (2019) dilihat anak-anak panti asuhan mempunyai penilaian negatif pada orang tua mereka, dimana menilai jika orang tuanya tidak sayang dengannya, tidak mengharapkannya. Mereka merasakan jika keluarganya tidak sempurna seperti keluarga di luaran serta merasakan minder serta malu karena tinggal di panti asuhan dimana menurutnya hanya anak yang tidak mempunyai orang tua yang ada di panti asuhan. Kemudian, anak di panti yang mempunyai orang tua merasakan jika diri mereka rendah daripada orang lainnya.

Lalu, didapatkan dari 10 orang remaja panti asuhan, 8 orang (80%) diantaranya memiliki masalah kecemasan sosial, mereka mengatakan bahwa mereka takut dianggap negatif atau jelek oleh orang sekitar karena mereka

dianggap hanya anak panti asuhan, sehingga mereka takut untuk bergaul oleh orang sekitar, mereka juga suka gugup atau cemas apabila diajak ngobrol dengan orang yang baru dikenal dan mengalami kesulitan apabila berhubungan dengan teman seusianya ataupun individu lain yang baru dikenalnya. Berdasarkan temuan Sari dkk. (2022) 60% dari 38 remaja menunjukkan permasalahan secara psikologis dan fisik kecemasan sosial seperti apabila dimintai maju ke depan kelas merasakan badannya gemetar dan keringat dingin. Kemudian mempunyai pribadi yang tidak percaya diri, pemalu, kaku, tidak mempunyai kemampuan, tidak mempunyai pandangan masa depan dan emosional.

Kemudian, 11 dari 15 pengasuh menjelaskan tidak bisa memberi perhatian penuh untuk anak asuhnya karena tidak mungkin mengurus seluruhnya, ini disebabkan banyaknya anak yang ada di panti asuhan. 13 dari 15 pengasuh mengatakan anak asuh cenderung menunduk dan tidak mau menatap apabila sedang berbicara, gemetar dan kurang percaya diri apabila disuruh maju ke depan, dan jarang mau berinteraksi dengan orang lain, pengasuh juga menjelaskan belum pernah ada petugas puskesmas atau kesehatan yang mendatangi dalam pemberian penyuluhan kesehatan, khususnya kesehatan mentalnya. Dari temuan Febristi (2020) 3 dari 10 pengasuh menjelaskan tidak bisa memberikan perhatiannya secara penuh untuk anak asuhnya sebab jumlahnya yang banyak serta terdapat pengaruh yang izin serta mengatakan anak asuh mereka suka menjauhi apabila ada keramaian dan suka gugup.

Hasil studi pendahuluan dari observasi peneliti juga didapatkan dari 10 orang remaja panti asuhan, 7 orang (70%) diantaranya ketika di ajak berbicara mereka kebanyakan menunduk, kurang berani menatap mata secara langsung, terbata-bata saat berbicara menggunakan suara kurang keras. Dari temuan (Sari & Ariani, 2021) yaitu dilihat dari tindakan remaja saat bertemu, berinteraksi dengan gemeteran, menunduk, serta diam. Kemudian tugas perkembangan anak yang harus dipenuhi yakni bisa melakukan interaksi dengan baik. Berdasarkan hasil studi pendahuluan diatas, bisa disimpulkan bahwa gambaran remaja tersebut di Panti Asuhan Yayasan Al-Mu'thi menunjukkan adanya harga diri dan penerimaan diri yang kurang baik, dan menunjukkan adanya masalah kecemasan sosial.

Dalam menangani harga diri, penerimaan diri dan kecemasan sosial pada remaja ada kontribusi dari peran keperawatan jiwa yaitu perawat kesehatan jiwa dengan berkelanjutan mempunyai peranan utama untuk melakukan identifikasi pasien yang memiliki resiko, melakukan pengkajian respon pasien pada stres dalam kehidupan mereka dan dinamakan sebagai *history live span*, serta untuk pengembangan komunikasi secara terapeutik. Peranan lainnya yang diperlukan yaitu melakukan identifikasi klien yang memiliki resiko. Selain itu, peranan perawat kesehatan jiwa adalah sebagai *attitude therapy* yakni melakukan observasi perubahan baik perubahan menetap atau kecil, memberikan pemahaman klien, demonstrasi penerimaan, dan promosi pada keterkaitan klien serta melakukan partisipasi untuk berinteraksi (Stuart, 2023).

Riset tentang harga diri, penerimaan diri dan kecemasan sosial oleh remaja di panti asuhan sangat esensial agar dikaji karena masa remaja rentan beresiko mengalami gangguan psikologis. Oleh sebab itu, penelitian ini perlu dilaksanakan supaya dapat menolong remaja panti asuhan dalam melindungi diri dari segala macam masalah diatas. Mempertimbangkan permasalahan dan gambaran diatas maka tujuannya untuk melihat bagaimana hubungan harga diri serta penerimaan diri terhadap kecemasan sosial pada remaja di panti asuhan.

I.2 Rumusan Masalah

Remaja begitu memerlukan peranan keluarga khususnya orang tua dalam menciptakan karakter untuk remaja, hanya saja tidak seluruh remaja memiliki orang tua atau berada jauh darinya, salah satunya ialah remaja di panti asuhan. Remaja ini tidak pernah merasakan kasih sayangnya orang tua yang menyebabkan mereka memandang dirinya berbeda dengan remaja pada umumnya dan suka dipandang rendah oleh teman sebayanya sehingga timbulah kurangnya penerimaan diri mereka yang dimana dapat memicu harga diri remaja menjadi rendah.

Dari permasalahan harga diri dan kurangnya penerimaan diri lambat laun akan menimbulkan salah satu masalah kecemasan sosial yang dimana akan memunculkan rasa takut terhadap situasi sosial karena takut di pandang negatif

oleh individu lain sehingga remaja panti asuhan akan suka menarik diri dan akan berdampak dengan aktivitas sehari-harinya.

Peneliti lain telah menghubungkan harga diri dengan penerimaan diri, namun sedikit peneliti yang menghubungkannya juga dengan kecemasan sosial terutama remaja panti asuhan. Fenomena yang ada membuat peneliti mengkaji terkait “Apakah terdapat Hubungan antara Harga Diri dan Penerimaan Diri terhadap Kecemasan Sosial pada Remaja di Panti Asuhan?”

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Penelitiannya memiliki tujuan dalam melihat Hubungan Harga Diri dan Penerimaan Diri pada Kecemasan Sosial pada Remaja di Panti Asuhan.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik usia, jenis kelamin, lama tinggal, dan pendidikan pada remaja panti asuhan
- b. Mengetahui gambaran harga diri pada remaja panti asuhan
- c. Mengetahui gambaran penerimaan diri pada remaja panti asuhan
- d. Mengetahui gambaran kecemasan sosial pada remaja panti asuhan
- e. Menganalisis hubungan harga diri dengan kecemasan sosial pada remaja panti asuhan
- f. Menganalisis hubungan penerimaan diri dengan kecemasan sosial pada remaja panti asuhan

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Remaja Panti Asuhan

Harapannya bisa menambah wawasan untuk para remaja panti asuhan agar bisa menerima keadaan dirinya dengan cara bersyukur, meningkatkan harga diri, bersikap positif terhadap dirinya, orang lain dan juga lingkungan agar terhindar dari kecemasan sosial dan menjadikan kelemahan sebagai kekuatannya.

I.4.2 Bagi Instansi Panti Asuhan

Dalam memberikan pengajaran dapat diarahkan agar remaja panti asuhan untuk meningkatkan harga diri dan penerimaan diri pada masing-masing individu agar tidak timbul suatu kecemasan sosial.

I.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasilnya bisa diterapkan sebagai sumber informasi berupa data dan dapat dijadikan sebagai sumbangsih untuk mengatasi harga diri, penerimaan diri dan kecemasan sosial oleh remaja panti asuhan.

I.4.4 Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasilnya bisa menyumbangkan pengetahuan dalam keilmuan keperawatan jiwa maupun psikologi pada remaja di panti asuhan tentang keterkaitan harga diri, penerimaan diri dan kecemasan sosial.

I.4.5 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasilnya bisa diterapkan menjadi dasar penelitian selanjutnya yang berhubungan pada pengembangan sistem pendidikan keperawatan khususnya di keperawatan jiwa.