

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Seorang remaja sangat membutuhkan orang tua untuk dapat mengembangkan dirinya dan memenuhi kebutuhannya. Terpenuhinya segala kebutuhan dan adanya penerimaan dalam keluarga membuat remaja akan merasakan bahwa dirinya diinginkan, dicintai, diterima, dihargai, serta merasa mendapatkan dukungan hingga akhirnya akan membantu dirinya untuk dapat menghargai diri sendiri. Perasaan aman dan kasih sayang yang diterima dari keluarga akan membawa remaja menuju pada pendewasaan yaitu terbentuknya rasa percaya diri, harga diri dan kemampuan berinteraksi dengan sesama. Gunarsa, 1993 (dalam Skripsi Rosalia Dyah Puspita, 2008) mengatakan bahwa perasaan aman dan terlindungi memungkinkan adanya suatu perkembangan yang wajar bagi anak agar menjadi manusia dewasa yang bertanggung jawab dan matang pribadinya.

Hurlock (1993) mengatakan bahwa perubahan-perubahan yang dialami pada masa remaja akan memberikan dampak langsung pada individu yang bersangkutan dan akan mempengaruhi perkembangan individu selanjutnya. Stanley Hall (dalam Gunarsa, 1995) juga mengatakan bahwa masa remaja adalah masa yang penuh dengan gejolak emosi dan ketidakseimbangan, sehingga masa remaja adalah masa seorang anak untuk mudah terkena pengaruh lingkungan. Menurut Hurlock (1993), usia remaja dipandang sebagai usia bermasalah, karena pada masa ini remaja akan mengalami berbagai masalah dalam proses pencarian jati dirinya, terlebih ketika seorang individu yang sedang beralih dari masa kanak-kanak menuju ke masa remaja yang di kenal sebagai masa remaja awal. Pada masa remaja awal ini, individu mulai beralih dari

masa anak-anak menuju ke tahapan remaja, mereka mulai meninggalkan tahapan yang ada di masa anak-anak yang tidak tergantung pada orang tua lagi. Oleh karena itu, masa remaja awal ini dapat dikatakan kunci utama untuk individu mengalami perubahan dari yang kanak-kanak menjadi remaja. Peralihan untuk mencari jati diri yang disertai dengan perkembangan fisik, kognitif, gejolak emosi serta perkembangan psikososial membuat peran orang tua menjadi sangatlah penting. Perubahan-perubahan yang dialami anak menuju ke masa remaja awal akan lebih mudah dihadapi dan dilewati oleh individu ketika sosok orang tua hadir juga dalam memberikan perhatian, kasih sayang dan rasa aman, terlebih ketika anak berada dalam permasalahan yang timbul di masa remaja awal. Inilah yang membuat peran orang tua menjadi sangat penting dalam tahap perkembangan remaja awal (Hurlock, 1993).

Akan tetapi, pada kenyataannya tidak setiap anak mendapatkan kesempatan yang sama yaitu memiliki orang tua dan keluarga kandung, mendapatkan kasih sayang, perhatian, rasa aman dari orang tua kandung, contohnya anak-anak yang tinggal di panti asuhan. Lingkungan keluarga pengganti, yakni orang tua asuh merupakan lingkungan pertama maupun lingkungan yang akan memberikan pengaruh sangat besar bagi pertumbuhan dan perkembangan mereka, terutama pada tahun-tahun pertama kehidupan mereka. Pertumbuhan dan perkembangan anak akan terus terjadi disertai dengan tugas perkembangan setiap anak dalam keluarga. *Parenthood* menurut Shanock (dalam Andayani & Koentjoro, 2004) adalah masa menjadi orang tua dengan kewajiban memenuhi kebutuhan anak yang selalu berubah-ubah dari waktu ke waktu sesuai dengan perkembangannya, seperti : memenuhi kebutuhan sandang, pangan dan papan. Lebih lanjut dikatakan bahwa *parenting* adalah suatu hubungan yang *intens* berdasarkan kebutuhan yang berubah secara perlahan sejalan dengan perkembangan

anak. Menurut Paul Gunadi (2006), *parenting* merupakan pekerjaan atau aktivitas yang berkaitan dengan membesarkan, memelihara, dan mengarahkan anak.

Kenyataannya, tidak semua orang menyukai atau dapat melakukan tugas *parenting* (Lerner dalam Berns, 2004). Salah satu ahli dari sejumlah ahli yang meneliti mengenai *parenting styles* yakni Baumrind dalam Santrock (2004) menemukan bahwa pola asuh yang ditampilkan orang tua memiliki korelasi dengan perilaku anak. Menurut Santrock (2004), anak yang dibesarkan dengan *neglectful parenting* (tidak terikat dan tidak terlibat) akan mengalami ikatan yang kurang dengan orangtua, baik secara kognitif, emosi, keterampilan sosial dan perilaku kurang berkembang. Anak juga cenderung mengalami *self-control* dan *self-esteem* yang rendah. Pada masa remaja awal, anak kemungkinan menunjukkan perilaku kenakalan remaja, seperti contohnya ketika anak mengalami masa dimana tidak lagi hidup bersama keluarga kandungnya melainkan harus hidup bersama anak lainnya dengan beragam usia dan latar belakang di tempat pengasuhan atau yang kita kenal dengan sebutan panti asuhan.

Panti asuhan merupakan suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial pada anak terlantar dengan melaksanakan penyantunan dan pengentasan anak terlantar, memberikan pelayanan pengganti orang tua/ wali anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial kepada anak asuh sehingga memperoleh kesempatan yang luas, tepat dan memadai bagi pengembangan kepribadiannya sesuai dengan yang diharapkan sebagai bagian generasi penerus cita-cita bangsa serta sebagai insani yang akan turut aktif dalam bidang pembangunan Nasional (Depsos RI, 2004;4). Santoso (2005) memberikan pengertian panti asuhan sebagai suatu lembaga untuk membentuk perkembangan anak-anak yang tidak memiliki keluarga kandung ataupun yang tidak tinggal bersama keluarga kandung.

Menurut Poerwadarminta (KBBI, 1976) panti asuhan adalah suatu tempat untuk memelihara dan merawat anak yatim, piatu dan yatim-piatu (dalam Skripsi Rosalia Dyah Puspita, 2008), dimana orang-orang yang tinggal di panti asuhan adalah anak-anak dari beragam usia dan latar belakang. Hurlock, 2001 (dalam Skripsi Rosalia Dyah Puspita, 2008) mengatakan bahwa orang yang merawat dan mengasuh anak panti adalah mereka yang bertindak selaku orang tua menggantikan orang tua yang sesungguhnya. Pengasuh di panti asuhan berperan mengurus, merawat, memberikan perhatian dan dukungan, serta kasih sayang. Orang tua asuh juga berperan memberikan cinta dan bimbingan ketika anak sedang dalam proses membina hubungan dengan orang lain. Peran pengasuh tersebut merupakan faktor penting bagi perkembangan anak dimana kesempatan membina hubungan dengan banyak orang akan terlaksana dan berkembang.

Orang tua asuh menggantikan peran orang tua kandung dalam mengasuh, menjaga, memberikan bimbingan kepada anak agar anak menjadi manusia dewasa yang berguna dan bertanggung jawab atas dirinya serta masyarakat dikemudian hari (Santoso, 2005). Bagi anak-anak yang tinggal dan tumbuh di panti asuhan, mereka harus menaati aturan yang telah ditetapkan oleh pihak panti asuhan, seperti contohnya pada panti asuhan “X” di kota Pekanbaru, mereka harus bangun pagi pada pukul 05.00 WIB. Jika ada yang tidak bangun pada jam tersebut maka mereka akan mendapatkan hukuman berupa pemotongan uang jajan atau berangkat ke sekolah dengan berjalan kaki. Setelah pulang sekolah mereka juga diharuskan langsung pulang ke panti asuhan tidak boleh terlambat. Jika terlambat pulang sekolah maka mereka akan mendapatkan hukuman yaitu selama seminggu tidak mendapatkan uang jajan (hasil wawancara dengan beberapa anak panti asuhan “X” di kota Pekanbaru).

Anak-anak panti asuhan, khususnya remaja yang berada di masa remaja awal, sama halnya dengan anak-anak lainnya, mereka juga akan merasakan masa yang dikenal sebagai masa peralihan dimana pada masa ini mereka akan mengalami gejala emosi yang kurang stabil dibandingkan individu yang berada pada masa selain ini. Masa ini bahkan bukan hanya masa peralihan yang penuh gejala dan bermasalah saja, akan tetapi, masa dimana mereka tumbuh dan berkembang dengan kasih sayang serta didikan orang tua asuh yang bukan merupakan orang tua kandung yang seharusnya bisa mereka dapatkan dari orang tua kandung. Mereka juga harus menghadapi didikan yang ketat, penuh aturan, dan disiplin yang diterapkan oleh panti asuhannya. Belum lagi hubungan yang kurang harmonis antara pengasuh dan anak asuh ditemukan di beberapa panti asuhan, kekerasan terhadap anak juga sering ditemukan di beberapa panti asuhan, serta pengucilan terhadap mereka yang dilakukan lingkungan karena mereka tidak memiliki keluarga kandung atau dianggap tidak jelas asal-usul keluarganya (www.google.com/m.merdeka.com).

Hasil survei awal menunjukkan bahwa dari 28 remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru, sekitar 14,28% tinggal di panti asuhan “X” kota Pekanbaru disebabkan perceraian yang terjadi di antara kedua orangtuanya, 21,42% remaja mengatakan bahwa mereka berada di panti asuhan karena salah satu orang tua mereka telah meninggal dunia, 10,71% remaja mengatakan bahwa mereka berada di panti asuhan karena mengikuti orangtuanya yang juga tinggal di panti asuhan, 3,57% remaja mengatakan bahwa orang tua kandungnya meninggalkan dia di jalanan ketika masih berumur 3 tahun, dan 50,01% remaja mengatakan bahwa keterbatasan ekonomi yang membuat mereka terpisah dari orang tua kandungnya dan akhirnya membuat anak harus tinggal di panti asuhan. Faktanya, sebuah perpisahan yang terjadi dalam hidup

individu dengan orang sekitarnya, terlebih dengan orang terdekat, yang dalam hal ini ialah orangtuanya, akan memberi dampak bagi kehidupan individu tersebut.

Survei awal yang dilakukan peneliti terhadap 28 remaja panti asuhan “X”, di kota Pekanbaru juga mendapatkan hasil, yakni ; sekitar 67,85% remaja mengatakan bahwa mereka merasa peran orang tua pengganti yaitu orang tua asuh sudah sesuai dengan yang mereka harapkan. Mereka mengatakan bahwa orang tua asuh yang ada di panti asuhan “X” di kota Pekanbaru sudah berperan seperti orang tua kandung mereka meskipun bukan merupakan orang tua kandung yang sebenarnya. Orang tua asuh dapat membantu mereka untuk menemukan solusi ketika mereka sedang mengalami masalah. Sedangkan sekitar 32,14% remaja mengatakan bahwa mereka merasa peran orang tua asuh belum sesuai dengan apa yang mereka harapkan. Beberapa remaja mengatakan bahwa orang tua asuh terkadang keras dalam mendidik mereka, contohnya mereka diwajibkan bangun pukul 05.00 WIB dan wajib mengikuti ibadah pagi, jika tidak mereka akan mendapatkan sanksi bila melanggar aturan ini. Sekitar 35,71% remaja awal mengatakan bahwa hubungan antara mereka dan orang tua asuh masih belum terjalin dekat selayaknya hubungan anak dan orang tua kandung. Mereka mengatakan bahwa mereka lebih merasa sungkan ataupun canggung dibandingkan merasa dekat jika bersama orang tua asuh. Sedangkan sekitar 64,28% awal mengatakan bahwa hubungan yang terjalin antara mereka dan orang tua asuh sudah dekat layaknya anak dengan orang tua kandung. Mereka mengatakan bahwa mereka merasa nyaman untuk bercanda ataupun bercerita mengenai masalah yang mereka alami di sekolah maupun di lingkungan sosial kepada orang tua asuh.

Penelitian Kristen Neff (2011) menunjukkan bahwa remaja adalah individu yang berada dalam masa “dongeng pribadi”, yang cenderung kurang memiliki *self-compassion*, karena mereka tidak menyadari bahwa kesulitan dan kegagalan

merupakan hal umum yang terjadi di dalam kehidupan manusia (*common humanity*). Hal ini dapat dilihat dari hasil survei yang dilakukan peneliti pada 28 remaja (dalam hal ini mereka yang dikatakan remaja awal) panti asuhan “X” di kota Pekanbaru, ada sekitar 85,71% remaja awal cenderung menyalahkan dirinya sendiri ketika mereka mengalami masalah. Mereka menganggap bahwa setiap masalah yang mereka alami adalah akibat dari apa yang mereka lakukan (*self-judgement*). Sedangkan sekitar 14,28% remaja awal mengatakan bahwa setiap masalah yang datang tidak selalu akibat dari apa yang mereka lakukan. Masalah yang datang bisa saja dari lingkungan sekitar mereka, seperti : teman, sahabat, sekolah, dll.

Selain itu, sekitar 60,71% remaja awal mengatakan bahwa mereka cenderung menceritakan dan meminta solusi dari teman, sahabat ataupun orang tua asuh ketika mereka mengalami masalah. Akan tetapi sekitar 39,28% remaja awal mengatakan bahwa mereka cenderung menyimpan sendiri masalah yang mereka alami dan enggan menceritakan masalah tersebut kepada siapapun (*self-isolation*). Ada sekitar 10,71% remaja awal mengatakan bahwa jika mereka mengalami masalah, mereka cenderung kecewa pada diri dan menganggap bahwa masalah itu tidak seharusnya terjadi pada diri mereka (*over-identification*). Akan tetapi, sekitar 89,28% remaja awal mengatakan bahwa mereka tidak harus kecewa pada diri sendiri ketika masalah datang. Karena masalah yang datang tidak selalu akibat dari apa yang mereka lakukan.

Dari hasil survei awal dan dihubungkan dengan *self-kindness* yang termasuk dalam salah satu komponen utama dari *self-compassion*, dapat dilihat bahwa dari 28 remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru, sekitar 85,71% remaja awal cenderung menyalahkan diri mereka sendiri terhadap masalah yang timbul (*self-judgement*) contohnya ketika ada di antara mereka tidak naik kelas, mereka cenderung menganggap bahwa mereka tidak naik kelas karena mereka memang bodoh. Mereka

cenderung menganggap bahwa masalah yang datang pada mereka adalah akibat dari apa yang mereka lakukan. Survei juga menunjukkan bahwa 39,28% remaja awal cenderung enggan untuk terbuka pada siapapun ketika mereka mengalami masalah yang menyangkut dirinya meskipun pada teman dekat, sahabat maupun pengasuhnya (*self-isolation*) karena menurut mereka masalah yang mereka alami merupakan masalah pribadi sehingga bukan sesuatu yang perlu untuk diceritakan ataupun dibagikan kepada siapapun. Sekitar 10,71% remaja awal cenderung kecewa pada diri sendiri ketika ada masalah yang muncul (*over-identification*). Akan tetapi kecenderungan yang muncul, yang bertentangan dengan komponen dalam *self-compassion* ini hanya ditunjukkan oleh 25 remaja awal yang ada panti asuhan “X” di kota Pekanbaru. Sedangkan 3 remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru menunjukkan kecenderungan dalam ketiga komponen yang ada dalam *self-compassion*.

Respon-respon yang ditunjukkan 28 remaja awal yang tinggal di panti asuhan “X” di kota Pekanbaru saat ia mengalami masa sulit dapat menggambarkan *self-compassion* mereka (Neff, 2003). Berlandaskan pemahaman tersebut, maka Kristen Neff mendefinisikan *self-compassion* sebagai kemampuan memahami dan menerima diri apa adanya, toleran terhadap diri sendiri, serta memperlakukan diri sendiri dan orang lain dengan baik bukan terus menerus menyalahkan diri sendiri; kemampuan melihat bahwa pengalaman yang ia alami juga pernah dialami oleh orang lain bukan malah menarik diri dan enggan terbuka kepada orang lain; serta mampu menyadari bahwa keadaan yang tidak sesuai dengan harapan dan masalah yang datang kepadanya harus ia terima bukan malah menyangkal keadaan tersebut, kecewa dan membesarkan masalah. *Self-compassion* terdiri oleh 3 komponen utama, yaitu *self-kindness versus self-judgement, a sense of common humanity versus feelings of isolation*, dan

mindfulness versus over-identification with painful thoughts and emotions (Neff, 2003). Ketiga komponen ini berkombinasi dan berinteraksi bersama membentuk *self-compassion*.

Berdasarkan hasil survei awal mengenai *self-compassion* pada 28 remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru, serta melihat latar belakang yang membuat remaja awal harus tinggal di panti asuhan tersebut (seperti: ditinggalkan orang tua karena orangtua bercerai, kurangnya ekonomi keluarga untuk membiayai pendidikan dan kehidupan anak, anak dengan orang tua tunggal karena salah satu dari orangtuanya telah meninggal dunia, serta anak yang tinggal bersama orangtuanya di panti asuhan), peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Derajat *self-compassion* pada remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru” dengan harapan remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru ini dapat merasa lebih bahagia dan merasa bahwa diri mereka berharga.

1.2 Identifikasi Masalah

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui derajat *self-compassion* pada remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan maksud memperoleh derajat *self-compassion* pada remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu ingin mengetahui derajat *self-compassion* melalui ketiga komponen utama pada remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru dalam kaitannya dengan faktor-faktor yang mempengaruhi.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoritis

- Memberikan informasi dalam bidang Psikologi mengenai derajat *self-compassion* pada remaja awal yang tinggal di panti asuhan “X” kota Pekanbaru.
- Memberikan masukan kepada peneliti lain yang berminat melakukan penelitian lanjutan mengenai *self-compassion*.

1.4.2 Kegunaan Praktis

- Memberikan informasi kepada pengasuh panti asuhan “X” di kota Pekanbaru mengenai pentingnya *self-compassion*, sehingga diharapkan pengasuh dapat membantu remaja awal untuk lebih toleran terhadap dirinya (*self-kindness*), menyadari bahwa ia sama dengan manusia lainnya yaitu tidak sempurna (*common humanity*) dan memandang masalah yang dialaminya dengan apa adanya tanpa menyangkal dan membesarkannya (*mindfulness*).
- Memberikan informasi kepada anak asuh mengenai pentingnya memiliki *self-compassion*, sehingga diharapkan remaja-remaja ini dapat lebih merasa bahagia dan merasa bahwa diri mereka berharga.

1.5 Kerangka Pemikiran

Remaja awal sedang mengalami masa dimana dikenal sebagai masa transisi (peralihan) karena belum mempunyai pegangan, sementara kepribadiannya masih

mengalami suatu perkembangan (Hurlock, 1993). Perkembangan dan perubahan di masa remaja terjadi hampir dalam semua aspek perkembangan, meliputi : perkembangan fisik remaja, perkembangan kognitif remaja, serta perkembangan psikososial pada remaja (Santrock, 2004). Remaja menurut Santrock (2003) dibagi ke dalam tiga periode, yaitu : remaja awal (usia 11-14 tahun), remaja madya (usia 14-17 tahun), dan remaja akhir (usia 17-20 tahun). Menurut Hurlock masa remaja awal berbeda dengan dua masa remaja lainnya, karena individu yang berada di masa remaja akhir telah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati masa dewasa awal. Sedangkan ketika individu dari masa kanak-kanak beralih ke masa remaja awal, ia mengalami begitu banyak perubahan baik dari fisik maupun emosional. Hal di atas ini berlaku juga bagi remaja panti asuhan “X” yang sedang berada pada masa remaja awal.

Remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru dianggap masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisiknya. Remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru ini juga cenderung labil dan mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya. Mereka sebagai bagian dari generasi penerus yang menjadi tonggak sebagai individu yang bermakna di kemudian hari diharapkan memiliki pemahaman tentang diri yang benar pula, hal tersebut sangat diperlukan bagi setiap individu dalam menjalani kehidupannya. Gambaran yang jelas tentang diri remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru dan kemampuan mereka untuk menjalankan apa yang sudah mereka capai merupakan harapan ketika remaja ini memasuki masa perkembangannya.

Pemahaman akan diri sangatlah mutlak untuk diketahui oleh semua individu. Setiap individu diharapkan mengerti tentang dirinya (baik secara internal maupun secara eksternal), termasuk remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru. Ketika seseorang mengetahui kondisi dan gambaran tentang dirinya maka ia akan dapat

menjalani hidupnya dengan nyaman dan juga memiliki pandangan bahwa dirinya bernilai dan berharga karena sudah memiliki pandangan diri yang jelas. Memiliki pandangan bahwa dirinya berharga dan semua orang memiliki masalahnya masing-masing, sama seperti dirinya, akan membuat remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru tersebut dapat melakukan apa yang mereka ingin lakukan.

Menurut buku *Self-Compassion* (Neff, 2011), ketika masa remaja muncul, ada satu kemajuan dari segi kognitif remaja, yaitu meningkatnya kemampuan perspektif, yang artinya remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru juga dapat lebih baik dalam melihat diri mereka sendiri dari sudut pandang orang lain. Kemampuan ini berarti bahwa remaja panti asuhan X di kota Pekanbaru seringkali melakukan *self-evaluation* dan *social comprehension* tanpa mereka sadari. Untuk membuat sesuatu menjadi lebih baik, introspeksi diri semasa remaja sering kali mengantarkan pada apa yang disebut “dongeng pribadi”, pemikiran kognitif yang keliru membawa remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru untuk mempercayai bahwa pengalaman mereka unik dan orang lain tidak dapat mengerti apa yang mereka rasakan (*self-isolation*).

Ketika remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru mengalami masalah dan pengalaman baru, mereka cenderung menyimpan hal tersebut untuk diri mereka sendiri. Mereka tidak lagi menjadi individu yang terbuka dan polos layaknya ketika mereka berada di masa anak-anak. Mereka cenderung menganggap bahwa tidak ada seorang pun yang memahami apa yang mereka rasakan dan alami. Hal ini membuat remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru cenderung kurang memiliki *self-compassion*, dikarenakan mereka tidak menyadari bahwa masalah, baik itu kesulitan dan kegagalan merupakan hal umum yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Semua ini menjadi alasan mengapa remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru perlu

mengetahui apa itu *self-compassion* dan mengapa *self-compassion* begitu bermanfaat dimasa remaja awal.

Memiliki *compassion for other* berarti bahwa individu yang dalam hal ini adalah remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru dapat memiliki kemampuan untuk mengerti dan berbaik hati kepada orang lain ketika mereka melihat orang tersebut gagal maupun membuat kesalahan, dibandingkan menilai orang tersebut secara keras, dengan kata lain mengkritik. Remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru yang memiliki *compassion for other*, diharapkan dapat memiliki *self-compassion* yaitu *compassion* yang diarahkan ke diri sendiri. Remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru tidak hanya memiliki *compassion* kepada orang lain yang mengalami penderitaan, kegagalan ataupun ketidaksempurnaan, akan tetapi remaja tersebut juga diharapkan memiliki *compassion* pada dirinya sendiri (*self-compassion*).

Remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru perlu mengetahui bahwa *self-compassion* merupakan cara untuk memberikan mereka pengalaman mengenai dinamika kehidupan sehari-hari, dimana mereka dapat dengan siap mengatasi permasalahan dengan menganggap dirinya spesial dan diatas rata-rata remaja pada umumnya. Memiliki *self-compassion* merupakan sebuah cara untuk remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru bisa merasa baik pada diri mereka sendiri bukan hanya kepada orang lain. *Self-compassion* membantu remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru untuk memahami mengapa *self-compassion* menjadi cara yang lebih baik bagi remaja untuk menjalani masa peralihan, yaitu dari masa mereka kanak-kanak menuju ke masa remaja awal.

Self-compassion tidak hanya bercerita mengenai bagaimana remaja panti asuhan “X” di kota Pekanbaru mampu memahami dan menerima diri apa adanya, toleran terhadap diri sendiri, serta memperlakukan diri sendiri dan orang lain dengan baik

(*self-kindness*) bukan terus menerus menyalahkan diri sendiri; bagaimana remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru mampu melihat bahwa pengalaman yang ia alami juga pernah dialami oleh orang lain (*common humanity*) bukan malah menarik diri dan enggan terbuka kepada orang lain; serta bagaimana remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru mampu menyadari bahwa keadaan yang tidak sesuai dengan harapan dan masalah yang datang kepadanya harus ia terima (*mindfulness*) bukan menyangkal keadaan tersebut, kecewa dan membesar-besarkan masalah.

Remaja awal yang dibesarkan di panti asuhan “X” di kota Pekanbaru memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikan pendidikannya, melatih kemandiriannya serta membangun pandangan mengenai diri sendiri sehingga pada akhirnya mereka dapat mengetahui dan memahami bahwa dirinya berharga, *self-kindness*. Ketika remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru ini dapat mengembangkan *self-kindness*, mereka akan cenderung dapat menyeimbangkan perhatian bagi orang lain dan perhatian untuk dirinya sendiri (Neff, 2011). Selain itu, terdapat faktor-faktor eksternal yang dapat memengaruhi *self-compassion* remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru, yaitu *the role of culture* dan *the role of parents*.

Latar belakang budaya dapat mengakibatkan perbedaan derajat *self-compassion*. Indonesia termasuk negara berbudaya kolektif, dimana individu diharapkan menyesuaikan diri dengan idealisme masyarakat tempat ia tinggal dan memandang keluarga sangat penting (Hofstede, 1991). Pada satu sisi, hidup dalam budaya kolektif menawarkan dukungan orang lain saat mengalami masa-masa sulit, yang mana dapat membantu remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru untuk bersikap lebih toleran terhadap dirinya dan akhirnya meningkatkan *self-compassion*-nya. Pada sisi lain, jika remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru sangat menuntut diri memenuhi idealisme mengutamakan orang lain hingga lupa akan dirinya

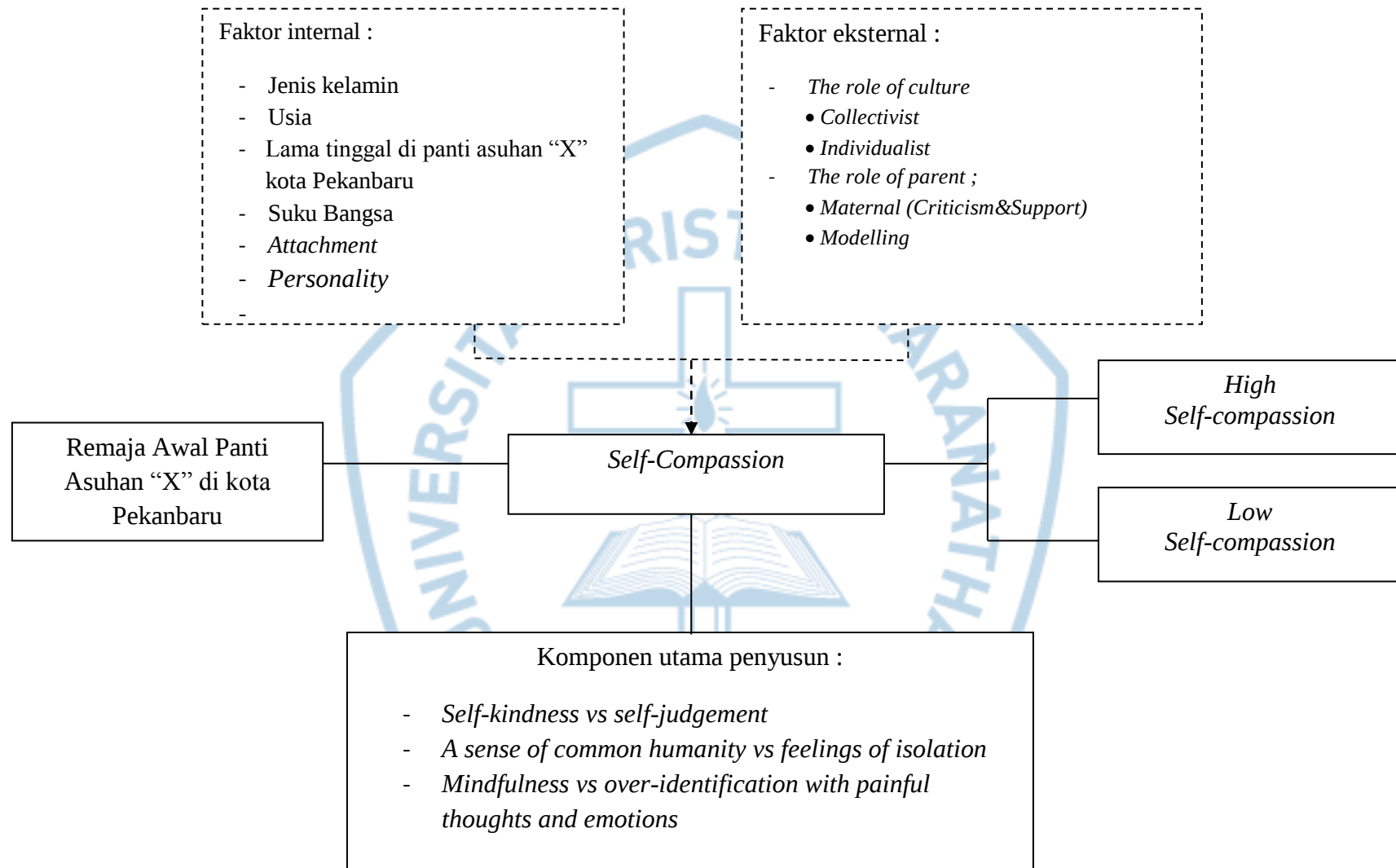
sendiri, mereka akan lebih mudah menyalahkan diri bila keadaan tidak sesuai dengan harapan dan *self-compassion*-nya semakin rendah. Peran orangtua juga dapat memengaruhi derajat *self-compassion* individu. Peran orang tua ini dapat dilihat dari tiga hal, yaitu *maternal criticism*, *modelling parents*, dan *attachment style*. Remaja yang berasal dari keluarga yang disfungsi cenderung mengembangkan derajat *self-compassion* yang rendah dan menampilkan kegelisahan dibandingkan dengan remaja yang memiliki keluarga secara utuh, harmonis serta dekat (Neff, 2011).

Self-compassion dikaitkan dengan empat *attachment style* menurut Bartholomew dan Horowitz (Emmanuela Ariana, 2013). Remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru yang mengembangkan *secure attachment*, yang dicirikan oleh remaja awal yang memiliki rasa percaya dan nyaman akan keintiman/ kedekatan dengan seseorang, akan cenderung memiliki *self-compassion* yang lebih tinggi. Mereka yang memiliki *preoccupied attachment*, dicirikan oleh remaja awal yang memiliki kecemburuan dan ketergantungan dimana akan cenderung memiliki *self-compassion* yang lebih rendah. Mereka yang mengembangkan *fearful attachment*, dicirikan oleh remaja awal yang memiliki rasa tidak percaya kepada oranglain dan perasaan ketidakmampuan diri dimana akan cenderung kurang mampu memberikan *compassion* pada dirinya. *Dismissing attachment style* tidak didapati berhubungan dengan *self-compassion* (Emmanuela Ariana, 2013).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa derajat *self-compassion* memiliki asosiasi paling kuat dengan *neuroticism* dari *Big Five Personality*. *Self-compassion* yang lebih tinggi terkait dengan *neuroticism* yang secara signifikan lebih rendah. Hal ini dikarenakan perasaan *self-judgement*, *isolation*, dan pengolahan emosional melalui pemikiran mendalam yang melekat dengan kurangnya *self-compassion* serupa dengan yang digambarkan konsep *neuroticism*, dimana semakin tinggi *neuroticism*, maka

semakin rendah *self-compassion* remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru, begitu pula sebaliknya. Sementara itu, semakin tinggi *agreeableness*, *extraversion* dan *conscientlousness*, maka semakin tinggi *self-compassion*. Akan tetapi, tidak ada kaitan yang ditemukan antara *self-compassion* dengan *openness to experience* (Emmanuela Ariana,2013).





Bagan 1.1 Bagan Kerangka Pikir

1.6 Asumsi Penelitian

- Remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru memiliki derajat *self-compassion* yang berbeda-beda.
- *Self-compassion* remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru dikatakan tinggi apabila ketiga komponen dari *self-compassion*, yaitu ; *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness* tinggi, begitu pula sebaliknya.
- *Self-compassion* remaja awal panti asuhan “X” di kota Pekanbaru dipengaruhi oleh faktor internal (jenis kelamin, usia, lama tinggal di panti asuhan “X” di kota Pekanbaru, suku bangsa, *attachment*, *personality*) dan eksternal (*the role of culture* dan *the role of parent*).
- Jika faktor-faktor yang diduga memengaruhi derajat *self-compassion* maka dapat meningkatkan derajat *self-compassion*, begitu pula sebaliknya.