

## **Program Pendampingan Psikologis bagi Remaja PSAA Ceger dan Tebet, Jakarta: Analisis Kebutuhan**

### **The Psychological Development Program for Adolescents in PSAA Ceger and Tebet, Jakarta: A Needs Analysis**

**Penny Handayani, Anissa Azura**

Fakultas Psikologi

Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

JL. Jenderal Sudirman 51 Jakarta 12930 Indonesia

penny.handayani@atmajaya.ac.id

#### **ABSTRACT**

Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA) Putra Utama 3 and 4 are units of DKI Jakarta Social Service that provide alternative foster care for adolescents. As substitute for parents, PSAA is responsible for fulfilling the needs of the foster kids. Unfortunately, the service provided is inadequate, both from the quantity and the quality of the caregivers. That is, even though the kids' physical needs are met, their psychological needs are often neglected. As a result, problems emerge, including the feeling of apprehension about their future after leaving the orphanage, which were worsened by their poor social and academic ability. These problems seem to stem from low level of self-efficacy, namely one's confidence in the ability in organizing and carrying out actions needed to attain certain result, which in this case is to be able to survive outside the orphanage. As a means of intervention, a psychological development program was planned. To ensure the program effectiveness, a need analysis was carried out. The result showed that the skills needed by the kids include understanding oneself, positive attitude, understanding one's learning style, time management, self-discipline, communication, teamwork, and goal-setting. Similar to adolescents in general, the kids' relationship with their significant others greatly affect their emotion and motivation. Meanwhile, their idea about their future was not yet concrete or focused. Different approaches to the boys and girls were applied in executing the program, although generally, the use of video and game effectively was able to catch their attention. In order for the intervention to be thorough, the program was also provided to the caregivers.

**Key words:** adolescents, caregivers, foster care, psychological development, self-efficacy

#### **ABSTRAK**

Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA) Putra Utama 3 dan 4 adalah Unit Pelayanan Teknik Dinas Sosial Provinsi DKI Jakarta yang memberikan pelayanan pengasuhan alternatif bagi remaja. Sebagai pengganti orangtua, PSAA bertanggung jawab atas pemenuhan hak anak-anak yang ditampungnya. Namun pada kenyataannya, layanan yang diberikan cenderung kurang memadai, baik dari segi kuantitas maupun kualitas pengasuh, sehingga walaupun kebutuhan fisik anak asuh terpenuhi, kebutuhan psikologis mereka cenderung terabaikan. Akibatnya, sejumlah masalah muncul, seperti kekhawatiran akan masa depan selepas dari panti, yang diperberat oleh kendala kemampuan sosial dan akademis. Permasalahan ini berkaitan erat dengan rendahnya *self-efficacy*, yaitu keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya dalam mengatur dan melaksanakan tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai hasil tertentu, yang dalam kasus ini berkaitan dengan kemampuan menjalani hidup di luar panti. Sebagai bentuk intervensi, disusun program pengabdian kepada masyarakat berbentuk pendampingan psikologis. Agar program tepat sasaran, analisis kebutuhan dilakukan terlebih dahulu. Hasilnya menunjukkan bahwa keterampilan yang dibutuhkan oleh remaja panti meliputi mengenal diri, sikap positif, mengenal gaya belajar, manajemen waktu, disiplin diri, komunikasi, kerja sama, dan menetapkan tujuan. Sebagaimana

remaja pada umumnya, hubungan dengan orang-orang terdekat memiliki pengaruh penting terhadap kondisi emosi dan motivasi remaja panti. Selain itu, diketahui pula bahwa mereka belum memiliki gambaran masa depan yang konkret dan fokus. Oleh sebab itu, diperlukan pendekatan dan media pembelajaran yang interaktif dan efektif untuk menarik perhatian mereka. Agar intervensi bersifat menyeluruh, pendampingan juga diberikan bagi pengasuh sebagai mitra keberlangsungan program.

**Kata Kunci:** keyakinan diri, panti sosial asuhan anak, pendampingan psikologis, pengasuh, remaja

## PENDAHULUAN

Panti Sosial Asuhan Anak (selanjutnya disebut PSAA) merupakan Unit Pelaksana Teknik (UPT) Dinas Sosial Provinsi DKI Jakarta yang memiliki tugas pokok dan fungsi memberikan pelayanan sosial berupa perawatan, pengasuhan, dan pembinaan bagi anak-anak yang mengalami masalah sosial, yaitu anak yang telantar (tidak memiliki orangtua, ayah, ibu, atau keluarga) dan tidak mampu secara ekonomi. Dari sejumlah PSAA yang terdapat di Jakarta, dua di antaranya ialah PSAA Putra Utama 3 di Tebet yang dikhususkan untuk perempuan, dan PSAA Putra Utama 4 di Ceger yang dikhususkan untuk laki-laki. Jenjang usia yang menjadi cakupan kerja kedua PSAA tersebut ialah remaja pada rentang usia pelajar SMP dan SMA/SMK.

Sebagai institusi, PSAA adalah salah satu bentuk pengasuhan alternatif, yaitu pengasuhan oleh pihak-pihak di luar keluarga inti atau kerabat anak yang berbasis tempat tinggal. Pengasuhan alternatif bertujuan menyediakan lingkungan yang dapat memenuhi kebutuhan kasih sayang anak, kelekatan (*attachment*), dan permanensi atau pengasuhan jangka panjang berbasis keluarga melalui keluarga pengganti (Lampiran Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia (Permensos RI) No. 30/HUK/2011, 2011). Di samping itu, PSAA berperan sebagai pengganti orangtua bagi anak-anak yang ditampungnya, bertanggung jawab atas pemenuhan hak anak-anak tersebut sehingga potensi dan kapasitas belajar anak pulih kembali dan mereka dapat berkembang secara wajar (Kementerian Sosial Republik Indonesia, n. d.). Hal ini sejalan dengan pendapat Borualogo (2004) yang mengemukakan bahwa panti asuhan berperan sebagai pengganti keluarga dalam memenuhi kebutuhan anak dalam proses perkembangannya.

Namun pada kenyataannya, layanan pengasuhan di panti asuhan cenderung kurang memadai. Hal ini dipengaruhi oleh sejumlah faktor. Pertama, terbatasnya kapasitas pengasuh (Rifai, 2015). Pengasuh selayaknya mampu mengenali kebutuhan emosional, sosial, dan budaya anak sesuai dengan usia dan tahap perkembangannya (Lampiran Permensos RI No. 30/HUK/2011, 2011). Walaupun demikian, kenyataannya tidaklah selalu seperti yang diharapkan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada tahun 2006--2007 di Nangroe Aceh Darussalam (NAD), Jawa Tengah, Sulawesi Utara, Kalimantan Barat, Nusa Tenggara Barat, dan Maluku oleh *Save the Children* dan Kementerian Sosial dengan dukungan UNICEF, ditemukan bahwa pengetahuan mengenai situasi anak asuh dan pola pengasuhan yang ideal masih minim dimiliki oleh para pengurus panti (Lampiran Permensos RI No. 30/HUK/2011, 2011).

Faktor yang kedua berkaitan dengan jumlah pengasuh yang tidak seimbang dengan jumlah anak asuh (Rifai, 2015), padahal idealnya terdapat minimal satu orang pengasuh untuk lima anak di PSAA dan dalam melaksanakan tugasnya, pengasuh tidak merangkap tugas lain demi pengasuhan yang optimal (Lampiran Permensos RI No. 30/HUK/2011, 2011). Kondisi yang tidak seimbang mengakibatkan hubungan antara

anak dan pengasuh sebagai pengganti orangtua tidak terbangun sehingga anak tidak mendapat perhatian secara individual dari pengasuh. Hampir semua ditujukan untuk memenuhi kebutuhan kolektif, khususnya kebutuhan materi sehari-hari, tetapi kebutuhan emosional dan pertumbuhan anak asuh kurang terpenuhi.

Keterbatasan dukungan yang diterima selama berada di panti, disertai dengan hubungan yang berjarak dengan keluarga dan kekhawatiran akan kehilangan teman setelah keluar dari panti menimbulkan kecemasan pada diri anak, khususnya terkait masa depan mereka ketika telah lulus SMA dan harus hidup di luar panti (Lampiran Permensos RI No. 30/HUK/2011, 2011). Kecemasan terkait masa depan ini dirasakan baik oleh anak asuh maupun pengasuh PSAA Putra Utama 3 dan 4. Para pengasuh khususnya merasa bahwa remaja di kedua panti tersebut belum memiliki gambaran masa depan yang jelas. Dari hasil wawancara awal terhadap pengasuh di PSAA Putra Utama 3 dan 4, terungkap pula bahwa hal ini diperberat dengan adanya kendala dari segi akademis dan sosial para remaja panti. Dari segi akademis, para pengasuh panti memerhatikan masalah motivasional pada diri remaja panti. Setelah dilakukan wawancara lebih jauh dengan anak asuh, diketahui bahwa terdapat rasa tidak berdaya (*helplessness*) pada diri remaja panti terkait prospek masa depan mereka yang menyebabkan mereka tidak tergerak untuk memperoleh prestasi yang optimal di sekolah. Sementara itu, dari segi sosial, ada kecenderungan rendah diri pada remaja panti dan rendahnya kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan di luar panti. Terdapat sejumlah contoh kasus para remaja panti yang sulit mengontrol emosi mereka ketika mengalami masalah dan kurang mampu mengekspresikan diri di luar lingkungan panti asuhan. Penilaian ini didukung oleh hasil wawancara dengan anak asuh dari kedua panti tersebut yang mengungkapkan bahwa mereka memiliki rasa takut akan kegagalan membina hubungan sosial di luar panti asuhan.

Jika diamati, permasalahan-permasalahan yang dialami oleh para remaja panti tersebut berkaitan erat dengan *self-efficacy* mereka terkait masa depan, termasuk kehidupan sosial di luar panti. *Self-efficacy* merujuk pada keyakinan seseorang terhadap kemampuan diri dalam mengatur dan melaksanakan tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai hasil tertentu (Bandura, 1997). Papalia dan Feldman (2011) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan seseorang bahwa ia memiliki apa yang dibutuhkan untuk mencapai kesuksesan. Sementara itu, menurut Santrock (2011, 2014), *self-efficacy* ialah keyakinan seseorang bahwa ia mampu menguasai situasi dan meraih hasil yang diinginkan. Sebaliknya, lawan dari *self-efficacy* ialah *helplessness*, yaitu perasaan tidak mampu mengendalikan situasi yang dialami (Santrock, 2011, 2014).

Sebagai bentuk intervensi terhadap masalah *self-efficacy* ini, disusun suatu program pengabdian kepada masyarakat berbentuk pendampingan psikologis yang berlangsung selama satu tahun di PSAA Putra Utama 3 dan 4. Dalam program pendampingan psikologis ini, para remaja panti dibekali sejumlah keterampilan yang dapat mendukung kesiapan mereka menghadapi masa depan. Agar program yang disusun tepat sasaran, analisis kebutuhan pun perlu dilakukan terlebih dahulu.

Analisis kebutuhan dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui lebih dalam tentang empat hal. Pertama, keterampilan apa saja yang perlu dimiliki oleh remaja panti untuk mengatasi masalah *self-efficacy* mereka dalam menghadapi masa depan. Kedua, bagaimana gambaran diri dan gambaran masa depan yang dimiliki oleh remaja panti. Ketiga, gambaran permasalahan apa yang dihadapi oleh remaja panti, baik terkait diri, sosial, maupun akademis. Keempat, pendekatan, metode, dan teknik pembelajaran seperti apa yang sesuai dengan remaja panti agar proses pembelajaran berjalan lebih optimal. Secara ringkas, tujuan pengabdian ini ialah dilakukannya analisis kebutuhan untuk

mengetahui lebih dalam mengenai karakteristik remaja panti dan materi pendampingan yang mereka butuhkan sehingga dapat disusun sebuah program pendampingan yang tepat guna.

## **METODE PELAKSANAAN**

Pertemuan pertama dengan remaja panti dilakukan secara terpisah, yaitu pada tanggal 12 Februari 2017 di PSAA Putra Utama 3 Tebet untuk remaja perempuan dan 19 Februari 2017 di PSAA Putra Utama 4 Ceger untuk remaja laki-laki. Pertemuan ini dihadiri oleh 48 orang remaja panti perempuan dan 29 orang remaja panti laki-laki.

Di PSAA Putra Utama 3 Tebet (remaja panti perempuan), kegiatan analisis kebutuhan diawali dengan perkenalan dan permainan *ice breaking* untuk menarik atensi remaja panti sebagai peserta pendampingan sekaligus mencairkan suasana di antara peserta pendampingan dan fasilitator. Pada sesi berikutnya, yaitu sesi Harapan dan Kekhawatiran, peserta dibagikan tiga lembar *post-it* dan diminta untuk menuliskan harapan dan kekhawatirannya dalam tiga area: diri, sekolah, dan hubungan dengan orang lain. Peserta kemudian mendiskusikannya di dalam kelompok kecil berisi 7-8 orang, dengan dimoderatori oleh pendamping kelompok. Dalam diskusi tersebut, peserta secara bergantian membacakan tulisan mereka dan dibimbing untuk mengidentifikasi permasalahan yang menghambat pencapaian harapan mereka atau menimbulkan kekhawatiran, sehingga akhirnya mampu menemukan solusi. Pendamping kelompok berperan melakukan *probing* dan mengarahkan diskusi agar peserta menemukan solusi yang bersifat mandiri berupa suatu keterampilan atau hal yang dapat dipelajari. Contohnya, ketika peserta mengidentifikasi kurangnya dukungan sebagai sumber masalah mereka dalam menjaga semangat belajar, maka pendamping kelompok akan mendorong mereka untuk menemukan solusi agar semangat belajar dapat tetap terjaga walaupun dukungan dari sekitar minim. Hal ini dilakukan untuk melatih peserta panti bertanggung jawab atas dirinya sendiri dan tidak terus bergantung pada orang lain dan menjadikan hal-hal di luar dirinya sebagai alasan.

Seusai diskusi, peserta diminta untuk menempelkan lembar harapan dan kekhawatiran mereka pada pohon yang disediakan. Kemudian, perwakilan setiap kelompok menyampaikan hasil diskusi mereka kepada forum besar. Topik-topik pembelajaran yang muncul kemudian diurutkan bersama-sama dari yang paling penting dan disepakati.

Kegiatan diakhiri dengan pengisian lembar biodata dan deskripsi diri oleh peserta. Lembar biodata diberikan dengan tujuan untuk mengetahui riwayat pribadi, pendidikan, dan kesehatan peserta, sementara lembar deskripsi diri bertujuan menggali aspek-aspek diri peserta secara individual, seperti sumber motivasi dan cita-cita, sekaligus secara tidak langsung mendorong peserta untuk berpikir reflektif.

Di PSAA Putra Utama 4 Ceger (remaja panti laki-laki), kegiatan berjalan hampir serupa. Hanya saja, diskusi dalam kelompok kecil dihentikan lebih awal karena situasi menjadi kurang kondusif. Diskusi menjadi lebih efektif ketika dilakukan dalam satu kelompok besar.

## **HASIL DAN DISKUSI**

### **Diskusi Harapan dan Kekhawatiran**

Berdasarkan hasil diskusi di PSAA Putra Utama 3 oleh remaja panti perempuan,

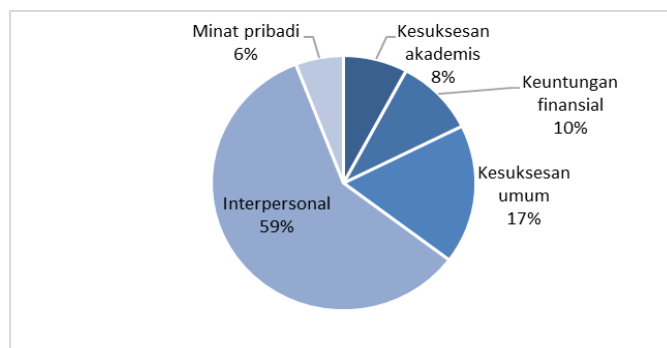
disepakati tujuh topik pendampingan dari yang paling penting sebagai berikut: (1) mengenal diri, (2) sikap positif, (3) gaya belajar, (4) manajemen waktu, (5) disiplin diri, (6) komunikasi, dan (7) kerja sama. Sementara itu, dari hasil diskusi di PSAA Putra Utama 4 oleh remaja panti laki-laki disepakati empat topik pendampingan dari yang paling penting berikut: (1) mengenal diri, (2) menetapkan tujuan, (3) kerja sama, dan (4) komunikasi.

### Hasil Analisis Deskripsi Diri

Dari formulir deskripsi diri, diperoleh data yang meliputi tiga area: (1) gambaran diri, (2) gambaran akademis, dan (3) gambaran masa depan. Terhadap data yang diperoleh, dilakukan analisis koding dan kategorisasi dengan memisahkan data antara perempuan dan laki-laki mengingat rangkaian program pendampingan akan dilaksanakan secara terpisah. Adapun hasil pengolahan terhadap data yang diperoleh adalah sebagai berikut.

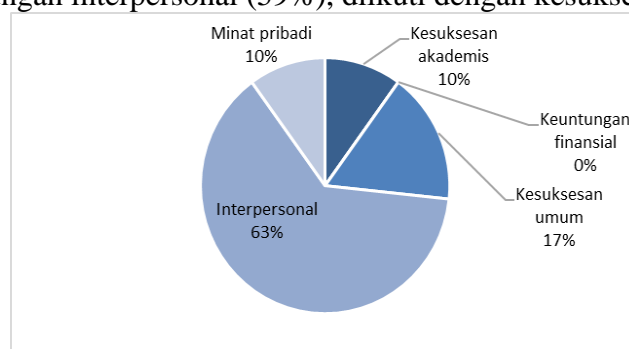
#### Gambaran diri

Area ini meliputi hal-hal yang membuat remaja panti merasa senang dan sedih, serta sifat-sifat yang ingin mereka perbaiki dari diri mereka. Hal-hal yang menimbulkan rasa senang terbagi menjadi lima kategori, yaitu (1) kesuksesan akademis (contoh: mendapat nilai bagus, mendapat peringkat atas), (2) keuntungan finansial (contoh: mendapat uang), (3) kesuksesan umum (contoh: mencapai apa yang diinginkan, berhasil), (4) interpersonal (contoh: bertemu teman, berkumpul dengan keluarga, melihat teman bahagia), (5) minat pribadi (contoh: melakukan hobi, mempelajari sesuatu). Hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut.



**Grafik 1. Hal yang menimbulkan rasa senang (laki-laki)**

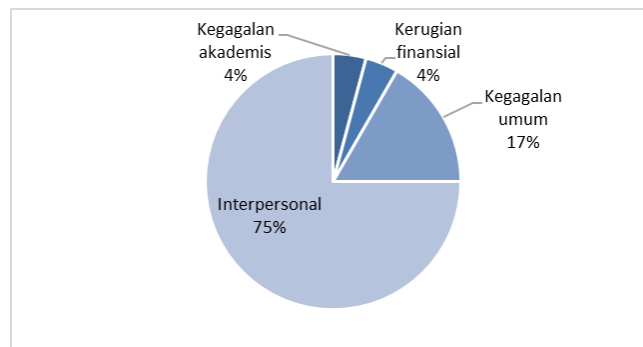
Pada remaja panti laki-laki, hal yang paling dinilai menimbulkan rasa senang ialah interaksi atau hubungan interpersonal (59%), diikuti dengan kesuksesan umum (17%).



### Grafik 2. Hal yang menimbulkan rasa senang (perempuan)

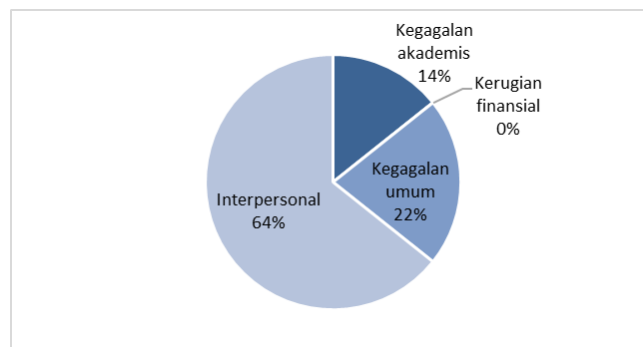
Seperti halnya pada remaja panti laki-laki, interaksi atau hubungan interpersonal juga menjadi hal yang paling dinilai menimbulkan rasa senang (63%). Akan tetapi, pada remaja perempuan, hal yang berkaitan dengan keuntungan finansial tidaklah muncul sebagai hal yang dipandang menimbulkan rasa senang.

Sementara itu, hal-hal yang menimbulkan rasa sedih terbagi menjadi empat: (1) kegagalan akademis (contoh: mendapat nilai jelek, tidak menguasai pelajaran), (2) kerugian finansial (contoh: kehilangan uang, kehilangan barang), (3) kegagalan umum (contoh: banyak masalah, tidak mendapat apa yang diinginkan), dan (4) interpersonal (contoh: bermasalah dengan teman, melihat orangtua bersedih). Hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut.



### Grafik 3. Hal yang menimbulkan rasa sedih (laki-laki)

Sejalan dengan analisis sebelumnya terkait hal yang menimbulkan rasa senang, masalah interaksi atau hubungan interpersonal juga menjadi hal yang dianggap paling menimbulkan rasa sedih (75%), diikuti dengan kegagalan umum (17%).



### Grafik 4. Hal yang menimbulkan rasa sedih (perempuan)

Begitu pun pada remaja perempuan. Masalah interaksi atau hubungan interpersonal juga menjadi hal utama yang menimbulkan rasa sedih (64%), diikuti dengan kegagalan umum (22%). Lagi-lagi, aspek finansial tidak muncul sebagai hal yang menimbulkan rasa sedih pada remaja panti perempuan.

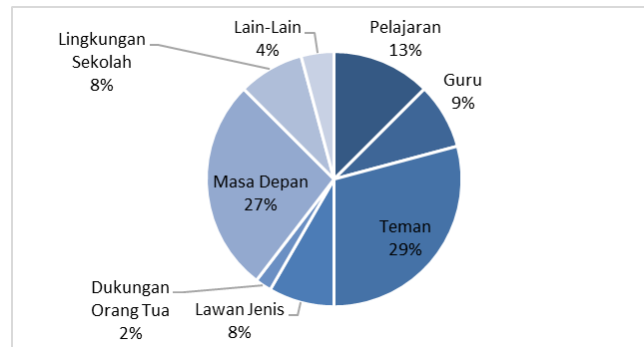
Para remaja panti juga diminta untuk menuliskan sifat yang ingin mereka ubah dari diri mereka. Pada remaja panti laki-laki, sifat yang ingin diubah meliputi sifat-sifat berikut (berurutan dari respon paling banyak ke paling sedikit): malas, egois, mudah terbawa emosi, kurang percaya diri, boros, kurang daya tangkap, dan kurang sopan. Adapun sifat lainnya, yang masing-masing hanya meliputi satu respon, meliputi ceroboh,

keras kepala, kurang bertanggung jawab, mudah menyerah, mudah terpengaruh, ragu-ragu, sombong, dan sulit menjaga kepercayaan.

Di lain pihak, pada remaja panti perempuan, sifat yang ingin diubah meliputi sifat-sifat berikut (berurutan dari respon paling banyak ke paling sedikit): malas, kurang percaya diri, mudah terbawa emosi, dan egois. Adapun sifat lainnya, yang masing-masing hanya meliputi satu respon, meliputi gengsi dan kurang sopan.

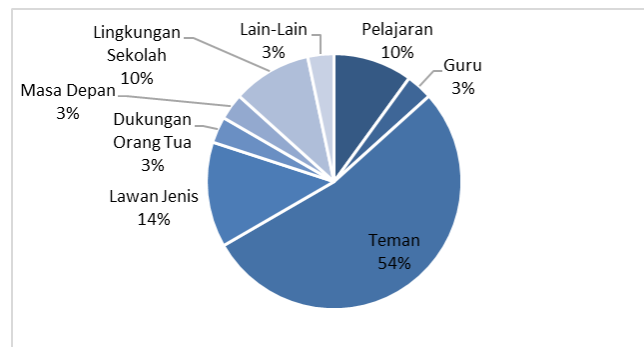
### ***Gambaran akademis***

Area ini meliputi motivasi bersekolah dan hambatan berprestasi yang dirasakan oleh para remaja panti.



**Grafik 5. Motivasi bersekolah (laki-laki)**

Pada Grafik 5, kategori pelajaran meliputi keinginan belajar/menuntut ilmu dan kegemaran terhadap pelajaran tertentu. Kategori lingkungan sekolah meliputi perasaan senang berada di sekolah dan perasaan bebas. Kategori lain-lain meliputi keinginan untuk segera lulus dan mendapatkan uang jajan.



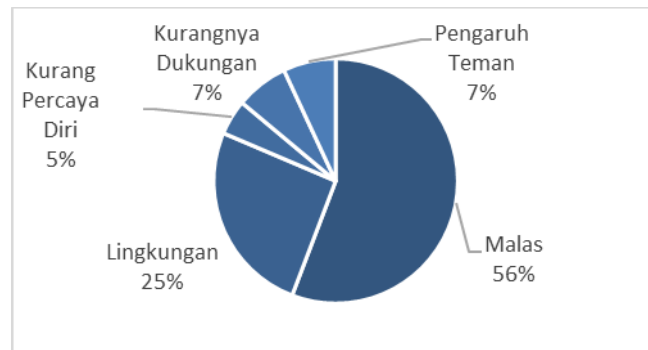
**Grafik 6. Motivasi bersekolah (perempuan)**

Pada Grafik 6, kategori pelajaran meliputi keinginan belajar/menuntut ilmu dan kegemaran terhadap pelajaran tertentu. Kategori lingkungan sekolah meliputi perasaan senang keluar dari lingkungan panti dan adanya fasilitas wi-fi di sekolah. Kategori lain-lain meliputi keinginan untuk membuat orang lain bangga. Di samping itu, ditemukan satu respon yang menyatakan bahwa ia tidak memiliki alasan untuk semangat bersekolah.

Sebagaimana remaja umumnya, teman merupakan sosok yang penting bagi para remaja panti sehingga teman pun menjadi sumber motivasi terbesar bagi mereka untuk bersekolah. Pada remaja panti laki-laki, tiga sumber motivasi terbesar ialah teman (29%), masa depan (27%), dan pelajaran (13%). Sementara itu, pada remaja perempuan, tiga sumber motivasi terbesar ialah teman (54%), lawan jenis (14%), dan pelajaran (10%).

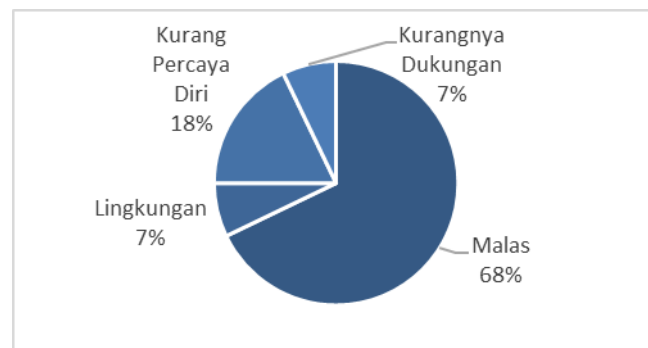
Perbedaan yang mencolok terlihat pada remaja panti perempuan, proporsi teman sebagai sumber motivasi hampir dua kali lipat dibandingkan dengan pada remaja panti laki-laki. Akan tetapi, proporsi remaja panti laki-laki yang menuliskan masa depan yang lebih baik sebagai sumber motivasi bersekolah jauh lebih besar dibandingkan dengan remaja panti perempuan, yaitu sekitar sembilan kali lipat.

Para remaja panti juga diminta untuk mengemukakan hal yang menghambat mereka dalam berprestasi. Hasil yang diperoleh dipaparkan dalam kedua diagram di bawah ini. Adapun kategori lingkungan meliputi aspek kurangnya waktu belajar dan fasilitas yang kurang memadai ataupun kurang nyaman. Kategori kurangnya dukungan meliputi dukungan dari orangtua, pengasuh, dan teman.



**Grafik 7. Hambatan berprestasi (laki-laki)**

Bagi remaja panti laki-laki, rasa malas dan faktor lingkungan adalah dua hal yang paling menghambat mereka untuk berprestasi.



**Grafik 8. Hambatan berprestasi (perempuan)**

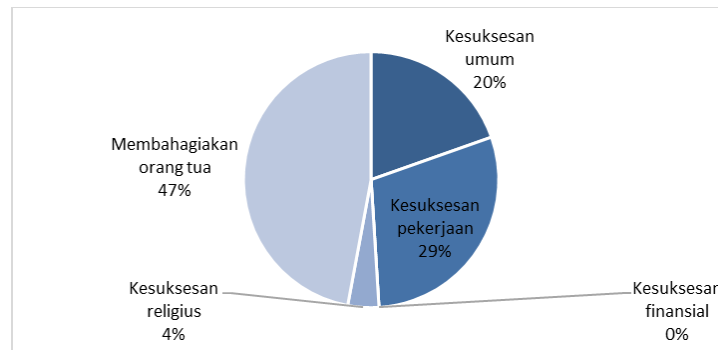
Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa malas merupakan faktor utama yang menghambat para remaja panti dalam berprestasi. Akan tetapi, tidak seperti pada remaja panti laki-laki, remaja panti perempuan tidak memandang lingkungan sebagai faktor yang menghambat prestasi mereka secara signifikan. Faktor pengaruh teman juga tidak muncul pada remaja panti perempuan. Meski demikian, isu kurangnya rasa percaya diri menjadi hal yang cukup menimbulkan kekhawatiran pada remaja panti perempuan.

### ***Gambaran masa depan***

Area ini meliputi harapan dan kekhawatiran remaja panti terkait masa depan dan cita-cita mereka. Dua grafik di bawah ini memaparkan hasil analisis data terkait impian

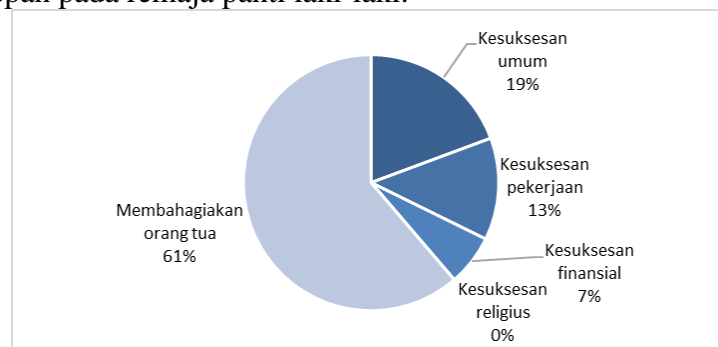


masa depan para remaja panti, yang terbagi dalam lima kategori: (1) kesuksesan umum (contoh: hidup bahagia, menjadi orang sukses), (2) kesuksesan pekerjaan (contoh: menjadi pengusaha sukses, menjadi musisi papan atas), (3) kesuksesan finansial (contoh: menjadi kaya raya, mampu merenovasi rumah), (4) kesuksesan religius (contoh: membangun masjid, masuk surga), dan (5) membahagiakan orangtua.



**Grafik 9. Impian masa depan (laki-laki)**

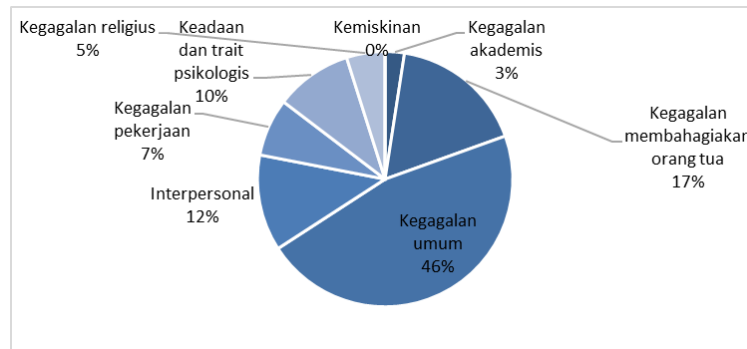
Sebagian besar remaja panti laki-laki menjadikan keinginan untuk membahagiakan orangtua sebagai impian masa depan mereka melebihi keempat hal lainnya, yaitu kesuksesan umum, kesuksesan pekerjaan, kesuksesan religius, dan kesuksesan finansial. Kesuksesan finansial bahkan sama sekali tidak muncul sebagai impian masa depan pada remaja panti laki-laki.



**Grafik 10. Impian masa depan (perempuan)**

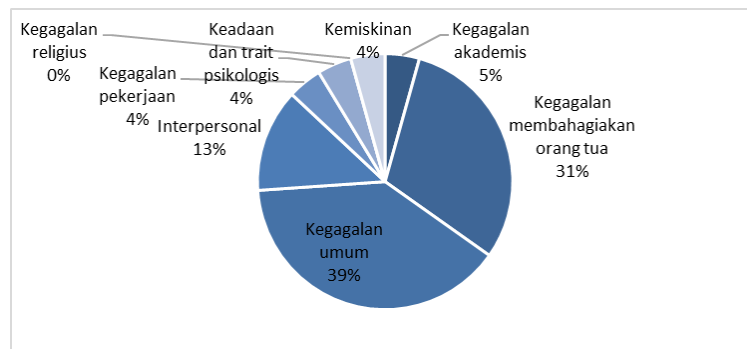
Tiga hal utama yang menjadi impian masa depan pada remaja panti perempuan ialah membahagiakan orangtua, kesuksesan umum, dan kesuksesan pekerjaan, serupa dengan pada remaja panti laki-laki. Akan tetapi, pada remaja perempuan, kesuksesan religius tidaklah muncul sebagai impian masa depan.

Dua Grafik 11 dan Grafik 12 di bawah ini memaparkan hasil analisis data terkait kekhawatiran masa depan para remaja panti, yang terbagi ke dalam delapan kategori: (1) kegagalan umum (contoh: tidak berhasil mencapai keinginan), (2) kegagalan pekerjaan (contoh: gagal menjadi musisi), (3) kegagalan akademis (contoh: tidak naik kelas), (4) kegagalan religius (contoh: masuk neraka), (5) kegagalan membahagiakan orangtua, (6) interpersonal (contoh: banyak masalah dengan teman, tidak didukung), (7) keadaan dan trait psikologis (contoh: tidak bisa mengontrol emosi), dan (8) kemiskinan.



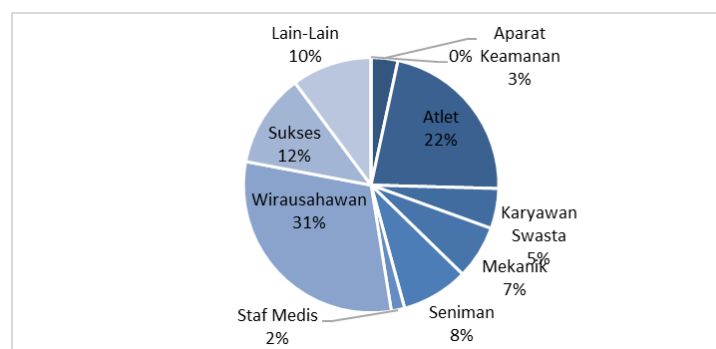
**Grafik 11. Kekhawatiran masa depan (laki-laki)**

Pada Grafik 11, dapat dilihat bahwa kegagalan umum menjadi kekhawatiran utama bagi remaja panti laki-laki, disusul dengan kegagalan membahagiakan orangtua dan masalah interpersonal. Namun, kemiskinan tidaklah menjadi kekhawatiran pada remaja laki-laki.



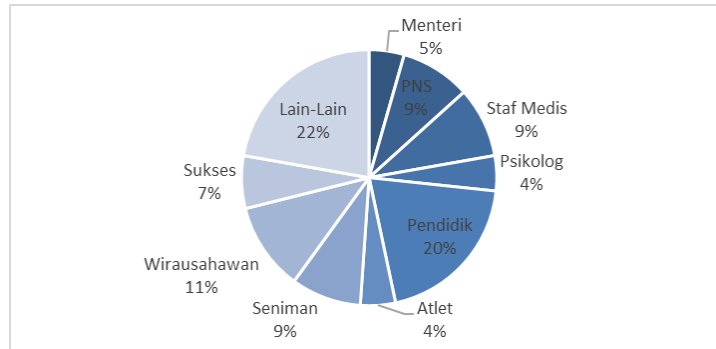
**Grafik 12. Kekhawatiran masa depan (perempuan)**

Pada remaja panti perempuan, kegagalan umum, kegagalan membahagiakan orangtua, dan kegagalan interpersonal juga menjadi tiga kekhawatiran utama terkait masa depan. Akan tetapi, bagi remaja panti perempuan, kegagalan religius tidaklah menjadi kekhawatiran.



**Grafik 13. Cita-cita (laki-laki)**

Pada Grafik 13, kategori aparat keamanan meliputi TNI dan polisi. Kategori atlet meliputi atlet sepak bola dan renang. Kategori seniman meliputi musisi dan aktor. Kategori staf medis meliputi dokter dan perawat. Kategori lain-lain meliputi cita-cita yang bersifat spesifik, yaitu spesialis IT, pekerja sosial, presiden, pengusaha ekspor-impor, dan *chef*.



**Grafik 14. Cita-cita (perempuan)**

Pada Grafik 14, kategori atlet meliputi atlet pencak silat. Kategori seniman meliputi musisi dan aktor. Kategori staf medis meliputi dokter dan perawat. Kategori pendidik meliputi guru dan dosen. Kategori lain-lain meliputi cita-cita yang bersifat spesifik, yaitu staf pemadam kebakaran, polisi, pengusaha makanan, pramugari, desainer baju, penulis, pegawai kedutaan, sekretaris, dan akuntan.

### Hasil Observasi

Berdasarkan observasi terhadap para remaja panti, beberapa yang diperoleh sebagai berikut.

1. Metode pendampingan yang diinginkan adalah pelatihan interaktif.
2. Alat bantu yang diinginkan menarik bagi peserta adalah permainan dan video.
3. Secara umum, karakteristik peserta dari kedua jenis kelamin cukup berbeda. Remaja panti perempuan lebih kooperatif dan responsif dibandingkan remaja panti laki-laki. Selain itu, remaja panti perempuan juga lebih mampu dalam mengemukakan pendapat yang logis ketika mengikuti diskusi dalam forum besar.
4. Remaja panti laki-laki kurang serius dalam mengisi formulir. Ini terlihat dari adanya beberapa jawaban yang tidak relevan. Contoh: pada pertanyaan mengenai sifat yang ingin diubah, dijawab "sifat antagonis".

Kesemua hal tersebut perlu diperhatikan dalam pembuatan modul pendampingan agar pengalaman dan proses belajar peserta berjalan lebih efektif.

Dari hasil analisis kebutuhan terkait gambaran diri, terdapat empat sifat yang paling dominan ingin diubah oleh remaja panti, yaitu malas, kurang percaya diri, egois, dan mudah terbawa emosi. Selain itu, sebagaimana remaja umumnya, keberadaan orang-orang terdekat (*significant others*) memiliki pengaruh yang penting terhadap kondisi emosi para remaja panti. Mereka mudah merasa senang ketika dekat dengan keluarga atau teman, baik dalam arti fisik maupun psikologis. Sebaliknya, terjadinya masalah dalam hubungan-hubungan tersebut juga mudah membuat remaja panti merasa sedih. Keberadaan orang-orang terdekat ini dapat dilihat lebih bermakna bagi remaja panti daripada hal-hal lainnya, seperti keberhasilan/kegagalan akademis, keuntungan/kerugian finansial, keberhasilan/kegagalan umum, dan minat pribadi.

Hal ini didukung pula oleh temuan terkait gambaran akademis. Teman merupakan sosok yang penting bagi para remaja panti sehingga teman pun menjadi sumber motivasi terbesar bagi mereka untuk bersekolah. Meskipun demikian, temuan ini lebih signifikan pada remaja perempuan. Di samping teman, masa depan juga menjadi sumber motivasi yang dominan bagi remaja panti laki-laki untuk bersekolah. Sementara itu, malas menjadi faktor utama yang menghambat para remaja panti dalam berprestasi. Akan tetapi, tidak seperti remaja panti laki-laki, remaja panti perempuan tidak memandang lingkungan

sebagai faktor yang menghambat prestasi mereka secara signifikan. Faktor pengaruh teman juga tidak muncul pada remaja putri perempuan. Meskipun demikian, isu kurangnya rasa percaya diri menjadi hal yang cukup menimbulkan kekhawatiran pada remaja putri perempuan.

Terkait gambaran masa depan, ditemukan bahwa membahagiakan orangtua menjadi impian yang paling dominan bagi remaja putri. Sebaliknya, kekhawatiran mereka akan masa depan berkaitan dengan kegagalan secara umum, kegagalan membahagiakan orangtua, dan kegagalan dalam hubungan interpersonal. Terkait cita-cita, remaja putri perempuan lebih spesifik dalam menentukan cita-citanya daripada remaja putri laki-laki. Hal ini dapat dilihat dari lebih sedikitnya persentase cita-cita wirausahawan dan sukses. Berkaitan dengan penentuan tujuan/target, semakin spesifik suatu target, semakin baik pula. Hal ini juga menunjukkan bahwa walaupun pada analisis sebelumnya ditemukan bahwa masa depan yang lebih baik merupakan sumber motivasi bersekolah yang signifikan pada remaja putri laki-laki, gambaran masa depan tersebut masih belum konkret. Tampak bahwa cita-cita yang dilontarkan banyak dipengaruhi oleh profesi yang terpapar pada kehidupan para remaja putri. Dengan demikian, guna memperluas wawasan dan membangun skema yang lebih realistis dengan potensi diri, pemaparan remaja putri akan profesi yang beragam dapat dilakukan pada masa yang akan datang.

Ditemukan pula bahwa sekitar sepertiga dari remaja putri memiliki lebih dari satu cita-cita, yang sering kali tidak berkaitan satu sama lain. Walaupun menjalankan lebih dari satu pekerjaan memang bukanlah tidak mungkin untuk dijalankan, banyaknya cita-cita juga dapat mengindikasikan kurang fokus atau kebimbangan dalam memilih, sehingga diperlukan adanya bimbingan lebih lanjut.

## **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Melihat karakteristik remaja putri, diperlukan pendekatan dan metode pengajaran yang berbeda bagi remaja putri laki-laki dan perempuan. Pada remaja putri laki-laki, kegiatan yang mengharuskan mereka untuk menulis perlu diminimalisasi, sementara pada remaja perempuan, diskusi yang interaktif dapat mendorong mereka untuk berpikir lebih kritis dan berani mengemukakan pendapat. Adapun penggunaan media, seperti video dan permainan, juga dapat membantu untuk menarik perhatian peserta dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan hasil tersebut, disusunlah rancangan besar kegiatan pendampingan selama sepuluh bulan (Maret--Desember 2017). Program pelatihan dan pendampingan yang dibuat akan diformulasikan dalam bentuk modul dengan alur kerja sebagai berikut.

### *1. Managing Self*

Pada bagian ini, peserta akan diberikan pengetahuan mengenai pentingnya mengenali potensi diri sendiri, memimpin diri sendiri, dan mengatur diri sendiri guna mendapatkan tujuan hidup.

### *2. Managing Other*

Pada bagian ini, peserta akan diberikan pengetahuan berinteraksi dengan orang lain dan mengarahkan diri sendiri ketika berhadapan dengan orang lain guna menjadi pribadi yang lebih baik.

### *3. I'm The Champion*

Pada bagian ini, peserta akan diberikan penguatan tentang keunggulan dirinya untuk dapat digunakan dalam mencapai tujuan hidup. Motivasi diri dan kepercayaan diri akan menjadi fokus yang diasah.

### *4. Bagian pendukung*

Sesi bagi pengasuh menitikberatkan pada kemampuan untuk membangun interaksi dan hubungan dengan lebih baik terhadap anak yang menjadi asuhannya. Dengan demikian, tujuan kegiatan pendampingan yang dirancang adalah sebagai berikut.

1. Khusus bagi anak
  - Bagian pertama: anak mendapat pemahaman terkait mengelola diri sendiri.
  - Bagian kedua: anak mendapatkan pemahaman terkait mengelola orang lain yang berinteraksi dengan dirinya.
  - Bagian ketiga: anak memiliki kepercayaan diri untuk mengelola diri sendiri dan orang lain guna menjadi “juara”.
2. Khusus bagi pengasuh
  - Pengasuh dapat bertindak sebagai mitra bagi tumbuh dan kembang anak.
  - Pengasuh mendapatkan pengetahuan mengenai kebutuhan psikologis anak dan bagaimana meresponnya.

Berdasarkan desain besar program pendampingan, berikut adalah rancangan kegiatan pendampingan berbasis pelatihan.

**Tabel**

**Rancangan kegiatan pendampingan**

Pertemuan	Aktivitas
Pertemuan ke-1	Analisis Kebutuhan
Pertemuan ke-2	Mengenal Potensi Diri (Kekuatan dan Keterbatasan) dan Menentukan Tujuan - Peserta mampu mengenal kekuatan dan keterbatasan diri melalui <i>MBTI personality</i> . - Peserta mampu menentukan tujuan yang ingin dicapai selama lima tahun ke depan.
Pertemuan ke-3	Mengenal Gaya Belajar (VAK) - Peserta mengenal dan mampu mengidentifikasi gaya belajar yang paling sesuai dengan dirinya. - Peserta mampu mengendalikan motivasi untuk belajar.
Pertemuan ke-4	Manajemen Waktu: Menentukan prioritas - Peserta mampu menentukan prioritas secara efektif untuk mencapai tujuan. - Peserta mampu membuat perencanaan waktu yang efektif disesuaikan dengan rutinitasnya.
Pertemuan ke-5	Manajemen Stres (1): Pola Pikir Positif - Peserta mengidentifikasi sumber stres yang paling memengaruhi rutinitas. - Peserta mampu mengubah pola pikir positif dalam memandang stres.
Pertemuan ke-6	Manajemen Stres (2): <i>Coping Stress</i>

---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta mengenal gaya pengendalian stres melalui fokus pada emosi dan fokus pada penyelesaian masalah.</li> <li>- Peserta mengidentifikasi gaya pengendalian stres yang paling sesuai dengan dirinya.</li> </ul>
Pertemuan ke-7	<p>Manajemen Stres (3): <i>Art Therapy</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Peserta memahami pentingnya <i>art therapy</i> untuk mengurangi stres.</li> <li>- Peserta mengalami <i>art therapy</i> dan mengetahui bentuk-bentuk yang dapat dilakukan.</li> </ul>
Pertemuan ke-8	<p>Kemampuan Komunikasi (1): Gaya Komunikasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Peserta mengenal gaya komunikasi mulai dari pasif, asertif, dan agresif.</li> <li>- Peserta memahami cara melakukan <i>rapport</i> dengan orang yang baru dikenal.</li> </ul>
Pertemuan ke-9	<p>Kemampuan Komunikasi (2): Mendengarkan Aktif</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Peserta memahami pentingnya mendengarkan aktif sebagai bentuk melatih empati.</li> </ul>
Pertemuan ke-10	<p>Kerja Sama Efektif</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta mampu melakukan manajemen ekspektasi dalam kelompok untuk menentukan tujuan.</li> <li>- Peserta mampu berkoordinasi secara efektif untuk mencapai tujuan.</li> </ul>
Pertemuan ke-11	<p><i>Student Employability</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta mampu merefleksikan kemampuan pribadi untuk menentukan karier yang sesuai.</li> <li>- Peserta mampu meningkatkan daya jual untuk menjalani kariernya.</li> </ul>
Pertemuan ke-12	<p><i>Farewell Activity</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta melakukan presentasi mengenai hasil pembelajaran selama setahun.</li> </ul>
Pertemuan ke-13	<p><i>Booster Program</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Follow up</i> kegiatan</li> </ul>

---

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih disampaikan kepada semua pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan pendampingan ini: (1) Fakultas Psikologi UNIKA Atma Jaya; (2)

Panti Sosial Asuhan Anak Putra Utama 3, yang berlokasi di Jalan Tebet Raya No. 100 Tebet, Jakarta Selatan; (3) Panti Sosial Asuhan Anak Putra Utama 4, yang berlokasi di Jalan Bina Marga No 57 RT 02/RW 04 Kel Ceger Kec. Cipayung, Jakarta Timur; (4) Alumni Fakultas Psikologi UNIKA Atma Jaya (khususnya Ryan Revandi, S.Psi.) yang sudah membantu menjadi fasilitator kegiatan; (5) Komunitas mahasiswa WELCOME (*We Love Counseling and Mental Health*) Fakultas Psikologi UNIKA Atma Jaya, yang sudah membantu menjadi kofasilitator kegiatan.

## DAFTAR REFERENSI

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Borualogo, I. S. (2004). Hubungan antara persepsi tentang figur attachment dengan self esteem remaja Panti Asuhan Muhammadiyah. *Jurnal Psikologi*, 13, 29-49.
- Lampiran Peraturan menteri sosial Republik Indonesia (Permensos RI) No. 30/HUK/2011 (2011). Diunduh dari [http://dokhuk.kemsos.go.id/sisdok/index.php?p=show\\_detail&id=3123#](http://dokhuk.kemsos.go.id/sisdok/index.php?p=show_detail&id=3123#) pada 26 September 2017.
- Papalia, D. E., Olds, S. W. & Feldman, R. D. (2011). *Human development*. New York: McGraw-Hill.
- Rifai, N. (2015). *Penyesuaian diri pada remaja yang tinggal di panti asuhan (Studi kasus pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan Yatim Piatu Muhammadiyah Klaten)* (Skripsi). Diakses dari Koleksi Karya Ilmiah Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diunduh dari <http://eprints.ums.ac.id/37823/1/02.%20NASKAH%20PUBLIKASI.pdf> pada 14 Juni 2017.
- Santrock, J.W. (2011). *Educational psychology* (5<sup>th</sup> ed.). New York: McGraw-Hill.
- Santrock, J.W. (2014). *Adolescence* (15<sup>th</sup> ed). New York: McGraw-Hill Education.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (n. d.). *Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA)*. Diunduh dari <https://www.kemsos.go.id/content/panti-sosial-asuhan-anak-psaa> pada 26 September 2017.