

Efektivitas Pelatihan Penerimaan Diri Pada Remaja Putri Panti Asuhan Aisyiyah Sidoarjo

Oleh:

Tisha Gustiningrum

Nurfi Laili

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Februari, 2025



Pendahuluan

- Masa remaja merupakan tahap peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang dikategorikan ke dalam tiga tahap usia, yaitu remaja awal (12-15 tahun), remaja pertengahan (15-18 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun) (Santrock, 2012).
- Didalam keluarga terjadi proses sosialisasi pertama kali yang diberikan oleh orang tuanya (Santrock, 2012)
- Pembentukan identitas remaja umumnya didukung oleh dukungan sosial dari orang tua. Namun, tidak semua remaja mendapatkan kasih sayang dan perhatian yang cukup dari keluarga. Sebagian dari mereka mengalami keterbatasan dalam menerima kehangatan dan kedekatan orang tua, sehingga akhirnya dibesarkan di panti asuhan.
- Kurangnya kemampuan remaja untuk menerima keadaan yang sedang mereka alami saat ini menyebabkan rendahnya rasa memiliki (*sense of belonging*) terhadap kehidupan di panti asuhan, yang pada akhirnya berdampak pada rendahnya penerimaan diri
- Penerimaan diri merupakan suatu kesadaran dengan menerima kondisi diri sendiri dengan didasarkan pada kepuasan seseorang terhadap kebahagiaan ataupun kesedihan dirinya sendiri serta berfikir untuk memiliki mental yang sehat (Priyono et al., 2018)

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

- Berdasarkan hasil wawancara dengan pengasuh Panti Asuhan Aisyiyah Sidoarjo, anak-anak yang telah memasuki usia remaja sering kali masih memerlukan peringatan dan nasihat dari orang tua asuh agar melaksanakan kewajiban seperti mandi, melakukan tugas piket membersihkan asrama, serta menyelesaikan pekerjaan rumah.
- Selain itu, sebagian remaja juga menunjukkan perilaku kurang disiplin dalam mematuhi peraturan panti asuhan, seperti keluar pada malam hari dengan alasan membuang sampah di luar agar tidak ketahuan oleh orang tua asuh yang berjaga.
- Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa remaja putri di panti asuhan aisyiyah Sidoarjo, remaja yang tinggal di panti tersebut seringkali mempunyai perasaan dirinya berbeda dengan remaja yang hidup di keluarga yang utuh.
- Label sebagai remaja di panti asuhan menjadi sumber stres bagi mereka, sebab menghasilkan berbagai pengalaman buruk oleh remaja panti asuhan di masa depan seperti diskriminasi dan iri hati akibat keterbatasan kesempatan serta sumber daya yang tersedia.
- Label sebagai remaja di panti asuhan menjadi sumber stres bagi mereka, sebab menghasilkan berbagai pengalaman buruk oleh remaja panti asuhan di masa depan seperti diskriminasi dan iri hati akibat keterbatasan kesempatan serta sumber daya yang tersedia.
- Rumusan masalah : Apakah ada keefektifan pelatihan penerimaan diri (menggunakan faktor pelatihan penerimaan diri menurut Bastaman) pada remaja panti asuhan ?

Metode

- Dalam penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest design*.
- Semua subjek akan tergabung dalam satu kelompok eksperimen tanpa adanya kelompok kontrol, mengingat keterbatasan jumlah peserta serta permintaan dari pihak panti agar semua remaja dapat mengikuti pelatihan.
- Evaluasi melibatkan dua aspek utama, yaitu pembelajaran (*learning*) dan perilaku (*behavior*). Evaluasi dilakukan melalui wawancara, observasi, dan pemberian skala penerimaan diri kepada peserta pada awal dan akhir pelatihan.
- Untuk mengukur tingkat penerimaan diri remaja panti, peneliti menggunakan adopsi alat ukur dari alat ukur yang telah dibuat oleh (Lestari Anugrahwati & Sri Wiraswati, 2020) berdasarkan teori Bastaman dengan jumlah 23 aitem dengan nilai realibilitasnya 0,889. Koefisien korelasi antara setiap aitem dengan total skor dalam skala penerimaan diri berkisar antara 0,375 - 0,705 dengan total sebanyak 23 aitem.
- Penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling* dalam pemilihan subjek, dengan kriteria 15 remaja putri berusia 12-19 tahun yang bersedia mengikuti pelatihan secara penuh dari awal hingga akhir serta menandatangani *informed consent*.
- Pelatihan ini dilakukan sebanyak dua kali dengan selang waktu satu minggu antara hari pertama dan kedua. Pelatihan pertama akan berlangsung dari pukul 11.00 hingga 17.00, sedangkan pelatihan kedua dijadwalkan pada pukul 12.30 hingga 15.30.
- Dalam pelatihan ini, berbagai metode digunakan, termasuk *lecturing*, diskusi panel (presentasi dan diskusi), audiovisual, games, *mental imagery*, *writing task*, serta konseling dengan teknik WDEP.
- Metode analisis menggunakan uji normalitas dan uji beda. Selanjutnya, dilakukan analisis deskriptif dan uji statistik menggunakan teknik *paired sample t-test* untuk membandingkan skor *pre-test* dan *post-test*, dengan bantuan software JASP versi 0.18.3.0.

Hasil

No	Nama	Evaluasi
1	A	Memahami 5 dari 6 materi pelatihan.
2	B	Memahami 4 dari 6 materi pelatihan.
3	C	Memahami 3 dari 6 materi pelatihan.
4	D	Memahami 5 dari 6 materi pelatihan.
5	E	Memahami 5 dari 6 materi pelatihan.
6	F	Memahami 4 dari 6 materi pelatihan.
7	G	Memahami hampir seluruh materi dengan baik.
8	H	Memahami materi secara sepotong-sepotong. Hampir semua materi kurang dipahami.
9	I	Memahami 3 dari 6 materi pelatihan.
10	J	Memahami 3 dari 6 materi pelatihan.
11	K	Memahami 4 dari 6 materi pelatihan.
12	L	Memahami 1 dari 6 materi pelatihan, namun belum sepenuhnya dipahami dengan benar.
13	M	Memahami 4 dari 6 materi pelatihan.
14	N	Memahami hampir seluruh materi dengan baik.
15	O	Memahami 1 dari 6 materi pelatihan, namun masih kurang komprehensif.

Evaluasi pembelajaran (*learning*) peserta terhadap materi diperoleh dari jawaban peserta dalam tugas menulis (*writing task*) yang diberikan di akhir penyampaian materi, serta melalui observasi perilaku verbal dan nonverbal yang dicatat oleh fasilitator selama sesi pelatihan.

- Berdasarkan hasil uji normalitas, nilai signifikansi (Sig) dalam uji Shapiro-Wilk $> 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa data penelitian berdistribusi normal. Karena data tersebut memenuhi asumsi normalitas, analisis perbedaan perubahan sikap penerimaan diri remaja panti asuhan sebelum dan sesudah pelatihan dilakukan dengan menggunakan uji *Paired Sample T-Test*.
- hasil statistik deskriptif skor *pre-test* dan *post-test* dari 15 subjek yang menunjukkan adanya perbedaan skor *mean* dengan peningkatan skor sikap penerimaan diri sesudah diberikan pelatihan ($M = 63.647$, $SD = 5.502$) dibandingkan skor sikap penerimaan diri pada saat *pre-test* ($M = 44.400$, $SD = 2.772$).
- Hasil uji *paired sample t test* dapat diketahui nilai ($p = < 0,01$) lebih kecil dari ($p < 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini terdapat perubahan penerimaan diri remaja panti asuhan dari sebelum dan sesudah pelatihan sehingga relevan dengan penelitian (Lestari Anugrahwati & Sri Wiraswati, 2020) yang berjudul "Pentingnya Penerimaan Diri Bagi Remaja Panti Asuhan Islam" yang menyatakan bahwa pelatihan penerimaan diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap sikap penerimaan diri remaja panti asuhan

Pembahasan

- Penelitian ini membuktikan bahwa berbagai kegiatan dalam pelatihan berkontribusi terhadap peningkatan penerimaan diri, sebagaimana ditunjukkan oleh perbedaan skor pre-test dan post-test dengan nilai $p < 0.05$ pada Uji *Paired Samples T-Test*.
- Pada penelitian terdahulu, hasil penelitian Lestari Anugrahwati & Sri Wiraswati (2020) menunjukkan bahwa pelatihan berbasis faktor penerimaan diri dari Bastaman i yang diberikan kepada remaja di Panti Asuhan Islam X di Surabaya berhasil meningkatkan tingkat penerimaan diri mereka, ditunjukkan oleh perbedaan skor pretest dan post-test dengan nilai signifikansi 0,014 yang melibatkan 14 remaja laki-laki berusia 15-18 tahun. Hasil ini mengindikasikan bahwa intervensi pelatihan yang diberikan juga memiliki dampak signifikan terhadap penerimaan diri remaja di panti asuhan aisyiyah Sidoarjo.
- Pada evaluasi di tingkat *learning*, kebanyakan peserta menunjukkan perkembangan dari tahap latihan hingga tahap evaluasi. Awalnya, mereka masih membutuhkan bimbingan dalam proses latihan, tetapi saat evaluasi berlangsung, sebagian besar peserta telah mampu menyelesaikan tugas secara mandiri.
- Dalam aspek *behavior*, hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan dalam skor penerimaan diri antara pre-test dan post-test, dengan peningkatan yang jelas setelah pelatihan.

Temuan Penting Penelitian

- Setelah mengikuti pelatihan, peserta menunjukkan perubahan dalam memahami dan menerima diri mereka sendiri, termasuk dalam interaksi sosial dan perencanaan masa depan.
- Sebagian besar peserta mulai menerapkan konsep *self-insight*, *meaning of life*, dan *changing attitude* dalam kehidupan sehari-hari.
- Penggunaan metode seperti *lecturing*, diskusi panel, audiovisual, games, *mental imagery*, dan *writing task* membantu peserta lebih memahami konsep penerimaan diri secara lebih efektif.

Manfaat Penelitian

- Bagi remaja panti : Membantu mereka dalam mengembangkan penerimaan diri yang lebih baik, meningkatkan kesejahteraan psikologis, serta membangun konsep diri yang lebih positif.
- Bagi panti asuhan : Pelatihan ini merupakan salah satu proyek kerja sama MBKM Proyek Kemanusiaan sehingga pelatihan ini merupakan salah satu permintaan dari pihak panti agar remaja mendapatkan pelatihan penerimaan diri. Hal ini pendekatan berbasis pelatihan yang dapat diterapkan secara berkelanjutan untuk meningkatkan kualitas hidup remaja di lingkungan panti asuhan.
- Bagi penelitian selanjutnya : Menjadi dasar bagi studi lebih lanjut yang dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap penerimaan diri, serta pengembangan intervensi yang lebih spesifik dan terarah.

Referensi

- Astuti, W., & Marettih, A. K. E. (2018). Apakah Pemaafan Berkorelasi Dengan Psychological Well-Being Pada Remaja yang Tinggal Di Pantu Asuhan? *Jurnal Ilmu Perilaku*, 2(1), 41. <https://doi.org/10.25077/jip.2.1.41-53.2018>
- Damayanti, A. A. M., & Susilawati, L. K. P. A. (2021). Peran Citra Tubuh dan Penerimaan Diri Terhadap Self Esteem Pada Remaja Putri Di Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 11(1), 109–124. <https://shodhganga.inflibnet.ac.in/jspui/handle/10603/7385>
- Dumaris, S., & Rahayu, A. (2019). PENERIMAAN DIRI DAN RESILIENSI HUBUNGANNYA DENGAN KEBERMAKNAAN HIDUP REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN. 3(1), 71–77.
- Handayani, E. S., Haryadi, R., Ridhani, A. R., & Fauzi, Z. (2020). Pelatihan Peningkatan Self Concept Dan Self Acceptance Pada Warga Binaan Di Lp Perempuan Kelas I a Martapura. *Jurnal Pengabdian Al-Ikhlas*, 6(1). <https://doi.org/10.31602/jpaiuniska.v6i1.3371>
- Latifah, R. (2024). Pengaruh Pola Asuh Terhadap Penerimaan Diri Remaja di Panti Asuhan. 15(1), 37–48.
- Lestari Anugrahwati, K., & Sri Wiraswati, A. A. K. (2020). Pentingnya Penerimaan Diri Bagi Remaja Panti Asuhan Islam. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 12(2), 107–122. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol12.iss2.art4>
- Moekijat. (1981). *Latihan dan Pengembangan Pegawai*. Alumni.
- Pramesti, N. O. (2021). Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup Pada Narapidana di Lembaga Perasyarakatan Kelas I Semarang. 30701501707, 6.
- Priyono, L. D., Ani, C. T., & Sugiyo. (2018). Pengaruh Kondisi Keluarga dan Self Acceptance terhadap Kepercayaan Diri Remaja. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(1), 30–36. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Putri, P., & Setiawat, D. (2016). Penerapan Konseling Kelompok Realita Teknik Wdep Untuk Meningkatkan Perilaku Bertanggung Jawab Dalam Mematuhi Tata Tertib Sekolah Pada Siswa Kelas Viii-a Smp Negeri 1 Wonoayu the Implementation of Reality Group Counseling Wdep Technique To Improve the Res. *Jurnal Bimbingan Konseling Universitas Negeri Surabaya*, 491–498.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span Development (perkembangan masa hidup)*. Erlangga.
- Setyawan, H., Nurhasanah, & Bakar, A. (2019). PENERIMAAN DIRI REMAJA DI PANTI ASUHAN LPI MARKAZ AL-ISHLAH BANDA ACEH T. 4, 1–23.

