
Meningkatkan Konsep Diri Positif Untuk Penyesuaian Diri Pada Remaja di Panti Asuhan

Improving Positive Self-Concept and Self-Control in Children at the Orphanage

^{1*}Oktariani, ²Echa Syaputri

Universitas Potensi Utama¹, Universitas Potensi Utama²

^{1,2}Jl. K.L Yos Sudarso Km, 6,5, No. 3-A, T. Mulia , Medan 20241, 061-6640525

e-mail: ^{1,2}*oktariani1610@gmail.com, * syaputriecha25@gmail.com

Abstrak

Remaja yang tinggal di panti asuhan pada dasarnya akan mengalami masalah dengan penyesuaian diri, dimana remaja yang tinggal di panti asuhan idealnya mampu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan dalam panti meliputi teman sebaya dan pengasuh, maupun lingkungan luar panti meliputi masyarakat sekitar panti dan sekolah. dimana dalam menyesuaikan diri di lingkungan baik di panti ataupun di luar panti tentunya banyak masalah-masalah yang dihadapi remaja tersebut, baik internal maupun eksternal dari remaja tersebut dan sering dihadapkan kepada banyak persoalan yang menuntut perubahan dalam segala hal dibandingkan ketika tinggal bersama keluarga. Masalah penyesuaian diri pada remaja ini dapat dikaitkan dengan konsep diri yang didalam diri remaja tersebut. Konsep diri mulai berkembang sejak bayi dan akan terus berkembang sejalan dengan perkembangan individu itu sendiri. Konsep diri individu terbentuk melalui imajinasi individu tentang respon yang diberikan orang lain. Pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk memberikan psikoedukasi untuk memberikan informasi pada remaja yang ada panti asuhan untuk bisa membentuk konsep diri yang positif di diri mereka sehingga remaja tersebut dapat dengan menyesuaikan dirinya di lingkungan dimana mereka tinggal maupun juga di lingkungan yang baru, agar mereka lebih siap untuk menghadapi segala situasi yang ada di masa yang akan datang.

Kata kunci: Konsep diri positif ; Penyesuaian Diri

Abstract

Adolescents who live in orphanages will basically experience problems with adjustment, where adolescents who live in orphanages are ideally able to adjust to the environment within the orphanage including peers and caregivers, as well as the environment outside the orphanage including the community around the orphanage and school. where in adjusting to the environment both in the orphanage and outside the orphanage, of course, there are many problems faced by the foster children, both internally and externally from the foster children and are often faced with many problems that demand changes in everything compared to when living with family. Adjustment problems in adolescents can be related to the self-concept within the teenager. Self-concept begins to develop since infancy and will continue to develop in line with the development of the individual itself. Individual self-concept is formed through individual imagination about the responses given by other people. This community service is carried out to provide psychoeducation to provide information to adolescents in orphanages to be able to form positive self-concepts in themselves so that these adolescents can adjust themselves in their environment. live or also in a new environment, so that they are better prepared to face all situations that exist in the future.

Keywords: Positive self concept ; Adjustment

1 PENDAHULUAN

Panti asuhan merupakan suatu lembaga yang berfungsi sebagai salah satu bagian untuk membentuk perkembangan anak-anak yang tidak memiliki keluarga ataupun yang tidak tinggal bersama dengan keluarga. Anak-anak panti asuhan diasuh oleh pengasuh yang menggantikan peran orang tua dalam mengasuh, menjaga dan mendidik mereka agar menjadi manusia dewasa yang berguna dan bertanggung jawab atas dirinya dan terhadap masyarakat di kemudian hari.

Remaja yang tinggal di panti asuhan pada dasarnya akan mengalami masalah dengan penyesuaian diri, dimana remaja yang tinggal di panti asuhan idealnya mampu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan dalam panti meliputi teman sebaya dan pengasuh, maupun lingkungan luar panti meliputi masyarakat sekitar panti dan sekolah. dimana dalam menyesuaikan diri di lingkungan baik di panti ataupun di luar panti tentunya banyak masalah-masalah yang dihadapi remaja tersebut, baik internal maupun eksternal dari remaja tersebut dan sering dihadapkan kepada banyak persoalan yang menuntut perubahan dalam segala hal dibandingkan ketika tinggal bersama keluarga.

Penyesuaian diri merupakan faktor yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Hidup manusia sejak lahir hingga meninggal tidak lain adalah penyesuaian diri, sehingga dapat dikatakan bahwa penyesuaian diri dilakukan oleh manusia sepanjang hidup yang berkenaan dengan kebutuhan baik fisik, psikis maupun sosialnya. Penyesuaian Diri remaja dapat berupa penyesuaian diri yang negatif penyesuaian diri remaja yang salah ditandai bentuk tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, dan yang tidak realistis, agresif dan lain sebagainya (Li, Teoretis, and Remaja 2007)

Masalah penyesuaian diri pada remaja ini dapat dikaitkan dengan konsep diri yang didalam diri remaja tersebut. Konsep diri mulai berkembang sejak bayi dan akan terus berkembang sejalan dengan perkembangan individu itu sendiri. Konsep diri individu terbentuk melalui imaginasi individu tentang respon yang diberikan orang lain. Sobur (2009) mengatakan bahwa konsep diri terbentuk berdasarkan persepsi seseorang tentang sikap orang lain terhadap dirinya

Konsep diri menjadi inti dari pola perkembangan kepribadian seseorang, yang bila mana tidak dapat berkembang secara positif maka cenderung membawa seseorang dalam situasi ketidakpuasan dalam hidup, pesimis, ragu, kurang percaya diri, bahkan penyesuaian sosial yang buruk (Hurlock dalam Irani & Laksana, 2018). Remaja yang mengalami konsep diri yang rendah atau negatif akan sulit melakukan keterbukaan diri dalam proses interaksi sosial. Keterbukaan diri atau pengungkapan diri memiliki peranan yang penting dalam interaksi sosial, untuk dapat berani menyampaikan pendapatnya, perasaan dan segala yang ada dipikirkannya

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan sebelum pelaksanaan abdimas, di peroleh bahwa masih banyak remaja yang kurang dapat menyesuaikan diri secara baik terhadap teman sebaya di sekolah, penyesuaian diri di lingkungan teman sebaya dan juga masalah terhadap penyesuaian diri di lingkungan masyarakat sekitar panti. Hal ini dikarenakan remaja yang ada di panti asuhan meyakini dan memandang bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, tidak menarik, tidak dapat dan kehilangan daya tarik terhadap hidup. Remaja yang tinggal di panti asuhan juga mengalami masalah untuk menyesuaikan diri dengan pengasuh yang ada di panti asuhan dikarenakan masa lalu ketika bersama orang tua, remaja cenderung dididik dengan keras atau otoriter, menyebabkan trauma pada diri remaja sehingga mempunyai masalah dengan penyesuaian diri dengan pengasuh, beberapa remaja tidak pernah bersosialisasi dengan masyarakat sekitar, remaja beranggapan masyarakat sekitar itu hanya memperolok-olok mereka saja dan di sekolah remaja juga sering dicemooh oleh teman-temannya karena tinggal di panti asuhan.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka diperlukan psikoedukasi bagi remaja yang ada di panti asuhan untuk meningkatkan konsep dirinya agar dapat mengarahkan tingkah lakunya sedemikian rupa sehingga menimbulkan reaksi yang positif dari orang-orang di sekitarnya dan mereka dapat berpikir lebih positif tentang diri mereka.

2 METODE PELAKSANAAN

Alternatif pemecahan masalah dilakukan adalah dengan memberikan psikoedukasi. Psikoedukasi adalah pemberian materi dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta. Kegiatan ini di laksanakan pada tanggal 4 April 2021, dengan pemberiaan psikoedukasi ini, diharapkan remaja panti asuhan yang memiliki konsep diri yang negatif, yang memandang dirinya tidak mungkin dapat mewujudkan mimpi ataupun juga merasa bahwa dirinya tidak ada apa-apanya dan merasa minder, dapat merubah pandangan akan dirinya sendiri ke arah yang positif, sehingga remaja akan dapat membentuk konsep diri yang positif dan juga akan mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungan tanpa rasa minder atau malu. Kegiatan ini merupakan salah satu bentuk *social support* kepada anak remaja di panti asuhan, sehingga menjadikan mereka jadi lebih percaya diri, tidak minder, dan mampu bersosialisasi sehingga kelak dapat menjadikan mereka menjadi sumber daya manusia yang berkualitas.

Sebelum melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat maka dilakukan beberapa persiapan antara lain :

1. Melakukan *preliminary study*. Tindakan ini dilakukan sebagai bentuk analisis kebutuhan terkait dengan bantuan psikologis yang diperlukan di tempat yang dituju. Analisis kebutuhan ini dilakukan dengan mewawancarai beberapa anak panti asuhan dan pengurus panti asuhan.
2. Melakukan studi pustaka dalam rangka menyiapkan materi psikoedukasi yang akan diberikan.
3. Menentukan waktu pelaksanaan seminar dengan pihak Panti Asuhan Al Jam'iyatul Washliyah

Tindakan dalam kegiatan ini berupa pemberian psikoedukasi,yaitu:

- a. Psikoedukasi tentang pengetahuan dan pemahaman kepada pengurus yayasan dan juga remaja yang ada di panti asuhan tentang bagaimana membentuk konsep diri yang positif pada remaja di panti asuhan Al Jam'iyatul Washliyah.
- b. Penyuluhan tentang mengenal dan memahami konsep diri positif dan konsep diri negatif dalam hal ini para anak yatim di Al Jam'iyatul Washliyah.

Dalam kegiatan ini metode yang digunakan dalam penyampaian materi yaitu dengan cara metode penjelasan, sharing, tanya jawab dan diskusi. Pada metode penjelasan setiap nara sumber menyampaikan materi terkait dengan bagaimana membentuk konsep diri positif pada remaja di panti asuhan Al Jam'iyatul Washliyah dengan membuat tampilan *visual* berupa *slide power point* yang ditampilkan ke layar dengan alat *LCD proyektor*

3 HASIL DAN PEMBAHASAN

Masalah-masalah dalam penyesuaian diri sering terjadi pada remaja karena masa remaja meng—alami masa pencarian jati diri, menurut Djaali (dalam Rahmah et al., 2016) dalam masa perkembangannya, pribadi dari para remaja akan mengalami banyak masalah dalam masa penyesuaian diri bila dibandingkan dengan masa-masa sebelumnya, karena pada masa anak-anak cukup tenang dan bahagia. Sedangkan dalam masa pertumbuhannya ia mengalami ketegangan batin akibat dari ingin lepasnya ketergantungan dan pengawasan dari orang lain menuju kebebasan dari pengawasan dan pengekangan orang dewasa. Seringkali dalam masa penyesuaian diri remaja mengalami rasa resah, kecewa, kebencian, dan keputusasaan.

Panti asuhan merupakan lembaga pelayanan yang bertanggung jawab memberikan pengasuhan dan pelayanan sebagai pengganti orang tua kepada anak, sebab pelayanan yang dilakukan di panti merupakan pelayanan sosial, fisik, mental dan spiritual. Pendidikan spiritual dalam hal ini sangat diperlukan karena berdasarkan penelitian dari Suseno (dalam Nafisah 2018)) bahwa karakter spiritual menunjukkan pengaruh dalam meningkatkan optimism masa depan pada sejumlah anak yatim.

Remaja yang tinggal di panti asuhan idealnya mampu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan dalam panti asuhan meliputi teman sebaya dan pengasuh, maupun lingkungan luar panti meliputi masyarakat sekitar panti dan sekolah. Namun yang terjadi adalah remaja mengalami kesulitan dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungan, hal ini dikarenakan dalam menyesuaikan diri di lingkungan baik di panti ataupun di luar panti tentunya banyak masalah-masalah yang dihadapi remaja tersebut, baik internal maupun eksternal dari remaja tersebut dan sering dihadapkan kepada banyak persoalan yang menuntut perubahan dalam segala hal dibandingkan ketika tinggal bersama keluarga.

Masalah penyesuaian diri ini, salah satunya penyebabnya adalah konsep diri remaja yang berada di panti asuhan. Pola pembentukan konsep diri seseorang pada dasarnya terbentuk melalui proses belajar dalam interaksinya dengan lingkungan sosial. Dalam masa perubahan yang diawali dengan perubahan fisik, seperti perasaan aneh dan berbeda dengan orang lain menimbulkan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri yang menunjukkan bahwa individu tersebut menolak keadaan dirinya sendiri. Keadaan inilah yang memengaruhi pembentukan dasar konsep diri pada individu. Keadaan konflik yang dialami individu merupakan situasi yang memungkinkan individu menunjukkan bagaimana konsep dirinya. Dengan kata lain, individu berusaha untuk menemukan dirinya sendiri serta mencoba-coba hal yang baru agar bisa menemukan identitas diri yang sebenarnya. Apabila individu tidak mendapat kesempatan untuk mengembangkan diri dan menyesuaikan diri dengan tugas-tugas perkembangan seperti individu lain pada umumnya maka ia akan kehilangan kesempatan untuk mengembangkan konsep dirinya (Hurlock, dalam Mz, 2018).

Gunawan (dalam Aikesari, 2008) menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai konsep diri yang baik (positif) akan menjadi individu yang mampu memandang dirinya secara positif, percaya diri, selalu optimis, berani mencoba hal-hal yang baru, berani mengambil resiko, dan antusias menetapkan arah tujuan hidupnya. Dengan keadaan seperti itu tidak akan membuat seseorang menjadi pesimis dalam membentuk karakter dirinya menjadi pribadi yang memiliki disiplin tinggi. Karena mereka berani mencoba sesuatu hal yang baru, berani mengambil resiko dan menanggung segala konsekuensi yang timbul dari tindakan yang mereka lakukan.

Kegiatan ini memiliki relevansi dengan kebutuhan remaja yang berada di panti asuhan. Pada umumnya remaja di panti asuhan, mempunyai konsep diri yang negatif, mereka memandang dan meyakini bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, tidak menarik, tidak disukai, serta pemikiran - pemikiran negatif lainnya dalam memandang dirinya sendiri.. Konsep diri yang negatif remaja akan mengembangkan perasaan tidak mampu dan rendah diri. Merasa ragu dan kurang percaya diri, hal ini akan menimbulkan penyesuaian pribadi dan sosial yang buruk.

Hal tersebut menjadi salah satu penyebab anak di panti asuhan menderita tekanan sosial, emosional, dan fisik karena trauma pengalaman, kekacauan, dan stres dalam hidup. Hal ini dikarenakan mereka mengalami penolakan atau ejekan dari lingkungan terutama lingkungan di luar panti asuhan. Sehingga remaja menjadi sulit untuk menerima keadaan dirinya yang pada akhirnya berimbas pada penyesuaian dirinya terhadap lingkungan sekitar. Hal ini sejalan yang dikatakan oleh Calhoun & Acocella (dalam Kiling & Kiling, 2015) penerimaan dan penolakan teman dalam kelompok, mungkin akan mempunyai pengaruh yang dalam pada pandangannya tentang dirinya sendiri

Melalui pemberian psikoedukasi ini maka diharapkan anak panti asuhan dapat membantu membentuk konsep diri yang positif dalam diri mereka sehingga remaja akan lebih menyesuaikan dirinya di lingkungan. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan mengajukan beberapa pertanyaan sebelum kegiatan ditutup. Antusiasme peserta kelihatan sekali dengan melihat banyaknya jumlah pertanyaan yang diajukan ke pemateri. Peserta juga mengungkapkan bahwa kegiatan ini memberikan manfaat bagi mereka.

4 KESIMPULAN dan SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan sebelum pelaksanaan pengabdian masyarakat, di dapat bahwa remaja di panti asuhan Al Jam'iyatul Washliyah Hal ini terlihat pada pelaksanaan pengabdian masyarakat, dari beberapa remaja yang sebagian besar memandangnya diri secara negatif, seperti pengetahuan subjek tentang dirinya sendiri, baik itu dalam keluarga, sekolah, teman-teman, maupun status sebagai anak yang tinggal di panti asuhan, menunjukkan bahwa sebagian besar cenderung ke arah yang negatif, dan mengakibatkan subjek memandang dirinya negatif dan penilaian atau evaluasi subjek terhadap diri sendiri memperlihatkan bahwa subjek merasa dirinya tidak disenangi oleh orang lain, yang akan mengakibatkan subjek memandang dirinya negatif. Beberapa faktor yang membentuk konsep diri negatif subjek adalah orangtua, kawan sebaya dan masyarakat.

Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini, maka remaja di Panti Asuhan dapat mengetahui bagaimana membentuk konsep diri mereka secara positif, yaitu diantaranya adalah:

1. Membuang pikiran negatif tentang diri sendiri
2. Mampu terbuka pada diri sendiri untuk menerima sesuatu yang baru.
3. Yakin akan kemampuannya mengatasi masalah,
4. Merasa setara dengan orang lain

B. Saran

1. Remaja panti asuhan hendaknya menerima kekurangan dari diri masing-masing, kemudian memperbaiki semampunya dan tidak perlu memaksakan diri.
2. Memberikan pelayanan sesuai dengan potensi yang dimiliki masing-masing anak atau remaja.

5 UCAPAN TERIMA KASIH

Tim PKM mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan PKM “Meningkatkan konsep diri positif untuk penyesuaian diri pada remaja di Panti Asuhan”, Orang tua siswa, Guru, Dosen, dan Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama, Medan

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Aikesari. 2008. Konsep Diri Perkembangan dan Pengaruhnya Terhadap Pencapaian Akademik Siswa [On Line, Diakses tanggal 22 November 2019 dari <http://www.aikesari.multiply.com>
- [2] Li, B. A. B., A. Konsep Teoretis, and Penyesuaian Diri Remaja. 2007. “H Sunarto, Perkembangan Peserta Didik . (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), h. 221 A Gerungan, Psikologi Belajar Dan Mengajar. (Jakarta : Rineka Cipta, 2007), h. 55.” 9–27.
- [3] Irani, Luthfita Cahya, and Eko Pramudya Laksana. 2018. “Konsep Diri Dan Keterbukaan Diri Remaja Broken Home Yang Diasuh Nenek.” *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan* 3(5):685. doi: 10.17977/jptpp.v3i5.11100.
- [4] Kiling, Beatriks Novianti, and Indra Yohanes Kiling. 2015. “Tinjauan Konsep Diri Dan Dimensinya Pada Anak Dalam Masa Kanak-Kanak Akhir.” *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling* 1(2):116. doi: 10.26858/jpkk.v1i2.1811.
- [5] Mz, Ihsan. 2018. “Peran Konsep Diri Terhadap Kedisiplinan Siswa.” *NALAR: Jurnal Peradaban Dan Pemikiran Islam* 2(1):1. doi: 10.23971/njppi.v2i1.915.
- [6] Nafisah, Syifa Jauhar. 2018. “Arti Kehidupan Anak Asuh Panti Asuhan.” *Jurnal Penelitian Pendidikan* 18(1):33–41. doi: 10.17509/jpp.v18i1.11058.
- [7] Rahmah, Silfia, Asmidir Asmidir, and Nurfahanah Nurfahanah. 2016. “Masalah-Masalah Yang Dialami Anak Panti Asuhan Dalam Penyesuaian Diri Dengan Lingkungan.” *Konselor* 3(3):107. doi: 10.24036/02014332993-0-00.