



Available online at [www.journal.unrika.ac.id](http://www.journal.unrika.ac.id)  
**Jurnal KOPASTA**  
*Jurnal KOPASTA*, 3 (1), (2016) 14 - 22



## Upaya Meningkatkan Penyesuaian Sosial Anak Asuh Usia Remaja di Panti Asuhan

**Peni Ramanda\* , Ramdani\***

*Division of Counseling and Guidance, University, of Riau Kepulauan, Batam*

### Abstrak

Penyesuaian sosial merupakan salah satu dari tugas perkembangan diusia remaja. Penyesuaian sosial merupakan tugas perkembangan terberat yang harus dipenuhi diusia remaja, termasuk oleh anak asuh usia remaja yang tinggal di panti asuhan. Remaja yang tinggal di panti asuhan cenderung lebih mudah mengalami masalah dibandingkan remaja yang tinggal dengan keluarga sendiri. Salah satu masalah tersebut adalah penyesuaian sosial. Masalah penyesuaian sosial mestinya mendapat jalan keluar yang tepat yang sesuai dengan sumber masalahnya. Sumber masalah penyesuaian sosial tersebut ada yang bersumber dari pemikiran irrasional dan ada yang bukan. Alternatif bantuan yang diberikan kepada anak asuh usia remaja yang memiliki masalah penyesuaian sosial yang bersumber dari pemikiran irrasional adalah *REBT setting group*. Sedangkan alternatif bantuan yang diberikan kepada anak asuh usia remaja di panti asuhan yang bersumber bukan dari pemikiran irrasional adalah layanan bimbingan kelompok. Pemberian bantuan ini mestinya dilakukan oleh tenaga professional. Oleh karena itu, disarankan agar panti asuhan memiliki konselor panti asuhan yang bisa memberikan layanan bimbingan kelompok dan *REBT setting group* sebagai upaya untuk mengentaskan masalah penyesuaian sosial anak asuh usia remaja di panti asuhan.

*Katakunci:* Penyesuaian sosial, *REBT setting group*, layanan bimbingan kelompok

### Pendahuluan

Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan dalam rentang kehidupan manusia. Pada masa ini terjadi perubahan menuju kematangan fisik, emosional, sosial dan mental, serta masa remaja merupakan masa penentu kesuksesan untuk tahap-tahap perkembangan selanjutnya. Masa remaja terjadi pada kisaran umur 12 tahun sampai 22 tahun. Menurut Chaplin (2004:12), remaja adalah periode antara pubertas dan kedewasaan, usia yang diperkirakan 12 sampai 21 tahun bagi anak perempuan yang lebih cepat matang dibandingkan anak laki-laki, dan antara 13 hingga 22 tahun bagi anak laki-laki.

\*Peni Ramanda. Tel. 0852747611499 e-mail address: [peniramanda@gmail.com](mailto:peniramanda@gmail.com)

\*Ramdani. Tel. 08526634300 e-mail address: [ramdani@gmail.com](mailto:ramdani@gmail.com)

Setiap tahap perkembangan mempunyai serangkaian tugas perkembangan yang harus diselesaikan dengan baik. Remaja sebagai salah satu tahap perkembangan memiliki beberapa tugas perkembangan yang harus dilaksanakan dengan baik. Havighurst (dalam Ausubel, 2002) menjelaskan tugas-tugas perkembangan yang harus dicapai oleh remaja, yaitu: (1) mampu menerima keadaan fisik secara positif dan mampu menjalankan peran yang sesuai dengan jenis kelamin baik peran sebagai seorang laki-laki maupun peran sebagai seorang perempuan, (2) mampu membina hubungan sosial dengan teman sejenis maupun teman yang berbeda jenis kelamin, (3) mampu membangun kemandirian emosional terhadap orangtua dan orang dewasa lainnya, (4) mampu mencapai jaminan kemandirian ekonomi, (5) mampu memilih dan mempersiapkan suatu pekerjaan, (6) mampu mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep yang diperlukan untuk kompetensi kewarganegaraan, (7) mampu mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab, (8) mampu mempersiapkan pernikahan dan kehidupan keluarga, dan (9) mampu membangun nilai-nilai yang sesuai dengan aturan-aturan yang berlaku.

Berdasarkan beberapa tugas perkembangan di atas, ada beberapa tugas perkembangan yang digolongkan pada tugas perkembangan secara sosial atau penyesuaian sosial. Tugas perkembangan sosial tersebut adalah: (1) mencapai hubungan sosial yang lebih matang dengan teman-teman sebaya, baik dengan teman sejenis maupun lawan jenis, (2) mencapai peran sosial sebagai pria atau wanita artinya dapat menerima peranan masing-masing sesuai dengan ketentuan yang berlaku di masyarakat, dan (3) mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial yang berlaku di dalam masyarakat.

Diantara tugas perkembangan tersebut, pencapaian tugas perkembangan sosial merupakan pencapaian tersulit yang dialami oleh remaja. Namun, kemampuan remaja dalam memenuhi tugas-tugas perkembangan sosial akan mengantarkan individu dalam kemampuan menyesuaikan diri di lingkungan sosial. Lebih lanjut remaja akan mencapai kehidupan yang harmonis ditengah-tengah lingkungan sosial. Oleh karena itu, keberhasilan remaja dalam memenuhi tugas-tugas perkembangan secara umum dan memenuhi tugas-tugas perkembangan sosial mestinya menjadi perhatian khusus. Schneiders (1964) menjelaskan, penyesuaian sosial merupakan cara yang dilakukan individu dalam menyelaraskan kebutuhan internal dengan kebutuhan eksternal yang tercermin dalam kemampuan menjalin relasi dengan orang lain, berpartisipasi dalam pergaulan, menunjukkan minat, dan menunjukkan kepuasan dalam beraktivitas.

Penyesuaian sosial yang dilakukan oleh individu dapat dikategorikan dalam tiga bentuk. Surya (1985:27) menjelaskan bentuk mekanisme penyesuaian sosial dikelompokkan kedalam kategori sebagai berikut: (1) penyesuaian sosial yang normal (*well adjustment*), (2) penyesuaian diri yang salah (*maladjustment*), dan (3) penyesuaian yang patologis (*pathologic adjustment*). Adapun penjelasannya sebagai berikut. Pertama, penyesuaian sosial yang normal (*well adjustment*) yaitu individu yang berhasil melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya yang ditandai dengan: (a) tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional, (b) tidak menunjukkan adanya

mekanisme-mekanisme psikologis, (c) tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi, (d) memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri, (e) mampu dalam belajar, (f) menghargai pengalamannya, (g) bersikap realisasi dan objektif. Kedua, penyesuaian diri yang salah (*maladjustment*) yaitu terjadi apabila individu bersangkutan tidak dapat melakukan penyesuaian sosial secara normal. *Maladjustment* ditandai dengan berbagai bentuk tingkah laku yang salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistis, agresif dan sebagainya. Ketiga penyesuaian yang patologis (*pathologic adjustment*) yaitu penyesuaian yang lebih parah daripada *maladjustment* (sebagai kelanjutan).

Dalam kasus ini, individu bersangkutan memerlukan perawatan khusus yang lebih bersifat klinis. Schneiders (dalam Ali dan Asrori, 2004) menjelaskan setidaknya ada lima faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian sosial individu, yaitu: (1) kondisi fisik, meliputi: hereditas dan konstitusi fisik, sistem utama tubuh, dan kesehatan fisik, (2) kepribadian, meliputi: kemauan dan kemampuan untuk berubah (*modifiability*), pengaturan diri (*self-regulation*), realisasi diri (*self-realization*), dan intelegensi, (3) pendidikan, meliputi: belajar, pengalaman, latihan, dan determinasi diri, (4) lingkungan, meliputi: lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat, dan (5) agama dan budaya.

Keluarga merupakan salah satu bagian terpenting yang mempengaruhi penyesuaian sosial remaja. Keluarga juga dinilai sebagai lingkungan pertama remaja untuk memperoleh pengalaman sosial dini, yang berperan dalam menentukan hubungan sosial dimasa depan dan juga perilakunya terhadap orang lain. Kepuasan psikis yang diperoleh remaja dalam keluarga sangat menentukan bagaimana ia akan bereaksi terhadap lingkungan.

Remaja yang tinggal di panti asuhan, berada jauh dari keluarga bahkan mereka tidak memiliki keluarga lagi. Oleh karena itu, keluarga bagi anak asuh di panti asuhan adalah orangtua asuh dan anak-anak asuh lainnya. Oleh karena itu, pengasuh dan pembina panti yang menjadi orangtua pengganti bagi anak asuh perlu memberikan perhatian khusus terhadap kemampuan penyesuaian sosial di usia remaja yang akan memfokuskan kepada kehidupan sosial.

### **Permasalahan**

Anak asuh usia remaja yang berada di panti asuhan mengalami beragam permasalahan. Shaffer (dalam Hartati dan Respati, 2012) menjelaskan, anak-anak yang diasuh di panti asuhan mengalami ketidakmatangan dalam perkembangan sosial. Pada umumnya anak-anak ini mengalami kesulitan dalam proses sosialisasi khususnya dalam memulai hubungan dan membina hubungan yang dekat dan akrab. Selanjutnya Hartini (dalam Hartati dan Respati, 2012) menjelaskan bahwa adanya hambatan perkembangan psikologis dan sosial anak panti asuhan, dimana anak asuh lebih kaku dalam hubungan sosial dengan orang lain, perkembangan, dan penyesuaian sosial kurang memuaskan.

Berdasarkan penelitian Khairat (2016), mestinya panti asuhan menjadi tempat yang nyaman bagi anak asuh, termasuk anak asuh yang berusia remaja. Namun kekurangan

pengetahuan orangtua asuh terhadap perkembangan fisik, sosial dan emosional anak membuat fungsi panti asuhan menjadi jauh dari hal yang diharapkan. Meskipun Putra dan Rahma (2013) menjelaskan bahwa panti asuhan memberikan sumbangsiah yang besar untuk mendidik, membina anak-anak terlantar, dan telah melakukan berbagai usaha bersama masyarakat untuk memberikan pelayanan pada anak asuh. Beberapa panti asuhan ada yang memberlakukan pemberian poin pelanggaran seperti di sekolah. Pelanggaran ringan diberi sanksi seperti dinasehati dan dipanggil keluarga yang bersangkutan. Sedangkan pelanggaran berat diberi sanksi seperti dipulangkan kepada keluarganya. Sejauh ini yang melakukan pelanggaran berat dan dipulangkan kepada keluarga adalah anak asuh yang berusia remaja.

Selanjutnya, menurut Khairat (2016) permasalahan yang sering terjadi pada anak asuh usia remaja di panti asuhan yaitu mengenai penyesuaian sosial. Hal ini dibuktikan dengan: (1) hasil wawancara dengan pengasuh, mengungkapkan bahwa anak asuh yang berusia remaja baik laki-laki maupun perempuan masih kurang bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas dan kewajibannya, sering bertengkar, merasa rendah diri, merasa iri terhadap kehidupan teman yang berada di luar panti, masih ada yang belum bisa menerima keadaan diri sendiri, dan masih rendahnya sikap saling menghargai terutama kepada pengasuh. (2) hasil wawancara dengan anak asuh yang berusia remaja terkait dengan penyesuaian sosial. Dari hasil wawancara, anak asuh mengungkapkan bahwa ia sering dimarahi oleh pengasuh karena teman-teman di panti, anak asuh lebih memilih untuk diam dan menyimpan masalah yang dihadapinya daripada bercerita kepada pengasuh maupun kepada teman karena merasa bahwa dirinya tidak akan didengarkan oleh orang lain, masih sering membenci diri sendiri dan keluarga karena tinggal di panti asuhan, malas mengerjakan tanggung jawab di panti seperti piket karena jarang dimarahi oleh pengasuh, tidak mempunyai jadwal kegiatan harian. Terkadang juga merasa tidak perlu mendengarkan teman yang lain berkeluh kesah karena menganggap bahwa ia tidak pernah mengeluh pada orang lain. Hal yang membuat anak asuh sering melanggar peraturan panti sebagian besar adalah karena anak asuh berpikir bahwa mereka merasa terbuang dan anak asuh tidak menginginkan kehidupan yang jauh dari keluarga. Berdasarkan data yang peroleh tersebut terlihat secara umum bahwa permasalahan yang sering terjadi adalah menyangkut penyesuaian sosial, seperti cara komunikasi, bergaul, dan sikap menghargai.

## **Pembahasan**

Remaja mestinya mampu melakukan penyesuaian sosial yang baik terhadap lingkungannya. Karena penyesuaian sosial yang baik akan membentuk remaja yang sukses secara psikologis dan selanjutnya mampu menjadi individu dewasa yang sukses juga secara psikologis. Kenyataan, bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan kurang mampu dalam melakukan penyesuaian sosial akan menyebabkan kekhawatiran terhadap masa depan remaja tersebut.

Oleh karena itu, penanganan terhadap masalah penyesuaian sosial remaja menjadi perhatian yang khusus, terkhusus bagi remaja yang tinggal di panti asuhan yang tidak memiliki atau jauh dari keluarga. Beberapa alternatif bantuan yang bisa diberikan kepada remaja di panti

asuhan yang memiliki masalah penyesuaian sosial adalah:

#### A. **Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) setting group***

Berdasarkan fenomena penyesuaian sosial anak asuh yang ditemukan, maka perlu diantisipasi karena dapat menghambat pengembangan potensi sosialnya. Pelaksanaan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (selanjutnya disebut dengan *REBT*) dirasa cukup tepat sebagai alternatif bantuan terhadap remaja yang mengalami masalah. Ellis dan Dryden (2003:1) menjelaskan *REBT* sebagai berikut: “*an approach to counselling that can be placed firmly in the cognitive-behavioral tradition of psychotherapy, meaning that it particularly focuses on the way that we think and behave, in its attempt to understand our emotional responses*”.

Konseling *REBT* bertujuan untuk memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan serta pandangan klien yang irrasional menjadi rasional, sehingga ia dapat mengembangkan diri dan mencapai realisasi diri yang optimal. Di samping itu, *REBT* bertujuan menghilangkan gangguan emosional seperti: benci, takut, rasa bersalah, cemas, was-was, marah sebagai akibat berpikir yang irasional, dan melatih serta mendidik klien agar dapat menghadapi kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan kepercayaan diri, nilai-nilai, dan kemampuan diri.

Asumsi yang mendasari bahwa *REBT* adalah alternatif yang tepat untuk membantu meningkatkan kemampuan interpersonal remaja dalam hubungannya dengan penyesuaian sosial yakni dari pendapat Latipun (2011) yang mengungkapkan bahwa klien yang sangat cocok untuk *REBT* adalah klien yang mengalami kecemasan pada tingkat moderat, gangguan neurotik, gangguan karakter, problem psikosomatik, gangguan makan, ketidakmampuan dalam hal hubungan interpersonal, problem perkawinan, keterampilan dalam pengasuhan, dan disfungsi seksual.

*REBT* adalah sebuah pendekatan konseling yang tepat diberikan kepada anak asuh usia remaja yang tinggal di panti asuhan dengan syarat jika mereka kesulitan dalam melakukan penyesuaian sosial tersebut dikarenakan pemikiran irrasional yang ada pada mereka. Hal ini dibuktikan dengan penelitian Khairat (2016), yang menunjukkan hasil bahwa terdapat peningkatan tingkat penyesuaian sosial remaja di panti asuhan setelah diberikan pendekatan *REBT setting group*.

#### B. **Layanan Bimbingan Kelompok**

Pelayanan bimbingan dan konseling dapat diberikan sebagai bantuan untuk meningkatkan penyesuaian sosial anak asuh. Pelayanan konseling tidak terbatas pada lingkungan pendidikan sekolah, melainkan juga dalam *setting* luar sekolah dan masyarakat. Prayitno (1997) menjelaskan, konseling merupakan pelayanan publik (*public service*) yang diabdikan untuk memfasilitasi perkembangan individu sebagai anggota masyarakat, agar terhindar dari hambatan atau kendala, sehingga diperoleh kebahagiaan hidup. Wilayah kekhususan konseling mencakup pendidikan, perkawinan, karier, rehabilitasi, kesehatan mental, dan traumatis

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan atau pemecahan masalah individu yang menjadi anggota

*Peni Ramanda and Ramdani / Jurnal Kopasta 3 (2016) 14 - 22*

kelompok memanfaatkan dinamika kelompok yang artinya interaksi yang menggunakan pendapat, memberikan tanggapan, saran, dan sebagainya, di mana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi yang bermanfaat agar dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal.

Prayitno (1997:103) menjelaskan pentingnya bimbingan kelompok yaitu sebagai berikut: (1) siswa mendapatkan kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya, (2) siswa memiliki pemahaman yang objektif, tepat serta luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan, (3) siswa belajar untuk bersikap positif terhadap keadaan diri dan lingkungan pribadi mereka yang bersangkutan paut dengan hal yang mereka bicarakan di dalam kelompok, (4) menyusun program kegiatan yang mewujudkan penolakan terhadap hal yang buruk dan sokongan terhadap yang baik, (5) melaksanakan kegiatan nyata langsung untuk membuahkan hasil sesuai dengan yang dibicarakan

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu cara yang tepat untuk meningkatkan penyesuaian sosial remaja di panti asuhan. Hal ini sesuai dengan penelitian Yanizon (2013) yang menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan penyesuaian sosial remaja.

### TEKNIS PELAKSANAAN

Alternatif penanganan masalah penyesuaian sosial anak asuh usia remaja di panti asuhan harus disesuaikan dengan sumber masalah yang dialami oleh anak asuh tersebut. Artinya pemberian *REBT setting group* atau layanan bimbingan kelompok disesuaikan dengan latar belakang yang menyebabkan masalah penyesuaian sosial tersebut.

Berikut bagan upaya meningkatkan penyesuaian sosial remaja di panti asuhan:



Bagan 1. Teknis pelaksanaan upaya meningkatkan penyesuaian sosial anak asuh usia remaja di panti asuhan

### **Langkah Pertama**

Langkah pertama adalah pemberian instrumen untuk mengidentifikasi sumber masalah penyesuaian sosial yang dialami anak asuh usia remaja di panti asuhan. Instrumen yang disiapkan adalah berupa pernyataan untuk mengidentifikasi sumber masalah penyesuaian sosial yang dialami anak asuh usia remaja di panti asuhan apakah bersumber dari pemikiran rasional atau irrasional individu tersebut.

### **Langkah Kedua**

Langkah kedua adalah berupa tindak lanjut dari instrumen yang telah diberikan. Tindak lanjut tersebut adalah mengelompokkan anak asuh usia remaja kepada kelompok remaja yang memiliki sumber masalah dari pemikiran irrasional atau bukan dari pemikiran irrasionalnya

### **Langkah Ketiga**

Langkah ketiga adalah pemberian alternatif bantuan terhadap masalah penyesuaian sosial yang dialami anak asuh usia remaja yang tinggal di panti asuhan. Kelompok anak asuh yang memiliki masalah penyesuaian sosial yang bersumber dari pemikiran irrasional diberikan bantuan berupa *REBT setting group*. Hal ini berdasar dari fungsi dari konseling REBT yang mampu memperbaiki pemikiran irrasional individu. Pemanfaatan *setting group* diupayakan karena *setting group* dinilai lebih efektif untuk memperbaiki masalah individu yang berhubungan dengan hubungan sosial individu. Teknis pelaksanaan *REBT setting group* adalah dengan membahas masalah penyesuaian sosial masing-masing individu di dalam kelompok tersebut. Setiap masalah penyesuaian sosial individu dibahas dan dicarikan jalan keluarnya melalui kegiatan konseling *REBT setting group* yakni dengan cara mengubah cara pemikiran irrasional individu menjadi lebih rasional.

Alternatif bantuan yang diberikan kepada kelompok anak asuh usia remaja yang mengalami masalah penyesuaian sosial yang bukan bersumber dari pemikiran irrasional mereka adalah layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok dinilai efektif untuk memperbaiki keadaan individu yang mengalami masalah penyesuaian sosial karena layanan bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan salah satu cara efektif untuk membelajarkan individu agar mampu melakukan proses penyesuaian sosial dengan lingkungan

### **Langkah Keempat**

Langkah keempat adalah melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan *REBT setting group* dan layanan bimbingan kelompok. Setelah melakukan evaluasi, diketahui hasil dari pelaksanaan *REBT setting group* dan layanan bimbingan kelompok maka selanjutnya ditentukan apakah individu tersebut sudah tidak mengalami masalah penyesuaian sosial atau bahkan memerlukan lagi tambahan layanan.

Materi Peni Ramanda and Ramdani / Jurnal Kopasta 3 (2016) 14 - 22  
 sosial tersel  
 Diantaranya .....

penyesuaian  
 du tersebut.

Kegiatan/Topik	Tujuan
Sifat terbuka	Agar anggota kelompok mampu terbuka dalam memecahkan masalah.
Komunikasi antar pribadi	Agar anggota kelompok mampu berkomunikasi dan berinteraksi dengan baik.
Bertanggung jawab	Agar anggota kelompok mampu bertanggung jawab dalam kehidupan sosial.
Manajemen diri	Agar anggota kelompok memiliki manajemen yang baik dalam mengatur diri sendiri.

## Penutup

Masalah penyesuaian sosial yang dialami oleh individu membutuhkan jalan keluar yang tepat. Jalan keluar yang diberikan mestinya harus sesuai dengan sumber masalah dari individu tersebut. Masalah penyesuaian sosial yang berasal dari pemikiran irrasional, diberikan alternatif bantuan berupa *REBT setting group*. Namun jika sumber masalah penyesuaian sosial individu adalah bukan dari pemikiran irrasionalnya, maka pemberian layanan bimbingan kelompok adalah cara efektif untuk menyelesaikan masalah individu tersebut.

Pemberian bantuan untuk menyelesaikan masalah penyesuaian sosial remaja tersebut merupakan tugas bersama, yakni segenap keluarga yang berada di lingkungan panti asuhan. Nemun untuk hasil yang lebih maksimal, mestinya panti asuhan memiliki seorang konselor yang berkompeten dalam memberikan layanan bimbingan kelompok ataupun *REBT setting group*.

## Daftar Pustaka

- Ali, M., & Asrori, M. (2004). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Chaplin J.P. (2004). *Kamus Lengkap Psikologi*. Terjemahan oleh Kartini Kartono. Jakarta: Rajawali Pers.
- Ausubel. (2002). *Theory and Problems of Adolescent Development (3rd. ed)*. Lincoln: Universe.
- Ellis, A., dan Dryden, W. (2003). *Albert Ellis Live!*. London: SAGE Publications.
- Hartati, L., dan Respati, W.S. (2012). "Kompetensi Interpersonal pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Asrama dan yang Tinggal di Panti Asuhan *Cottage*". *Jurnal Psikologi*, (Online), Vol. 10, No. 2, ([www.e-jurnal.com/2013/09/kompetensi-interpersonal-pada-remaja.html?m=1](http://www.e-jurnal.com/2013/09/kompetensi-interpersonal-pada-remaja.html?m=1), diakses 12 Mei 2015).

