


# Profil Resiliensi Remaja Putri di Panti Asuhan dilihat Pada Aspek *Empathy*, *Emotion Regulation* dan *Self-Efficacy*

Yenti Arsini<sup>1</sup> , Nandang Rusmana<sup>2</sup> , Nani Sugandhi<sup>3</sup>  
Universitas Pendidikan Indonesia Bandung, Indonesia<sup>1, 2, 3</sup>  
 [yentiarsini73@gmail.com](mailto:yentiarsini73@gmail.com)

Submitted: 2022-02-06

Revised: 2022-02-13

Accepted: 2022-03-3

Copyright holder:

© Arsini, Y., Rusmana, N., & Sugandhi, N. (2022)

This article is under:



How to cite:

Arsini, Y., Rusmana, N., & Sugandhi, N. (2022). Profil Resiliensi Remaja Putri di Panti Asuhan dilihat Pada Aspek *Empathy*, *Emotion Regulation* dan *Self-Efficacy*. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1).  
<https://doi.org/10.51214/bocp.v4i1.151>

Published by:

Kuras Institute

Journal website:

<https://journal.kurasinstitute.com/index.php/bocp>

E-ISSN:

2656-1050

**ABSTRACT:** *This study aims to describe the resilience profile of adolescent girls at the Aisyah Muhammadiyah Orphanage, North Sumatera. In this study, we will discuss aspects of resiliensi in the daily lives of adolescents in orphanages which include the aspects of, a).Emotion, b).Impulse control, c).Optimistic. d).Causal analysis, d),Empathy, e).Self efficacy, f).Reaching out. There are 30 young womwn, 17 people at the junior high school level and 13 people at senior high school level. To obtain data in this study, interviews and questionnaires related to aspects of resiliensi were carried out. From the results of the study, it was found that in general the resilience of adolescent girls was in the medium category as many as 28 peopel (93.3%), and the low category as many as 2 people (6.67%). From the results of this study, a guidance will be created for young women in orphanages in strengthening and growing strong resilience in facing various problems and challenges in the future.*

**KEYWORDS:** *Profil Resiliensi Remaja Putri, Panti Asuhan*

## PENDAHULUAN

Panti asuhan salah satu lembaga pelayanan sosial yang didirikan baik oleh pemerintah maupun lambaga sosial masyarakat yang bertujuan untuk memberikan bantuan terhadap individu, kelompok masyarakat dalam upaya memenuhi kebutuhan kehidupan sosial yang dapat berfungsi sosial. Pada kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) dituliskan pengertian panti asuhan yaitu rumah tempat memelihara dan merawat anak yatim atau yatim piatu dan sebagainya. Sedangkan menurut Departemen sosial (Depsos RI) (2004), menyatakan bahwa Panti Sosial Asuhan Anak adalah 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 kepribadianya sesuai dengan yang diharapkan sebagai bagaian dari generasi penerus cita-cita bangsa dan sebagai insan yang akan turut serta aktif dalam bidang pembangunan nasional.

Secara konseptual dapat dikatakan bahwa panti asuhan adalah suatu lembaga yang memberikan pelayanan sosial kepada anak-anak terlantar, memberikan pelayanan pengganti perwakilan anak-anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial pada anak asuh, sehingga anak asuh mendapatkan kesempatan yang luas dan memadai bagi perkembangan kepribadian sesuai dengan yang diharapkan sebagaian dari penerus cita-cita bangsa dan sebagai insan yang aktif dalam pembangunan sosialnya (Depsos RI, 2004). Berdasarkan data Depsos RI dalam penelitian *Save the Children* dan Unicef tahun (2008), jumlah panti asuhan diseluruh Indonesia diperkirakan 5.000 hingga 8.000 dengan 1,4 juta anak yang diasuh.

Selain itu, hasil data survei) menemukan anak panti asuhan di Indonesia telah mencapai 3,2 juta dengan jumlah panti asuhan meningkat pesat, tidak sebanding dengan jumlah pengasuhan dan panti asuhan (Shintaningtyas, A., & Wibawa, D. S. 2020). Panti Asuhan Aisyiah Putri Kecamatan Medan Tembung Kota Medan adalah salah satu panti asuhan yang berdiri sebagai wujud usaha untuk membantu meningkatkan kesejahteraan sosial remaja. Remaja yang ditampung dalam panti asuhan tersebut adalah anak-anak yang tidak memiliki ayah, ibu atau keduanya dan anak-anak dari keluarga miskin sehingga orang tua tidak mampu memberikan kehidupan yang layak bagi anak. Panti asuhan ini berfungsi sebagai lembaga sosial di mana dalam kehidupan sehari-hari anak diasuh, didik, dibimbing, diarahkan, diberikan kasih sayang, dicukupi kebutuhan sehari-hari dan diberikan ketrampilan-ketrampilan.

Di sisi lain, anak-anak dipanti asuhan yang terbiasa hidup bersama banyak teman, dengan kasih sayang dan perhatian pengasuh yang dibagi untuk semua anak, dapat membentuk kemandirian terhadap siswa di panti asuhan tersebut dan berlatih, untuk kemandirian terhadap remaja-remaja di panti asuhan tersebut dan berlatih untuk bertahan dalam kondisi terkadang kurang menyenangkan baginya. Kemampuan individu untuk merespon adversity atau trauma yang dihadapi dengan cara-cara sehat dan produktif (Reivich dan Shatte 2002). Dapat bertahan dan kembali bangkit dari kondisi yang tidak menyenangkan tersebut disebut resiliensi, seperti yang diungkapkan Richardson, (2002) resiliensi adalah proses koping terhadap stresor, kesulitan, perubahan, maupun tantangan yang dipengaruhi oleh faktor protektif. Kemampuan seseorang untuk menghadapi, mengatasi, dan menguatkan diri kembali setelah menemui kondisi tidak menyenangkan atau kesengsaraan yang tidak bisa dihindari. Kemampuan untuk resiliensi tersebut diperoleh dari proses belajar dari pengalaman dan setiap orang mempunyai kapasitas yang berbeda-beda.

Menurut Henderson dan Milstein (Desmita, 2009) remaja yang resiliensi dapat dicirikan dengan individu yang memiliki kompetensi secara sosial, dengan keterampilan hidup seperti: pemecahan masalah, berpikir kritis, kemampuan mengambil inisiatif, kesadaran akan tujuan dan prediksi masa yang khusus, tujuan yang terarah, dan motivasi untuk berprestasi disekolah dan dalam kehidupan. Hasil penelitian yang dilakukan Puspitasari (2006) yaitu hubungan antara pemenuhan kebutuhan kasih sayang dari orang tua dengan resiliensi pada remaja didapatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pemenuhan kasih sayang dengan resiliensi pada remaja. Jauhari (2012) yang melakukan penelitian tentang perbedaan resiliensi antara remaja dalam keluarga bercerai dan remaja dalam keluarga utuh di SMA Negeri kota Malang menunjukkan ada perbedaan resiliensi remaja dalam keluarga bercerai dan remaja dalam keluarga yang utuh. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan peran orang tua dan keluarga sangat mempengaruhi resiliensi yang dimiliki remaja.

Studi yang dilakukan Minnis et,al (2006) menemukan remaja panti asuhan diidentifikasi sering mengalami masalah perilaku dan emosional. Penelitian *United States Department of Health and Human Services* tahun 2007 menemukan lebih dari separuh anak-anak di Panti Asuhan mungkin mengalami setidaknya satu atau lebih gangguan mental 63% di antaranya merupakan korban penelantaran (Bruskas, 2008). Penelitian lain yang mempengaruhi aspek resiliensi remaja yang tinggal di Panti Asuhan. Dewi dan Henu (2015) menyatakan terdapat tiga aspek perilaku yang dapat dikatakan bahwa resiliensi remaja perempuan yang tinggal di panti asuhan rendah, antara lain kurang mampu meluapkan perasaan dalam diri dari lingkungan, kebanyakan remaja yang tinggal di panti asuhan merasa tidak nyaman, menutup diri, dan terakhir sensitivitas yang kebanyakan dimiliki pada perempuan. Permasalahan kondisi mental dan psikis yang kuat bagi remaja dalam mengatasi masalah, dalam hal resiliensi. Resiliensi merupakan sikap yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan seseorang. Secara arti kata, istilah resiliensi berarti daya pegas atau resiliensi adalah kemampuan dasar manusia, yang ada pada semua anak.

Ketika seseorang dilahirkan di dunia, mereka akan dikenalkan mengenai ketahanan atau sikap resiliensi oleh orang tua dan orang-orang terdekatnya melalui lisan maupun tindakan. Lebih lengkapnya, Grotberg (dalam Wiwin Hendriani, 2017) menjelaskan bahwa resiliensi adalah kapasitas

atau kemampuan manusia untuk menghadapi dan mengatasi masalah dalam kehidupannya yang dapat menghasilkan ketahanan dalam diri. Selanjutnya, ketahanan tersebut bahkan diperkuat dengan adanya pengalaman terhadap kondisi yang tidak nyaman. Sikap resiliensi bukanlah hal yang gaib (*magic*), tidak hanya ditemukan pada orang-orang tertentu dan bukanlah pemberian dari sumber yang tidak diketahui. Setiap orang mempunyai kemampuan untuk belajar menjadi seorang yang resiliensi melalui proses belajar terhadap kesulitan dan kondisi yang tidak nyaman.

Reivich dan Shatte (2002) mendefinisikan bahwa resiliensi adalah kapasitas manusia untuk merespon kondisi yang tidak menyenangkan, trauma, atau kesengsaraan dengan cara yang sehat dan produktif, terutama untuk mengendalikan tekanan-tekanan dalam kehidupan sehari-harinya. Desmita (2009) memaparkan definisi resiliensi (daya lentur) sebagai kemampuan atau kapasitas insani yang dimiliki seseorang atau masyarakat yang memungkinkannya untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan, bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, atau bahkan mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi.

Sibert (Eka Aryani, 2013) menyebutkan bahwa resiliensi berarti mampu untuk bangkit kembali dari kemunduran, kehidupan yang luar biasa dan dapat menangani permasalahan dalam kehidupan mereka dengan cara yang sehat dan tangguh. Walaupun mereka membiarkan diri mereka merasa sedih, marah, kehilangan, dan kebingungan ketika terluka dan tertekan, tetapi mereka tidak akan membiarkannya menjadi sebuah keadaan yang tetap atau permanen. Justru dengan adanya keadaan seperti itu, mereka dapat bangkit kembali dan menjadi lebih kuat dari sebelumnya. Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu untuk dapat menghadapi, mengatasi, dan kembali bangkit dalam menghadapi situasi sulit atau kondisi yang tidak menyenangkan.

## METODE

Rancangan Penelitian ini menggunakan jenis penelitian non-eksperimen dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain (Sugiono, 2016) dalam hal ini peneliti ingin mencari data terkait dengan gambaran aspek-aspek Resiliensi pada remaja putri di Panti Asuhan Aisyiah Putri Muhammadiyah Kecamatan Medan Tembung Kota Medan. Dengan pendekatan deskriptif kuantitatif peneliti dapat menggambarkan dan mendeskripsikan bagaimana tingkat Resiliensi remaja putri di Panti Asuhan Aisyiah putri Kecamatan Medan Tembung Kota Medan.

Subjek Penelitian, Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri di Panti Asuhan Aisyiah berjumlah 30 remaja putri yang terdiri dari 17 remaja putri tingkat SLTP, dan 13 remaja putri tingkatan SMU. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *incidental sampling*, ini dilakukan dengan cara menentukan karakteristik subjek berdasarkan keperluan penelitian, dan memilih sampel berdasarkan kebetulan jika dipandang cocok digunakan sumber data (Sugiono, 2016).

Variabel dan Instrumen dalam penelitian ini hanya terdapat satu variabel yang biasa disebut dengan variabel tunggal yaitu Resiliensi Remaja Putri di Panti Asuhan Aisyiah Medan Tembung Kota Medan adalah kemampuan Remaja Putri di Pantu Asuhan Aisyiah Muhammadiyah Medan Tembung Kota Medan untuk memiliki kemampuan dalam menghadapi permasalahan yang ada dalam diri Remaja Putri di Panti Asuhan Aisyiah Muhammadiyah Medan Tembung Kota Medan. Instrumen yang digunakan adalah angket resiliensi scale yang dikembangkan oleh peneliti aspek-aspek yang ada pada resiliensi menurut (Reivich dan Shatte, 2002) yang terdiri dari *emotion regulation*, *impulse control*, *optimis*, *causal analysis*, *empathy*, *self efficacy*, dan *reaching out*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis angket pada remaja putri di Panti Asuhan Aisyiah Putri Kecamatan Medan Tembung Kota Medan secara umum resiliensi remaja putri berada pada kategori sedang sebanyak 28 orang (93,3%) dan kategori rendah sebanyak 2 orang (6,67%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 1.0. Dilihat dari setiap aspek diperoleh hasil resiliensi remaja putri panti asuhan pada dimensi *empathy* berada pada kategori sedang sebanyak 17 orang (56,67%). Pada *emotion regulation* pada remaja putri panti asuhan kategori rendah sebanyak 2 orang (6,67%). Kategori sedang sebanyak 28 orang (93,33%). Sedangkan rendah sebanyak 2 orang (6,67%). Sedangkan dimensi yang paling tinggi adalah *Self Efficacy* 13 orang (43,33%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 1.1.

Untuk mendapatkan keakuratan antara data angket maka dilakukan wawancara kepada lima belas orang remaja putri panti asuhan sebagai responden. Hasil yang diperoleh bahwa secara umum remaja putri panti asuhan memiliki rasa empati apabila ada sesuatu yang dialami antara anggota panti mereka akan merasakan apa yang dialami anggota seperti perasaan sedih, rindu kepada orang tuanya maka, mereka akan merasakan hal yang sama, karena kondisi dan permasalahan yang mereka hadapi dan alami sama, yaitu sama-sama tidak mempunyai orang tua atau jauh dari sanak family.

Pada aspek resiliensi *emotion regulation* dapat dilakukan dengan membaca Al-qur'an, dengan membaca Al-qur'an akan dapat mengontrol *emotion regulation*, dan dapat berpikir positif dalam menjalani kehidupan dipanti sehingga akan menjadi remaja putri yang memiliki resiliensi yang tangguh. Resiliensi yang dimiliki remaja putri panti asuhan hendaknya dapat menjadi individu-individu yang memiliki resiliensi yang dapat bertahan dimanapun berada.

Resiliensi dapat digambarkan sebagai kualitas yang dapat digunakan untuk mendorong proses adaptasi dan transformasi walaupun berada pada peristiwa yang tidak diinginkan, seperti anak-anak panti asuhan yang harus dapat menerima keadaan dan kondisi tanpa kedua orangtua lagi, mereka harus dapat bertahan dan menghadapi kenyataan yang ada, mereka harus bangki, mereka harus dapat berjuang dalam kondisi apapun walaupun sudah tidak memiliki kedua orang tuanya lagi. Dengan kondisi seperti ini diharapkan remaja putri panti asuhan dapat beradaptasi yang positif saat mengalami suatu pengalaman sulit atau traumatis, hal tersebut telah terjadi proses resiliensi pada diri remaja putri panti asuhan, karena resiliensi merupakan suatu proses yang dinamis (Luthar & Cicchetti, 2000). Untuk menjadi remaja putri yang tangguh harus memiliki kesungguhan dan keyakinan akan kemampuan dalam melakukan sesuatu disegala situasi dan kondisi Grotberg, (dalam Wiwin Hendriani, 2017). Semangkin banyaknya remaja putri panti asuhan bertemu dengan tantangan, dan selalu bisa menghadapinya maka semakin resiliensi akan terbangun pada diri remaja putri panti asuhan (Stuntzer & Hartley, 2014). Dalam hal dapat diartikan bahwa resiliensi merupakan proses dalam diri individu yang selalu bergerak terus dan tumbuh berkembang sebagai dampak adanya tantangan yang terjadi pada diri remaja putri panti asuhan hendaknya. Pada hasil analisis terdapat skor angket remaja putri panti asuhan, diketahui ada dua orang yang memiliki skor

Tabel 1.0 Profil Umum Resiliensi Remaja Putri Panti Asuhan

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	0	0%
Sedang	28	93,3%
Rendah	2	6,7%

Tabel 1.1 Hasil Pengukuran Aspek, *Empathy*, *Emotion Regulation* dan *Self-Efficacy*

Kategori	Aspek					
	<i>Empathy</i>		<i>Emotion Regulation</i>		<i>Self Efficacy</i>	
	F	%	F	%	F	%
Tinggi	0	0%	0	%	0	%
Sedang	17	56,67%	28	93,33%	2	6,67%
Rendah	13	43,33%	2	6,67%	28	93,33%

terrendah yang dimiliki oleh FTH dengan skor 109, sedangkan AYS dengan skor 107. Skor yang diperoleh FTH dan AYS, berada pada kategori tinggi akan tetapi skor tersebut mendekati kategori rendah, sehingga dalam permasalahan ini perlu mendapatkan perhatian yang lebih serius ditangani oleh pihak pengasuh panti asuhan aisyah putri Sumatra Utara dan para guru-guru yang ada di sekolah.

Analisis permasalahan yang dialami FTH dan AYS diperoleh dari hasil wawancara pengasuh panti asuhan putri Aisyah Ibu YT, Bahwa FTH dan AYS merupakan anak yatim piatu sejak kecil ditinggalkan kedua orang tuanya, dan selama mereka dipanti asuhan tidak pernah satu keluargapun yang datang untuk melihat mereka. Setiap pengunjung yang datang ia berharap adalah salah satu pihak dari keluarganya. Saat ini FTH dan AYS telah beranjak dewasa dan masuk SMP, udah enam tahun ia dipanti sampai saat belum ada juga pihak keluarga berkunjung melihat mereka. Hal inilah salah satu yang membuat resiliensi mereka bermasalah dan kami dari pihak panti selalu berusaha memberikan perhatian dan bimbingan kepada FTH dan AIY, menjadi remaja yang memiliki ketangguhan dan daya juang dalam menjalani kehidupan sehari-hari dan berusaha berjuang untuk masa depan.

Lingkungan panti asuhan putri Aisyah diciptakan dinamis dengan bermacam perubahannya membuat kehidupan semakin penuh tantangan. Peristiwa traumatik yang dialami silih berganti sangat mempengaruhi kondisi mental dan fisik remaja putri di Panti Asuhan yang dapat mewarnai kehidupan mereka. Resiliensi merupakan kemampuan psikologis yang sangat penting dimiliki remaja putri di panti asuhan. Resiliensi merupakan kompetensi yang paling penting harus dimiliki untuk dapat menghadapi kondisi remaja putri di panti asuhan agar mereka bisa menghadapi kenyataan yang ada dan dapat bangkit kembali untuk menghadapi permasalahan yang ada dalam menyikapi beratnya tantangan hidup (Olson dan DeFrain, 2003) dan memegang peran kunci dalam mencapai perkembangan individu yang sehat secara mental Masten, S.S. (2003).

Remaja putri panti asuhan yang resiliensi bukan individu yang imun, tahan dan dapat terbebas sama sekali dari tekanan. Individu resiliensi bukan seorang yang sakti mandraguna, memiliki tameng sedemikian rupa sehingga selalu bebas dari berbagai kesulitan. Konsep resiliensi tidak menggambarkan hal yang demikian. Ketika menghadapi situasi yang menekan, remaja putri panti asuhan resilien tetap merasakan berbagai emosi negative atas kejadian traumatic yang dialami. Mereka tetap merasakan marah, sedih, kecewa, bahkan mungkin cemas, khawatir, dan takut, sebagaimana individu lain pada umumnya.

Setiap remaja putri panti asuhan mengalami resiko perkembangan dalam menjalani kehidupannya. Persoalan problematika remaja putri panti asuhan hampir sama dengan persoalan remaja pada umumnya (Sholichatun, 2012). Mereka berada dalam suatu komunitas yang memiliki basis nilai kehidupan di panti asuh, Dari hasil penelitian Orly (2012) menyatakan bahwa kerangka konseptual teori stress dan coping. Dalam dunia panti asuhan perlu mengembangkan pribadi yang resiliensi dan hal ini perlu dilakukan dalam setting komunitas.

Dalam pembahasan resiliensi, istilah stress sering digunakan secara bergantian dengan istilah *adversity* (Smith-Osborne, 2007). Keduanya berasosiasi dengan kesulitan dan hambatan, dan situasi-situasi yang menekan. Namun demikian Luthar (2003) menyatakan bahwa resiliensi merupakan proses dinamis yang mencakup adaptasi positif dalam konteks situasi sulit, mengandung bahaya mau kapun hambatan yang signifikan, maka kata signifikan tersebut menunjukkan bahwa karakteristik tersebut menunjukkan stress dalam konsep resiliensi haruslah pada level yang cukup berat untuk dihadapi oleh remaja putri dipanti asuhan.

Rutter (2003) menyatakan bahwa resiliensi merupakan hasil dari upaya mengelola berbagai macam resiko atau hal yang berpotensi memunculkan krisis dengan cara-cara yang positif. Di dalam resiliensi keberadaan faktor-faktor protektif (personal, sosial, keluarga, jejaring keamanan institusional) yang memungkinkan individu untuk tetap bertahan dalam kehidupan (VanBreda, 2001). Dalam Resiliensi kultural yang dimiliki remaja putri Panti Asuhan ini sangat berhubungan dengan nilai-

nilai sosial, toleransi dan keagamaan tersendiri. Nilai-nilai budaya panti asuhan putri Aisyah dengan menggunakan pendekatan agama, yaitu Islam. Agama Islam membarikan cara pandang bagi para remaja putri di panti asuhan, dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan yang terjadi dalam kehidupan yang bisa berdampak dalam kehidupan yang berisiko stress atau depresi. Kaplan (dalam Wiwin Hendriani, 2017) mendefinisikan faktor risiko sebagai "prediktor awal" dari sesuatu yang tidak diinginkan atau sesuatu yang membuat individu semakin rentan terhadap hal-hal yang tidak diinginkan. Luthar (dalam Wiwin Hendriani, 2017) lebih lanjut mendefinisikan faktor risiko sebagai sebuah variabel yang memfasilitasi munculnya problem perilaku, sebagai respons yang lebih lanjut dari stress.

Dalam sejumlah *literature*, tentang faktor risiko sering kali tumpang tindih stresor yang menjadi penyebab dari munculnya stress. Pada dasarnya, faktor risiko berbeda dengan stresor. Jika stresor atau sumber stress adalah segala sesuatu yang menyebabkan munculnya stress, maka faktor risiko adalah segala sesuatu yang berpengaruh, yang turut menentukan kerentanan seseorang terhadap stress ketika berhadapan atau terpapar oleh stresor (Artemiadis, 2011). Semakin rentannya terhadap stress, semakin besar kemungkinan individu, untuk memunculkan respons perilaku yang tidak adaptif, yang semakin membantunya terjebak dalam tekanan yang berkepanjangan.

Berbagai macam situasi yang dapat munculnya faktor risiko pada diri remaja putri panti asuhan Aisyah, baik dalam level individual, keluarga, komunitas maupun lingkungan yang lebih luas. Dalam konteks tersebut resiliensi sebagai faktor risiko yang harus dipertimbangkan besarnya bahaya, hambatan, atau tekanan yang ditimbulkan dan dirasakan oleh individu yang bersangkutan (Kalil, 2003; Luthar 2003). Reivich dan Shatte (2002) mengemukakan bahwa ada 7 aspek yang membentuk resiliensi yaitu; a) *Emotion regulation* (pengendalian emosi) Pengendalian emosi sehingga tetap tenang meskipun berada dalam situasi dibawah tekanan, b) *Impulse control* (pengendalian dorongan) atau dorongan-dorongan dalam dirinya. Kemampuan ini akan mendorong kemampuan berpikir seseorang yang jernih dan akurat, c) *Optimism* (optimis) Resiliensi memberikan kemampuan pada diri seseorang untuk selalu optimis, sehingga percaya bahwa dapat berubah menjadi lebih baik, d) *Causal analysis* (analisis penyebab masalah) Kemampuan menganalisis masalah pada individu dapat dilihat dari bagaimana ia mengidentifikasi penyebab dari masalah masalah dengan akurat, e) *Empathy* (empati) merupakan kemampuan individu untuk turut merasakan dan mengerti bagaimana perasaan dan emosi orang lain, f) *Self efficacy* (efikasi diri) adalah kepercayaan individu bahwa ia mampu mengatasi semua permasalahan dengan keyakinan terhadap kekuatan yang dimilikinya, g) *Reaching out* (kemampuan untuk meraih apa yang diinginkan) Salah satu aspek ini menggambarkan tentang kemampuan individu untuk mengatasi ketakutan-ketakutan yang mengancam sehingga tidak menghambat ia mencapai apa yang dinginkannya.

## KESIMPULAN

Penguatan resiliensi terhadap permasalahan yang dihadapi remaja putri di panti asuhan Aisyah sangatlah memberikan pengaruh dalam membentuk keyakinan kekuatan dalam diri remaja yang tinggal dipanti. Proses untuk menjadikan remaja putri dipanti asuhan Aisyah yang memiliki kekuatan dalam menghadapi keadaan yang ada. Dalam hal sangat diperlukan sekali peranan para pengasuh asrama remaja panti asuhan Aisyah. Menghadapi kenyataan dalam perubahan yang sangat besar ditinggalkan kedua orang tua yang disayangi, hal ini akan menjadi perubahan dari diri individu remaja putri di panti asuhan. Seperti dikemukakan salah seorang partisipan, yang menyatakan keadaan tertekan, sedih, bingung ketika ditinggalkan orang-orang yang disayangi meninggalkannya. Hal ini yang menyebabkan kebingungan dan merasa sulit mempercayai kondisi baru yang tidak diharapkan. Hasil analisis data penelitian mengidentifikasi proses resiliensi individu remaja putri dipanti asuhan terbagi dalam empat fase stress. Fase ini banyak didominasi oleh munculnya sikap dan perilaku yang menunjukkan semakin besarnya tekanan yang dialami individu. Sedih, cemas dan beragam kekhawatiran semakin banyak muncul. Fase berikutnya rekonstruksi diri, setelah sekian waktu waktu

merasakan beratnya tekanan menghadapi kenyataan yang baru. Individu mulai menyesuaikan diri, bangkit dari dominasi emosi negative menuju ke kondisi psikologis yang lebih tenang dan bersemangat untuk melanjutkan hidup. Fase ketika Penguatan, fase ini terdapat beberapa hal yang semakin membantu individu menghilangkan tekanan yang sebelumnya dirasakan, dilalui individu dengan berbagai aktivitas yang berfungsi menguatkan kondisi psikologis, menstabilkan emosi yang kadangkala masih bersifat fluktuatif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Artemiadis, A. K., Anagnostouli, M. C., & Alexopoulos, E. C. (2011). Stress as a risk factor for multiple sclerosis onset or relapse: a systematic review. *Neuroepidemiology*, 36(2), 109-120. <https://doi.org/10.1159/000323953>
- Aryani, E. (2019). Korelasi Antara Keterampilan Sosial dengan Resiliensi Pada Siswa Smk Negeri 1 Salam Pasca Bencana Lahar Dingin Merapi. *Medikons: Jurnal Prodi Bimbingan dan Konseling Unisri Surakarta*, 5(1). <https://ejurnal.unisri.ac.id/index.php/mdk/article/view/2822>
- Bruskas, D. (2008). Children in foster care: A vulnerable population at risk. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 21(2), 70-77. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6171.2008.00134.x>
- Dewi, G. K., & Cahyani, B. H. (2015). Resiliensi pada remaja yatim piatu yang tinggal di panti asuhan. *Jurnal Spirits*, 5(2), 29-36. <https://doi.org/10.30738/spirits.v5i2.1063>
- Desmita, D. (2009). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Remaja Rosdakarya. [Google Scholar](#)
- DeFrain, J., & Asay, S. M. (2007). Family strengths and challenges in the USA. *Marriage & Family Review*, 41(3-4), 281-307. [https://doi.org/10.1300/J002v41n03\\_04](https://doi.org/10.1300/J002v41n03_04)
- Depsos, R. I. (2004). Model pendekatan Sosial Budaya Dalam Penyiapan dan Pemanjapan Pemberdayaan Komunitas Adat Terpencil. *Depsos RI*. [Google Scholar](#)
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologis: sebuah pengantar*. Kencana. [Google Scholar](#)
- Luthar, S.S. (2003). *Resilience and vulnerability, Adaptation in the Context of Childhood Adversities*. Cambridge: Cambridge University Press. [Google Scholar](#)
- Luthar, S.S., Cicchetti, D., Becker, B., (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*; 71 (3): 543-562 <http://www.Pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=1885202>. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Masten, A. S., & Powell, L. (2003). A Resilience framework for research, policy. *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities, 1*. [Google Scholar](#)
- Minnis, H., Everett, K., Pelosi, A. J., Dunn, J., & Knapp, M. (2006). Children in foster care: Mental health, service use and costs. *European child & adolescent psychiatry*, 15(2), 63-70. <https://doi.org/10.1007/s00787-006-0452-8>
- Orly, S., Rivka, B., Rivka, E., & Dorit, S. E. (2012). Are cognitive-behavioral interventions effective in reducing occupational stress among nurses?. *Applied Nursing Research*, 25(3), 152-157. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2011.01.004>
- Puspitasari, Y. (2006). *Hubungan antara pemenuhan kebutuhan kasih sayang dari orang tua dengan resiliensi pada remaja* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang). [Google Scholar](#)
- Reivich, K & Shatte, A. (2002). *The resilience faktor: 7 essential skills for overcoming life,s inevitable*. New york: Broadway Books. [Google Scholar](#)
- Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of clinical psychology*, 58(3), 307-321. <https://doi.org/10.1002/jclp.10020>
- Sholichatun, Y. (2012). Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial Sebagai Moderator Hubungan Stress dan Resiliensi Pada Anak Didik di Lapas Anak. *Disertasi Program Doctor Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada*. [Google Scholar](#)

- Shintaningtyas, A., & Wibawa, D. S. (2020). Gambaran Faktor-Faktor Resiliensi Pada Remaja Perempuan Yang Tinggal Di Panti Asuhan. *Manasa*, 9(2), 1-15. <https://doi.org/10.25170/manasa.v9i2.1962>
- Sugiono, S. (2016). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r & d. *Bandung: Alfabeta*. [Google Scholar](#)
- Stuntzner, S., & Hartley, M. (2014). Resilience, coping, & disability: The development of a resilience intervention. *Vistas Online*. [Google Scholar](#)
- Smith-Osborne, A. (2007). Life span and resiliency theory: A critical review. *Advances in social work*, 8(1), 152-168. [Google Scholar](#)
- Van Breda, A. D. (2001). Resilience theory: A literature review. *Pretoria, South Africa: South African Military Health Service*. [Google Scholar](#)