



Gambaran Resiliensi Anak Panti Asuhan Ditinjau dari Perbedaan Latar Belakang Keluarga

Zahra Mufatihah¹, Jelyanah², Rima Ayu Lestari³, Anisa Siti Nurjanah⁴

^{1,4}Universitas Sriwijaya, Palembang, ✉ (e-mail) jelyanah6@gmail.com

*Corresponding Author, E-mail: myfatihahra@gmail.com

Received: 03/11/2025

Accepted: 06/12/2025

First Published: 31/12/2025

Published by:

Prodi Bimbingan Konseling,
FKIP - Universitas Nusa Cendana
Kupang - NTT



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2022 by author

Abstract

Adolescence is a transitional phase toward adulthood characterized by emotional and social challenges, particularly for orphanage adolescents who experience limited family support and the structured dynamics of institutional care. This study aims to explore how resilience develops among orphanage adolescents, examined through Grotberg's (1999) framework of resilience as the primary analytical lens. Using a qualitative case study design, data were collected through interviews and observations involving two female adolescents living in an orphanage with different family backgrounds. The findings reveal that resilience is formed through three interrelated aspects: I Have, I Am, and I Can. Social support from caregivers and peers fosters a sense of security (I Have), personal strengths such as empathy and self-confidence nurture perseverance (I Am), while communication skills and emotional regulation facilitate positive adaptation (I Can). Overall, the resilience of orphanage adolescents emerges from the interaction between external social support, internal personal strengths, and socio-emotional competencies that enable them to grow into strong, adaptive, and independent individuals.

Keyword: resilience, adolescence, orphanage

Abstrak

Masa remaja adalah fase transisi menuju dewasa yang penuh tantangan emosional dan sosial, terutama bagi remaja panti asuhan yang hidup dengan dukungan keluarga terbatas dan aturan lembaga. Penelitian ini bertujuan memahami bagaimana resiliensi terbentuk pada remaja panti asuhan menggunakan kerangka resiliensi Grotberg (1999). Penelitian menggunakan metode kualitatif studi kasus melalui wawancara dan observasi pada dua remaja perempuan. Analisis data dilakukan melalui proses reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan yang diperkuat dengan triangulasi untuk memastikan keabsahan temuan. Hasil menunjukkan bahwa resiliensi berkembang melalui tiga aspek: I Have, I Am, dan I Can. Dukungan sosial memberi rasa aman (I Have), kekuatan pribadi seperti empati dan percaya diri membangun ketangguhan (I Am), sedangkan kemampuan komunikasi dan regulasi emosi mendukung adaptasi positif (I Can). Resiliensi muncul dari interaksi dukungan sosial, kekuatan diri, dan keterampilan sosial-emosional.

Kata Kunci: Resiliensi, Remaja, Panti Asuhan

Citation: Zahra Mufatihah, Jelyanah, Rima Ayu Lestari & Anisa Siti Nurjanah. (2025). Gambaran Resiliensi Anak Panti Asuhan Ditinjau dari Perbedaan Latar Belakang Keluarga. *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora*, 3(3). DOI: <https://doi.org/10.35508/jbkf.v3i3.25774>

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan tahap peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Periode ini sering dipandang sebagai lanjutan dari masa kanak-kanak sebelum seseorang benar-

benar mencapai kedewasaan. Menurut Hurlock (2003), masa remaja adalah masa transisi yang sulit. Orang-orang pada usia ini telah meninggalkan masa kanak-kanak yang penuh dengan ketergantungan, tetapi mereka belum sepenuhnya siap untuk memasuki dunia dewasa yang menuntut tanggung jawab yang lebih besar terhadap masyarakat dan diri mereka sendiri. Masa remaja didefinisikan sebagai masa yang berada pada rentang usia antara 10 dan 19 tahun, yang ditandai dengan pertumbuhan fisik yang cepat, kematangan seksual, perkembangan psikologis, dan transisi dari ketergantungan sosial ekonomi menuju kemandirian relatif (Maaan et al., 2021).

Masa remaja merupakan tahap peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Periode ini sering dipandang sebagai lanjutan dari masa kanak-kanak sebelum seseorang benar-benar mencapai kedewasaan. Menurut Hurlock (2003), masa remaja adalah masa transisi yang sulit. Orang-orang pada usia ini telah meninggalkan masa kanak-kanak yang penuh dengan ketergantungan, tetapi mereka belum sepenuhnya siap untuk memasuki dunia dewasa yang menuntut tanggung jawab yang lebih besar terhadap masyarakat dan diri mereka sendiri. Masa remaja didefinisikan sebagai masa yang berada pada rentang usia antara 10 dan 19 tahun, yang ditandai dengan pertumbuhan fisik yang cepat, kematangan seksual, perkembangan psikologis, dan transisi dari ketergantungan sosial ekonomi menuju kemandirian relatif (Maaan et al., 2021).

Masa remaja sering kali diwarnai dengan tantangan emosional, pencarian jati diri, dan penyesuaian terhadap tuntutan sosial yang semakin kompleks. Oleh karena itu, kemampuan remaja untuk beradaptasi dan mengatasi tekanan menjadi faktor penting yang menentukan keberhasilan mereka dalam mencapai kematangan pribadi dan sosial (Jaureguizar et al., 2018). Namun, bagi anak-anak yang tinggal di panti asuhan, masa remaja menghadirkan tantangan yang lebih besar dibandingkan remaja pada umumnya. Keterbatasan dukungan emosional dari keluarga inti, pengalaman kehilangan orang tua, serta dinamika kehidupan dalam lingkungan lembaga pengasuhan dapat menimbulkan tekanan psikologis yang tinggi. Anak-anak panti asuhan sering kali menghadapi perasaan kesepian, rendah diri, dan keterbatasan dalam memperoleh kasih sayang yang konsiste (Deavy & Karmiyati, 2024). Kondisi ini berpotensi menghambat perkembangan sosial-emosional mereka apabila tidak diimbangi dengan mekanisme pertahanan diri yang adaptif. Meskipun demikian, tidak semua anak panti asuhan menunjukkan dampak negatif dari pengalaman hidup tersebut.

Pada masa remaja, individu memiliki kemampuan untuk beradaptasi, bangkit, dan terus berkembang meskipun menghadapi berbagai tantangan. Kemampuan ini dikenal dengan istilah resiliensi. Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri, bertahan, serta tetap tegar dalam menghadapi berbagai situasi yang sulit dan menekan. Selain itu, resiliensi juga mencakup kemampuan untuk bangkit kembali atau pulih (recovery) setelah mengalami tekanan atau pengalaman negatif, sehingga individu mampu melanjutkan kehidupannya dengan lebih kuat dan adaptif (Apriawal, 2022). Ini juga mencakup kemampuan untuk pulih, berkembang, dan menghadapi tantangan baru (Mir'atunnisa et al., 2019). Resiliensi merupakan respon yang sehat terhadap lingkungan yang menimbulkan efek negatif seperti stress (Putri & Tobing, 2020). Grotberg (1995) menjelaskan bahwa resiliensi terbentuk melalui tiga komponen utama, yaitu *I Have* (dukungan eksternal seperti keluarga, teman, dan lingkungan yang mendukung), *I Am* (kekuatan internal seperti rasa percaya diri dan harga diri), serta *I Can* (kemampuan sosial dan emosional untuk menyelesaikan masalah). Ketiga komponen ini berperan penting dalam membangun kemampuan anak untuk menghadapi tekanan hidup. Dalam konteks anak panti asuhan, faktor-faktor seperti dukungan pengasuh,

hubungan antar teman sebaya, nilai spiritualitas, dan pengalaman hidup sebelumnya dapat menjadi penentu dalam pembentukan resiliensi (Masten & Barnes, 2018).

Penelitian ini berfokus pada dua anak panti asuhan yang memiliki latar belakang kehidupan berbeda, dengan tujuan memahami bagaimana pengalaman hidup mereka berperan dalam membentuk resiliensi. Masing-masing anak membawa kisah dan beban masa lalu yang unik. Salah satu anak berasal dari keluarga broken home, di mana perpisahan orang tua dan konflik dalam rumah tangga meninggalkan luka emosional yang mendalam. Ia harus belajar menerima kenyataan kehilangan kasih sayang dan perhatian keluarga secara utuh. Sementara itu, anak lainnya berasal dari keluarga dengan keterbatasan ekonomi, yang membuat orang tuanya tidak mampu lagi memenuhi kebutuhan dasar dan akhirnya menitipkannya ke panti asuhan demi kehidupan yang lebih layak.

Meskipun keduanya kini tinggal di tempat yang sama, yaitu panti asuhan, pengalaman hidup yang berbeda tersebut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap cara mereka menghadapi tekanan, beradaptasi dengan lingkungan baru, serta membangun ketahanan diri dalam menghadapi tantangan. Anak yang berasal dari keluarga broken home mungkin lebih rentan terhadap masalah emosional, namun dapat mengembangkan kekuatan batin dari proses penerimaan dan penyesuaian diri. Sedangkan anak yang berasal dari latar belakang ekonomi lemah mungkin memiliki daya juang yang tinggi karena terbiasa hidup dalam keterbatasan. Perbedaan ini menjadi dasar penting untuk memahami bagaimana resiliensi terbentuk dan berkembang pada anak-anak panti asuhan dengan latar belakang yang beragam.

Pendekatan studi kasus dipilih agar peneliti dapat menggali lebih dalam proses psikologis, sosial, dan emosional yang dialami oleh setiap subjek. Melalui observasi dan wawancara, peneliti berupaya memahami bagaimana anak-anak panti asuhan ini mengelola emosi, menjalin hubungan dengan teman sebaya maupun pengasuh, serta menemukan cara-cara untuk tetap bertahan dan berpikir positif di tengah keterbatasan. Pendekatan ini memungkinkan peneliti melihat resiliensi bukan hanya sebagai kemampuan untuk “kuat menghadapi masalah”, tetapi juga sebagai proses belajar, beradaptasi, dan menemukan makna dari pengalaman hidup yang sulit.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih nyata mengenai dinamika resiliensi anak-anak panti asuhan, serta menjadi bahan pertimbangan bagi lembaga pengasuhan dalam menyusun program pembinaan yang lebih adaptif dan berpusat pada kebutuhan emosional anak. Dengan adanya pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana resiliensi terbentuk, diharapkan pihak panti asuhan, konselor, dan pengasuh dapat mendukung anak-anak untuk tumbuh lebih percaya diri, mandiri, dan mampu menghadapi tantangan hidup dengan cara yang positif.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus untuk menggali secara mendalam faktor-faktor resiliensi pada remaja perempuan yang tinggal di panti asuhan. Karena peneliti terlibat langsung di lapangan, pendekatan kualitatif deskriptif dianggap paling sesuai untuk menggambarkan dan menginterpretasikan fenomena sebagaimana adanya (Zellatiffanny & Mudjiyanto, 2018)

Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas dua partisipan utama (informan kunci) yang merupakan remaja perempuan tinggal di panti asuhan dengan latar belakang keluarga yang

berbeda. Partisipan pertama berasal dari keluarga bercerai, sedangkan partisipan kedua berasal dari keluarga kurang mampu. Kedua partisipan dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kesesuaian dengan kriteria penelitian, yaitu remaja yang tinggal di panti asuhan dan bersedia berpartisipasi secara sukarela. Selain itu, seorang ibu asuh berperan sebagai informan pendukung untuk memberikan informasi tambahan mengenai dinamika kehidupan dan pembinaan anak di panti.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengambilan data menggunakan wawancara semi terstruktur dengan dua partisipan yang memiliki kriteria remaja yang tinggal di panti. Wawancara dilakukan secara tatap muka (*one-on-one interview*) berdurasi 30–60 menit. Sebelum wawancara dimulai, partisipan diminta mengisi lembar kesediaan berpartisipasi. Untuk memastikan keabsahan data, peneliti menerapkan triangulasi sumber dengan melakukan konfirmasi terhadap teman partisipan di panti asuhan. Selain itu, peneliti melakukan observasi partisipatif guna memperoleh pemahaman kontekstual terhadap kehidupan partisipan.

Dalam proses wawancara tersebut, peneliti juga memasukkan beberapa aspek penting yang berkaitan dengan dinamika psikososial remaja di panti, termasuk *I have*, *I am*, dan *I can*. Pada aspek *I have* yang berfokus pada dukungan dan kepercayaan, peneliti menggali pengalaman partisipan melalui pertanyaan seperti “Siapa orang yang paling kamu percaya atau kamu anggap penting di panti ini?” untuk melihat sejauh mana keberadaan figur signifikan membantu mereka merasa aman. Pada aspek *I am*, yang berkaitan dengan kemampuan mencintai, empati, dan altruistik, peneliti menanyakan “Kalau ada teman yang sedih atau susah, apa yang biasanya kamu lakukan?” guna memahami bagaimana partisipan menunjukkan kepedulian dan hubungan interpersonal di lingkungan panti. Sementara itu, pada aspek *I can* yang menekankan kemampuan komunikasi, partisipan diarahkan untuk menjawab pertanyaan seperti “Kalau kamu nggak setuju sama seseorang, gimana cara kamu ngomongnya biar nggak bikin masalah?” sehingga peneliti dapat melihat bagaimana mereka mengelola perbedaan pendapat secara konstruktif. Integrasi ketiga aspek ini membantu peneliti membaca pola adaptasi dan ketahanan remaja dalam kesehariannya di lingkungan panti.

Teknik Analisis Data

Bagian ini memaparkan cara yang digunakan peneliti dalam melakukan analisis data. Panjang Analisis data dilakukan melalui tiga tahap, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan berdasarkan hasil wawancara dan observasi (Hasan, M. dkk, 2022). Proses analisis dilakukan secara berkesinambungan selama penelitian berlangsung untuk menemukan pola, makna, dan pemaknaan terhadap pengalaman partisipan dalam membangun resiliensi di lingkungan panti asuhan.

Untuk menjaga keabsahan data, peneliti menerapkan triangulasi, baik triangulasi sumber maupun triangulasi proses. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi dari partisipan utama dengan keterangan teman mereka di panti serta hasil observasi lapangan. Selain itu, peneliti juga menerapkan member checking sebagai bagian dari triangulasi proses, yaitu mengonfirmasi kembali kepada partisipan apakah informasi yang mereka sampaikan telah ditangkap dengan benar oleh peneliti. Langkah ini membantu memastikan bahwa interpretasi yang dihasilkan tidak melenceng dari pengalaman sebenarnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini berfokus pada dua anak panti asuhan yang memiliki latar belakang kehidupan berbeda. Wawancara dilakukan terhadap dua partisipan, yaitu partisipan A yang berasal dari keluarga *broken home* dan partisipan B yang berasal dari keluarga dengan kondisi ekonomi sulit dengan tujuan untuk memperoleh gambaran mengenai bagaimana masing-masing individu membangun ketahanan diri melalui pengalaman hidup dan interaksi di lingkungan panti asuhan Resiliensi yang dimaksud mengacu pada konsep Grotberg (1995), yang terdiri atas tiga aspek utama, yaitu *I Have*, *I Am*, dan *I Can*. Setiap aspek dijabarkan melalui indikator-indikator yang dijelaskan dalam penelitian (Shintaningtyas & Wibawa, 2020) yang menjadi fokus dalam penelitian ini.

1. Aspek *I have*

Aspek *I Have* menggambarkan persepsi individu terhadap keberadaan sumber dukungan eksternal yang berperan dalam membentuk ketahanan diri selama proses tumbuh kembang. Hasil wawancara menunjukkan baik partisipan A maupun B memiliki sumber dukungan eksternal yang berpengaruh dalam pembentukan ketahanan diri masing-masing. Kedua partisipan menunjukkan keberadaan figur yang memberikan rasa aman dan keterikatan emosional, meskipun bentuk kelekatan berbeda, menyesuaikan dengan latar belakang keluarga masing-masing.

Partisipan A menunjukkan kelekatan dengan figur pengasuh di panti asuhan, yaitu ibu dan ayah panti, yang telah merawatnya sejak awal tinggal di panti. Partisipan A menilai kedua figur tersebut sebagai sosok yang baik dan dapat memberikan rasa aman. Sebaliknya, partisipan B menempatkan teman sebaya sebagai sumber dukungan utama dan merasa paling dekat dengan salah satu anak asuh di panti karena kenyamanan saat berinteraksi. Dalam memahami struktur dan aturan yang berlaku di panti, kedua partisipan memiliki pengalaman berbeda. Partisipan A mengaku mengalami kesulitan pada awal masa adaptasi, namun kemudian terbantu dengan aturan panti yang menumbuhkan kebiasaan positif, seperti disiplin dalam beribadah dan tanggung jawab. Partisipan B memperoleh kemampuan kepemimpinan dan belajar bertanggung jawab melalui pembagian jadwal pekerjaan rumah di panti. Keduanya sepakat bahwa aturan dan rutinitas menumbuhkan kemandirian.

Kedua partisipan juga menuturkan hal yang sama terhadap indikator kebutuhan dasar dan rasa aman, kedua mengaku bahwa seluruh kebutuhan dasar termasuk pendidikan, kesehatan, dan tempat tinggal telah terpenuhi dengan baik. Hal ini membuat keduanya merasa aman dan nyaman selama tinggal di panti, sehingga rasa aman ini mendukung pembentukan ketahanan diri yang positif.

Tabel 1. Temuan Aspek *I Have*

Indikator	Partisipan A	Partisipan B	Makna Temuan
Dukungan dan Kepercayaan	Figur pengasuh menjadi sumber rasa aman dan kepercayaan diri	Teman sebaya menjadi sumber dukungan emosional utama	Dukungan dari pengasuh atau teman sebaya penting dalam ketahanan diri
Struktur dan Aturan	Aturan panti membentuk disiplin dan kebiasaan positif	Pembagian tugas rumah membentuk kepemimpinan dan tanggung	Lingkungan terstruktur menumbuhkan disiplin, tanggung jawab, dan kemandirian

Akses	Kebutuhan fisik dan	jawab	
Kebutuhan	emosional terpenuhi,	Merasa aman dan	Pemenuhan kebutuhan
Dasar dan Rasa	sehingga merasa	nyaman karena	dasar mendukung rasa
Aman	aman	kebutuhan dasar	aman dan keterikatan
		terpenuhi	emosional

2. Aspek *I Am*

Aspek kedua dalam resiliensi, yaitu *I am*, menggambarkan kekuatan internal yang bersumber dari dalam diri individu. Kedua partisipan memiliki kemampuan empati, kasih sayang, dan kepedulian terhadap orang lain. Indikator bangga dan keyakinan terhadap diri sendiri, partisipan A menuturkan merasa cukup pintar, memiliki nilai akademik yang baik, serta memiliki rasa percaya diri yang baik dikarenakan mendapatkan dukungan dari pengasuh. Partisipan B mengatakan menyadari memiliki banyak bakat seperti suara yang bagus, namun masih malu untuk menunjukkannya.

Kedua partisipan menunjukkan kemampuan mengatur diri dan menjalankan peran dalam komunitas panti. Partisipan A mengatakan terbiasa mengerjakan tugas rumah tangga sendiri dengan meneladani sikap pengasuh dalam menjalankan tanggung jawab, sedangkan partisipan B belajar bertanggung jawab melalui pembagian jadwal harian hingga mampu menyelesaikan pekerjaan secara mandiri. Hal ini mencerminkan keduanya aktif mengambil tanggung jawab pribadi dan mengembangkan kemandirian melalui rutinitas di panti.

Pandangan positif terhadap masa depan terlihat dari penuturan partisipan A yang ingin berkarier baik dan membantu panti, sedangkan partisipan B mengatakan ingin menunaikan haji bagi orang tua dan membantu orang lain. Kedua partisipan memiliki arah hidup yang jelas, percaya pada kemampuan diri, serta optimis terhadap masa depan. Nilai-nilai ini mencerminkan identitas pribadi yang positif sekaligus menjadi sumber motivasi untuk terus berkembang, menghadapi tantangan, dan memandang masa depan dengan harapan.

Tabel 2. Temuan Aspek *I Am*

Indikator	Partisipan A	Partisipan B	Makna Temuan
Mencintai, Empati, dan Altruistik	Menemani teman yang kesulitan, mendengarkan, membantu teman agar tidak merasa sedih atau marah sendirian	Menghibur teman, memberi pelukan, membantu teman karena tinggal bersama di panti	Kedua partisipan menunjukkan empati dan perilaku altruistik, mampu memberikan dukungan emosional antar teman sebaya
Bangga dan Sikap Keyakinan pada Diri Sendiri	Percaya diri dengan prestasi akademik dan dukungan pengasuh	Menyadari bakat diri, meski kadang malu menunjukkannya	Kesadaran dan penghargaan terhadap kemampuan diri mendukung pembentukan identitas positif
Mandiri dan Bertanggung Jawab	Menyelesaikan tugas rumah sesuai yang diajarkan pengasuh	Belajar bertanggung jawab melalui pekerjaan rumah dan jadwal harian	Pengalaman sehari-hari menumbuhkan kemandirian dan tanggung jawab pribadi

Dipenuhi Harapan, Iman, dan Kepercayaan	Memiliki arah hidup jelas, ingin berkarier baik dan membantu panti	Ingin menunaikan haji bagi orang tua dan membantu orang lain	Memiliki motivasi dan pandangan positif terhadap masa depan, rasa percaya diri dan harapan tumbuh melalui pengalaman dukungan sosial
---	--	--	--

3. Aspek *I Can*

Aspek *I Can* menunjukkan kemampuan seseorang dalam mengatasi permasalahan dan interaksi interpersonal. Kedua partisipan menuturkan memiliki kemampuan komunikasi yang baik dalam menghadapi perbedaan pendapat. Partisipan A mengatakan berusaha menyampaikan ketidaksetujuan dengan berbicara secara langsung agar tidak menimbulkan masalah, sedangkan partisipan B mengaku memilih menghindar ketika orang lain tidak mau mendengarkan. Hal ini menunjukkan kemampuan menyampaikan perasaan dan pikiran secara jujur.

Dalam kemampuan menyelesaikan masalah, partisipan A menuturkan cenderung bercerita dan meminta saran kepada pengasuh panti yang dianggap berpengalaman, sedangkan partisipan B mengatakan lebih mengandalkan refleksi dan kekuatan diri sendiri. Perbedaan ini menunjukkan bahwa keduanya memiliki strategi penyelesaian masalah yang adaptif, baik dengan mencari dukungan sosial maupun mengandalkan kemampuan pribadi. Pada aspek kesadaran kritis, partisipan A mengaku mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang sebelum mengambil keputusan, sedangkan partisipan B menuturkan bahwa dirinya yakin terhadap keputusan yang diambil karena percaya pada kemampuan diri sendiri. Keduanya menunjukkan kemampuan berpikir reflektif dan tanggung jawab dalam menentukan pilihan.

Partisipan A dan B juga menunjukkan kemampuan memahami temperamen diri yang baik, ditunjukkan melalui kemampuan mengontrol dan menyalurkan emosi secara positif. Partisipan A mengatakan mengekspresikan emosi secara terbuka dengan berkomunikasi langsung, sedangkan partisipan B mengaku lebih memilih menenangkan diri dengan cara menjauh dari sumber masalah. Keduanya juga menunjukkan kemampuan membangun kepercayaan interpersonal berdasarkan proses interaksi keseharian yang mengarah pada kelekatan dan kesediaannya mendengarkan. Ketika menghadapi kekecewaan, partisipan A menuturkan bahwa ia berusaha menerima keadaan dan melupakan, sementara partisipan B menekankan pentingnya permintaan maaf agar dapat memaafkan dengan ikhlas.

Tabel 3. Temuan Aspek *I Can*

Indikator	Partisipan A	Partisipan B	Makna Temuan
Komunikasi	Menyampaikan pendapat dengan santai dan sopan	Menghindar dari konflik setelah menyampaikan pendapat sekali	Asertif dalam menjaga hubungan sosial
Kemampuan Menyelesaikan Masalah	Meminta saran pengasuh yang dianggap lebih berpengalaman	Mengandalkan refleksi dan kekuatan diri sendiri	Adaptasi dan kemandirian dalam pemecahan masalah
Kesadaran Kritis	Mempertimbangkan konsekuensi	Yakin pada keputusan sendiri	Keputusan matang dan reflektif

Memahami Temperamen Diri	keputusan Mengekspresikan secara terbuka	Menenangkan diri dengan menjauh dari situasi konflik	Regulasi emosi adaptif
Menemukan Seseorang yang Bisa Dipercaya	Terbuka pada pengasuh	Percaya pada teman sebaya	Kepercayaan didasari hubungan kelekatan

Pembahasan

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa resiliensi anak panti asuhan terbentuk melalui keterkaitan antara aspek *I Have*, *I Am*, dan *I Can*, sebagaimana dikemukakan oleh Grothberg (1995). Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa aspek *I Have* menggambarkan adanya dukungan eksternal yang berperan penting dalam membentuk ketahanan diri remaja panti asuhan.

Keberadaan figur pengasuh dan teman sebaya menjadi sumber utama yang menumbuhkan rasa aman serta keterikatan emosional pada partisipan meskipun bentuk kelekatan berbeda berdasarkan latar belakang keluarga masing-masing partisipan. Kepercayaan yang muncul dari hubungan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat terbentuk baik dari pengasuh maupun dari relasi sebaya yang positif.

Keberagaman sumber dukungan mencerminkan kemampuan adaptif anak panti dalam membangun hubungan sosial yang bermakna. Hal ini sejalan dengan penelitian Rohmatin, (2020) yang menyatakan hubungan suportif di lingkungan institusi mampu meningkatkan kesejahteraan emosional dan menumbuhkan rasa aman pada anak asuh. Selain itu, dukungan sosial yang stabil berperan penting dalam membantu anak panti menumbuhkan rasa percaya terhadap lingkungannya, sebagaimana ditegaskan oleh (Barbarosa et al., 2021) di mana semakin tinggi dukungan sosial yang diterima anak, semakin tinggi pula kemampuan anak dalam menghadapi tekanan hidup yang berpengaruh positif dengan tingkat resiliensi pada remaja panti asuhan.

Meskipun pada awalnya baik partisipan A dan B mengalami kesulitan beradaptasi, seiring waktu aturan tersebut justru membantu keduanya menumbuhkan kedisiplinan dan tanggung jawab. Rutinitas di panti menciptakan lingkungan belajar sosial yang efektif, karena nilai-nilai yang ditanamkan melalui keteraturan dan keteladanan pengasuh mampu membentuk karakter tangguh serta mandiri pada anak asuh. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian (Ridwan et al., 2025) yang menunjukkan bahwa pengasuhan berbasis nilai dan keteraturan dapat menumbuhkan rasa aman, stabilitas emosional, dan kemandirian. Tidak hanya itu, pemenuhan kebutuhan dasar seperti pendidikan, kesehatan, serta tempat tinggal juga berperan penting dalam menciptakan rasa aman dan nyaman yang tidak hanya berdampak secara fisik, tetapi juga secara emosional dan spiritual. Oleh karena itu, keberhasilan lingkungan pengasuhan di panti tidak hanya diukur dari pemenuhan kebutuhan material, tetapi juga dari kemampuan panti untuk menciptakan suasana penuh kasih sayang dan kehangatan emosional (Bani Ismail et al., 2018; Sugianto et al., 2020).

Pada aspek *I Am*, kedua partisipan menunjukkan kekuatan internal berupa empati, kasih sayang, dan kepedulian terhadap sesama. Keduanya mampu merespons secara empati dan memiliki kemampuan memberikan dukungan emosional antar teman sebaya serta perilaku prososial yang dapat menjadi komponen dalam pembentukan identitas positif dan resiliensi remaja di panti asuhan (Isnaini & Muhid, 2022). Selain itu, dukungan emosional yang diterima partisipan turut memperkuat rasa percaya diri dan keyakinan terhadap potensi diri.

Kedua partisipan merasa dihargai dan didukung, sehingga mampu mengenali serta mengembangkan kemampuan yang dimiliki (Joseph et al., 2025). Dukungan emosional tersebut ditunjukkan melalui sikap saling mendengarkan, memberikan motivasi, serta menciptakan rasa aman dalam berbagi perasaan yang diwujudkan melalui empati dan kesediaan untuk mendengarkan (Daffa Pasya Islami & Muhammad Sahrul, 2025).

Dukungan sosial maupun dukungan emosional yang diterima oleh partisipan A dan B membuat keduanya mampu mengenali serta mengembangkan potensi yang dimiliki. Remaja panti asuhan yang mampu menyadari dan mengembangkan kemampuan dirinya cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi karena adanya perasaan diterima dan didukung secara emosional oleh lingkungannya (Sofia & Safarina, 2025). Dengan demikian, dukungan tersebut menumbuhkan rasa dihargai pada keduanya, yang pada akhirnya mendorong mereka untuk terus mengembangkan potensi diri secara optimal.

Berdasarkan hasil wawancara, juga ditemukan bahwa kedua partisipan mampu merespons teman yang sedang mengalami kesulitan dengan cara yang empatik dan penuh perhatian. Selain itu, keduanya memperlihatkan perubahan perilaku yang nyata, terutama dalam hal kemandirian, tanggung jawab pribadi, serta kemampuan mengatur waktu. Kemandirian tersebut berpengaruh terhadap peningkatan resiliensi karena anak panti belajar untuk tidak bergantung pada orang lain serta mempersiapkan diri menghadapi kehidupan setelah keluar dari panti (Ramadhani, 2023). Indikator pandangan positif terhadap masa depan yang dimiliki oleh partisipan menunjukkan adanya keyakinan terhadap kemampuan diri serta kejelasan tujuan hidup. Adanya dorongan keyakinan positif membantu keduanya menumbuhkan kepercayaan diri dan optimisme dalam meraih cita-cita (Kumalasari & Ahyani, 2012). Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial yang suportif mendorong anak asuh untuk mengembangkan perilaku positif, yang menjadi bagian penting dalam pembentukan identitas positif dan resiliensi remaja panti asuhan.

Aspek terakhir yaitu *I Can* menunjukkan, kemampuan komunikasi yang baik menjadi ciri penting dari resiliensi yang dimiliki oleh partisipan. Mereka mampu menyampaikan pendapat secara tegas namun tetap menghargai orang lain yang membantu individu bersosialisasi dan mengekspresikan diri dengan jujur (Hadziqoh et al., 2023). Dalam penyelesaian masalah, partisipan A lebih mengandalkan dukungan dari pengasuh, sedangkan partisipan B menggunakan refleksi diri sebagai strategi penyelesaian. Meskipun memiliki pendekatan yang berbeda, keduanya menunjukkan kemampuan problem solving serta keberanian dalam mencari solusi. Hal ini menunjukkan bahwa individu mampu mengatur diri secara positif untuk mencapai tujuan yang diharapkan (Hamdiyah & Rahmasari, 2023).

Kedua partisipan juga menunjukkan kemampuan berpikir reflektif dalam proses pengambilan keputusan, dengan mempertimbangkan konsekuensi dan nilai-nilai pribadi. Pernyataan hasil wawancara menggambarkan proses pengambilan keputusan yang didasari pertimbangan nilai dan tanggung jawab pribadi. (Widjanarko et al., 2023) menyatakan, remaja yang memiliki keterampilan berpikir kritis cenderung memiliki keterampilan pengambilan keputusan yang lebih matang dan bertanggung jawab. Hal ini sejalan dengan pernyataan partisipan B yang menunjukkan kepercayaan diri dan keyakinan terhadap keputusan yang diambil.

Selain itu, kemampuan regulasi emosi yang ditunjukkan oleh kedua partisipan menggambarkan bentuk adaptasi positif, di mana mereka mampu mengenali serta menyalurkan emosi secara tepat. A mengekspresikan emosinya secara terbuka, sedangkan B memilih cara yang lebih tenang dengan menjaga jarak dari sumber masalah. Kemampuan ini menjadi aspek penting dalam proses resiliensi karena membantu remaja menghindari reaksi

maladaptif seperti menarik diri, perilaku agresif, atau penolakan terhadap identitas baru yaitu sebagai anak panti (Fauzia & Israfil, 2025; Ramadhan, 2025).

Kepercayaan interpersonal yang ditunjukkan oleh kedua partisipan dapat dipahami sebagai bagian dari faktor protektif personal (Kristianti & Kristinawati, 2021), yakni kemampuan individu dalam membangun hubungan positif serta menilai seseorang dapat dipercaya melalui sikap sehari-hari dan kesediaan untuk mendengarkan. Selain itu, aspek *I Can* juga tercermin dari kemampuan mereka dalam mencari solusi ketika menghadapi kesulitan, yang menunjukkan ketahanan dalam menjalani kehidupan di panti asuhan. Keberadaan faktor protektif personal ini berperan penting dalam membantu individu tetap bertahan dan beradaptasi (Arsini et al., 2022) yang menjadi bagian dari proses terbentuknya resiliensi.

Oleh karena itu, berdasarkan uraian pada ketiga aspek resiliensi di atas, dapat disimpulkan bahwa resiliensi pada remaja di panti asuhan merupakan hasil dari proses penyesuaian diri yang berkembang melalui hubungan antara dukungan dari lingkungan, kekuatan pribadi, serta kemampuan sosial dan emosional individu. Secara keseluruhan, resiliensi ini menjadi dasar ketahanan diri yang membantu kedua partisipan menghadapi berbagai tantangan dengan lebih kuat, menumbuhkan rasa percaya diri, kemandirian, serta pandangan optimis terhadap masa depan. Dukungan sosial serta pola pengasuhan yang terstruktur menjadi landasan eksternal bagi pengembangan nilai-nilai kedisiplinan dan kemandirian, sementara kekuatan dari dalam diri dan kemampuan beradaptasi, membangun keseimbangan emosional serta keyakinan terhadap potensi diri. Dengan demikian, resiliensi pada remaja panti asuhan tidak hanya mencerminkan kemampuan untuk bertahan dari kesulitan, tetapi juga proses adaptasi yang memungkinkan remaja untuk berkembang secara optimal meskipun menghadapi kondisi kehidupan yang menantang.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa resiliensi anak panti asuhan terbentuk melalui perpaduan antara dukungan eksternal, kekuatan internal, dan kemampuan sosial-emosional individu. Dukungan eksternal (*I Have*) yang bersumber dari pengasuh, teman sebaya, dan lingkungan panti berperan penting dalam menciptakan rasa aman, kelekatan emosional, dan motivasi untuk berkembang. Lingkungan panti yang terstruktur, penuh kasih, dan memberikan kesempatan untuk belajar disiplin membantu anak asuh menumbuhkan rasa tanggung jawab dan kemandirian. Kekuatan internal (*I Am*) muncul melalui kemampuan anak dalam mengenali emosi, menumbuhkan empati, tanggung jawab, dan keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Sikap positif, optimisme, serta harapan terhadap masa depan menjadi landasan penting dalam menghadapi berbagai tekanan hidup. Sementara itu, aspek kemampuan sosial-emosional (*I Can*) terlihat dari kemampuan anak dalam mengelola emosi, berkomunikasi secara asertif, memecahkan masalah, dan mengambil keputusan dengan pertimbangan yang matang.

Ketiga aspek tersebut menunjukkan bahwa resiliensi bukan hanya kemampuan untuk bertahan menghadapi kesulitan, tetapi juga proses adaptasi yang dinamis dan konstruktif. Anak panti asuhan mampu membentuk identitas diri yang kuat, belajar dari pengalaman, serta menumbuhkan semangat untuk mencapai masa depan yang lebih baik. Dengan dukungan sosial yang berkelanjutan dan pola pengasuhan yang positif, anak-anak panti dapat tumbuh menjadi individu yang tangguh, mandiri, dan memiliki keseimbangan emosional yang baik. Penelitian ini juga menegaskan pentingnya peran lembaga pengasuhan dalam menciptakan lingkungan yang aman, suportif, dan penuh kasih sayang, sehingga dapat menjadi faktor

pelindung utama bagi perkembangan resiliensi anak. Program pembinaan di panti asuhan sebaiknya tidak hanya berfokus pada pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga pada penguatan aspek psikologis dan sosial agar anak mampu beradaptasi secara sehat di masa depan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas kemudahan dalam penyusunan artikel ini, peneliti menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi, khususnya pihak panti yang telah memberikan izin penelitian. Peneliti menyadari masih adanya keterbatasan dalam artikel ini, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk penyempurnaan di masa mendatang. Semoga artikel ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriawal, J. (2022). Resiliensi Pada Karyawan Yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja (Phk). *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(1), 27–38. <https://doi.org/10.47353/sikontan.v1i1.330>
- Apriliana¹, I. P. A., & Nalle, A. P. (2024, May). Measuring Academic Resilience Among Vocational Students; A Comparative Study Based on Vocational Fields. In 10th International Conference on Technical and Vocational Education and Training (ICTVET 2023) (pp. 15-21). Atlantis Press.
- Bani Ismail, L., Hindawi, H., Awamleh, W., & Alawamleh, M. (2018). The key to successful management of child care centres in Jordan. *International Journal of Child Care and Education Policy*, 12(1), 3. <https://doi.org/10.1186/s40723-018-0042-5>
- Barbarosa, K., Dwi Putri, N. M., & Chusairi, A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Remaja Awal Penghuni Panti Asuhan Bani Yaqub Surabaya. *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 6(7), 3290. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v6i7.3505>
- Daffa Pasya Islami & Muhammad Sahrul. (2025). Dukungan Sosial Teman Sebaya untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja di Panti Asuhan Amal Wanita An-Nur Depok. *WISSEN : Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 3(4), 01–18. <https://doi.org/10.62383/wissen.v3i4.1208>
- Deavy, O., & Karmiyati, D. (2024). Perspective of Humanistic Psychology Hierarchy of Needs: Loneliness of Adolescents Living in Orphanages. *International Conference on Psychology and Education (ICPE)*, 3(1), 1–8.
- Fauzia, E., & Israfil, I. (2025). Hubungan Regulasi Emosi dengan Kecemasan pada Mahasiswa Semester Akhir STIKES Yahya Bima. *DIKSI: Jurnal Kajian Pendidikan dan Sosial*, 6(2), 122–127. <https://doi.org/10.53299/diksi.v6i2.1626>
- Grotberg, E. H. (1995). A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit. Bernard van Leer Foundation.
- Hadziqoh, F., Santi, D. E., & Kusumandari, R. (2023). Perilaku asertif pada remaja di panti asuhan: Bagaimana peranan dukungan sosial dan konsep diri? 3(3), 375–388.
- Hamdiyah, R. I. I., & Rahmasari, D. (2023). Profil Resiliensi Remaja Piatu di Panti Asuhan Mojokerto. . . *Character*, 10(02), 375–389.

- Isnaini, F., & Muhid, A. (2022). Peran Dukungan Sosial dalam Meningkatkan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan. *JURNAL SOSIAL Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 22(2), 99–101. <https://doi.org/10.33319/sos.v22i2.92>
- Jaureguizar, J., Bernaras, E., Bully, P., & Garaigordobil, M. (2018). Perceived parenting and adolescents' adjustment. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 31(1), 8. <https://doi.org/10.1186/s41155-018-0088-x>
- Joseph, R. B., Hailitik, A. A. F., Yosafat, I. M., Kyla, N., Sugianto, M., & Yanuartha, R. A. (2025). Empati Dan Solidaritas Sosial Dalam Kegiatan Youth Berbagi: Refleksi Altruisme Di Kalangan Generasi Muda. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 13(1), 37–45.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 21–31.
- Maaan, A., Yadav, M. K., Chaudhary, S. S., & . M. (2021). A study on sexual behaviour practiced by the adolescent and its source of inspiration. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*, 8(4), 1911. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20211254>
- Masten, A. S., & Barnes, A. J. (2018). Resilience in Children: Developmental Perspectives. *Children*, 5(7), 98. <https://doi.org/10.3390/children5070098>
- Mir'atunnisa, I. M., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Kemampuan Adaptasi Positif Melalui Resiliensi. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 70–75.
- Nahak, M. S., Upa, M. D., & Apriliana, I. P. A. (2023). Hubungan Penyesuaian Diri dengan Keterampilan Problem Solving pada Siswa Kelas VII SMP. *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora*, 1(3). <https://doi.org/10.35508/jbkf.v1i3.12413>
- Putri, E. C., & Perianto, E. (2020). Role Of Care Orphanic Care In Forming Independence Of Children In Mustika Tama Orphanage In Bantul District. *International Journal of Business, Humanities, Education and Social Sciences (IJBHES)*, 2(1), 24–29. <https://doi.org/10.46923/ijbhes.v2i1.64>
- Putri, K. F., & Tobing, D. L. (2020). Tingkat Resiliensi dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(01), 1–6. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v10i01.392>
- Ramadhan, M. (2025). Psikoedukasi Regulasi Emosi Pada Anak Panti Asuhan. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 5(3), 1800–1808.
- Ramadhani, D. (2023). Resiliensi Pada Remaja Panti Asuhan Ditinjau dari Kemandirian dan Religiusitas. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 8(1), 11. <https://doi.org/10.20961/jip.v8i1.57637>
- Ridwan, I. P. A., Handyaningrum, W., & Yanuartuti, S. (2025). Education Curriculum In Orphanage (Analysis Of Education Curriculum System In Bismar Al-Mustaqim Orphanage Surabaya). *Jurnal EMPOWERMENT; Jurnal Ilmiah Program Studi Pendidikan Luar Sekolah*, 14(1), 122–130.
- Rohmatin, S. (2020). Origin Pattern Care of Orphanage in Developing Children`s Social Skills. *International Journal Pedagogy of Social Studies*, 5(1), 17–24. <https://doi.org/10.17509/ijposs.v5i1.25911>
- Sari, E. K. W., Soejanto, L. T., & Pambudi, P. R. (2021). Tingkat Altruistik Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling. *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 2(02), 141–148. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i02.1618>

- Sofia, F. D., & Safarina, N. A. (2025). Hubungan Efikasi Diri dengan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Panti Asuhan di Kota Lhokseumawe. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 185–194. <https://doi.org/10.2910/insight.v3i1.18508>
- Sugianto, M., Abidin, Z., Purwono, U., & Siregar, J. (2020). Eksplorasi Kebutuhan Anak Dan Pengembangan Model Pengasuhan Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (Lksa) Di Abad 21 Di Jakarta. *Sosio Konsepsia*, 9(3). <https://doi.org/10.33007/ska.v9i3.1890>
- Widjanarko, B., Indraswari, R., Handayani, N., & Kusumawati, A. (2023). Critical thinking and decision-making skills regarding reproductive health among pupils in Central Java. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 12(2), 583. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v12i2.22138>
- Zellatifanny, C. M., & Mudjiyanto, B. (2018). Tipe Penelitian Deskripsi Dalam Ilmu Komunikasi. *Diakom : Jurnal Media dan Komunikasi*, 1(2), 83–90. <https://doi.org/10.17933/diakom.v1i2.20>