

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pandemi Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) telah menjadi peristiwa global yang mengguncang berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk di Indonesia. Selain berdampak pada sektor kesehatan, pandemi ini juga menciptakan krisis sosial dan psikologis yang mendalam, terutama bagi kelompok rentan seperti anak-anak. Salah satu dampak sosial yang signifikan adalah meningkatnya jumlah anak-anak yang menjadi yatim piatu akibat kematian orang tua karena terinfeksi COVID-19. Berdasarkan data Satgas Penanganan COVID -19 yang dirilis oleh Kementerian Sosial Republik Indonesia per 20 Juli 2021, terdapat 11.045 anak yang menjadi yatim piatu, yatim, atau piatu (Kementerian Sosial RI, 2021). Situasi ini menimbulkan dampak jangka panjang dalam aspek perkembangan psikososial, mental, dan psikologis anak. Kehilangan orang tua pada masa kanak-kanak bukan hanya menjadi peristiwa emosional yang menyakitkan, melainkan juga dapat menjadi trauma psikologis jangka panjang yang memengaruhi seluruh aspek perkembangan anak.

Kehilangan orang tua, apalagi secara tiba-tiba dan dalam situasi krisis, merupakan pengalaman traumatis yang dapat mengganggu stabilitas emosional anak. Anak-anak pada dasarnya membutuhkan keterikatan emosional yang aman dengan figur pengasuh utama sebagai fondasi bagi perkembangan psikologis yang sehat (Fuadia, 2022). Ketika keterikatan ini terganggu akibat

kehilangan, anak berisiko mengalami berbagai bentuk gangguan psikologis, seperti kecemasan, kesepian, penurunan rasa aman, kehilangan arah hidup, bahkan depresi (Yana & Hilmi, 2025). Reaksi terhadap kehilangan juga sangat dipengaruhi oleh usia anak, konteks sosial tempat mereka dibesarkan, serta adanya dukungan psikososial yang tersedia di lingkungan sekitar.

Berdasarkan teori *Attachment* dari John Bowlby (1969), ikatan emosional yang kuat antara anak dan orang tua merupakan fondasi utama dalam perkembangan sosial dan emosional (Sunarsih et al., 2025). Ketika ikatan ini terputus secara tiba-tiba, terutama tanpa proses berpamitan atau dukungan emosional yang memadai, anak-anak rentan mengalami gangguan keterikatan (*insecure attachment*), yang dapat memunculkan perasaan tidak aman, kesulitan membentuk relasi sosial, serta gangguan emosi seperti kecemasan dan depresi. Kondisi ini diperparah bila anak tidak memiliki figur pengganti yang dapat memberikan kelekatan emosional yang aman (*secure base*).

Kondisi kehilangan mendadak ini juga dapat dijelaskan melalui teori *Ambiguous Loss* yang dikemukakan oleh Pauline Boss (1999). *Ambiguous loss* adalah bentuk kehilangan yang tidak jelas secara psikologis maupun sosial, seperti kehilangan orang tua secara fisik karena kematian mendadak, namun tanpa adanya proses adaptasi emosional yang cukup (Wiryasaputra, 2023). Pada masa COVID-19, banyak anak tidak sempat melihat orang tuanya di saat-saat terakhir karena protokol medis, tidak mengalami prosesi pemakaman yang utuh, dan tidak memperoleh dukungan psikososial awal pascakehilangan. Hal ini menyebabkan banyak anak mengalami kebingungan, disorientasi emosional,

bahkan penyangkalan yang berkepanjangan terhadap kehilangan yang terjadi. Anak-anak yang kehilangan orang tua secara traumatis lebih rentan mengalami gangguan kecemasan, depresi, penarikan sosial, dan performa akademik yang menurun (Setiyowati, 2023).

Kehilangan orang tua pada masa perkembangan anak sangat berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka. Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) menurut Carol Ryff (1989) mencakup enam dimensi utama: (1) penerimaan diri (*self-acceptance*), (2) hubungan positif dengan orang lain (*positive relations*), (3) otonomi (*autonomy*), (4) penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), (5) tujuan hidup (*purpose in life*), dan (6) pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Anak-anak yang kehilangan orang tua secara mendadak cenderung mengalami kesulitan dalam menerima diri, kehilangan rasa aman dalam hubungan sosial, serta kehilangan arah dan tujuan hidup (Erlina, 2021).

Hurlock (2004) menekankan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan bentuk kebahagiaan, perasaan sejahtera, dan rasa puas yang muncul ketika individu mampu memenuhi kebutuhan dan harapannya. Sementara itu, Keyes (1995) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis mencerminkan kemampuan individu untuk terus tumbuh, menjalin hubungan hangat dengan orang lain, memiliki makna hidup, dan mempertahankan otonomi pribadi. Gangguan atau trauma yang tidak tertangani pada periode ini dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap perkembangan psikologis individu. Penting untuk melihat kesejahteraan psikologis anak yatim korban COVID-19 tidak

hanya sebagai akibat kehilangan orang tua, tetapi juga sebagai cerminan dari sistem dukungan sosial yang ada di sekeliling mereka.

Anak-anak yatim akibat COVID-19 sangat rentan mengalami gangguan perkembangan, yang dipicu oleh kehilangan orang tua dan adaptasi terhadap lingkungan baru yang secara emosional belum familiar. Gangguan yang dialami anak-anak tersebut, dapat berpengaruh pada kesejahteraan psikologisnya. Upaya dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis pada anak-anak di panti asuhan dilakukan dengan berbagai cara, namun ada tantangan secara struktural dan kultural. Tantangan tersebut mencakup keterbatasan jumlah tenaga pendamping profesional, beban kerja pengasuh yang tinggi, serta minimnya pelatihan khusus dalam penanganan trauma anak. Selain itu, stigma terhadap anak panti yang masih melekat di masyarakat turut berkontribusi terhadap terbentuknya perasaan rendah diri dan keterasingan sosial pada anak. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan sistematis yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik dan pendidikan anak, tetapi juga menyentuh aspek psikologis dan emosional mereka secara utuh. Berbagai program intervensi seperti konseling psikologis, kegiatan kelompok berbasis empati, terapi bermain, serta kegiatan spiritual dan sosial yang positif telah terbukti efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis anak di berbagai konteks (Prasetyo & Wulandari, 2023).

Budaya di Indonesia, anak-anak yang kehilangan orang tua akan diasuh oleh kerabat atau lembaga sosial seperti panti asuhan. Salah satu panti yang secara langsung menampung anak-anak yatim korban COVID-19 adalah Panti

Bhineka di Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah. Panti ini menjadi tempat tinggal dan pengasuhan bagi anak-anak dari berbagai latar belakang yang terdampak langsung oleh pandemi. Keberadaan panti asuhan membantu memenuhi kebutuhan dasar seperti tempat tinggal, makanan, dan pendidikan formal, belum tentu semua panti memiliki kapasitas untuk memberikan pendampingan psikososial yang komprehensif.

Pengasuhan di panti umumnya bersifat kolektif dan tidak bersifat individualistik, yang dalam jangka panjang berisiko memunculkan keterbatasan dalam hal perhatian emosional dan pemenuhan kebutuhan psikologis anak secara personal (Abdalloh & Kusumawati, 2024). Lingkungan panti juga cenderung kurang fleksibel dalam memberikan perhatian individual, memiliki rasio pengasuh-anak yang tinggi, dan minim pendekatan berbasis trauma (Pratama & Santosa, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Browne (2009) menunjukkan bahwa panti yang menerapkan prinsip *family-like care*, intervensi psikososial reguler, dan dukungan emosional yang konsisten mampu menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan anak (Amanda & Rahman, 2025). Susanti et al. (2024) juga menekankan pentingnya program berbasis komunitas yang melibatkan ekspresi diri anak melalui seni, permainan, dan cerita sebagai metode pemrosesan trauma yang efektif.

Selain itu, pendekatan psikologis berbasis kekuatan (*strength-based approach*) menekankan pentingnya menggali potensi anak, membangun kepercayaan diri, dan mendorong anak untuk memaknai ulang kehilangan yang mereka alami sebagai bagian dari proses pertumbuhan pribadi. Pendekatan ini

membantu anak-anak membangun ketahanan psikologis (*resilience*), yang didefinisikan sebagai kemampuan untuk pulih dari kesulitan dan mempertahankan keseimbangan emosional di tengah tekanan (Herawati & Supriatna, 2023). Faktor-faktor pelindung seperti dukungan sosial, religiusitas, keterlibatan komunitas, serta pengasuhan yang suportif di panti dapat meningkatkan kapasitas resiliensi anak-anak korban COVID-19. Resiliensi menjadi hal yang dibutuhkan saat pandemi COVID-19. Menurut Ernawati, S (2022) resiliensi adalah kemampuan seseorang dalam menghadapi tantangan dan mampu beradaptasi dengan tantangan tersebut.

Berdasarkan uraian diatas , maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Gambaran kesejahteraan Psikologis pada Anak Yatim Korban COVID-19 di Panti Bhineka Sukoharjo.

## **1.2 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai kesejahteraan psikologis anak-anak yatim yang kehilangan orang tua akibat COVID-19.

## **1.3 Manfaat Penelitian**

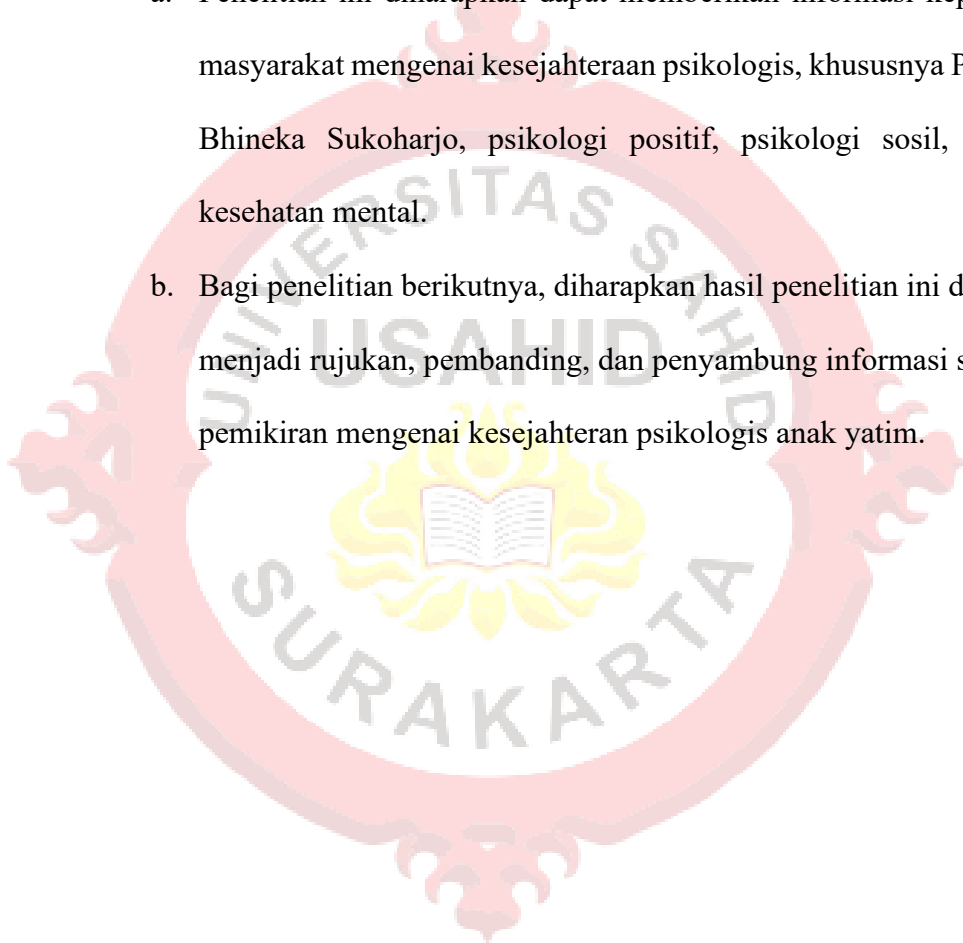
Penelitian ini diharapkan mampu memberikan beberapa manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Penjelasan mengenai kedua manfaat penelitian ini sebagai berikut:

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya sumbangan keilmuan dalam bidang psikologi khususnya yang berkaitan dengan psikologi pendidikan dan psikologi positif

### 2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat mengenai kesejahteraan psikologis, khususnya Panti Bhineka Sukoharjo, psikologi positif, psikologi sosial, dan kesehatan mental.
- b. Bagi penelitian berikutnya, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan, pembanding, dan penyambung informasi serta pemikiran mengenai kesejahteraan psikologis anak yatim.



#### 1.4 Keaslian Penelitian

Beberapa penemuan penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian ini adalah sebagai berikut.

*Table 1.1 Keaslian Penelitian*

No	Peneliti	Judul	Lokasi	Metode	Hasil
1	Hasanah, W.U. (2015)	Hubungan antara kesabaran, dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa	Universitas Islam Indonesia	Kuantitatif (jumlah responden 101. Alat ukur yang digunakan Skala kesejahteraan psikologis (18 aitem)	Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang positif antara kesabaran dan kesejahteraan psikologis.
2	Maryam, S. (2013)	Kesejahteraan psikologis (Psychological Well Being) Waria Anggota IWAMA	Malang	Kualitatif (wawancara, observasi, dan dokumentasi)	Hasil penelitian menunjukkan bahwa menjadi seorang waria bukanlah kehidupan yang gampang di jalani. Faktor yang mempengaruhi yaitu kurang mendapat perhatian dan kasih sayang dari orang tua.
3	Adhyatman, P (2016)	Kesejahteraan psikologis remaja di sekolah )	Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah Malang	Kuantitatif (Subjek penelitian 224 remaja )	Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar kesejahteraan psikologis remaja di sekolah berada pada kategori sedang.

Penelitian-penelitian diatas adalah beberapa penelitian yang menggunakan variabel kesejahteraan psikologis. Penelitian ini memiliki beberapa perbedaan dengan penelitian yang sudah pernah dilakukan sebelumnya yaitu: waktu, tempat dan subjek maka diharapkan ini dapat melengkapi penelitian yang pernah ada.

Persamaan penelitian penulis dengan penelitian sebelumnya adalah menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara dan observasi. pembeda penelitian sebelumnya dengan penelitian penulis adalah lokasi penelitian dan subjek penelitian.



## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Pengertian Kesejahteraan Psikologis**

##### **2.1.1 Pengertian Kesejahteraan Psikologis**

Kesejahteraan psikologis adalah kemampuan individu untuk dapat memenuhi dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis yaitu penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Ryff 1989; Ryff & Keyes, 1995). Kesejahteraan psikologis merupakan istilah subjektif yang maknanya dapat berbeda bagi setiap individu. Istilah ini juga dikenal sebagai kesehatan mental relatif, yaitu suatu kondisi di mana seseorang dengan pikiran yang sehat mampu menghadapi serta menyesuaikan diri dengan tekanan kehidupan sehari-hari dengan cara yang wajar dan dapat diterima (Well, 2010).

Kesejahteraan psikologis berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk merasa baik serta berfungsi secara efektif dalam kehidupannya. Individu yang mempunyai perasaan yang baik berarti menghadirkan emosi positif kepuasan, kebahagiaan, rasa percaya diri dan minat (Suresh, Jayachander, & Joshi, 2013). Huppert (2009) mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis mewujudkan kehidupan yang berjalan baik. Hal ini merupakan kombinasi dari perasaan yang baik dan berfungsi secara efektif. Orang-orang dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi memiliki

perasaan senang, mampu, mendapatkan dukungan, dan puas akan kehidupannya.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu untuk dapat memenuhi dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis yaitu penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi sehingga apabila dimensi-dimensi tersebut terpenuhi, maka individu akan merasakan kesejahteraan psikologis dalam kehidupannya.

### **2.1.2 Dimensi kesejahteraan psikologis**

Konsep kesejahteraan psikologis memiliki enam dimensi: penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Ryff & Keyes, 1995). Keenam dimensi kesejahteraan psikologis sebagai berikut:

#### **a. Kemandirian (*autonomi*)**

Pribadi yang otonom adalah pribadi yang mandiri, yang dapat menentukan yang terbaik untuk dirinya sendiri. Otonomi digambarkan sebagai kemampuan individu untuk bebas namun tetap mampu mengatur hidup dan tingkah lakunya. Individu yang memiliki otonomi yang tinggi ditandai dengan bebas, mampu untuk menentukan nasibnya sendiri dan mengatur perilaku diri sendiri, kemampuan mandiri, tahan terhadap tekanan sosial, mampu mengevaluasi diri sendiri, dan mampu mengambil keputusan tanpa adanya campur tangan orang lain.

Sebaliknya, individu yang rendah dalam dimensi otonomi akan sangat memperhatikan dan mempertimbangkan harapan dan evaluasi dari orang lain, berpegangan pada penilaian orang lain untuk membuat keputusan penting, serta mudah terpengaruh oleh tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak laku dengan cara-cara tertentu.

b. Penguasaan lingkungan (*Environmental Mastery*)

Dimensi ini menggambarkan adanya suatu perasaan kompeten dan penguasaan dalam mengatur lingkungan, memiliki minat yang kuat terhadap hal-hal di luar diri, dan berpartisipasi dalam berbagai aktivitas serta mampu mengendalikannya.. Individu seperti ini mampu mengendalikan kegiatan-kegiatannya yang kompleks sekalipun. Individu juga dapat menggunakan kesempatan-kesempatan yang ada secara efektif, dan mampu memilih, atau bahkan menciptakan lingkungan yang selaras dengan kondisi jiwanya. Sebaliknya individu yang memiliki penguasaan lingkungan yang rendah akan mengalami kesulitan dalam mengatur situasi sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah atau meningkatkan kualitas lingkungan sekitarnya serta tidak mampu memanfaatkan peluang dan kesempatan diri lingkungan sekitarnya

c. Pertumbuhan pribadi (*personal Growth*)

Suatu pertumbuhan yang optimal tidak hanya berarti bahwa individu dapat mencapai kualitas-kualitas yang telah disebutkan sebelumnya, tetapi juga membutuhkan suatu perkembangan dari potensipotensi

individu secara berkesinambungan. Kemampuan untuk beradaptasi terhadap perubahan-perubahan dalam hidup membutuhkan adanya perubahan yang terus berlangsung dalam diri. Sebaliknya, individu yang memiliki pertumbuhan pribadi rendah akan merasakan dirinya mengalami stagnasi, tidak melihat peningkatan dan pengembangan diri, merasa bosan dan kehilangan minat terhadap kehidupannya, serta merasa tidak mampu dalam mengembangkan sikap dan tingkah laku yang baik.

d. Hubungan Positif dengan Orang lain (*Positive Relationships with Others*)

Hubungan yang positif dengan orang lain sebagai dimensi yang mencerminkan kemampuan individu untuk menjalin hubungan yang hangat, saling mempercayai, dan saling mepedulikan kebutuhan serta kesejahteraan pihak lain. Kemampuan individu untuk menjalin hubungan yang positif ini juga dicirikan oleh adanya empati, afeksi, dan keakraban, serta adanya pemahaman untuk saling memberi dan menerima.

e. Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Individu yang memiliki tujuan hidup adalah individu yang memiliki keterarahan dan tujuan-tujuan yang hendak dicapai dalam hidupnya. Individu memiliki keyakinan dan pandangan tertentu yang dapat memberikan arah dalam hidupnya. Selain itu, individu ini juga menganggap bahwa hidupnya itu bermakna dan berarti, baik di masa

lalu, masa kini maupun masa yang akan datang. Individu ini memiliki perasaan menyatu, dan seimbang.

f. *Penerimaan Diri (Self-Acceptance)*

Penerimaan diri mengandung arti sebagai sikap yang positif terhadap diri sendiri. Sikap positif ini mengenali dan menerima berbagai aspek dalam dirinya, baik yang positif. Individu yang memiliki sikap penerimaan diri akan memiliki sikap positif terhadap dirinya, mengakui dan menerima berbagai aspek diri, termasuk kualitas yang baik dan buruk, dan merasa positif tentang kehidupan masa lalu. Sehingga tidak merasa puas dengan diri sendiri, dan terhindar dari perasaan kecewa yang telah terjadi dalam kehidupan masa lalu.

Berdasarkan pemaparan mengenai dimensi kesejahteraan psikologis di atas, maka dalam penelitian ini penulis menggunakan enam dimensi kesejahteraan psikologis yaitu kemandirian, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri.

### **2.1.3 Faktor- faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis**

Adapun faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis antara lain (Ryff & Singer, 1996):

1. Status Pernikahan

Seseorang yang telah menikah lebih banyak memiliki emosi positif dari pada seseorang yang tidak menikah.

## 2. Latar Belakang Budaya

Seseorang yang berasal dari negara timur mempunyai hubungan dengan orang lain yang lebih tinggi, akan tetapi, mempunyai penerimaan diri, kemandirian, dan pertumbuhan pribadi yang rendah dari pada seseorang dari negara barat. Selain itu, seseorang dari negara timur lebih mementingkan kesejahteraan psikologis orang lain (contoh: anaknya) untuk menentukan kesejahteraannya sendiri.

## 3. Pengalaman Hidup dan Interpretasinya

Seseorang akan menginterpretasikan pengalaman hidupnya dengan bervariasi. Interpretasi tersebut berupa membandingkan dirinya dengan orang lain, mengevaluasi umpan balik yang mereka terima dari orang-orang terdekatnya, mencoba mengerti penyebab pengalaman mereka, dan mengambil makna dari beberapa pengalaman hidup yang dialaminya.

### **2.2 Anak Yatim**

Yatim secara etimologi berasal dari Bahasa Arab yang terambil dari kata *yutma* yang berarti kesendirian. Sedangkan secara terminologi akan penulis jelaskan beberapa pendapat para ahli sebagai berikut:

#### 1. Muhammad Yunus ( 1973: 508)

Mengartikan istilah yatim sebagai anak yang kematian bapak sebelum ia baligh (dewasa)

2. Djunaedi dan Syarif (1991: 116)

Mendefinisikan anak yatim sebagai seorang anak yang masih kecil, lemah dan belum mampu berdiri sendiri yang ditinggalkan oleh orang tua yang menanggung biaya penghidupannya.

3. Raghib Al-Isfaham (Aziz, 1997: 1962)

Menjelaskan bahwa istilah yatim bagi manusia digunakan untuk orang yang ditinggal mati ayahnya dalam keadaan belum dewasa, sedangkan bagi binatang yang disebut yatim adalah yang ditinggal mati ibunya. Namun kata “yatim” itu digunakan untuk setiap orang yang hidup sendiri tanpa kawan.

Dari beberapa definisi anak yatim menurut ahli dapat disimpulkan bahwa istilah anak yatim bukan hanya diartikan sebagai anak yang kehilangan ayahnya saja, melainkan lebih luas daripada itu. Istilah anak yatim juga anak yang ibunya meninggal dan anak yang ayah serta ibunya meninggal. Dengan kata lain, anak yatim itu adalah anak yang meninggal salah satu atau kedua orang tuannya.

### **2.3 Panti Bhineka Sukoharjo**

Panti Bhineka merupakan bagian dari panti sosial. Menurut Kementerian Sosial Republik Indonesia dalam Keputusan Menteri Sosial No.50/HUK/2004, panti sosial merupakan lembaga pelayanan kesejahteraan sosial yang mempunyai tugas dan fungsi untuk meningkatkan kualitas sumber daya

manusia dan memberdayakan penyandang masalah kesejahteraan sosial kearah kehidupan normative secara fisik , mental dan sosial.

Berdasarkan pengertian diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa panti Bhineka adalah suatu Lembaga yang memberikan layanan kepada anak asuh dalam menggantikan fungsi keluarga dalam memenuhi kebutuhan anak asuh.

#### 2.4 Kerangka pemikiran

*Gambar 1.1 Kerangka Berpikir*



Anak yatim yang mengalami trauma akibat COVID-19 dan kehilangan orang tua sering kali merasakan kesepian yang mendalam serta kehilangan rasa aman dan dukungan emosional. Kondisi ini dapat berdampak serius terhadap kesejahteraan psikologisnya, di mana subjek mungkin merasa hidupnya hampa, kehilangan arah, dan sulit menemukan makna dalam kehidupan. Akibatnya, muncul perasaan sedih yang berkepanjangan, kecemasan, serta penurunan kepercayaan diri dan motivasi untuk menjalani kehidupan sehari-hari.

## 2.5 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan hasil kajian teori dan kerangka berpikir di atas maka penulis mengajukan pertanyaan penelitian. “Bagaimana kesejahteraan psikologis pada anak yatim korban COVID -19 di Panti Bhineka Sukoharjo?”

