

Program Intervensi Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Pada Anak-Anak Panti Asuhan Al-Muhaimin

Intervention Program to Increase Self-Disclosure in Al-Muhaimin Orphanage Children

Shafa Natasya^{1)*}, Dewi Anggraini¹⁾

¹⁾Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya, Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

*Corresponding author : anggraini.psi@fk.unsri.ac.id

Received June 2022, Accepted November 2022

ABSTRAK. Panti asuhan menjadi tempat bagi anak untuk mendapatkan hak-hak yang tidak diperolehnya dari orang tua aslinya serta menjadi tempat untuk saling berkomunikasi, membuka diri, mengenal satu sama lain, dan membangun hubungan yang dekat dan akrab. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengetahui keterbukaan diri pada anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin. Subjek kegiatan ini adalah anak-anak yang tinggal di panti asuhan Al-Muhaimin yang berjumlah 9 orang dengan usia berkisar 12-18 tahun. Metode pengumpulan data yang digunakan berupa metode observasi, wawancara, *focus group discussion*, dan survey (*pre-test*) yang dilaksanakan dari bulan Juni 2021. Dari hasil pengumpulan data menunjukkan kurangnya keterbukaan diri pada anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin. Program intervensi yang digunakan adalah psikoedukasi yang dibagi menjadi tiga sesi (penyampaian materi & sesi tanya jawab, pengisian pohon harapan, dan *feedback & post-test*). Pemberian program intervensi yang dilaksanakan pada tanggal 15 Agustus 2021 yang terdiri dari kegiatan psikoedukasi dan pengisian pohon harapan terbukti efektif dalam meningkatkan keterbukaan diri anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin.

Kata kunci: program intervensi; keterbukaan diri; psikoedukasi; panti asuhan.

ABSTRACT. An orphanage is a place for children to have rights that they don't have from their biological parents, as well as a place to communicate, to open up their selves, to get know each other, and also to build a close relationship between them. The purpose of this activity is to find out about self-disclosure to the children of the Al-Muhaimin orphanage. The subjects of this activity are children who live in Al-Muhaimin orphanage, totaling 9 people with ages ranging from 12-18 years. The data collection methods used are observation, interview, *focus group discussion*, and survey (*pre-test*) methods. The results of data collection show a lack of self-disclosure in Al-Muhaimin orphanage children. The intervention program used was psychoeducation divided into three sessions (the presentation of the material & question and answer session, filling in the wishing tree, and *feedback & post-test*). The provision of an intervention program in the form of psychoeducation and the activity of filling the wishing tree proved the effectiveness in increasing the self-disclosure of the children of the Al-Muhaimin Orphanage.

Keywords: intervention program; self-disclosure; psychoeducation; orphanage.

PENDAHULUAN

Keluarga berfungsi sebagai tempat pertama bagi setiap individu dalam membangun karakter atau kepribadiannya. Didalam keluarga terjadi proses sosialisasi pertama kali yang diberikan oleh orang tuanya (Santrock, 2002). Namun pada kenyataannya tidak semua perjalanan hidup seorang anak berjalan dengan baik, beberapa berada pada kondisi hidup yang sulit seperti kematian orangtua, perceraian, serta kondisi ekonomi yang sulit. Kondisi-kondisi inilah yang membuat anak harus rela berpisah dari keluarganya dan menjalani kehidupan sendiri tanpa keluarga aslinya di panti asuhan.

Data dari Aplikasi SIKS NG per Mei 2021 dari 3.914 LKSA menunjukkan bahwa terdapat 191.696 anak berada dalam pengasuhan LKS Anak (Panti Asuhan/Yayasan/Balai). Dari jumlah tersebut sebanyak 33.085 anak yatim, 7.160 piatu, dan yatim piatu 3.936 dengan jumlah total 44.181 jiwa (Kemensos RI, 2021). Dari data tersebut menunjukkan begitu banyaknya panti asuhan yang ada di Indonesia serta banyaknya anak-anak yang belum mendapatkan hak-hak kesejahteraan sosialnya. Panti asuhan merupakan tempat tinggal bagi anak-anak yatim, piatu, atau anak-anak terlantar yang sudah tidak mendapatkan hak-hak kesejahteraan sosial dalam keluarganya (Kemenkes RI, 2010). Panti asuhan sudah selayaknya menjadi tempat bagi anak untuk mendapatkan hak-hak yang tidak diperolehnya dari orang tua aslinya dan menjadi tempat bagi anak-anak asuh untuk saling berkomunikasi, bermain, dan menjalin hubungan sosial. Sebagai sebuah rumah bagi anak asuh, panti asuhan seharusnya dapat memberikan situasi dan suasana yang dapat memberikan kenyamanan bagi anak asuh untuk saling berkomunikasi, membuka diri, mengenal satu sama lain, dan membangun hubungan yang dekat dan akrab. Berdasarkan laporan Save The Children UNICEF dan DEPSOS pada tahun 2008 (dalam Merdiana, 2012) dari sekitar 800 panti asuhan yang ada di seluruh Indonesia belum ditemukan panti asuhan yang melaksanakan pengasuhan anak dengan maksimal dan keberadaan pengasuh yang cukup sesuai dengan jumlah anak yang diasuhnya.

Anak panti asuhan hidup dalam berbagai lingkungan sosial dan dituntut harus dapat berbaur dan berinteraksi sosial secara langsung dengan seluruh penghuni panti. Interaksi ini menimbulkan penilaian dan pandangan dari sesama teman karena anak-anak berasal dari status dan latar belakang yang berbeda sehingga mengakibatkan adanya perbedaan watak dan karakter pada anak-anak panti asuhan (Haryanti, Pamela & Susanti, 2016). Interaksi akan berjalan dengan efektif jika individu lebih terbuka satu sama lain. Individu dengan keterbukaan diri rendah dalam komunikasi antar teman sebaya akan kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan dan akan menghambat perkembangan sosialnya (Hidayah, 2020).

Pada penelitian yang dilakukan Putri (2017) pada remaja di Panti Asuhan Putri Aisyiyah II menunjukkan bahwa keterbukaan diri anak-anak panti kepada pengasuh memunculkan kenyamanan bagi mereka. Pada penelitian yang dilakukan Hidayah (2020) menyatakan hal serupa bahwa anak panti cenderung kurang percaya diri, kurang terbuka dengan pengasuh maupun teman di panti, serta enggan menceritakan perasaannya pada anak-anak panti lainnya. Begitu pun halnya dengan panti asuhan Al-Muhaimin yang menjadi lokasi pemberian program intervensi peneliti.

Sebelum pelaksanaan program intervensi, terlebih dahulu dilakukan observasi dan wawancara terhadap pengurus panti serta anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin guna mencari tahu dan melihat secara langsung kondisi anak-anak panti serta menggali data dan mengumpulkan informasi mengenai permasalahan-permasalahan yang ada di panti asuhan Al-Muhaimin. Lebih lanjut, peneliti juga melakukan *focus group discussion* (FGD) terhadap anak-anak panti guna memperoleh interaksi data dari tiap-tiap subjek. Hasil dari observasi, wawancara, dan FGD menunjukkan kurangnya keterbukaan diri pada anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin. Hal ini terjadi karena sebagian besar anak-anak belum lama menetap di panti, anak-anak panti belum terlalu akrab, serta merasa malu untuk membuka diri dan bercerita. Panti asuhan Al-Muhaimin juga tergolong panti baru. Hal ini berdampak bagi hubungan antar anak yang menjadi kurang erat, anak menjadi memendam permasalahan sendiri, anak tidak tahu kepada siapa harus mencurahkan isi hatinya, terjadi perselisihan karena tidak saling terbuka, dan anak merasa menanggung beban sendirian.

Peneliti juga menyebar survey secara langsung kepada anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin yang kemudian diisi oleh 9 anak di panti tersebut. Dari beberapa pertanyaan survey dapat ditarik kesimpulan bahwa masih banyak dari subjek yang belum mengetahui apa itu keterbukaan diri, kemudian subjek merasa belum terbuka dengan teman-teman di panti, dan menyatakan bahwa mereka jarang bercerita dengan teman-teman lainnya di panti. Anak-anak panti mengatakan bahwa setidaknya mereka hanya memiliki satu teman untuk diajak bercerita secara mendalam. Peneliti kemudian merancang program intervensi berupa psikoedukasi terkait keterbukaan diri pada anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin. Intervensi ini diambil karena psikoedukasi dianggap intervensi yang cukup efektif untuk memberikan pemahaman kepada individu dan diharapkan dapat membantu meningkatkan keterbukaan diri.

Harre dan Lamb (1996) mengemukakan bahwa keterbukaan diri atau *self-disclosure* adalah mengungkapkan kenyataan tentang diri sendiri kepada orang lain. Menurut Devito (2013) *self-disclosure* adalah jenis komunikasi di mana individu mengungkapkan informasi tentang dirinya sendiri yang biasanya disembunyikan. Informasi tentang diri sendiri; tentang pikiran, perasaan, dan perilaku seseorang; atau tentang orang lain yang sangat dekat yang sangat dipikirkannya. *Self-disclosure* merupakan komunikasi verbal yang dilakukan seseorang mengenai informasi kepribadian yang relevan, pikiran dan perasaan yang disampaikan, agar orang lain mengetahui tentang dirinya (Russell, 2005). Menurut Papu (2002) *self-disclosure* adalah pemberian informasi tentang diri sendiri kepada orang lain. Informasi ini dapat mencakup berbagai hal seperti pengalaman hidup, perasaan, emosi, pendapat, cita-cita, dan sebagainya. Menurut Taylor, Peplau dan Sears (2009) *self-disclosure* berarti pengungkapan fakta tentang diri sendiri yang tersembunyi.

Menurut Devito (2011) ada beberapa faktor yang mempengaruhi keterbukaan diri yaitu, efek diadik, besar kelompok, topik, gender, kompetensi, penerima hubungan, dan kepribadian. Buhrmester (1998) mengungkapkan *self-disclosure* dapat menjadi salah satu aspek yang penting dalam hubungan sosial pada remaja. Menurut Lumsden (dalam Gainau 2009), *self-disclosure* dapat membantu seseorang berkomunikasi dengan orang lain, meningkatkan kepercayaan diri serta hubungan menjadi lebih akrab.

Papu (2002) menyampaikan beberapa manfaat *self-disclosure* yaitu meningkatkan kesadaran diri (*self-awareness*), membangun hubungan yang lebih dekat dan mendalam, saling membantu dan lebih berarti bagi kedua belah pihak, mengembangkan keterampilan berkomunikasi, mengurangi rasa malu dan meningkatkan penerimaan diri (*self-acceptance*), memecahkan berbagai konflik dalam masalah interpersonal, memperoleh energi tambahan dan menjadi lebih spontan, dan meringankan diri dari beban pikiran yang berakibat ketegangan dan stres.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti merancang program intervensi untuk meningkatkan keterbukaan diri pada anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin yaitu dengan intervensi berupa psikoedukasi. Psikoedukasi dalam Kode Etik Psikologi Indonesia adalah kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman atau keterampilan sebagai usaha pencegahan dari munculnya gangguan psikologis dan untuk meningkatkan pemahaman bagi masyarakat terutama keluarga tentang gangguan psikologis (HIMPSI, 2010). Program intervensi psikoedukasi ini diharapkan dapat meningkatkan keterbukaan diri pada anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin.

METODE

Subjek pada kegiatan ini adalah anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin. Subjek berjumlah 9 orang (5 laki-laki dan 4 perempuan) dengan rentang usia berkisar 12-18 tahun. Perancangan program intervensi ini meliputi tahap pengumpulan data dan kegiatan program intervensi. Sebelum kegiatan program intervensi dilakukan, peneliti terlebih dulu melakukan pengumpulan data dengan metode sebagai berikut, yang pertama adalah observasi yang dilakukan pada tanggal 7 Juni 2021 dan 23 Juni 2021, observasi bertujuan untuk mencari tahu secara langsung kondisi anak-anak di panti asuhan Al-Muhaimin dan sebagai penguat dalam pengumpulan data asesmen melalui pengamatan peneliti. Kedua adalah wawancara kepada Ibu dan anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin yang dilaksanakan pada tanggal 7 Juni 2021 dan 23 Juni 2021. Ketiga adalah *Focus group discussion* (FGD) yang dilakukan pada tanggal 14 Juli 2021. FGD dilaksanakan untuk memperoleh interaksi data dari tiap-tiap subjek peneliti. Dan yang terakhir menggunakan angket survey dilakukan dua kali yaitu *pre-test* dan *post-test*. Kegiatan survei dilaksanakan pada tanggal 28 Juli 2021.

Adapun program intervensi dilakukan pada yaitu berupa psikoedukasi. Psikoedukasi yang diberikan merupakan psikoedukasi *non-training* yang dilakukan secara langsung dalam bentuk ceramah dan pemberian penjelasan secara lisan serta menggunakan media *laptop* untuk menampilkan *power point* materi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahapan awal sebelum dilakukannya program intervensi, peneliti terlebih dahulu berkoordinasi dengan Ibu Panti mengenai mekanisme kegiatan intervensi yang akan dilakukan. Dari pengumpulan data yang telah dilakukan hasilnya menunjukkan kurangnya

keterbukaan diri pada anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin, hal ini terjadi karena panti asuhan Al-Muhaimin tergolong panti baru sehingga sebagian besar anak-anak belum lama menetap dipanti, belum terlalu akrab, dan merasa malu untuk membuka diri dan bercerita. Hal ini berdampak bagi hubungan antar anak yang menjadi kurang erat, anak menjadi memendam permasalahan sendiri, anak tidak tahu kepada siapa harus mencurahkan isi hatinya, terjadi perselisihan karena tidak saling terbuka, dan anak merasa menanggung beban sendirian.

Peneliti kemudian melakukan kegiatan program intervensi berupa psikoedukasi yang dilakukan untuk meningkatkan keterbukaan diri pada anak-anak Panti Asuhan Al-Muhaimin dengan judul “Meningkatkan Keterbukaan Diri”.

Adapun kegiatan program intervensi dilakukan dalam 3 sesi yang dapat dilihat pada tabel 1 berikut :

Tabel 1. Kegiatan Program Intervensi

Sesi	Kegiatan
Sesi 1	Penyampaian materi & sesi tanya jawab
Sesi 2	Pengisian pohon harapan
Sesi 3	<i>Feedback dan post-test</i>

Kegiatan intervensi psikoedukasi ini dilakukan secara langsung dalam bentuk ceramah dan pemberian penjelasan secara lisan. Pada sesi I dilakukan pemberian psikoedukasi (Gambar 1) yang berisi tentang pengertian keterbukaan diri, lalu menyampaikan tentang mengapa seseorang perlu melakukan keterbukaan diri, kemudian dilanjutkan dengan menyampaikan manfaat dari keterbukaan diri guna memotivasi anak-anak Panti Asuhan Al-Muhaimin agar mau lebih terbuka. Peneliti juga memberikan tips dan cara-cara untuk menjadi lebih terbuka. Setelah selesai memaparkan materi, peneliti kemudian membuka sesi tanya jawab dan memberi kesempatan bagi peserta yang ingin bertanya.



Gambar 1. Penyampaian Psikoedukasi

Pada sesi II anak-anak panti diminta menuliskan serta menempelkan kertas berisi harapan dan cita-cita mereka di pohon harapan (Gambar 2). Menurut Papu (2002) *self-disclosure* adalah pemberian informasi tentang diri sendiri kepada orang lain. Informasi ini dapat mencakup berbagai hal seperti pengalaman hidup, perasaan, emosi, pendapat, dan cita-

cita. Pohon Harapan dirancang agar anak-anak panti terbuka mengenai pendapat mereka tentang harapan di kehidupan mereka serta cita-cita yang ingin mereka capai. Peserta terlihat senang dan terus menerus melihat kearah gambar Pohon Harapan yang sudah ditempel di dinding.



Gambar 2. Pengisian Pohon Harapan

Pada sesi III peserta diminta mengisi lembar *post-test* serta *feedback* (Gambar 3) mengenai program intervensi yang sudah dilakukan. Pada *pre-test* dan *post-test* yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pemahaman peserta mengenai keterbukaan diri serta peserta merasa ingin lebih terbuka dengan teman-teman lainnya.



Gambar 3. Pengisian *Post-test* dan *Feedback*

SIMPULAN DAN SARAN

Pemberian program intervensi berupa psikoedukasi dalam bentuk ceramah serta kegiatan pengisian pohon harapan kepada anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin terbukti efektif dalam meningkatkan keterbukaan diri anak-anak panti asuhan Al-Muhaimin melalui beberapa pembekalan seperti pemberian pengetahuan tentang keterbukaan diri, manfaat dari keterbukaan diri agar peserta termotivasi untuk meningkatkan keterbukaan diri, dimana anak-anak panti asuhan memiliki keinginan untuk bercerita mengenai apa yang dirasakan dan dialami dalam kehidupan kesehariannya, sehingga diharapkan dapat mengurangi beban permasalahan yang mereka rasakan.

Pemberian tips dan cara-cara agar peserta menjadi lebih terbuka, serta sebagai salah satu cara awal bagi peserta untuk membuka dirinya dengan menuliskan pendapat mengenai harapan dan cita-cita peserta yang dapat dibaca oleh siapa saja. *Feedback* yang didapat dari kegiatan ini peserta menjadi lebih mengenal dan memahami teman-temannya di panti serta menjadi lebih terbuka terhadap teman-temannya, peserta juga mengaku menjadi ingin lebih membuka diri. Peletakkan pohon harapan di dinding ruang tamu panti juga dapat dijadikan pengingat bagi anak-anak panti untuk terus meningkatkan keterbukaan diri. Adapun saran dalam kegiatan ini diharapkan pemberian psikoedukasi dapat dilakukan secara rutin dan berkepanjangan agar intervensi berjalan maksimal.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Pengurus Panti Asuhan Al-Muhaimin yaitu Ibu Desi Dramei Sela, serta seluruh anak-anak Panti Asuhan Al-Muhaimin yang telah berkontribusi secara kooperatif serta memberi dukungan moral selama kegiatan ini berlangsung.

DAFTAR REFERENSI

- Buhrmester, D., Furman, W., Wittenberg, M.T., & Reis, D. (1998). Five Domain of Interpersonal Competence in Peer Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*. 55 (6), 991-1008.
- Devito, J. A. (2011). Komunikasi antar manusia (ed. 5). Tangerang Selatan: Karisma Publishing Group.
- Devito, J. A. (2013). The interpersonal communication book (13th ed.). New Jersey: Pearson Education.
- Gainau, M. B. (2009). Keterbukaan diri (self disclosure) siswa dalam perspektif budaya dan implikasinya bagi konseling. *Jurnal Penelitian Ilmiah Widya Warta*, 3(1).
- Harre, R. dan Lamb, R. (1996). Ensiklopedi psikologi. Jakarta: Arcan.
- Hartini, N. (2001). Deskripsi Kebutuhan Psikologi pada Anak Panti Asuhan. *Insan, Media Psikologi*. 3(2). 109-118.
- Haryanti, D., Pamela, E.M., dan Susanti, Y. (2016). Perkembangan Mental Emosional Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Keperawatan*. 4(2). 97-104.
- Hidayah, T. (2020). Efektifitas Konseling Kelompok dengan Teknik Johari Window dan Sociodrama untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- HIMPSI. (2010). Kode Etik Psikologi Indonesia. Jakarta. Pengurus Pusat Himpunan Psikologi Indonesia.
- Kemendes, RI. (2010). Keputusan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomor : 15 A/Huk . 2010. Tentang Panduan Umum Program Kesejahteraan Sosial Anak. Jakarta. Kemendes RI.
- Merdiana, R. (2012). Hubungan antara Keterbukaan Diri (Self Disclosure) dengan Kompetensi Sosial Remaja Panti Asuhan. Universitas Airlangga Surabaya.
- Papu, J. (2002). Pengungkapan diri. Retrieved from <http://www.e-psikologi.com/sosial/120702.htm>. Diakses tanggal 29 Agustus 2021.
- Putri, D. S. (2017). Keterbukaan Diri Anak Panti Asuhan dengan Pengasuh (Studi Deskriptif Kualitatif Keterbukaan Diri Anak Panti Asuhan Usia Remaja Kepada Pengasuh Dalam Penyesuaian Diri Di Lingkungan Panti Asuhan Putri Aisyiyah II). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ramadhan, A. (2021). Kemensos Berikan Perlindungan kepada 4 Jutaan Anak Yatim-Piatu. Retrieved from <https://kemensos.go.id/kemensos-berikan-perlindungan-kepada-4-jutaan-anak-yatim-piatu>. Diakses pada 20 Juni 2022 pukul 12.29
- Russell, W., Meifen, W., Daniel, A., Robyn, & Zakalik, A. (2005). Adult Attachment, Social Self-Efficacy, Self-Disclosure, Loneliness, and subsequent Depression for Freshman College Student: A Longitudinal Study. *Jurnal of Counseling Psychology*. 52(4). 602-614.
- Santrock, J.W. (2002). Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup). terj. (5th ed.). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Taylor, S. E., Peplau, L.A. & Sears, D.O. (2009). Psikologi Sosial (edisi terjemahan). Jakarta: Kencana.