

**PRE INTERVENSI *SOLUTION FOCUSED BRIEF THERAPY* (SFBT) UNTUK
MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN
AISYAH CAB.KOTO TANGAH TIMUR PADANG**

***PRE INTERVENTION SOLUTION FOCUSED BRIEF THERAPY (SFBT) TO
IMPROVE SELF ESTEEM IN ADOLESCENTS AT AISYAH ORphanage CAB.
KOTO TANGAH TIMUR PADANG***

Anisa Febristi¹, Nicen suherlin²

¹ Akademi Keperawatan Baiturrahmah, anisafebristi@gmail.com

²Akademi Keperawatan Baiturrahmah, nicenceen.525@gmail.com

ABSTRAK: Remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan yang paling beresiko dalam permasalahan psikologis adalah harga diri (*Self Esteem*) yang rendah. Harga Diri (*Self-esteem*) adalah aspek kepuasan penilaian diri terhadap individual. Mengingat dampak *self-esteem* Rendah diperlukan suatu intervensi agar tingkat *self-esteem* tidak rendah. Pendekatan antara lain : *Solution-Focused Brief Group Therapy (SFBGT)*. Tujuan pendekatan merupakan mengubah situasi yang problematis supaya identik membicarakan solusi dari pemasalahan. Teknik penelitian ini *Purposive sampling* digunakan untuk memperoleh subyek penelitian yang mengalami *self-esfeem* rendah. Subyek Penelitian adalah remaja yang tinggal di panti asuhan Aisyiah Cab.Koto Timur Padang yang mengalami *self-esteem* rendah menggunakan kuesioner *Rosenberg*. Konseling pada masing-masing subyek berlangsung dalam 4 sesi , 6-8 x pertemuan dalam waktu 60-70 menit. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa remaja memiliki *Self Esteem* yang rendah (73,3%) sebelum diberikan nya intervensi pada remaja yang ada di Panti Asuhan Aisyah Cab,Koto Timur Pelaksanaan intervensi dilakukan menggunakan modul dan lembaran kerja setiap sesi

Kata Kunci: Remaja, *Solution Focused Brief Therapy*, *Self- Esteem*

ABSTRACT: Adolescence is a period of transition from childhood to adulthood. Adolescence is one of the most at-risk stages of development in psychological problems, namely low self-esteem. Self-esteem is an aspect of satisfaction with self-assessment of the individual. Considering the impact of low self-esteem, an intervention is needed so that the level of self-esteem is not low. Approaches include: *Solution-Focused Brief Group Therapy (SFBGT)*. The purpose of the approach is to change the problematic situation so that it is identical to discuss the solution to the problem. This research technique is *purposive sampling* used to obtain research subjects who experience low self-esteem. The research subjects were teenagers who lived in the Aisyiah orphanage, East Koto, Padang, who experienced low self-esteem using the *Rosenberg* questionnaire. Counseling on each subject takes place in 4 sessions, 6-8 x meetings within 60-70 minutes. The results of the *pre-test* showed that adolescents had low *Self Esteem* (73.3%) before the intervention was given to adolescents at the Aisyah Orphanage Cab, East Koto. The implementation of the intervention was carried out using modules and worksheets for each session.

Keywords: Adolescence , *Solution Focused Brief Therapy*, *Self-Esteem*

A. PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Menurut WHO (2015) remaja awal 10-20 tahun, 10-14 tahun remaja tengah, remaja akhir 15-20 tahun. Masa kritis remaja adalah periode fisik, sosial, psikologis, kognitif serta kemampuan untuk mengekspresikan dan memahami emosi yang mempengaruhi perilaku (Priyanka, Parasar, and Dewangan 2018). Menurut Erikson (1989) tahap perkembangan remaja meliputi pembentukan karakter identitas vs kecacauan identitas. Remaja akan mencari jati dirinya tidak hanya dilindungi keluarga, namun sekolah dan masyarakat.

Dalam proses pencarian jati diri remaja cenderung membandingkan keadaan dengan orang lain. Permasalahan ini yang terjadi pada psikologis remaja di panti asuhan dikarenakan remaja tidak menemukan lingkungan yang sama dengan orang lain. Remaja cenderung mengubah kepribadian menjadi inferior, pasif, apatis, menarik diri, mudah putus asa, penuh dengan ketakutan dan kecemasan, sehingga remaja akan sulit menjalin hubungan sosial dengan orang lain (Martin 2015).

Harga diri remaja adalah pentingnya perkembangan penilaian yang dilakukan individu dibandingkan pencapaian ideal diri yang ditetapkan sebelumnya baik dari diri sendiri atau dari orang lain, misalnya dalam bentuk pengakuan (Stuart 2012). Menurut Stuart (2012) yang mempengaruhi harga diri yaitu faktor individu, faktor orang tua, faktor sosial dan faktor peran pengganti. Penelitian Febristi (2019) mengungkapkan (52,3%) remaja di panti asuhan kota Padang sebanyak 30 unit panti menalami *Self Esteem* yang rendah dan ada pengaruh yang signifikan terhadap Faktor individu dan faktor pengasuh.

Harga diri ini berdampak pada penerimaan diri remaja yang rendah, kaku dalam berhubungan dengan orang lain, mengalami perkembangan yang tidak baik, tidak berprestasi secara maksimal, kurang berani, tidak percaya diri untuk bersaing dengan orang lain, serta ragu dalam mengambil keputusan. Sejauh ini di kota Padang belum ada solusi untuk mendeteksi permasalahan psikologis remaja panti asuhan baik dari pihak pemerintah maupun khusus panti. Mengingat pentingnya *Self Esteem* (harga diri) pada remaja, berbagai macam pendekatan bisa dilakukan: konseling individual, kelompok, keluarga, pendekatan kognitif (kognitif behavior therapy, solution focused brief therapy)

Pendekatan SFBT (*Solution Focused Brief Therapy*) merupakan terapi yang dibangun di atas kekuatan konseling dengan mengkonstruksi dan fokus pada solusi terhadap problem yang sedang dihadapi dengan mengutamakan aspek kebutuhan dan kepraktisan, efektifitas dan efisiensi waktu. Tujuan dari pendekatan ini merupakan mengubah situasi yang problematis supaya identik membicarakan solusi dari pada permasalahan (Corey, 2009). Dengan harapan saat terjalin *trush* dengan terapis maka individual dapat memiliki sumber daya dalam memecahkan suatu permasalahan agar tercipta masa depan yang lebih baik.

Tujuan pendekatan SFBT mengidentifikasi dan memanfaatkan sepenuhnya kekuatan dan kompetensi yang dimiliki konseli; Membangun kemampuan konseli mengenali masalah dan memilah hal yang tidak terkait (tidak ada manfaatnya) dalam menemukan masalah; keterampilan yang memadai dalam memberikan motivasi dan pertanyaan yang tidak berfokus pada problem (masalah) tetapi berfokus pada solusi. Tahapan pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling (SFBC)* agar bisa digunakan dengan maksimal. Tahapan tersebut menurut

Seligman (dalam Mulawarman, 2014:70) sebagai berikut :*Establishing Relationship* (Membangun Hubungan Baik), *Identifying a solvable complaint* (Mengidentifikasi Permasalahan yang Bisa Ditemukan Solusinya), *Establishing goals* (Menetapkan Tujuan), *Designing and Implementing Intervention* (Merancang dan Menetapkan Intervensi), *Termination, Evaluation and Follow-up* (Pengakhiran, Evaluasi, dan Tindak Lanjut) ini dilakukan dengan Teknik Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling (SFBC)* menurut Corey, Seligman dan Macdonald, sebagaimana dikutip oleh Mulawarman (2014: 70) *Exception-finding questions (Questions discovery exception)* (Kalimat Pengecualian), *Miracle questions (Question miracle)* (Pertanyaan Keajaiban), *Scaling questions (Question-scale)* (Pertanyaan Berskala 0-10).

Survei awal berdasarkan wawancara peneliti 3 dari 5 remaja menggunakan mengungkapkan bahwa mereka malu karna anak panti dan minder saat menjalin hubungan dengan orang yang berada diluar panti.

Menurut Arikunto (2006) penelitian ini dengan menggunakan rancangan *one group pre and post test design* yaitu rencana sebelum dan sesudah intervensi satu kelompok mengungkapkan Langkah strategis yang dapat dilakukan untuk mengkontruksi individual yang memiliki *Self esteem* rendah dengan melakukan pendekatan SFBT (*Solution Focused Brief Therapy*) sumber daya dalam memecahkan suatu permasalahan agar tercipta masa depan yang lebih baik dan berguna bagi masyarakat.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif. Dalam penelitian ini digunakan penelitian eksperimen dengan jenis penelitian *quasi experiment* dengan metode *one group pretest posttest design*, yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa pembandingan. Pertama akan dilakukan pengukuran tes awal (*pre-test*) Menggunakan kuisisioner *Rossenberg Self-Esteem Scale (RSES)* untuk melihat harga diri yang ada pada remaja. Terdiri dari 10 buah pernyataan dengan pilihan jawaban yaitu “sangat setuju” diberi skor 4, “setuju” diberi skor 3, “tidak setuju” diberi skor 2, “sangat tidak setuju” diberi skor 1. kemudian akan diberikan perlakuan dalam jangka waktu tertentu menggunakan beberapa tahap/ sesi yang akan diobservasi menggunakan Buku kerja,

Penelitian ini dilaksanakan di Panti Asuhan Aisyah Cab.Koto Tangah Timur dilakukan/dilaksanakan pada bulan Juni – Juli 2021. Populasi adalah Remaja yang ada di panti Asuhan Aisyah Cab.Koto Tangah Timur dengan kriteria memiliki *Self Esteem* yang rendah dari total nilai mean berdasarkan kuesioer *Rossenberg Self-Esteem Scale (RSES)* yang sudah divaliditas barulah akan dijadikan sample untuk dilakukan intervensi *Solution Focused Brief Therapy*. Intervensi menggunakan lembar kerja persesi sebanyak 4 sesi dalam jangka waktu 1x/minngu 1x 75menit. Pada tahap pelaksanaan peneliti memberikan surat permohonan menjadi responden dan surat persetujuan menjadi responden (*informend conent*). Setelah kuesioner selesai dikembali kepada peneliti dengan memperhatikan etika penelitian antara lain :*Inform Consent, Anonymity, Confidentially*.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini peneliti menguraikan hasil penelitian yang dilaksanakan di panti asuhan aisyah Cab.Koto Tangah sebanyak 15 orang responden . Hasil

penelitian pada bab ini berupa analisa univariat, bivariat, hubungan antara variabel independen dan dependen dan melihat apakah adanya perbedaan antara *self esteem Pre dan Post* setelah di berikan intervensi pendekatan *Solusion Focused Brief Therapy* (SFBT).

1. Distribusi Rata – Rata Pre Test *Self Esteem* (Harga Diri) Remaja Yang Tinggal di Pantu Asuhan Aisyah Cab.Koto Tangah Timur

Variabel *Self Esteem* (Harga Diri) pre test merupakan data katagori yang dianalisis sebelum dilakukannya Intervensi dengan proporsi dan disajikan dengan tabel distribusi frekuensi. Adapun secara terperinci, hasil dapat dilihat pada table 1.1 sebagai berikut :

Tabel 1.1
Distribusi Frekuensi Self Esteem Pre Test Pada Remaja di Pantu Asuhan (n = 15)

Variabel	Kategori	f	%
Pre Test	Rendah	11	73,3
Self Esteem	Normal	4	26,7

Berdasarkan tabel diatas lebih dari setengah (73,3%) remaja yang tinggal di pantu asuhan memiliki *self esteem* (harga diri) yang Rendah pada keadaan Pre Test sebelum diberikan Intervensi tentang pendekatan *Solusion Focused Brief Therapy* (SFBT).

2. Pre Test *Self Esteem* (Harga Diri) Remaja Yang Tinggal di Pantu Asuhan Aisyah Cab.Koto Tangah Timur

Remaja yang tinggal di pantu asuhan Aisyah Cab.Koto Tangah menunjukkan lebih dari setengahnya (73,3%) mengalami *Self Esteem* (harga diri) rendah. Didukung oleh Hailegiorgis et al. (2018) dimana kondisi kesehatan psikologis remaja yang tinggal di pantu asuhan lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang tinggal bersama orang tua. Sehingga rasa berbeda yang dimiliki remaja yang tinggal dipantu asuhan dibanding remaja yang tidak tinggal di pantu asuhan adalah perasaan marah, khawatir, dan rasa tidak bahagia dan sedih atas keadaan yang dialami (Kirkpatrick et al. 2012). Penelitian (Diri et al. 2011) maungkapkan bahwa pada saat wawancara remaja pantu mengungkapkan banyak permasalahan remaja yang disimpan sendiri, kurangnya perhatian dari orang tua asuh maka membuat anak remaja sering memilih untuk diam terhadap pemasalahan sehingga cenderung tampak melarikan diri dari permasalahan yang sedang dihadapi.

Peneliti mengungkapkan anak khususnya remaja yang tinggal di pantu asuhan memiliki kecendrungan untuk mudah stress atau pun depresi karna remaja pantu asuhan mengalami berbagai macam tekanan dan permasalahan. Perasaan kehidupan yang berbeda dengan remaja lainnya tak lain remaja lebih sering membanding-bandingkan dia dengan remaja lainnya yang tinggal bersama orang tuanya. Perasaan merasa diri berbeda dari orang lain (remaja) yang berusia sama menimbulkan beberapa permasalahan psikologis remaja dapat mengalami depresi (Sahad, Mohamad, and Shukri 2018). Dampak depresi yang dirasakan oleh remaja pantu asuhan, antara lain adalah kurangnya penerimaan diri, menurunnya rasa percaya

diri terhadap kompetensi yang dimiliki, tidak mampu untuk melakukan aktivitas sosial, dan prestasi akademik yang cenderung turun.

Bagi remaja yang tumbuh dipanti yang dapat memberikan dukungan dan sebagai pengganti orang tua untuk berperan mengurus, memberikan perawatan, perhatian dan kasih sayang mereka adalah pengasuh dipanti. Petugas panti berperan sebagai pengganti keluarga dalam memenuhi kebutuhan berkembang anak (Llapo 2015). Sebagai seorang pengasuh, peran yang akan dijalani antara lain adalah mengurus, memberikan perawatan, perhatian, dukungan dan kasih sayang. Pengasuh panti harus memberikan kesempatan dan bimbingan serta kasih sayang yang cukup (Stuart 2012). Remaja yang tidak dapat peran pengasuh secara maksimal maka remaja akan merasakan kualitas perhatian berkurang kebutuhan yang ia butuh tidak dapat terpenuhi dan dapat mempengaruhi interaksi dengan lingkungan sosial dan *Self Esteem* pada remaja.

Lingkungan panti dengan rumah adalah 2 tempat yang berbeda. Seorang pengasuh memiliki peran dalam memenuhi kebutuhan fisiologis remaja panti dan psikologis, salah satunya adalah pembentukan konsep diri yang positif pada remaja panti asuhan (Maundeni and Malinga-Musamba 2013). Dengan demikian pengasuh panti asuhan harus memiliki beberapa keterampilan seperti memahami kebutuhan remaja panti yang terus bertambah sejalan umur remaja dan kemampuan dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan remaja panti asuhan, khususnya aspek konsep diri remaja panti (Castillo et al. 2012). Peneliti mengungkapkan bahwa Di Panti Aisyah Cab.Koto Timur bahwa pengasuh merupakan orang tua yang memiliki gradasi umur yang sangat jauh berbeda sehingga memiliki pemahaman dan cara mendidik dengan sangat berbeda. Sehingga mengakibatkan anak remaja tidak mampu menceritakan segala sesuatu hal terhadap pengasuh, remaja lebih cenderung untuk menyimpan sendiri permasalahan baik dalam lingkungan panti maupun diluar panti.

D. PENUTUP

Hasil pre-test menunjukkan bahwa remaja memiliki *Self Esteem* yang rendah (73,3%) sebelum diberikan nya intervensi *Solusion Focuus Brief Group* pada remaja yang ada di Panti Asuhan Aisyah Cab,Koto Timur sebanyak 15 orang anak remaja dengan menggunakan kuesioner *Self Esteem Rosenberg* dengan menggunakan 10 pertanyaan.Remaja.

E. UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih diungkapkan kepada pihak Akademi Keperawatan Baiturrahmah yang telah memfasilitasi Author dalam melakukan penelitian dan teruntuk Instansi Lokasi Penelitian Panti asuhan Aisyah Cab.Koto Timur Padang.

F. DAFTAR PUSTAKA

- Castillo, Jason T., Christian M. Sarver, Joanna E. Bettmann, Jamie Mortensen, and Kofi Akuoko. 2012. "Orphanage Caregivers' Perceptions: The Impact of Organizational Factors on the Provision of Services to Orphans in the Ashanti Region of Ghana." *Journal of Children and Poverty* 18 (2): 141–60.
<https://doi.org/10.1080/10796126.2012.710484>.
- Diri, Harga, Remaja Akhir, Juju Juhaeriah, and Fuji Rahmawati. 2011. "Faktor-Faktor

- Yang Mempengaruhi Akibat Perceraian Orang Tua Di Sma,” 226–30.
- Hailegiorgis, M. T, T. M Berheto, E. L Sibamo, N. A Assefa, G Tesfa, and F Birhanu. 2018. “Psychological Wellbeing of Children at Public Primary Schools in Jimma Town: An Orphan and Non-Orphan Comparative Study.” *PLoS ONE* 13 (4): 1–9. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0195377>.
- Kirkpatrick, Sharon M., Wilaiporn Rojjanasrirat, Beverly J. South, Jeri A. Sindt, and Lee A. Williams. 2012. “Assessment of Emotional Status of Orphans and Vulnerable Children in Zambia.” *Journal of Nursing Scholarship* 44 (2): 194–201. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2012.01447.x>.
- Llapo, Onneetse Puna. 2015. “Caregivers Perception of Emotional and Behavioural Difficulties Experienced by Teenage Orphans Living in Mogapi (Botswana).” University of The Witwatersrand.
- Martin, Cherie. 2015. “Caregiver Perspectives on Psychosocial Support Programming for Orphans and Vulnerable Children in South Africa : A Non- Governmental Organization Case Study.” University of Ottawa.
- Maundeni, Tapologo, and Tumani Malinga-Musamba. 2013. “The Role of Informal Caregivers in the Well-Being of Orphans in Botswana: A Literature Review.” *Child and Family Social Work* 18 (2): 107–16. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2011.00820.x>.
- Priyanka, Ashok Parasar, and Roshan Lal Dewangan. 2018. “A Comparative Study of Self Esteem and Level of Depression in Adolescents Living in Orphanage Home and Those Living With Parents.” *International Journal of Humanities and Social Science Research* 4 (2): 51–53.
- Sahad, Sanurizwanie Mat, Zakaria Mohamad, and Mohamad Shukri. 2018. “Differences of Mental Health among Orphan and Non-Orphan Adolescents.” *International Journal of Academic Research in Psychology* 5 (1): 556–65. <https://doi.org/10.6007/IJARP/v5-i1/3492>.
- Stuart, Gail W. 2012. *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. Missouri: Elsevier Ltd.
- World Health Organization. 2015. “Pengelompokan Usia.” New York.