

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini remaja mengalami banyak perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Berdasarkan teori perkembangan, secara psikoseksual pada diri remaja mulai muncul dorongan-dorongan seksual, secara psikososial remaja harus menentukan dirinya sendiri (mengetahui siapa dirinya), dan secara kognitif remaja dapat berpikir secara abstrak, berpikir mengenai berbagai kemungkinan. Di masa ini remaja mempunyai tugas perkembangan untuk menyiapkan diri menjadi individu yang matang sehingga siap memasuki masa dewasa.

Masa transisi ini rentan dengan berbagai permasalahan. Masalah secara fisik yang dialami seperti gangguan nutrisi berupa anoreksia khususnya pada remaja putri karena sangat memperhatikan penampilan fisiknya. Masalah psikologis seperti gangguan citra tubuh akibat perubahan fisik yang dialami dan munculnya berbagai perasaan cemas lainnya dalam proses menemukan jati dirinya. Masalah psikologis tersebut dapat berdampak pada gangguan pola tidur. Masalah sosial yang dapat muncul seperti kenakalan remaja, penyalahgunaan obat terlarang dan alkohol, serta

kehamilan di luar nikah. Apabila remaja tidak dapat berproses dengan baik, dapat terjadi kekacauan identitas, konsep diri yang negatif, dan kondisi depresi.

Reza Sulaiman dalam suara.com. (10 Oktober 2018) menuliskan tema peringatan hari Kesehatan Jiwa Dunia tahun 2018 adalah mengenai kesehatan mental remaja dan anak muda. *World Health Organization* (WHO) memaparkan bahwa setengah dari gangguan jiwa dimulai saat usia remaja. Namun, kebanyakan kasus tidak terdeteksi dan terobati, menjadikan beban bagi remaja dan anak muda. Banyak faktor yang menyebabkan remaja dan anak muda mengalami gangguan jiwa. Stress karena tuntutan sosial dan lingkungan, penggunaan media sosial yang tidak tepat sasaran, hingga pengaruh alkohol dan narkoba menjadi faktor utama.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kelompok orang-orang muda, yakni remaja dan orang dewasa cenderung mudah terserang depresi. Perempuan umumnya lebih banyak memiliki risiko terkena depresi daripada laki-laki. Tingkat perbedaan terserang depresi antara pria dan wanita ditentukan oleh faktor biologis (hormonal dan reproduksi) dan faktor lingkungan seperti perubahan peran sosial yang menimbulkan konflik dan kondisi yang menimbulkan stress (Klerman & Weissman dalam Pieter, *et.al.*, 2011).

Berdasarkan hal tersebut di atas, maka pada masa ini penting bagi remaja untuk mengenal jati dirinya dan mengembangkan konsep diri secara positif. Menurut

Stuart (2016) konsep diri berkembang sejak lahir. Konsep terdiri dari semua nilai-nilai, keyakinan, dan ide-ide yang berkontribusi terhadap pengetahuan diri dan mempengaruhi hubungan seseorang dengan orang lain, termasuk persepsi seseorang tentang karakteristik dan kemampuan pribadi serta tujuan dan cita-cita seseorang. Hal ini didukung dengan pendapat Muhith (2015) bahwa konsep diri terbentuk melalui proses belajar dari awal masa pertumbuhan hingga dewasa. Lingkungan, pengalaman, dan pola asuh orang tua turut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pembentukan konsep diri. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah cara pandang seseorang tentang dirinya sendiri, terbentuk dari faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi interaksi dengan orang lain.

Perkembangan konsep diri remaja yang tinggal bersama orang tua/keluarga tentunya berbeda dengan konsep diri remaja yang tinggal di panti asuhan. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan lingkungan, pola asuh, dan pengalaman yang dialami remaja. Penelitian yang dilakukan Mazaya & Supradewi (2019) memberikan gambaran konsep diri yang dikembangkan remaja panti asuhan, yaitu berupa konsep diri positif dan negatif. Remaja yang memiliki konsep diri positif dapat mengenal dirinya, memandang dirinya secara positif, mengetahui kelemahan dan kelebihan diri, serta dapat menemukan cara yang tepat dalam mengembangkan potensinya. Sebaliknya remaja yang mempunyai konsep diri negatif memandang dirinya dan hidupnya secara negatif.

Remaja panti asuhan dengan konsep diri negatif tidak mampu melihat kelemahan dan kelebihan diri, sehingga tidak mampu mengembangkan potensinya dengan baik. Hal ini akan membuat mereka menjadi mudah putus asa, mempunyai kepribadian yang inferior, pasif, apatis, menarik diri, mudah takut dan cemas, serta muncul emosi-emosi negatif lainnya. Berdasarkan hal tersebut, pengembangan konsep diri positif merupakan hal yang penting. Upaya ini dilakukan supaya remaja dapat mengembangkan potensinya dan menjadi individu yang berkualitas. Beberapa upaya yang dapat membantu pengembangan konsep diri positif menurut Calhoun & Acocella dalam Fatwasari (2017) meliputi: penetapan tujuan, informasi baru, dan restrukturisasi kognitif (wacana diri baru).

O'Brien (2014) dalam buku Keperawatan Jiwa Psikiatri Teori dan Praktik, menuliskan tentang modalitas komplementer dalam praktik keperawatan holistik. Modalitas komplementer yang dimaksud adalah praktik penyembuhan dan pengaturan diri. Praktik pengaturan diri berbeda dengan praktik yang tergantung pada intervensi ahli terapi. Praktik pengaturan diri sangat bergantung pada komitmen dan partisipasi diri. Praktik pemusatan dan pernapasan sendiri adalah contoh dari latihan pengaturan diri yang berasal dari prinsip yang menyatakan bahwa orang dapat menyembuhkan dirinya sendiri. Praktik pengaturan diri dan penyembuhan diri tersebut, diantaranya adalah imajinasi.

Dossey dalam O'Brien, *et al.*, (2014) mendefinisikan imajinasi adalah latihan yang membantu orang untuk menyembuhkan diri dan mengatur diri dengan membawa ke keadaan relaksasi dan kemudian mengajak memvisualisasikan, menggunakan satu atau semua indera. Imajinasi membantu meningkatkan fungsi imun, mengurangi nyeri dan kecemasan, serta meningkatkan pemahaman. Hal ini serupa dengan pendapat Fitzgerald & Langevin dalam Lindquist, *et al.*, (2014) bahwa imajinasi merupakan intervensi pikiran dan tubuh yang membawa perubahan dalam dimensi fisik, emosional, atau spiritual. Imajinasi membangkitkan respon fisik dan emosional serta membantu memahami makna peristiwa. Beberapa penelitian menyebutkan manfaat dari imajinasi adalah untuk relaksasi, mengurangi kecemasan dan depresi, meningkatkan fungsi atau kualitas hidup, membantu menemukan makna, tujuan, dan atau kompetensi, serta membawa perubahan positif terhadap sikap atau perilaku.

Ferrell, Coyle, & Paice dalam Yodang (2018) menyatakan bahwa imajinasi terbimbing (*guided imagery*) merupakan suatu formasi untuk membentuk imajinasi gambar di dalam pikiran seseorang berdasarkan suatu perintah atau seruan yang bertujuan untuk mendapatkan hasil terapeutik yang spesifik. Snyder & Lindquist dalam Afdila (2016) juga menyampaikan bahwa imajinasi terbimbing adalah intervensi pikiran dan tubuh manusia menggunakan kekuatan imajinasi untuk mendapatkan *affect* fisik, emosional, maupun spiritual.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa imajinasi terbimbing merupakan bagian dari terapi modalitas komplementer, berbentuk intervensi pikiran dan tubuh dengan membawa seseorang pada keadaan relaksasi, membentuk imajinasi gambar di dalam pikiran berdasarkan suatu perintah atau seruan, bertujuan untuk mendapatkan hasil terapeutik berupa *affect* fisik, emosional, maupun spiritual.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 19 Mei dan 30 Juni 2018, diperoleh data bahwa Panti Asuhan Bina Putra Bantul mulai dirintis pada tahun 2006. Panti asuhan ini adalah milik Yayasan Panti Asuhan Bina Putra. Pendiri sekaligus penanggung jawabnya adalah Bapak Drs. Simon Suharyanto, M.Pd. Pada awalnya Bapak Simon mengasuh 12 anak korban gempa Bantul tahun 2006 di rumahnya. Saat ini, Panti Asuhan Bina Putra Bantul mengasuh 122 orang remaja dan dewasa awal, terdiri dari 85 perempuan dan 37 laki-laki. Mereka berasal dari Jawa, Sumatera, NTT, Papua, bahkan Malaysia. Saat ini lebih dari 50% atau sekitar 70 orang berasal dari NTT. Rata-rata berusia antara 15-22 tahun, sedang menempuh pendidikan sekolah menengah pertama (SMP), sekolah menengah atas (SMA), dan sebagian sudah bekerja. Adapun remaja putri yang berusia 15-18 tahun sejumlah 42 orang.

Remaja yang tinggal di panti asuhan mempunyai latar belakang yang berbeda-beda. Sebagian diantaranya akibat dari kematian atau perceraian orang tua,

kemiskinan, keluarga tidak harmonis. Sebagian lagi karena adanya kerja sama dengan pemerintah Papua, paroki di NTT, dan kerja sama dengan berbagai pihak lainnya yang peduli terhadap anak-anak usia remaja yang perlu mendapat perhatian terkait kehidupan dan pendidikannya.

Panti Asuhan Bina Putra Bantul terdiri dari dua gedung. Gedung tiga lantai untuk panti asuhan putri terletak di belakang Gereja St. Yakobus Klodran Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta dan gedung dua lantai untuk panti asuhan putra yang terletak terpisah, sekitar 500 meter. Selain itu panti asuhan mempunyai lahan pertanian sekitar 5000 m², perikanan, dan kandang peternakan yang letaknya terpisah tidak jauh dari panti. Panti asuhan dikelola oleh 20 orang pengurus yang sekaligus adalah pengasuh. Adapun, jadwal kegiatan yang ada di panti dimulai dengan bangun pagi pukul 04:00 WIB, kemudian menyiapkan makan pagi (khusus bagi yang piket), dan yang lain bisa belajar pagi, setelah itu ikut misa pagi bagi yang beragama katolik, makan pagi, belajar di sekolah, makan siang, istirahat siang, kerja bakti bersama sesuai tugas masing-masing, ada juga yang ikut ekstra kurikuler lainnya, mandi, ibadat malam, makan malam, belajar malam, refreasing (nonton TV atau aktivitas lainnya), kemudian istirahat malam.

Panti Asuhan Bina Putra Bantul mempunyai kiat-kiat dalam membangkitkan jiwa kemandirian serta pembentukan karakter generasi muda. Anak-anak di panti tidak hanya ditampung dan dipenuhi kebutuhan fisiknya, tetapi juga kebutuhan psikis

dan pengembangan dirinya. Panti asuhan bekerja sama dengan Yayasan Putra Tama milik Gereja St. Yakobus Klodran Bantul dalam penyelenggaraan pendidikan formal anak-anak panti. Semua anak yang ada di panti bersekolah di SMP dan SMK Putra Tama Klodran Bantul. Setelah lulus SMK, anak-anak yang masih tinggal di panti dibantu disalurkan untuk melanjutkan kuliah (program Bidikmisi) ataupun bekerja seperti: menjaga toko ataupun bekerja di pabrik yang bekerja sama dengan panti asuhan.

Selain pendidikan formal, terdapat berbagai pendampingan dalam kegiatan yang ada di panti. Pendampingan tersebut, diantaranya: pendampingan dalam belajar, kegiatan pertanian, kegiatan perikanan, kegiatan peternakan, unit usaha pertokoan, pendampingan konseling, dan pendampingan ekstrakurikuler lainnya (tari, basket, dan tinju). Proses pendampingan juga dilakukan dengan kerja sama berbagai pihak, seperti TNI Kodim Bantul untuk pembinaan tinju (anak panti sering meraih prestasi kejuaraan tinju), pemilik pabrik dan pertokoan terkait kewirausahaan. Anak-anak panti dilatih untuk mempunyai ketrampilan dan kemandirian dalam menyiapkan masa depan mereka.

Berdasarkan wawancara pada pengelola dan pengasuh panti asuhan diperoleh gambaran sikap dan kepribadian anak panti asuhan saat ini adalah sekitar 10% sudah berkepribadian sangat baik dengan konsep diri yang positif dan berprestasi sangat baik, serta sekitar 60% sudah bersikap baik dan berkepribadian baik.

Meskipun demikian, diperoleh gambaran bahwa sekitar 20% anak panti asuhan kurang disiplin, kurang menghormati/menghargai orang lain, cenderung malas, dan kurang peduli terhadap lingkungan. Selain itu, masih ditemukan adanya kenakalan remaja yang terjadi yaitu sekitar 10%. Persentasenya tidak besar tetapi cukup menjadi perhatian pengelola dan pengasuh panti asuhan. Dengan berbagai upaya yang telah dilakukan, pengelola dan pengasuh panti asuhan berharap semua anak asuhnya dapat bertumbuh dan berkembang menjadi individu yang berkepribadian baik dan berkualitas.

Berdasarkan uraian tersebut di atas, peneliti memandang bahwa kenakalan remaja bisa terjadi dikarenakan emosi remaja yang belum stabil, kepribadian yang belum matang, dan konsep diri yang negatif, sehingga memunculkan perilaku kurang memiliki kontrol terhadap diri sendiri, ketidakmampuan mengembangkan potensi diri secara optimal, dan perilaku menyimpang dari nilai-nilai yang ada. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh teknik imajinasi terbimbing terhadap konsep diri remaja putri usia 15-18 tahun di Panti Asuhan Bina Putra Bantul. Penelitian dilakukan pada 40 remaja putri di Panti Asuhan Bina Putra Bantul.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: “Adakah pengaruh imajinasi terbimbing terhadap konsep diri remaja putri di Panti Asuhan Bina Putra Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2019?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui pengaruh imajinasi terbimbing terhadap konsep diri remaja putri di Panti Asuhan Bina Putra Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2019.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden, meliputi: usia, pendidikan, daerah asal, anak nomor berapa, dan jumlah saudara responden.
- b. Mengetahui karakteristik orang tua responden, meliputi pendidikan dan pekerjaan.
- c. Mengetahui konsep diri remaja putri di Panti Asuhan Bina Putra Bantul Tahun 2019 sebelum mendapatkan intervensi imajinasi terbimbing.
- d. Mengetahui konsep diri remaja putri di Panti Asuhan Bina Putra Bantul Tahun 2019 setelah mendapatkan intervensi imajinasi terbimbing.
- e. Mengetahui ada tidaknya pengaruh imajinasi terbimbing terhadap konsep diri remaja putri di Panti Asuhan Bina Putra Bantul Tahun 2019.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Pengembangan ilmu dan pengetahuan dalam bidang keperawatan khususnya modalitas komplementer dalam praktik keperawatan holistik yang berkaitan dengan pengaruh teknik imajinasi terbimbing terhadap konsep diri remaja.

2. Praktis

a. Panti Asuhan Bina Putra Bantul

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dalam penyusunan program kesehatan jiwa/psikologis khususnya pengembangan konsep diri positif pada remaja di Panti Asuhan Bina Putra Bantul .

b. STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Hasil penelitian ini dapat menjadi bagian referensi terapi modalitas komplementer dalam praktik keperawatan holistik tentang pengaruh teknik imajinasi terbimbing terhadap konsep diri remaja putri dan juga sebagai dasar penelitian selanjutnya.

c. Peneliti

Hasil penelitian ini menambah pengetahuan tentang metode penelitian pengaruh teknik imajinasi terbimbing terhadap konsep diri remaja di panti asuhan.

d. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya tentang pengaruh teknik imajinasi terbimbing terhadap konsep diri remaja.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian dijelaskan pada Tabel 1 di halaman 13 sampai dengan 16.

STIKES BETHESDA YAKKUM

Tabel 1

Keaslian Penelitian

No.	Peneliti	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Aprianto, 2013	Efektifitas Teknik Relaksasi Imajinasi Terbimbing dan Nafas Dalam terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien Pre Operasi di RSUD RA Kartini Jepara Provinsi Jawa Tengah	Desain penelitian ini menggunakan <i>pretest-post test design</i> , dilakukan pada 60 responden dengan teknik <i>accidental sampling</i> . Analisis data penelitian ini menggunakan <i>Wilcoxon</i> .	Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan efektifitas antara teknik relaksasi imajinasi terbimbing dan nafas dalam terhadap penurunan kecemasan pasien pre operasi di RSUD RA Kartini Jepara dengan p-value $0,000 < 0,05$. Tingkat keefektifan antara relaksasi imajinasi terbimbing dan nafas dalam lebih efektif imajinasi terbimbing. Pada terapi imajinasi terbimbing diperoleh selisih sebelum dan sesudah sebesar 9,07, sedangkan pada teknik nafas	Variabel independen dalam penelitian ini sama, yaitu teknik Imajinasi terbimbing. Persamaan lain terletak pada metode yang digunakan adalah penelitian eksperimental.	Variabel independen dalam penelitian sebelumnya, yaitu teknik relaksasi imajinasi terbimbing dan nafas dalam, sedangkan pada penelitian saat ini yang diteliti hanya satu variabel independen yaitu teknik imajinasi terbimbing tanpa variabel nafas dalam. Selain itu, variabel dependen berbeda, dalam penelitian sebelumnya yaitu penurunan kecemasan pada pasien pre operasi, sedangkan pada penelitian ini variabel dependennya adalah konsep diri remaja putri. Penelitian

				<p>dalam terdapat selisih sebelum dan sesudah sebesar 8,3.</p>		<p>sebelumnya menggunakan teknik <i>Accidental sampling</i>, sedangkan penelitian ini menggunakan <i>purposive sampling</i>. Desain penelitian sebelumnya dengan <i>pretest-posttest design</i> dan analisis yang digunakan adalah <i>Wilcoxon</i>, sedangkan desain penelitian ini adalah <i>Pre-Experimental Design</i> dengan rancangan <i>One-Group Pretest-Posttest Design</i>, dengan analisis uji statistik <i>Paired t-test</i>.</p>
2.	Amalia & Susanti, 2014	Efektifitas Terapi Imajinasi Terbimbing dan Terapi Musik terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi Apendiktomi Akut di Ruang Rawat Bedah RSUD Dr. Achmad	Merupakan penelitian <i>quasy eksperimental</i> dengan <i>two groups design pretest-posttest</i> . Teknik <i>sampling</i> yang digunakan <i>accidental sampling</i> . Menggunakan	<p>Hasil t-test $p=0,000$ ($p<0,05$) menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara sesudah diberi perlakuan terapi imajinasi terbimbing dan kelompok terapi musik.</p>	<p>Variabel independen dalam penelitian ini sama yaitu imajinasi terbimbing. Persamaan lainnya adalah merupakan penelitian eksperimental.</p>	<p>Perbedaannya, penelitian sebelumnya terdiri dari dua variabel independen yaitu imajinasi terbimbing dan terapi musik, sedangkan penelitian yang dilakukan terdiri dari satu variabel independen yaitu imajinasi terbimbing. Variabel dependen dalam penelitian</p>

3.	Mazaya & Supradewi, 2018	Konsep Diri dan Kebermaknaan Hidup pada Remaja di Pantii Asuhan Sunu Ngesti	Merupakan penelitian kuantitatif, dengan instrument pengumpulan data	Berdasarkan uji korelasi antara kebermaknaan hidup dan konsep diri diperoleh $r_{xy}=0,595$ dengan $p=0,000$	Persamaannya adalah terdapat variabel konsep diri remaja panti asuhan yang diteliti, menggunakan <i>purposive</i>	insebelumnya adalah skala nyeri pada pasien post operasi, sedangkan pada penelitian yang diteliti adalah konsep diri remaja putri. Penelitian sebelumnya merupakan penelitian <i>quasy eksperimental</i> , sedangkan penelitiann yang dilakukan adalah <i>Pre-Experimental Design</i> dengan rancangan <i>One-Group Pretest-Posttest Design</i> , dengan analisis uji statistik <i>Paired t-test</i> . Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian sebelumnya <i>accidental sampling</i> , sedangkan penelitian ini menggunakan <i>purposive sampling</i> .
----	--------------------------	---	--	--	---	---

		<p>Tomo Jepara Provinsi Jawa Tengah</p>	<p>berupa skala pemberdayaan diri dan skala konsep diri. Sampel penelitian adalah remaja berusia 15-21 tahun di Pantj Asuhan Ngesti Tomo Jepara dengan teknik <i>purposive sampling</i>. Uji hipotesis yang digunakan adalah korelasi <i>product moment Pearson</i>.</p>	<p>($p < 0,001$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kebermaknaan hidup dengan konsep diri pada remaja di Pantj Asuhan.</p>	<p><i>sampling</i>, dan merupakan penelitian kuantitatif.</p>	<p>sebagai variabel dependen. Selain itu, penelitian sebelumnya merupakan penelitian korelatif dengan uji hipotesis menggunakan korelasi <i>Product Moment Pearson</i>, sedangkan penelitian yang dilakukan adalah penelitian <i>Pre-Experimental Design</i> dengan rancangan <i>One-Group Pretest-Posttest Design</i> dengan analisis uji statistik <i>Paired t-test</i>.</p>
--	--	---	--	---	---	--