



PENERAPAN EXPRESSING WRITING DALAM MENINGKATKAN ADVERSITY QUOTIENT PADA ANAK PANTI ASUHAN

Inayah Nabila Abdjul¹, Adinda Kartika Putri Neoe², Anisa³, Fajriah An. Sabbu⁴, Fatra Adjis⁵, Marya Danisyah Mandangi⁶, Maya⁷, Anik Indarwati⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8}Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

ARTICLE INFO

Keywords:

*Expressing Writing
Adversity quotient
Orphanage Children*

Article History:

Received: 04/08/2023

Accepted: 05/08/2023

Available Online:

16/08/2023

ABSTRACT

This study was conducted to determine whether there was an increase in adversity quotient after implementing expressing writing in orphanage children. This research method uses a quantitative research type and uses a pre-experimental design experiment with a pretest-posttest one group design research type. This type of user is imposed on one group only without a comparison group with a total of 30 populations and 14 samples, The results of this study are that the subjects did a pretest with a total value of 104.36 then given treatment and after being given treatment the subjects did a posttest with a total value of 111.29. which means that the subject's AQ increased by 6.7% with a significance of 0.001 < 0.05 which means significant.

XXXX XXXX/ © 2020 The Author(s), this is open access article under the (CC-BY-NC) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>),

* Corresponding Author:

Email address: anikindarwati@umgo.ac.id (Anik Indarwati)

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa-masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang dimana perubahan-perubahan yang terjadi cukup signifikan, seperti perkembangan fisik, kognitif maupun emosional (Aisha, 2014). Pada masa remaja akan dihadapkan dengan berbagai masalah, permasalahan yang dihadapi jika tidak segera diselesaikan akan menjadi sulit. Kehadiran orang tua dalam perkembangan jiwa anak sangat penting. Anak yang kehilangan orang tua maka anak tersebut dalam proses tumbuh kembangnya akan kehilangan hak untuk

di bina dan dibimbing, diberikan kasih sayang, perhatian dan sebagainya. Bagaimana dampaknya tergantung pada siapa yang meninggal (ayah atau ibu), pada usia berapa ditinggalkan dan reaksi anak pun berbeda antara anak laki-laki dan anak perempuan (Lestari, 2003). Pemerintah mewujudkan sebuah lembaga dimana difasilitasi tempat tinggal yang disebut dengan panti asuhan untuk menghadirkan layanan dimana dapat menggantikan peran keluarga dalam hal perkembangan baik dari segi fisik maupun psikis. Tetapi dari hasil penelitian, masih sebagian besar panti asuhan tidak memberikan pengasuhan, tetapi hanya

memberikan akses pendidikan dan kebutuhan fisik saja. Sedangkan kebutuhan dari segi emosional dan pertumbuhan yang terjadi pada anak-anak panti asuhan juga kurang dipertimbangkan (Wahyuningrum dan Tobing, 2014).

Kendala lain yang dirasakan anak remaja panti asuhan menurut Cashmore dan Paxman (Geldard, 2012) dia mengatakan bahwa remaja di panti asuhan tidak memiliki kesiapan yang kuat terkait transisi kepada kehidupan yang mandiri. Anak panti asuhan merasa bahwa kehidupan dirinya berbeda jika dibandingkan dengan yang lain saat menjalani kehidupan bersama keluarga (Putri & Najahi, 2013). Hasil wawancara menemukan bahwa remaja ini memiliki kemampuan untuk menghadapi berbagai situasi sulit selama tinggal di panti asuhan sehingga mempengaruhi aspek kehidupan lain. Daya juang yang menjadi bekal dalam diri remaja panti asuhan juga akan menjadi bekal untuk mereka dapat meraih apa yang mereka ingin dicapai tanda memberikan celah pada kesulitan untuk jadi penghalang, kemampuan daya juang ini dikenalkan oleh (Stoltz, 2000) dengan istilah *adversity quotient*.

Variabel yang pernah berkaitan dengan *adversity quotient* penelitian terdahulu oleh penguatan *social support*, dukungan sosial, rasa empati, motivasi, faktor gender *role*, peranan ibu, religiusitas, *self concept*, dan optimisme pada variabel ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan terhadap *adversity quotient* artinya *adversity quotient* ini bisa dihubungkan dengan berbagai hal baik (Stoltz, 2000).

Kebanyakan remaja yang tinggal di panti asuhan merasakan kehilangan sosok orang tua pada segala keterbatasan membuat mereka merasakan tidak memiliki harapan yang baik pada kondisi ini. Dengan hal ini membuat para remaja semakin merasakan putus asa, sedih, dan mudah menyerah. Keadaan ini membuat keterpurukan remaja panti asuhan atas dirinya dan hidupnya. Keterpurukan yang dialami mereka dapat dilalui tergantung

pada kegigihan dan perjuangan yang dilakukan. Harapan-harapan yang mereka miliki bisa menjadi cara mereka bagaimana menyikapi situasi-situasi yang menyulitkan (Stoltz, 2000).

Pada uraian di atas, penelitian ini diharapkan akan ada peningkatan terhadap *adversity quotient* pada anak-anak di panti asuhan dengan penggunaan teknik *expressing writing*. Untuk menunjukkan uji tersebut, penelitian ini akan menggunakan pendekatan kualitatif dan dianalisis data dengan korelasi. Responden yang digunakan dalam penelitian ini yaitu anak-anak atau remaja yang tinggal di panti asuhan (Stoltz, 2000).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif, dimana data yang diperoleh dalam penelitian kuantitatif berupa angka, yang akan dianalisa secara statistik (Qonitatin *et al.*, 2011). Jenis penelitian yang diambil adalah penelitian eksperimental yang akan meneliti hubungan sebab-akibat dan bukan hanya melihat hubungan antar variabel. Menurut Solso dan MacLin (Qonitatin *et al.*, 2011), penelitian eksperimental, merupakan penyelidikan di mana minimal salah satu variabel dimanipulasi untuk mempelajari hubungan sebab-akibat.

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *adversity quotient* sebagai variabel terikat dan *expressing writing* sebagai variabel bebas. *Adversity quotient* (AQ) adalah kemampuan seseorang untuk mengatasi tantangan dan kesulitan dalam hidup. *Expressing writing* adalah kemampuan seseorang untuk mengekspresikan diri secara tertulis dengan jelas dan efektif.

Desain penelitian yang digunakan adalah *Pretest-Posttest One Group Design*. Pada desain ini, di awal penelitian dilakukan pengukuran terhadap variabel terikat yang telah dimiliki subyek. Setelah *treatment* dilakukan pengukuran kembali terhadap variabel terikat tersebut dengan alat ukur yang sama (Qonitatin *et al.*, 2011).

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini akan mengukur *adversity quotient* pada awal penelitian kemudian diukur lagi dengan alat ukur yang sama setelah subjek penelitian memperoleh intervensi berupa menulis ekspresif yang menggunakan prinsip *expressing writing*. Efektivitas atau pengaruh dari intervensi tersebut sebagai variabel bebas terhadap *adversity quotient* sebagai variabel terikat dilihat dari perbedaan antara *pretest* (01) dengan *posttest* (02). Untuk lebih meyakinkan dalam kesimpulan, dapat digunakan analisis statistik dengan *correlated data t-test/paired-sample t-test* (Qonitatin *et al.*, 2011) Bila ada perbedaan antara skor *pretest* dan skor *posttest* dimana skor *posttest* lebih tinggi secara signifikan, maka dapat disimpulkan bahwa intervensi berupa *expressing writing* dapat meningkatkan tingkat *adversity quotient*.

Responden pada penelitian ini merupakan remaja panti asuhan yang menempati panti asuhan di Gorontalo. Karakteristik ini melibatkan remaja yang tinggal di panti asuhan baik laki-laki maupun perempuan dan tengah menempuh jenjang pendidikan SMP dan SMA dengan rentang usia 12-18 tahun. Rentang usia dipilih berdasarkan teori (Hurlock, 2004).

Metode pengumpulan data *adversity quotient* menggunakan skala *adversity quotient* untuk mengukur besarnya tingkat *adversity quotient* pada responden. Skala *adversity quotient* ini dirancang oleh (Widad, 2011) dengan acuan teori *adversity quotient* yang dikemukakan oleh (Stoltz, 2000) dengan dimensi yang terdiri dari CO2RE (Control, Origin & Ownership, Reach dan Endurance) dan dimodifikasi agar lebih mudah dipahami dan disesuaikan dengan keadaan responden.

Model skala yang digunakan adalah model skala likert. Terdapat 4 alternatif jawaban yang ditawarkan, diantaranya adalah STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), S (Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Penilaian jawaban yang bergerak dari nilai 1 sampai 4 merupakan pernyataan *favorable* dan

nilai yang bergerak dari 4 sampai 1 merupakan aitem *unfavorable*. Skala *adversity quotient* terdiri dari 39 aitem pernyataan yang terdiri dari 18 pernyataan *unfavorable* dan 21 pernyataan *favorable*. (Widad, 2011).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek penelitian adalah anak panti asuhan dengan rentang usia 12-20 tahun berjumlah 14 orang yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Penyebaran skala AQ yang telah dilakukan selama penelitian menghasilkan 28 skala yang terisi.

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran data *pre-test* dan *post-test* penelitian terdistribusi normal atau tidak. Data terdistribusi normal apabila nilai signifikansi $p > 0.05$, apabila $p < 0.05$ maka data tidak terdistribusi normal. Berdasarkan tabel diatas, nilai signifikansi *pre-test* pada kelompok eksperimen adalah $p = 0,113$ ($p > 0.05$) dan untuk nilai *post-test* adalah $p = 0,126$ ($p > 0.05$). Sehingga dilihat dari hasil uji normalitas dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebaran data terdistribusi normal.

Setelah melalui uji prasyarat dengan uji normalitas, maka dapat digunakan uji hipotesis. Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji statistik parametric yaitu Paired Sample T-test karena berasal dari dua variabel yang saling berhubungan Uji ini digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan rata-rata antar dua kelompok sample yang berpasangan (berhubungan).

Berdasarkan skor *pre-test* dan *post-test* pada tabel di atas didapatkan hasil bahwa ada perbedaan tingkat *adversity quotient* antara sebelum dan sesudah dilakukannya terapi menulis ekspresif. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai signifikansi yaitu Sig. (2- tailed) $p = 0.001$ ($p < 0,05$). Dengan ini dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, yang mana berarti bahwa ada pengaruh menulis ekspresif (*expressing writing*) terhadap *adversity quotient* pada anak panti asuhan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *expressing writing* terhadap *Adversity quotient*. Berdasarkan analisis data yang peneliti lakukan maka didapatkan hasil bahwa ada pengaruh signifikan dari *expressing writing* terhadap *Adversity quotient*. Dari sini dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima.

Hasil uji Paired Sample T-test menunjukkan mean pada *pre-test*=104.36 dan pada *post-test*=111.29 Artinya, ada perbedaan *Adversity quotient* antara sebelum dan sesudah diberikan terapi *Expressing Writing*. Pada hasil uji Paired Samples Test didapatkan $p=0,001$ ($p<0,05$), artinya terdapat perbedaan tingkat AQ sebelum dan setelah diberikan *expressing writing*.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil data penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima. *Expressive writing* yang dilakukan sebanyak satu kali saja terbukti memiliki efek yang signifikan untuk menurunkan tingkat AQ seseorang. Subjek melakukan *pretest* dengan nilai total sebesar 104.36 kemudian diberikan *treatment* dan setelah diberikan *treatment* subjek melakukan *posttest* dengan nilai total 111.29. Artinya berarti AQ subjek mengalami peningkatan sebesar 6,7% dengan signifikan $0,001<0,05$ yang berarti signifikan.

Dari hasil penelitian tersebut Maka Hipotesis, (H_0) yang berbunyi "Tidak terdapat perbedaan tingkat *adversity quotient* setelah menerapkan *expressing writing* pada anak panti asuhan" ditolak dan (h_1) yang berbunyi "terdapat perbedaan tingkat *adversity quotient* setelah menerapkan *expressing writing* pada anak panti asuhan" DITERIMA.

Saran

Untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi selama proses terapi *expressing writing* pada anak panti asuhan. Penemuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tempat

dan kondisi subyek juga dapat mempengaruhi hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisha, D. L. (2014). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Resiliensi Pada Remaja Di Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah Surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Geldard, Kathryn. 2012. *Konseling Remaja. Intervensi Praktis Remaja Berisiko*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Lestari, L.S. (2003). Hubungan antara persepsi terhadap peran ibu dengan *adversity quotient* pada remaja. Skripsi pada FPSB UII Yogyakarta.
- Qonitatin, N., Widyawati, S., & Asih, G. Y. (2011). Intervensi Depresi Ringan Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip*, 9(1), 21–32.
- Putri, G. G., KD, P. A., & Najahi, S. (2013). Perbedaan self-acceptance (penerimaan diri) pada anak panti asuhan ditinjau dari segi usia getrudis guna putri 1. Prosiding PESAT, 5.
- Stoltz. (2000). *Adversity quotient. Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta: Grasindo
- Wahyuningrum, E. & Tobing, M.A. (2014). *Pengasuhan pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan*. Semarang: Psychology Fair.