

GAMBARAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA ANAK YATIM KORBAN COVID-19 DI PANTI BHINEKA SUKOHARJO

Kemurnian Zega¹, Sri Ernawati², Dhian Riskiana Putri³

kemurnianzega1@gmail.com¹, sri.ernawati@usahidsolo.ac.id², dhianrp@gmail.com³

Universitas Sahid Surakarta

ABSTRAK

Pandemi COVID-19 berdampak besar pada kehidupan anak-anak, terutama yang kehilangan orang tua akibat infeksi virus tersebut. Kondisi ini berisiko menimbulkan gangguan psikologis yang memengaruhi perkembangan anak dalam jangka panjang. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kesejahteraan psikologis anak yatim korban COVID-19 yang tinggal di Panti Bhineka Sukoharjo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologis. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, serta dokumentasi, melibatkan anak-anak panti dan pengasuh sebagai partisipan. Analisis dilakukan secara tematik dengan mengacu pada enam dimensi kesejahteraan psikologis, yang diberikan pada 5 informan utama dan 2 informan pendukung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki kapasitas resilien, mampu membangun relasi sosial yang positif, memiliki cita-cita, dan menunjukkan pertumbuhan pribadi, meskipun beberapa anak masih menghadapi tantangan seperti rendahnya kepercayaan diri dan kesulitan menolak tekanan sosial. Peran pengasuh sebagai figur pengganti yang memberikan afeksi dan dukungan terbukti penting dalam proses adaptasi emosional anak. Lingkungan panti yang suportif, kegiatan berbasis kekuatan, dan pemberian ruang ekspresi menjadi faktor pendukung terbentuknya kesejahteraan psikologis anak. Penelitian ini menyimpulkan bahwa dengan pendekatan yang tepat, anak yatim korban COVID-19 tetap memiliki peluang untuk tumbuh sehat secara psikologis.

Kata Kunci: Anak Yatim, COVID-19, Kesejahteraan Psikologis.

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has had a significant impact on children's lives, especially those who have lost their parents due to the virus. This situation poses a risk of psychological disorders that may affect children's long-term development. This study aims to describe the psychological well-being of orphaned children affected by COVID-19 who reside at the Bhineka Sukoharjo Orphanage. The study employs a qualitative approach using a phenomenological method. Data was collected through in-depth interviews, observations, and documentation, involving the children and caregivers as participants. Analysis was conducted thematically, referencing six dimensions of psychological well-being, involving five primary informants and two supporting informants. The results of the study indicate that most children possess resilience, are able to build positive social relationships, have aspirations, and demonstrate personal growth, although some children still face challenges such as low self-confidence and difficulty resisting social pressure. The role of caregivers as surrogate figures who provide affection and support proved to be important in the children's emotional adaptation process. A supportive orphanage environment, strength-based activities, and the provision of space for expression were factors that supported the children's psychological well-being. This study concluded that with the right approach, orphaned children affected by COVID-19 still have the opportunity to grow up psychologically healthy.

Keywords: Orphans, COVID-19, Psychological Well-Being

PENDAHULUAN

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.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai kesejahteraan psikologis anak-anak yatim yang kehilangan orang tua akibat COVID-19. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan secara holistik bagaimana kondisi emosional, rasa percaya diri, dan hubungan sosial anak-anak tersebut terbentuk dan berkembang setelah kehilangan yang mereka alami. Penelitian ini berupaya mengidentifikasi berbagai faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka, seperti lingkungan tempat tinggal pascakehilangan, dukungan dari teman sebaya, serta pola pengasuhan yang diterapkan oleh pengasuh atau lembaga sosial yang menaungi mereka. Melalui eksplorasi pengalaman dan perspektif subjek secara langsung, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pemahaman yang lebih komprehensif mengenai kebutuhan psikososial anak yatim korban COVID-19 serta menjadi dasar bagi penyusunan strategi intervensi yang lebih tepat sasaran.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologis, yang dipilih untuk memahami secara mendalam fenomena kesejahteraan psikologis anak yatim korban COVID-19 yang diasuh di Panti Bhineka Sukoharjo. Pendekatan ini dipandang relevan karena memungkinkan peneliti menggali pengalaman subjektif anak-anak secara kontekstual, dalam kaitannya dengan dinamika psikologis dan sosial yang mereka alami setelah kehilangan orang tua dan tinggal dalam lingkungan pengasuhan institusional (Assyakurrohim, Ikhrum, Sirodj, & Afgani, 2022).

Lokasi penelitian ditentukan di Panti Bhineka Sukoharjo, dengan pertimbangan bahwa panti ini secara khusus menampung anak-anak yang menjadi yatim akibat pandemi COVID-19. Keunikan latar belakang anak-anak serta program pendampingan yang dilakukan oleh pihak panti menjadi alasan utama pemilihan lokasi ini. Peneliti melakukan observasi langsung terhadap lingkungan panti serta melakukan wawancara mendalam sebagai teknik utama dalam pengumpulan data. Wawancara dilaksanakan secara semi-terstruktur untuk memberikan ruang bagi narasumber dalam mengekspresikan pengalaman dan perasaan mereka secara bebas, namun tetap dalam kerangka pertanyaan yang terarah.

Informan dalam penelitian ini terdiri dari anak-anak yatim yang tinggal di Panti Bhineka Sukoharjo korban kehilangan orang tua akibat COVID-19, serta pengasuh atau pendamping yang berinteraksi langsung dengan mereka dalam kegiatan sehari-hari. Penelitian ini terdiri dari 5 informan utama dan 2 informan pendukung. Pemilihan informan dilakukan secara purposif, dengan mempertimbangkan usia anak (minimal 8 tahun), lama tinggal di panti (minimal 6 bulan), dan kemampuan anak dalam mengungkapkan pendapat secara verbal. Selain itu, informan pendukung seperti kepala panti dan staf atau relawan juga diwawancarai untuk memperoleh gambaran program atau strategi pendampingan yang telah dilakukan.

Data yang diperoleh dari hasil wawancara dan observasi dianalisis menggunakan teknik analisis tematik (*thematic analysis*). Proses ini melibatkan tahap-tahap seperti transkripsi wawancara, pengkodean data, identifikasi tema-tema utama, dan interpretasi temuan dalam kaitannya dengan kerangka teori yang digunakan (Dawis et al., 2024). Validitas data dijaga melalui teknik triangulasi sumber, yaitu dengan membandingkan hasil

wawancara dari berbagai informan, serta melalui member checking untuk memastikan bahwa interpretasi peneliti sesuai dengan makna yang dimaksud oleh partisipan (Nartin et al., 2024).

Penelitian ini juga sangat memperhatikan aspek etika. Sebelum wawancara dilakukan, peneliti meminta persetujuan dari pihak panti serta izin dari anak yang bersangkutan secara lisan maupun tertulis. Mengingat subjek penelitian adalah anak-anak yang pernah mengalami trauma, pendekatan empatik, penuh sensitivitas, dan tidak memaksa diterapkan secara ketat selama proses interaksi. Identitas anak dijaga kerahasiaannya dan tidak ditampilkan dalam laporan untuk melindungi privasi mereka.

Metode yang dilakukan ini, diharapkan hasil penelitian dapat menggambarkan secara komprehensif pengalaman psikologis anak-anak yatim korban COVID-19, serta mengevaluasi upaya-upaya yang dilakukan oleh pihak panti dalam mendukung kesejahteraan mereka. Temuan yang diperoleh nantinya dapat menjadi bahan pertimbangan dalam merancang intervensi psikososial yang lebih tepat sasaran dan berkelanjutan, baik bagi panti ini maupun bagi lembaga sejenis di berbagai wilayah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kesejahteraan psikologis anak yatim korban COVID-19 yang tinggal di Panti Bhineka Sukoharjo, berdasarkan kerangka teori Psychological Well-Being (Ryff, 1989) yang terdiri dari enam dimensi: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Dengan pendekatan kualitatif studi kasus, wawancara mendalam dan observasi dilakukan terhadap anak-anak di panti dan pengasuhnya. Pembahasan ini menyelaraskan hasil temuan di lapangan dengan teori dan literatur yang relevan.

Selain Ryff (1989), pembahasan ini juga mengacu pada teori Attachment (Bowlby, 1969) yang menjelaskan pentingnya ikatan emosional aman pada masa anak-anak, dan teori Ambiguous Loss (Boss, 1999) yang menggambarkan dampak kehilangan tanpa kepastian emosional atau sosial. Kedua teori ini memberikan kerangka pemahaman terhadap dampak psikologis dari kehilangan orang tua akibat COVID-19 secara mendadak.

1. Penerimaan Diri (Self-Acceptance)

Penerimaan diri mencerminkan bagaimana anak menilai dirinya secara positif, menerima kekurangan dan kelebihan, serta mampu memaafkan diri atas kesalahan. Dari hasil wawancara, beberapa anak seperti Fh, Fr, dan Ry menunjukkan indikator positif dalam dimensi ini. Fh mengatakan, "Saya senang jadi diri saya sendiri karena sekarang bisa bermain dengan teman," yang menunjukkan kemajuan dalam penerimaan diri dan rasa percaya terhadap potensi diri.

Menurut Ryff (1989), individu dengan penerimaan diri yang tinggi cenderung menerima masa lalu mereka, mengenali kekuatan dan kelemahan pribadi, serta tetap memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri. Hal ini sesuai dengan kondisi Fh dan Ry. Sebaliknya, Rh dan Sf menunjukkan tanda-tanda ketidakpuasan terhadap diri sendiri. Rh mengatakan, "Saya tidak suka adik," dan cenderung tidak bangga dengan masa lalunya. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian anak masih menghadapi tantangan dalam menerima bagian-bagian tertentu dari dirinya. Pendamping seperti A dan AU menyatakan bahwa kepercayaan diri anak seringkali muncul setelah diberi pujian atau penguatan positif. A menjelaskan, "Anak-anak kalau dipuji itu merasa dirinya bisa," sebagai bentuk strategi membangun self-esteem.

2. Hubungan Positif dengan Orang Lain (Positive Relations with Others)

Dimensi ini mengukur kemampuan anak membentuk relasi yang hangat, penuh

empati, dan kooperatif. Fr mencontohkan, "Kalau ada teman sedih saya hibur," sedangkan Ry mengatakan, "Saya jajanin teman yang tidak bawa uang." Ini menunjukkan kesadaran sosial dan kepekaan terhadap perasaan orang lain.

Ryff (1989) menyebutkan bahwa hubungan positif menandai adanya kepercayaan, empati, dan keinginan untuk menjaga kehangatan dalam interaksi sosial. Anak-anak yang tinggal di panti menunjukkan variasi dalam hal ini, tergantung pengalaman dan kapasitas emosional mereka. Namun, Rh mengungkapkan, "Jarang banget berbagi, kalau lagi pengen ya bagi," menandakan bahwa nilai berbagi belum sepenuhnya internal. Sf juga sempat mengatakan, "Kalau aku bagi makanan, nanti berkurang," yang menunjukkan ambivalensi antara kepedulian dan kebutuhan pribadi.

Pendamping berperan aktif dalam membentuk sikap sosial ini. AU menyebutkan bahwa anak-anak dibiasakan bermain bersama dan diberi pujian ketika menunjukkan sikap kooperatif. A juga menekankan pentingnya membangun lingkungan yang suportif seperti bermain bola bersama sebagai media belajar sosial.

3. Otonomi (Autonomy)

Otonomi berarti anak mampu membuat keputusan, mengelola diri, dan menolak tekanan sosial. Fh dan Fr menunjukkan otonomi yang cukup kuat. Fh menjawab tegas, "Saya bisa memilih sendiri dan senang dengan pilihan saya." Fr bahkan menyatakan, "Kalau diajak nakal, saya bilang tidak mau."

Menurut Ryff (1989), otonomi mencerminkan kemampuan seseorang untuk mengatur perilakunya berdasarkan nilai pribadi, tidak mudah dipengaruhi tekanan sosial, dan menunjukkan kemandirian dalam pengambilan keputusan. Dalam konteks anak panti, hal ini menjadi penting karena lingkungan kolektif kerap mengurangi kesempatan untuk otonomi.

Namun, Rh berkata, "Aku ikut saja meskipun tahu itu tidak baik," yang menunjukkan kebutuhan akan penguatan dalam ketegasan pribadi. Pengasuh seperti A menekankan pentingnya memberi ruang pada anak untuk memilih: "Saya kembalikan ke anak-anak, misalnya mau belajar apa, mereka yang pilih."

4. Penguasaan Lingkungan (Environmental Mastery)

Anak-anak yang mampu merapikan barang, mengatur waktu, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan menunjukkan penguasaan lingkungan yang baik. Fh berkata, "Saya makan 3 kali sehari, berangkat sekolah jam 6, dan bisa merapikan mainan." Fr menambahkan, "Kalau dengar adzan, saya langsung ke masjid," sebagai bentuk pengelolaan waktu dan tanggung jawab.

Ryff (1989), menyatakan bahwa individu yang memiliki environmental mastery mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan mereka, serta mampu mengelola tuntutan hidup sehari-hari.

Pengasuh menyatakan bahwa anak-anak umumnya sudah terbiasa dengan rutinitas dan tahu tanggung jawab harian mereka. AU menambahkan bahwa manajemen waktu diajarkan melalui jadwal belajar dan istirahat yang konsisten.

5. Tujuan Hidup (Purpose in Life)

Sebagian besar anak menunjukkan adanya arah dan harapan dalam hidup. Fh ingin menjadi angkatan laut, Sf menjadi polwan, dan Fr menjadi polisi. Mereka memahami bahwa belajar, berdoa, dan disiplin adalah cara mencapai tujuan tersebut. Sf menyatakan, "Aku belajar dan berdoa agar bisa jadi polwan dan bahagiakan ibu."

Ryff (1989), mengartikan tujuan hidup sebagai perasaan bahwa hidup itu bermakna, memiliki arah, dan ada hal yang ingin dicapai. Dalam konteks anak panti, penting untuk membantu mereka membentuk visi masa depan yang positif agar tidak terjebak dalam

trauma masa lalu.

Pengasuh seperti AU membantu anak menemukan makna dan semangat hidup melalui cerita inspiratif dan penguatan positif. AU mengatakan, "Saya bantu mereka dengan jadi pendengar dan memberi apresiasi atas pencapaian kecil mereka."

6. Pertumbuhan Pribadi (Personal Growth)

Pertumbuhan pribadi ditunjukkan melalui minat terhadap hal baru, refleksi diri, dan kesadaran akan perkembangan. Fh menyebutkan, "Saya belajar dari kesalahan," dan Ry mengatakan, "Saya merasa saya bertumbuh karena bisa melakukan banyak hal."

Menurut Ryff (1989), individu dengan pertumbuhan pribadi yang tinggi memiliki rasa ingin tahu, terbuka terhadap pengalaman baru, serta menyadari perkembangan dirinya dari waktu ke waktu. Anak-anak yang diberi kesempatan eksplorasi dan refleksi cenderung menunjukkan pertumbuhan lebih optimal.

Namun, ada anak yang belum menunjukkan kesadaran reflektif. Pengasuh menjelaskan bahwa minat belajar hal baru seperti sulap atau bermain musik membantu menumbuhkan rasa ingin tahu. AU menyatakan, "Saya beri kesempatan mereka mencoba banyak hal agar tahu potensi mereka."

Temuan di atas sesuai dengan teori Carol Ryff (1989), bahwa kesejahteraan psikologis terbentuk dari keseimbangan antara penerimaan diri, relasi sosial yang sehat, otonomi, penguasaan lingkungan, makna hidup, dan pertumbuhan pribadi. Teori attachment Bowlby juga relevan, karena anak-anak yang kehilangan orang tua secara mendadak menunjukkan gejala insecure attachment yang kemudian ditangani melalui ikatan baru dengan pengasuh.

Ambiguous loss (Boss, 1999) terlihat dari pernyataan anak-anak yang merasa kehilangan tanpa proses perpisahan yang jelas, menyebabkan beberapa dari mereka mengalami kebingungan emosional. Pengasuh menjadi figur penting dalam membentuk kembali rasa aman dan arah hidup anak-anak.

Selain itu, pendekatan psikologis berbasis kekuatan (strength-based approach) seperti dijelaskan oleh Herawati & Supriatna (2023) menjadi strategi penting dalam memaksimalkan potensi anak-anak. Fokus bukan pada kekurangan, tetapi pada kekuatan dan kapasitas anak dalam mengatasi pengalaman traumatis dan membangun resiliensi.

Panti Bhineka telah menerapkan pendekatan empatik dan suportif, namun tantangan tetap ada, seperti keterbatasan sumber daya, rasio pengasuh-anak yang tinggi, dan kurangnya program psikososial khusus. Namun dengan strategi kekuatan (strength-based approach), potensi anak-anak dapat lebih dioptimalkan.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis anak yatim korban COVID-19 di Panti Bhineka Sukoharjo tercermin dalam enam dimensi utama menurut Ryff (1989), yaitu penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi, yang masing-masing berkembang secara bervariasi sesuai pengalaman individu anak. Temuan menunjukkan bahwa meskipun anak-anak mengalami trauma kehilangan secara mendadak, dengan adanya dukungan emosional dari pengasuh, lingkungan panti yang suportif, serta penerapan pendekatan berbasis kekuatan (strength-based approach), mereka mampu menunjukkan potensi untuk pulih, bertumbuh, dan membangun kembali arah hidupnya. Integrasi teori Attachment dan Ambiguous Loss memperjelas pentingnya kelekatan baru dan adaptasi emosional dalam mendukung ketahanan psikologis anak-anak di masa pascapandemi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdalloh, F., & Kusumawati, I. R. (2024). Pemenuhan Hak Anak oleh Panti Asuhan di Kabupaten Jombang. *Journal of Indonesian Comparative of Syari'ah Law*, 7(1), 133-156.
- Amanda, S., & Rahman, I. (2025). Peningkatan Perilaku Activity Of Daily Living (ADL) Pada Remaja Panti Asuhan Al-Munasaroh Melalui Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT). *WISSEN: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 78-88.
- Assyakurrohim, D., Ikhrum, D., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). Metode studi kasus dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 1-9.
- Dawis, A. M., Wardhani, R. S., Nurlette, H., Widyapriatiwi, R., Milasari, L. A., Zaenudin, M., ... & Kholisatul'Ulya, N. (2024). Panduan Praktis Analisis Variabel Untuk Peneliti. *Tohar Media*.
- Erlina, M. (2021). Kesejahteraan psikologis pada istri nelayan di kelurahan marunda kecamatan Cilincing Jakarta Utara. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM*, 9(2), 43-51.
- Ernawati, S. (2022). Pandemi Covid-19 : Resiliensi Guru SMK. *Jurnal Talenta Psikologi Vol. XI No. 2* hal 30-36
- Fuadia, N. N. (2022). Perkembangan Sosial Emosi Pada Anak Usia Dini. *Wawasan: Jurnal Kediklatan Balai Diklat Keagamaan Jakarta*, 3(1), 31-47.
- Herawati, A. A., & Supriatna, M. M. (2023). The Self Strength-Based Career Guidance: Philosophical and Scientific Studies. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 12(2), 172-188.
- <https://kemensos.go.id/berita-terkini/menteri-sosial/perlindungan-anak-yang-kehilangan-orangtua-akibat-covid-19>
- Hurlock, E.B. (2004). Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (Ed. ke 5). Yogyakarta: Erlangga.
- Keyes, C. D. (1995). The Structure of Kesejahteraan psikologis Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 719-727.
- Nartin, S. E., Faturrahman, S. E., Ak, M., Deni, H. A., Mm, C. Q. M., Santoso, Y. H., ... & Eliyah, S. K. (2024). Metode penelitian kualitatif. *Cendikia Mulia Mandiri*.
- Prasetyo, F. A., & Wulandari, K. (2023). Buku Ajar Metode Intervensi Pekerjaan Sosial dengan Kelompok. *Zifatama Jawara*.
- Pratama, S. W., & Santosa, B. (2020). *Konseling Individual Dengan Teknik Self-Talk Dalam Meningkatkan Resiliensi Remaja Di Panti Asuhan Pamardi Yoga Surakarta (Doctoral dissertation, IAIN SURAKARTA)*.
- Ryff, C. D. (1989). *Journal of Personality and Social Psychology*. Happiness is Everything, or is it? Exploration on the meaning of psychology well-being , 52 : 1069 - 1081.
- Setiyowati, A. J. (2023). *Konseling Trauma Dalam Perspektif Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Sunarsih, S., Judijanto, L., Haryono, P., Suwandi, W., Aktar, S., & Rusli, R. (2025). *Psikologi Pendidikan: Teori dan Penerapan pada Praktik Pengajaran*. PT. Green Pustaka Indonesia.
- Susanti, R. N., Raharjo, T., Mahardayani, I. H., Khasan, M., & Faqihuddin, A. (2024). Menghidupkan Kembali Senyum dan Asa: Sinergi Play Therapy dan Psychological First Aid bagi Korban Banjir Demak. *Madaniya*, 5(2), 622-632.
- Wiryasaputra, T. S. (2023). *Konseling Kedukaan Kematian Mendadak*. Penerbit Andi.
- Yana, R., & Hilmi, M. Z. (2025). Implikasi Hukum Terhadap Anak Yang Berhadapan Dengan Hukum Yang Disebabkan Faktor Broken Home. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, 2(2), 400-408.