

Makna Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Jamik As Solihin

Cherryrna Gumay Vara¹, Inaya Mardhatila², Abelia Aisy Putri³

^{1,2,3} Universitas Sriwijaya, Indonesia

Email: 1gumayvara@gmail.com ; 2nayayatila@gmail.com ; 3abeliaaisyaputri@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memahami makna kebahagiaan yang dialami anak-anak di Panti Asuhan Jamik As Solihin di Palembang. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan tiga partisipan yang terdiri dari dua laki-laki dan satu perempuan. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa kebahagiaan anak-anak panti asuhan dapat dipahami melalui empat aspek utama: fisiologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Kebutuhan fisiologis seperti makanan, pakaian, tempat tinggal, dan kesehatan terpenuhi secara memadai. Secara psikologis, anak-anak mengalami perasaan damai, aman, dan stabilitas emosional. Secara sosial, mereka menunjukkan hubungan yang harmonis, saling peduli, dan rasa memiliki yang kuat dalam komunitas panti asuhan. Secara spiritual, kebahagiaan mereka muncul dari kedekatan dengan Tuhan, rasa syukur, dan kemampuan untuk menemukan makna dalam pengalaman hidup. Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa meskipun hidup dalam keterbatasan dan tanpa keluarga yang lengkap, anak-anak masih dapat mengalami kebahagiaan melalui keseimbangan kesejahteraan fisik, emosional, sosial, dan spiritual.

Kata Kunci: Kebahagiaan, Anak Panti Asuhan, Makna Hidup, Aspek Psikologis, Spiritualitas

Pendahuluan

Keluarga yang harmonis, juga dikenal sebagai keluarga utuh, adalah keluarga di mana setiap anggota keluarga lengkap dan tidak terpecah. Untuk membantu anak-anak tumbuh dan berkembang secara normal serta mengembangkan potensi mereka secara efisien sesuai dengan tahap perkembangan mereka, kondisi ini sangatlah penting (Ani, 2017). Orang biasanya belajar tentang cinta, tanggung jawab, dan nilai-nilai kehidupan dari keluarga mereka. Tetapi tidak setiap anak memiliki keluarga yang utuh. Beberapa anak yang kurang beruntung tidak memiliki kehidupan yang baik karena kebutuhan mereka tidak terpenuhi. Individu yang telah mengalami kematian orang tua atau kesulitan keuangan dalam keluarga mungkin menghadapi situasi yang sulit (Silitonga et al., 2023). Faktanya, karena berbagai alasan, termasuk perselisihan, bencana alam, perceraian, dan kesulitan keuangan, beberapa dari mereka harus siap untuk dijauhkan dari kasih sayang orang tua mereka. Mereka dipaksa oleh keadaan ini untuk menghadapi kesulitan hidup tanpa bantuan dari orang tua, kerabat, dan sanak keluarga

mereka (Anwar, 2015). Akibatnya, sejumlah anak terpaksa tinggal di panti asuhan yang berfungsi sebagai alternatif untuk memberikan perlindungan dan perhatian yang mereka butuhkan.

Panti asuhan adalah jenis lembaga sosial yang membantu anak-anak asuh memiliki kehidupan yang lebih baik dengan melindungi dan membimbing anak-anak yatim, anak-anak yang ditinggalkan, dan orang-orang miskin (A. M. Abidin, 2018). Anak-anak di panti asuhan biasanya hidup bersama teman sebaya dari latar belakang yang serupa, yang memungkinkan mereka saling membantu. Selain anak-anak prasekolah, panti asuhan sering menampung remaja yang sedang beralih dari masa kanak-kanak ke kedewasaan. Meskipun terpisah dari keluarga mereka, mereka memiliki kesempatan untuk memperoleh keterampilan hidup dan mendapatkan pendidikan yang layak di lingkungan ini.

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang biasanya sedang duduk di bangku SMP atau SMA. Pada tahap ini, mereka biasanya mencari kemandirian dan kebahagiaan melalui berbagai pengalaman hidup, termasuk penemuan diri dan hubungan sosial. Remaja sering kali menghadapi masalah emosional yang kompleks, seperti kebutuhan untuk diakui dan diterima oleh teman sebaya mereka. Sayangnya, tidak semua remaja terutama mereka yang tinggal di panti asuhan dapat melewati tahap ini dengan dukungan orang tua (Rahmawati et al., 2019). Hal ini mengakibatkan remaja yang tinggal di panti asuhan dapat merasa tidak percaya diri dan ketidakcukupan ketika membandingkan diri mereka dengan teman-teman yang memiliki keluarga utuh dan dukungan emosional lebih besar.

Semua orang ingin bahagia, termasuk remaja. Kebahagiaan merupakan sekumpulan perasaan dan emosi yang dirasakan seseorang. Kebahagiaan dipengaruhi secara positif oleh orang-orang yang memiliki persepsi diri yang positif (Rina et al., 2022). Jelas bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan jauh dari keluarga utuh dan kasih sayang. Ketenangan dan kedamaian yang seharusnya mewarnai sebuah keluarga sering kali tidak hadir dalam kehidupan mereka (Z. Abidin, 2017). Hal ini tidak jarang menimbulkan perasaan iri dan tidak percaya di kalangan remaja yang tinggal di panti asuhan.

Dalam hal ini, Agustina et al., (2024) mencatat bahwa seorang pengasuh harus merawat beberapa anak sekaligus, yang menjadi perhatian bagi panti asuhan. Karena hal ini, pengasuh tidak dapat sepenuhnya menggantikan peran orang tua bagi mereka yang tinggal di panti asuhan. Remaja di panti asuhan juga mungkin lebih rentan terhadap rendahnya rasa percaya diri akibat prasangka yang tidak menguntungkan. Persepsi mereka yang buruk terhadap diri sendiri dan lingkungan berdampak pada

keadaan emosional dan perasaan mereka (Anugrahwati & Wiraswati, 2020). Ketika membandingkan diri mereka dengan teman-teman yang memiliki keluarga inti, anak-anak di panti asuhan mungkin merasa kurang didukung, tetapi penting untuk memahami bahwa kebahagiaan adalah bersifat subyektif. Gagasan tentang kebahagiaan masih sering tidak meyakinkan karena setiap orang memiliki pandangan yang berbeda tentang apa itu kebahagiaan dan seberapa pentingnya. Manusia sering kali membuat kesalahan dalam memahami dan mencapai kebahagiaan dalam upaya mencari maknanya (Banusu & Firmanto, 2020). Menurut Fuad (2015), terdapat empat aspek penting yang mendukung kebahagiaan, yaitu terpenuhinya kebutuhan fisiologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Dengan memahami serta memenuhi aspek-aspek tersebut, remaja di panti asuhan tetap memiliki kesempatan untuk merasakan kebahagiaan, meskipun tanpa dukungan keluarga yang utuh.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis, karena pendekatan ini dianggap paling tepat untuk menelusuri dan memahami makna mendalam dari pengalaman subjektif individu. Dalam konteks penelitian ini, fokus utamanya adalah menggali pengalaman kebahagiaan yang dirasakan oleh remaja di Panti Asuhan Jamik As Solihin. Fenomenologi menitikberatkan pada bagaimana seseorang merasakan, memaknai, serta menafsirkan pengalaman hidupnya. Oleh karena itu, pendekatan ini relevan untuk menjelaskan cara remaja memahami dan menilai kebahagiaan dalam kehidupan mereka sehari-hari di panti asuhan. Proses pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam terhadap dua orang remaja laki-laki dan satu orang remaja perempuan yang menjadi partisipan penelitian. Wawancara dilakukan secara langsung dan menggunakan bentuk semi-terstruktur, sehingga peneliti dapat menggali pengalaman pribadi secara lebih luas, tetapi tetap berpedoman pada pokok bahasan yang telah disusun sebelumnya. Pendekatan ini memberikan keleluasaan bagi remaja untuk mengungkapkan cerita dan makna kebahagiaan menurut versi mereka sendiri, sehingga data yang diperoleh lebih kaya, alami, dan bermakna.

Tahapan analisis data dimulai dengan mendengarkan kembali rekaman wawancara untuk memastikan keakuratan setiap informasi yang diperoleh. Setelah itu, peneliti melakukan proses pengelompokan data berdasarkan tema-tema tertentu yang sesuai dengan teori atau konsep kebahagiaan yang digunakan dalam penelitian. Data yang telah dikategorikan kemudian diinterpretasikan kembali untuk membangun pemahaman yang lebih menyeluruh tentang pengalaman subjek. Pemilihan metode fenomenologis ini didasari oleh tujuan utama penelitian, yaitu untuk menggali

kedalaman makna serta memahami konteks sosial yang melatarbelakangi persepsi remaja terhadap kebahagiaan. Melalui pendekatan ini, peneliti berupaya menjembatani antara pengalaman nyata para remaja dan kerangka teoretis tentang kebahagiaan, sehingga hasil penelitian tidak hanya menggambarkan pengalaman personal, tetapi juga memberikan kontribusi ilmiah terhadap pengembangan pengetahuan dalam bidang psikologi dan kesejahteraan remaja.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini menggunakan teori Fuad (2015), yang menyebutkan bahwa kebahagiaan manusia dapat diidentifikasi melalui empat aspek utama, yaitu aspek fisiologis, aspek psikologis, aspek sosial, dan aspek spiritual. Keempat aspek ini saling berhubungan dan membentuk keseimbangan yang utuh antara kebutuhan jasmani, emosional, relasional, dan keimanan. Aspek fisiologis mencakup terpenuhinya kebutuhan makan, pakaian, tempat tinggal, kesehatan fisik, dan kebutuhan sehari-hari; aspek psikologis meliputi perasaan tenteram, aman, dan damai; aspek sosial berhubungan dengan hubungan harmonis, kelekatan, serta penerimaan sosial; sedangkan aspek spiritual melibatkan kemampuan memaknai kehidupan, pelaksanaan ibadah, dan keimanan kepada Tuhan. Pemenuhan keempat aspek ini diyakini menjadi dasar bagi terciptanya kebahagiaan yang seimbang antara kesejahteraan lahir dan batin.

Berdasarkan hasil wawancara dengan para remaja di Panti Asuhan Jamik Assolihin, ditemukan bahwa aspek fisiologis dan psikologis mereka telah terpenuhi dengan cukup baik. Dari sisi fisiologis, anak-anak panti menunjukkan kepuasan terhadap pemenuhan kebutuhan dasar mereka seperti makanan yang teratur tiga kali sehari, pakaian layak, tempat tinggal yang aman, serta perhatian terhadap kesehatan. Mereka juga mampu mensyukuri keterbatasan yang ada dengan sikap sabar dan optimis. Hal ini menunjukkan bahwa terpenuhinya kebutuhan jasmani tidak hanya memberikan kenyamanan fisik, tetapi juga menumbuhkan rasa aman dan kebersamaan yang memperkuat kesejahteraan emosional. Sementara itu, pada aspek psikologis, para remaja menggambarkan kehidupan panti sebagai tempat yang memberi ketenangan, rasa aman, dan kedamaian. Mereka merasa tenteram berkat dukungan dari pengurus dan teman sebaya, serta menemukan ketenangan batin melalui aktivitas positif seperti belajar, berzikir, dan berdoa. Temuan ini sejalan dengan pandangan Fuad (2015), bahwa kesejahteraan psikologis terbentuk melalui kemampuan individu dalam menata emosi dan mencapai ketentraman hati di tengah lingkungan yang suportif.

Adapun pada aspek sosial dan spiritual, hasil penelitian menunjukkan bahwa kehidupan di panti turut membentuk hubungan interpersonal yang hangat sekaligus

menumbuhkan spiritualitas yang mendalam. Secara sosial, para remaja mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan sesama penghuni maupun pengurus panti. Mereka saling menghormati, peduli, dan menunjukkan solidaritas tinggi, misalnya dengan membantu teman yang sakit atau berbagi tanggung jawab dalam kegiatan harian. Walaupun kadang terjadi perbedaan pendapat, mereka mampu menyelesaikan konflik dengan cara yang baik, menunjukkan keterampilan sosial yang matang. Pada aspek spiritual, seluruh responden menampilkan kedekatan dengan nilai-nilai keagamaan melalui ibadah rutin, membaca Al-Qur'an, dan refleksi terhadap makna hidup. Mereka memandang setiap ujian sebagai bagian dari rencana Tuhan yang membawa hikmah, serta menjadikan keimanan sebagai sumber kekuatan batin. Hal ini sejalan dengan Fuad (2015), yang menegaskan bahwa kebahagiaan spiritual merupakan puncak dari kesejahteraan manusia, di mana individu mampu menemukan makna dan ketenangan dalam hubungan dengan Tuhan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja di Panti Asuhan Jamik Assolihin telah mencapai kesejahteraan yang relatif seimbang antara kebutuhan fisiologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Lingkungan panti yang mendukung, disiplin, dan penuh kasih sayang menjadi faktor penting dalam pembentukan kebahagiaan mereka. Temuan ini menguatkan teori Fuad (2015), bahwa kebahagiaan sejati bukan hanya bergantung pada kemewahan materi, melainkan pada terpenuhinya empat aspek kehidupan secara harmonis yang memungkinkan individu hidup dengan damai, bersyukur, dan bermakna.

Aspek Fisiologis

Menurut Fuad (2015), aspek fisiologis merupakan salah satu komponen dasar dari kebahagiaan yang berkaitan dengan terpenuhinya kebutuhan jasmani individu, seperti makan, pakaian, tempat tinggal, kesehatan fisik, serta kebutuhan sehari-hari lainnya. Menurut para remaja yang diwawancarai di Panti Asuhan Jamik Assolihin, aspek ini tampaknya cukup efektif terpenuhi dan menambah rasa nyaman serta kesejahteraan mereka selama tinggal di sana.

Pada indikator pertama, yaitu kebutuhan makan dan minum terpenuhi, ketiga narasumber menunjukkan bahwa pola makan di panti berjalan teratur dan mencukupi. Menurut K, mereka makan tiga kali sehari, di pagi hari setelah salat subuh, tengah hari setelah pulang dari sekolah, dan di sore hari sebelum magrib. Mereka menumbuhkan rasa kebersamaan dengan saling membantu dalam menyiapkan makanan. Pernyataan serupa disampaikan oleh W dan R, yang mengatakan bahwa mereka makan tiga kali sehari dan bebas makan lagi jika masih lapar setelah waktu makan normal. Menu dianggap baik dan cukup, dengan pilihan mulai dari daging sapi hingga ayam. Tidak ada dari ketiganya yang menyatakan ketidakpuasan terhadap makanan, bahkan K

mengakui bahwa dia lebih menyukai makanan di panti asuhan daripada di rumah karena lebih lezat dan bergizi. Selain menunjukkan rasa syukur dan kepuasan dari penghuni panti, hal ini juga menunjukkan bahwa kebutuhan akan makanan dan minuman yang merupakan dasar kesejahteraan fisik telah terpenuhi dengan baik.

Pada indikator kedua, yaitu kebutuhan pakaian terpenuhi, para narasumber juga menunjukkan kondisi yang positif. Menurut K, sebagian besar pakaian mereka berasal dari sumbangan atau donatur, namun masih dalam kondisi layak dan dapat digunakan. Selain itu, ia mengatakan bahwa meskipun para donatur sering mengirim pakaian keagamaan seperti mukena atau baju koko, panti asuhan juga menyediakan beberapa pakaian sekolah. W dan R membenarkan hal ini, menyatakan bahwa pakaian mereka nyaman dipakai dan cukup untuk penggunaan sehari-hari. Meskipun mereka masih memiliki preferensi pribadi terhadap gaya pakaian tertentu, ketiganya mengakui bahwa mereka merasa puas dan menghargai pakaian yang mereka miliki saat ini. Hal ini menunjukkan bahwa kebutuhan pakaian di panti asuhan telah terpenuhi dengan cukup, baik dari segi jumlah, kenyamanan, maupun kesesuaian, dan bahwa anak-anak asuh merasa puas dan menghargainya.

Pada indikator ketiga, yaitu kebutuhan tempat tinggal yang layak terpenuhi, para narasumber menggambarkan suasana panti yang bersih, aman, dan nyaman untuk dihuni. K mengungkapkan bahwa dia berbagi kamar dengan dua hingga empat orang lainnya dan merasa senang karena dia bisa bercanda dan bercerita sebelum tidur. Selain itu, W dan R mengungkapkan bahwa kamar mereka rapi setiap pagi melalui kegiatan kelompok, bersih, dan cukup luas. Ketiganya sepakat bahwa panti asuhan menawarkan tempat tinggal yang layak dan aman, terutama pada malam hari. Meskipun kadang-kadang ada gangguan kecil seperti nyamuk atau perselisihan antar teman, mereka tetap merasa lingkungan panti asuhan menyenangkan. Hal ini menunjukkan bahwa panti asuhan juga memberikan orang rasa aman, kehangatan sosial, dan hubungan emosional selain memenuhi kebutuhan fisik mereka.

Pada indikator keempat, yaitu kebutuhan kesehatan fisik terjaga, hasil wawancara menunjukkan bahwa panti cukup memperhatikan kesehatan anak-anak asuhnya. K menjelaskan bahwa ketika seseorang sakit, ibu panti langsung memberikan uang agar mereka bisa pergi ke rumah bidan, dan biasanya anak laki-laki membantu mengantarkan mereka. Selain itu, W dan R menekankan bahwa ibu panti atau para pengurus panti akan membantu membawa orang sakit ke puskesmas. Menurut ketiganya, mereka jarang sakit, dan ketika sakit, mereka segera mendapatkan bantuan. Mereka juga memahami pentingnya menjaga kebersihan, makan tepat waktu, berolahraga, dan cukup tidur untuk menjaga kesehatan mereka. Ini menunjukkan

bahwa selain menyediakan fasilitas kesehatan, panti asuhan juga mengajarkan anak-anaknya praktik gaya hidup yang sehat sehingga kebutuhan fisiologis mereka yang terkait dengan kesehatan fisik dapat terpenuhi dengan baik.

Pada indikator kelima, yaitu kebutuhan sehari-hari terpenuhi, ketiga narasumber menunjukkan pandangan yang positif dan realistis. Sementara W menyebutkan fasilitas panti asuhan sebagai aspek pendukung, R melihat makanan sebagai faktor utama yang membuatnya nyaman, dan K percaya bahwa kesehatan dan ketersediaan uang adalah faktor paling penting untuk hidup dengan damai di panti asuhan. Ketiganya mampu menerima keterbatasan tersebut dengan rasa syukur dan sikap sabar, meskipun mereka masih memiliki ambisi pribadi seperti memiliki sepeda motor atau barang sederhana seperti jam tangan. Misalnya, K bertekad ingin bekerja setelah kuliah untuk mendukung dirinya secara finansial. Selain itu, ketiganya berpikir bahwa kesabaran, rasa syukur, dan menghabiskan waktu dengan teman dapat membawa kebahagiaan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemenuhan kebutuhan sehari-hari di panti tidak hanya bersifat material, tetapi juga membentuk pola pikir positif dan kedewasaan emosional dalam diri para remaja panti.

Secara keseluruhan, hasil wawancara menunjukkan bahwa remaja di Panti Asuhan Jamik Assolihin telah terpenuhi kebutuhan fisiologis mereka. Baik panti asuhan maupun masyarakat setempat menyediakan kebutuhan dasar seperti makanan, pakaian, tempat tinggal, perawatan kesehatan, dan kebutuhan sehari-hari. Selain memberikan kenyamanan fisik, terpenuhinya kebutuhan ini juga mendorong rasa aman, rasa syukur, dan kebahagiaan dasar, yang semuanya meningkatkan kesejahteraan psikologis anak-anak panti asuhan.

Aspek Psikologis

Menurut Fuad (2015), dalam Psikologi Kebahagiaan Manusia, aspek psikologis merupakan salah satu komponen penting dalam kebahagiaan yang mencakup kesejahteraan emosional, rasa tenteram, aman, dan damai dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Kesejahteraan psikologis mencerminkan kemampuan individu untuk mengelola emosi, menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta menemukan ketenangan batin dalam menghadapi berbagai situasi hidup. Pemenuhan kebutuhan psikologis ini menjadi dasar terbentuknya kebahagiaan dan stabilitas mental seseorang.

Pada indikator pertama, yaitu perasaan tenteram, para narasumber menggambarkan bahwa kehidupan di panti memberikan ketenangan dan kenyamanan. W menyatakan bahwa selama tinggal di panti ia merasa tenang, aman, dan nyaman karena suasananya mendukung dan tidak menimbulkan stres. Ia juga menemukan

ketenteraman melalui kegiatan positif seperti bermain bola atau berzikir, yang menurutnya mampu menenangkan pikiran dan membuat hati lebih sabar. Sementara itu, R menyebutkan bahwa ia merasa tenteram karena suasana pertemanan di panti yang akrab dan saling mendukung. Kegiatan seperti belajar bersama dan bercanda dengan teman membuat dirinya terhindar dari beban pikiran. K juga merasakan ketenangan karena ia tidak lagi perlu memikirkan kondisi orang tuanya dan dapat menjalani hari-harinya dengan aman. Meskipun kadang merasa cemas saat dimarahi, ia mampu menenangkan diri dengan menyendiri dan merenung hingga perasaannya kembali stabil. Hal ini menunjukkan bahwa perasaan tenteram para remaja di panti terbentuk melalui penerimaan diri, aktivitas positif, dan dukungan lingkungan yang hangat.

Pada indikator kedua, yaitu perasaan aman, ketiga narasumber mengungkapkan bahwa kehidupan di panti membuat mereka merasa terlindungi secara fisik maupun emosional. W menuturkan bahwa seluruh kebutuhan mereka diperhatikan oleh pengurus, sehingga ia merasa nyaman dan terbebas dari kekhawatiran. R menambahkan bahwa ia merasa aman karena selalu ada teman dan pengasuh yang siap membantu jika terjadi sesuatu, misalnya ketika ada gangguan dari luar panti. K juga menyampaikan hal serupa, bahwa pengurus panti selalu tanggap ketika ada anak yang sakit atau membutuhkan bantuan. Mereka merasa diperhatikan, dipedulikan, dan mendapat perlindungan yang membuat suasana hidup di panti menjadi stabil dan menenangkan. Berdasarkan pandangan Fuad (2015), rasa aman merupakan kebutuhan emosional dasar yang apabila terpenuhi akan melahirkan kebahagiaan dan kepercayaan terhadap lingkungan. Dengan demikian, rasa aman di panti menjadi faktor penting dalam menciptakan keseimbangan emosional bagi para remaja.

Pada indikator ketiga, yaitu perasaan damai, ketiga narasumber menunjukkan bahwa mereka telah mencapai ketenangan batin melalui penerimaan dan pengelolaan emosi yang baik. W menggambarkan bahwa suasana panti yang rukun dan bebas dari pertengkaran membuatnya merasa damai. Ia juga menenangkan diri dengan berzikir atau berdoa ketika menghadapi masalah. R merasakan kedamaian ketika suasana di panti harmonis dan semua anak bisa saling mengingatkan dengan cara yang baik. Sementara itu, K menilai bahwa kedamaian muncul ketika ia dapat berpikir dengan tenang dan menaati aturan yang ada di panti. Ia menyadari bahwa keteraturan dan disiplin membuat dirinya lebih fokus dan terarah. Temuan ini sejalan dengan konsep Fuad (2015), yang menyebutkan bahwa kedamaian batin merupakan bentuk kebahagiaan psikologis tertinggi, di mana individu mampu menyelaraskan pikiran, perasaan, dan perilakunya dengan nilai-nilai positif yang diyakini.

Secara keseluruhan, hasil wawancara menunjukkan bahwa remaja di Panti Asuhan Jamik Assolihin telah mencapai kesejahteraan emosional yang cukup baik melalui perasaan tenteram, aman, dan damai yang mereka alami dalam kehidupan sehari-hari. Dukungan sosial dari teman dan pengasuh, lingkungan yang penuh perhatian, serta kegiatan yang positif membantu mereka menjaga keseimbangan emosi dan pikiran. Temuan ini mendukung pandangan (Fuad, 2015), bahwa kebahagiaan sejati tidak hanya bergantung pada faktor material, melainkan juga pada keseimbangan psikologis yang ditandai dengan ketenangan hati, rasa aman, dan kedamaian. Dengan demikian, panti asuhan berperan penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis anak-anak melalui suasana yang harmonis, disiplin, dan penuh kasih sayang, sehingga mereka dapat tumbuh menjadi individu yang stabil secara emosional dan bahagia secara batin.

Aspek Sosial

Menurut Fuad (2015), aspek sosial merupakan salah satu komponen penting dalam pembentukan kebahagiaan yang berkaitan dengan kualitas hubungan individu dengan lingkungan sosialnya. Kebutuhan sosial yang terpenuhi, seperti adanya hubungan yang harmonis, rasa saling menghormati, empati, kasih sayang, serta penerimaan dari lingkungan, akan menumbuhkan kebahagiaan dan kesejahteraan hidup. Dalam konteks kehidupan di Panti Asuhan Jamik Assolihin, hasil wawancara menunjukkan bahwa para remaja memiliki hubungan sosial yang positif, ditandai dengan saling menghargai, kebersamaan, dan rasa memiliki terhadap satu sama lain.

Pada indikator pertama, yaitu hubungan sosial yang harmonis, para narasumber menunjukkan bahwa lingkungan panti dirasakan seperti keluarga. R menggambarkan dirinya berusaha untuk selalu bersikap ramah dan santun, baik kepada teman maupun kepada pengurus. Ia menjelaskan bahwa ia berusaha berbicara dengan sopan dan menggunakan perasaan agar tidak menyinggung orang lain. Hal ini menunjukkan adanya kemampuan berkomunikasi dan empati yang tinggi, sesuai dengan nilai kesantunan yang diajarkan di panti. W juga mengungkapkan hal serupa, bahwa sejak kecil ia diajarkan untuk menjaga sikap sopan agar tidak dianggap kurang ajar. Keduanya mencerminkan perilaku sosial positif yang menunjukkan internalisasi nilai-nilai moral dan etika dalam interaksi sehari-hari. Berdasarkan teori Fuad (2015), perilaku tersebut merupakan bentuk keseimbangan sosial yang mendukung terciptanya kebahagiaan karena hubungan interpersonal yang hangat dan saling menghormati.

Pada indikator kedua, yaitu kelekatan sosial dan perhatian antaranggota panti, hasil wawancara menunjukkan adanya kepedulian dan solidaritas yang kuat di antara

penghuni panti. R menuturkan bahwa ketika ada teman yang sakit, pengurus dan anak-anak lain akan membantu, bahkan mengantarkan ke puskesmas. W juga menyebutkan bahwa dirinya merasa diperhatikan ketika sedang sakit karena teman-teman dan pengurus menunjukkan rasa peduli. Kondisi ini menunjukkan bahwa panti tidak hanya berfungsi sebagai tempat tinggal, tetapi juga menjadi ruang sosial yang memberikan dukungan emosional dan kehangatan relasional bagi anak-anak asuhnya. Rasa saling peduli tersebut menumbuhkan sense of belonging (rasa memiliki) yang kuat, di mana setiap individu merasa menjadi bagian dari komunitas yang memperhatikan dan melindunginya. Sejalan dengan Fuad (2015), keterpenuhan kebutuhan sosial seperti kasih sayang dan perhatian dapat memperkuat kebahagiaan karena individu merasa diterima secara utuh oleh lingkungannya.

Namun demikian, dinamika hubungan sosial di panti tidak sepenuhnya berjalan tanpa hambatan. Pada indikator ketiga, yaitu penerimaan dan penyesuaian sosial, ditemukan bahwa kadang terjadi perbedaan pendapat atau kesalahpahaman di antara penghuni panti. K (dalam wawancara sebelumnya disebut juga M) menyampaikan bahwa ia pernah merasa kurang dihargai ketika kesalahannya diungkit kembali. Meskipun demikian, ia tetap merasakan kasih sayang dan perhatian dari pengurus, terutama melalui kegiatan kebersamaan seperti makan bersama dan berbagi cerita. Situasi ini menunjukkan bahwa hubungan sosial di panti bersifat realistis dan manusiawi: konflik memang dapat muncul, namun dapat diselesaikan melalui pemahaman, kompromi, dan saling mengalah. Kondisi ini mencerminkan keterampilan sosial dan pengendalian emosi yang baik, yang menurut (Fuad, 2015), merupakan indikator kesejahteraan sosial karena menunjukkan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dalam lingkungan sosialnya dengan cara yang positif.

Secara keseluruhan, hasil wawancara menunjukkan bahwa remaja di Panti Asuhan Jamik Assolihin memiliki kesejahteraan sosial yang cukup baik. Mereka mampu menjalin hubungan yang harmonis, saling menghargai, dan menumbuhkan rasa memiliki terhadap lingkungan panti. Dukungan emosional, perhatian dari pengurus, serta kegiatan bersama yang menciptakan suasana kekeluargaan menjadi faktor penting yang memperkuat kebahagiaan sosial mereka. Temuan ini sesuai dengan teori Fuad (2015), yang menegaskan bahwa kebahagiaan sosial akan tercapai apabila seseorang merasa diterima, dihormati, dan dicintai oleh lingkungannya. Dengan demikian, suasana hangat, penuh perhatian, dan kekeluargaan di Panti Asuhan Jamik Assolihin berperan besar dalam menciptakan rasa aman, tenang, dan bahagia dalam kehidupan para remaja di dalamnya.

Aspek Spiritual

Menurut (Fuad, 2015) dalam Psikologi Kebahagiaan Manusia, aspek spiritual merupakan puncak dari kebahagiaan manusia yang berkaitan dengan kemampuan individu untuk memaknai kehidupan, menjalin hubungan dengan Tuhan, serta mencapai ketenangan batin melalui keimanan dan ibadah. Kesejahteraan spiritual ditandai oleh kemampuan seseorang untuk melihat seluruh peristiwa hidup dari perspektif makna yang lebih luas, menerima takdir dengan lapang dada, dan mengaitkan setiap pengalaman hidup dengan nilai-nilai ketuhanan. Dengan demikian, spiritualitas tidak hanya diukur dari seberapa sering seseorang beribadah, tetapi juga dari kesadaran batin dan kemampuan menemukan hikmah dalam setiap ujian hidup.

Pada indikator pertama, yaitu kemampuan memaknai kehidupan, para narasumber menunjukkan pandangan hidup yang positif dan penuh penerimaan terhadap keadaan. W menuturkan bahwa tinggal di panti membuatnya lebih terarah dan terhindar dari hal-hal negatif. Ia memaknai setiap kesulitan sebagai ujian yang perlu dijalani dengan sabar, sambil meyakini bahwa setiap masalah pasti memiliki jalan keluar. R juga menunjukkan pemaknaan yang serupa, di mana ia menganggap hidup sebagai proses belajar dan berproses menjadi pribadi yang lebih baik. Menurutnya, setiap kesulitan memiliki hikmah, termasuk ketika ia harus berpisah dari keluarga atau menghadapi nilai sekolah yang menurun. Sementara itu, K memahami hidup di panti sebagai pengalaman berharga yang mengajarkan kebersamaan dan rasa syukur. Ia percaya bahwa setiap kejadian, baik senang maupun sedih, adalah bagian dari rencana Tuhan yang memiliki maksud tertentu. Temuan ini memperlihatkan bahwa remaja di panti telah memiliki meaning-making yang baik, sejalan dengan pandangan Fuad (2015), bahwa kebahagiaan spiritual tumbuh dari kemampuan menerima kehidupan sebagai anugerah dan mengubah penderitaan menjadi pelajaran yang bermakna.

Pada indikator kedua, yaitu pelaksanaan ibadah, seluruh narasumber menunjukkan keterlibatan dalam aktivitas keagamaan meskipun dengan intensitas yang berbeda. W merasa tenang ketika membaca Al-Qur'an dan mengaji, karena kegiatan tersebut membuat hati lebih adem dan pikiran lebih jernih. R menyampaikan bahwa kegiatan mengaji bersama di sore hari memberinya ketenangan dan semangat baru untuk beraktivitas. K merasa paling damai ketika melaksanakan shalat, terutama pada waktu subuh dan maghrib, karena suasananya yang tenang membantu menumbuhkan kedekatan dengan Tuhan. Mereka menilai ibadah bukan hanya sebagai kewajiban, tetapi juga sebagai sarana menenangkan diri dan memperkuat keyakinan. Hal ini sejalan dengan teori (Fuad, 2015), yang menyatakan bahwa ibadah merupakan bentuk ekspresi spiritual yang mendalam, di mana seseorang melakukan dialog batin dengan Tuhan sehingga tercipta ketenangan, kesabaran, dan rasa syukur yang memperkuat kesejahteraan batin.

Pada indikator ketiga, yaitu keimanan kepada Tuhan, para narasumber menampilkan bentuk keimanan yang tercermin dalam perilaku sehari-hari. W berusaha menjaga kebersihan, disiplin, dan menjalankan kewajiban agama sebagai wujud ketaatan. R menunjukkan keimanannya melalui kejujuran, sopan santun, dan kepatuhan terhadap aturan panti, sedangkan K memperkuat imannya dengan bersholawat dan berdoa agar diberi ketenangan. Mereka meyakini bahwa iman membantu mereka menjalani kehidupan dengan lebih terarah dan damai, serta memberikan kekuatan untuk menghadapi kesulitan. Hal ini menggambarkan bahwa spiritualitas tidak berhenti pada tataran ritual, tetapi juga mewujudkan dalam perilaku moral dan etika sehari-hari. Sejalan dengan pandangan Fuad (2015), keimanan berperan sebagai pondasi eksistensial yang membimbing individu untuk tetap kuat, sabar, dan positif dalam setiap keadaan hidup.

Secara keseluruhan, hasil wawancara menunjukkan bahwa remaja di Panti Asuhan Jamik Assolihin memiliki kesejahteraan spiritual yang baik, tercermin dari kemampuan mereka memaknai kehidupan, melaksanakan ibadah dengan tulus, dan menumbuhkan keimanan yang konsisten. Mereka mampu menemukan kedamaian batin di tengah keterbatasan dan melihat ujian sebagai sarana pembelajaran untuk menjadi pribadi yang lebih kuat dan bersyukur. Temuan ini mendukung teori Fuad (2015), yang menyatakan bahwa kebahagiaan sejati muncul dari keselarasan antara pikiran, perasaan, dan iman kepada Tuhan. Dengan lingkungan panti yang religius, penuh perhatian, serta menanamkan nilai-nilai moral dan spiritual, para remaja dapat tumbuh menjadi individu yang tenang, sabar, dan memiliki makna hidup yang mendalam.

Kesimpulan

Bahwa kebahagiaan yang dialami remaja di Panti Asuhan Jamik As Solihin Palembang ditinjau dari teori Muskinul Fuad (2015) dapat dipahami melalui empat aspek utama, yaitu fisiologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Pada aspek fisiologis, kebutuhan dasar seperti makan, pakaian, tempat tinggal, dan kesehatan telah terpenuhi dengan cukup baik, sehingga memberikan rasa nyaman dan aman dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Tercukupinya kebutuhan ini membangun dasar kesejahteraan yang mendukung stabilitas hidup mereka.

Pada aspek psikologis, para remaja menunjukkan adanya perasaan tenteram, aman, dan damai. Kehidupan di panti memberikan ruang bagi mereka untuk belajar mengelola emosi, saling mendukung, serta membentuk penerimaan diri melalui

kegiatan positif dan pendekatan disiplin yang hangat dari pengurus. Hal ini menunjukkan bahwa kesejahteraan emosional mereka tumbuh melalui lingkungan yang stabil dan penuh perhatian. Pada aspek sosial, remaja di panti mampu membangun hubungan sosial yang harmonis, penuh kebersamaan, dan rasa memiliki terhadap lingkungan tempat tinggalnya. Hubungan antar teman dan dengan pengurus panti mencerminkan kelekatan emosional yang kuat, ditandai dengan sikap saling peduli, saling membantu, dan menghargai satu sama lain. Meskipun dinamika dan perbedaan pendapat sesekali terjadi, mereka mampu menyelesaikannya dengan cara yang dewasa dan penuh pengertian. Pada aspek spiritual, para remaja menunjukkan kemampuan untuk memaknai kehidupan melalui kesabaran, rasa syukur, dan kedekatan dengan Tuhan. Kegiatan ibadah seperti shalat, mengaji, dan zikir menjadi sarana bagi mereka untuk menemukan ketenangan batin serta memperkuat harapan dan keteguhan hati dalam menghadapi kenyataan hidup. Aspek ini menjadi sumber kekuatan mendalam yang membantu mereka menerima keadaan dengan lapang dada.

Secara keseluruhan, kebahagiaan remaja di Panti Asuhan Jamik As Solihin bukan hanya terbentuk dari pemenuhan kebutuhan materi, melainkan juga dari keseimbangan emosional, hubungan sosial yang hangat, serta keyakinan spiritual yang kuat. Hal ini menunjukkan bahwa keterbatasan lingkungan dan ketiadaan keluarga inti bukanlah penghalang bagi terciptanya rasa bahagia, selama terdapat dukungan, kasih sayang, serta ruang untuk tumbuh dan berkembang dengan bermakna.

Pengakuan

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, taufik, serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan jurnal kualitatif ini dengan baik. Penyusunan jurnal ini tidak terlepas dari bimbingan, dukungan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Dr. Alrefi, M.Pd, selaku dosen pengampu mata kuliah Pendekatan Kualitatif yang dengan penuh kesabaran telah memberikan ilmu, arahan, dan motivasi selama proses pembelajaran hingga penyelesaian penelitian ini. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada Ibu Anisa Siti Nurjanah yang telah membantu memberikan pendampingan, penjelasan yang jelas, serta dukungan moral yang sangat berarti dalam proses penyusunan jurnal ini.

Tidak lupa, penulis mengucapkan terima kasih kepada para informan yang telah bersedia meluangkan waktu, berbagi pengalaman, dan memberikan data yang sangat berharga sebagai dasar dalam penyusunan analisis penelitian ini. Terima kasih juga kepada teman-teman yang telah memberikan semangat serta bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa jurnal ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan karya ilmiah di masa yang akan datang. Semoga jurnal ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan turut berkontribusi dalam pengembangan kajian penelitian kualitatif.

Referensi

- Abidin, A. M. (2018). Peran Pengasuh Panti Asuhan Membentuk Karakter Disiplin dalam Meningkatkan Kecerdasan Intrapersonal Anak. *An-Nisa*, 11(1), 354–363. <https://doi.org/10.30863/an.v11i1.302>
- Abidin, Z. (2017). Meningkatkan Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Dengan Sabar. *Jurnal Psikologi Integratif Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga*, 5(1), 32. <https://doi.org/https://doi.org/10.14421/jpsi.2017.%25x>
- Agustina, R., Zuanny, I. P., Ramly, F., & Usman, M. (2024). Kebahagiaan Pada Remaja Panti Asuhan Nirmala di Kota Banda Aceh Ditinjau Dari Kebersyukuran. *Fathana*, 2(1), 18–25. <https://doi.org/10.22373/fjpa.v2i1.530>
- Ani, E. (2017). Hubungan antara Keharmonisan Keluarga Dengan Sikap Disiplin Siswa. *Jurnal Paedagogy*, 4(2), 42–49. <https://doi.org/https://doi.org/10.33394/jp.v4i2.3024>
- Anugrahwati, K. L., & Wiraswati, A. A. K. S. (2020). Pentingnya Penerimaan Diri Bagi Remaja Panti Asuhan Islam. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 12(2), 10–122. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol12.iss2.art4>
- Anwar, Z. (2015). Penerapan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Happiness Pada Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(1), 144–153. <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/jipt.v3i1.2134>
- Banusu, Y. O., & Firmanto, A. D. (2020). KEBAHAGIAAN DALAM RUANG KESEHARIAN MANUSIA. *Forum*, 49(2), 51–61. <https://doi.org/10.35312/forum.v49i2.301>
- Fuad, M. (2015). Psikologi Kebahagiaan Manusia. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 9(1), 112–130.
- Rahmawati, B. D., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2019). Resiliensi psikologis dan pengaruhnya terhadap kualitas hidup terkait kesehatan pada remaja di panti asuhan. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 11(1), 21–30. <https://doi.org/10.31289/analitika.v11i1.2314>

Rina, A. P., Pratikto, H., & Mart, R. A. (2022). Hubungan Antara Persepsi Diri Dengan Kebahagiaan Pada Remaja. *Briliant: Jurnal Riset Dan Konseptual*, 7(2), 288. <https://doi.org/10.28926/briliant.v7i2.931>

Silitonga, T. F. C., Simatupang, W. P. S., Ginting, L. C., Zaidan, M. A., & Vieri, H. C. (2023). Peran Panti Asuhan Yayasan Rumah Bakti Kasih Anak Indonesia dalam Membentuk Karakter Anak Panti. *SOSMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.55123/sosmaniora.v2i1.1461>