

**EFEKTIVITAS PSIKODRAMA TERHADAP KEBERMAKNAAN
HIDUP PADA REMAJA PANTI ASUHAN DI KOTA SOLO**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata 1 Pada
Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh :

NAUFAL RYANSYAH

F 100 130 194

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN

**EFEKTIVITAS PSIKODRAMA TERHADAP KEBERMAKNAAN HIDUP
PADA REMAJA PANTI ASUHAN DI KOTA SOLO**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh:

NAUFAL RYANSYAH

F 100 130 194

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen pembimbing



Dr. Wiwien Dinar Prasisti, M.Si

HALAMAN PPENGESAHAN

EFEKTIVITAS PSIKODRAMA TERHADAP KEBERMAKNAAN HIDUP
PADA REMAJA PANTI ASUHAN DI KOTA SOLO

Yang diajukan oleh:

NAUFAL RYANSYAH

F 100 130 194

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Pada hari Rabu, 5 September 2018

dan dinyatakan telah memenuhi syarat.


1. Dr. Wiwien Dinar Prasisti, M.Si

(Ketua Dewan Penguji)



2. Dra. Partini, M.Si

(Anggota I Dewan Penguji)



3. Wisnu Sri Hertinjung, S.Psi, M.Psi

(Anggota I Dewan Penguji)



Surakarta, 5 September 2018

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan



Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psikolog

NIK/NIDN.838/0624067301

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesrjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbeneran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 7 November 2018

Yang Menyatakan,



Naufal Ryansyah

F 100 130 194

EFEKTIVITAS PSIKODRAMA TERHADAP KEBERMAKNAAN HIDUP PADA REMAJA PANTI ASUHAN DI KOTA SOLO

Abstrak

Pada dasarnya manusia memiliki keinginan dasar untuk berhasil menjadi yang terbaik dalam hidupnya dan itu termasuk remaja yang ada di panti asuhan. Guna mewujudkan semua itu mereka dituntut untuk menerima segala bentuk keadaan dirinya. teknik psikodrama adalah suatu katarsis dalam bentuk mengekspresikan atau meluapkan perasaan pada seseorang yang melakonkan suatu peran dalam kehidupan sehari-hari agar mendapatkan pengertian yang baik mengenai diri seseorang sehingga mampu menemukan konsep dirinya, kebutuhan-kebutuhan dan reaksi-reaksi pada tekanan yang sedang dialami. Pendekatan psikodrama terhadap peningkatan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan adalah memanfaatkan teknik psikodrama yang merupakan bagian dari permainan peran dengan cara mendramatisasi dari persoalan yang berkaitan dengan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan yaitu mengenai pengembangan diri mereka. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas terapi kelompok psikodrama terhadap kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan di kota Solo. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen pre-post control group design. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik uji t dan sampel independen (independent sample test). Hasil penelitian menunjukkan tidak ada pengaruh yang begitu signifikan pada pelatihan psikodrama dalam meningkatkan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan. Kesungguhan peserta dalam mengikuti dan melakukan adegan dalam psikodrama masih tergolong kurang. Kurangnya keterbukaan diri pada peserta menyebabkan kurang tercapainya aspek aspek yang akan diungkap dalam pelatihan psikodrama.

Kata kunci : Psikodrama, Kebermaknaan Hidup, Panti Asuhan

Abstract

Basically people have the basic desire to succeed to be the best in his life and that includes teenagers who are in orphanages. In order to realize all that they are required to accept any form of State himself. techniques of psychodrama is a catharsis in the form of expressing or bubbling up feelings to someone who casts a role in daily life in order to get a good sense about one's self so that it is able to find the concept itself, needs and reactions on the pressure that is being experienced. Psychodrama approach to increased meaningfulness of teenage life in the orphanage is utilizing the techniques of psychodrama that is part of the role playing by way of mendramatisasi of the matter relating to the meaningfulness of life on the orphanage about teen development themselves. The purpose of this research is to know the effectiveness of psychodrama group therapy against the meaningfulness of life at teen pansti orphanage in the city of Solo. This research is a research experiment of pre-post control group design. Hypothesis testing in the study carried out using techniques and independent sample t-test (independent

sample test). The results showed no effect on training so significant in enhancing the meaningfulness of life psychodrama on teenage orphanage. Seriousness of the participants in the following and do the scene in psychodrama still belongs to the less. The lack of disclosure on participant causes less achievement aspect aspect that will be revealed in the psychodrama training.

Keyword : Psychodrama, Meaningfulness Of Life, Orphanage

1. PENDAHULUAN

Setiap manusia pasti memiliki kehidupan yang diimpikan masing-masing. Dengan minat dan hasrat yang berbeda, setiap manusia harus terus maju ke depan untuk menjalani kehidupan. Namun, kenyataannya ada orang yang masih bingung dengan tujuan hidup dan apa yang bisa dimaknai dari kisah proses perjalanan hidupnya terlebih pada usia remaja dimana merupakan fase yang mudah terombang-ambing oleh sesuatu yang datang dan semakin masuk pada era globalisasi saat ini.

Pada dasarnya manusia memiliki keinginan dasar untuk berhasil menjadi yang terbaik dalam hidupnya dan itu termasuk remaja yang ada di panti asuhan. Guna mewujudkan semua itu mereka dituntut untuk menerima segala bentuk keadaan dirinya (Napitupulu dkk, 2006). Bila remaja Panti Asuhan ini sulit menerima keadaan dirinya yang mencakup segala kelebihan maupun kekurangannya, maka harapan-harapan untuk memperoleh kehidupan yang berarti bagi dirinya tidak akan terpenuhi dengan sendirinya. Kemudian bagi mereka yang beranggapan bahwa dengan tinggal di Panti Asuhan menjadikan suatu beban atau keadaan yang kurang menguntungkan, maka akan berdampak pada munculnya pemikiran yang negatif. Sedangkan cara berpikir negatif akan melemahkan semangat untuk maju dan lemahnya keinginan dalam mencapai apa yang semula mereka cita-citakan, sehingga pada akhirnya mereka akan kehilangan kebermaknaan hidupnya.

Menurut Nawir (2008) banyak sekali anak yang dipercayakan di panti asuhan oleh keluarganya yang dalam kondisi kurang baik dalam perihal ekonomi dan juga secara sosial dalam hal tertentu, dan orangtua mengharapkan anak mereka mendapatkan pendidikan yang layak. Pada kenyataan yang ada, sebagian besar panti asuhan kurang memberikan “pengasuhan” yang tepat, kecuali

memfasilitasi akses pendidikan. Secara tidak langsung, hal ini terpampang dalam pelayanan yang diberikan, pendekatan pengasuhan dan fasilitas maupun sumber daya yang diberikan oleh panti asuhan.

Menemukan dan memperoleh kebermaknaan hidup bagi remaja di Panti Asuhan sangatlah penting. Hal ini diharapkan dapat memberikan kebahagiaan dan arahan yang tepat, sehingga mereka mampu menghadapi segala kesulitan hidup. Frankl (Bastaman, 2007) mengartikan kebermaknaan hidup merupakan perihai yang dianggap prioritas utama dan begitu berharga karena memberikan nilai penting terhadap seseorang hingga merasa pantas untuk dijadikan tujuan utama terhadap suatu kehidupan. Jika hal itu dapat terpenuhi akan menjadikan seseorang merasakan kehidupan yang berarti dan berujung pada timbulnya perasaan yang membhagaiakan. Kemudian terdapat tambahan dari Bramble (2015) bahwa kebermaknaan hidup merupakan hal yang memiliki dasar untuk sebuah afirmatif dalam menjawab kebutuhan atau kerinduan yang secara khas digambarkan sebagai kebutuhan untuk mencari sebuah makna.

Kehidupan yang bermakna memiliki penjelasan terhadap seberapa jauh seorang individu mampu mengembangkan dan merealisasikan potensi serta kapasitas yang dimilikinya, serta seberapa jauh dirinya telah mencapai tujuan-tujuan hidupnya, hal itu diwujudkan dalam rangka memberikan makna didalam kehidupannya (Alfian dan Suminar, 2003). Hal itu dibuktikan oleh penelitian Bastaman yang menyatakan bahwa orang-orang yang mengalami hidup tidak bermakna, setelah melakukan perubahan dengan melakukan pekerjaan positif dan pengembangan diri (directed activities), maka mereka akan merasakan bagaimana perubahan pada kondisi kehidupannya jadi lebih bermakna (Anggriany, 2006).

Sebenarnya penghuni Panti Asuhan dapat melakukan pekerjaan dan pengembangan diri yang positif dengan menyalurkan bakatnya pada berbagai bidang yang ada, seperti pada bidang kesenian contohnya musik dan tari, serta pada bidang ketrampilan kerja seperti memasak, menjahit bagi remaja putri dan otomatis bagi remaja putra. Dan Hal tersebut didukung oleh Bastaman yang menyatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup

adalah kualitas insani dalam melakukan pengembangan diri (Anggriany, 2006, h.56).

Menurut Erikson (Feldman, 2009) remaja membentuk identitas mereka dengan mengkorelasikan identifikasi yang mereka alami sebelumnya dengan apa yang terjadi pada mereka sekarang. kemudian identitas yang muncul saat remaja yaitu bagaimana: menentukan pekerjaan, menentukan nilai-nilai untuk dilakukan dalam hidupnya, dan dalam pengembangan identitas seksual yang memuaskannya.

Menurut Prawitasari (2011) teknik yang dikembangkan oleh Moreno pada tahun 1920-1930 mengatakan bahwa teknik psikodrama adalah suatu katarsis dalam bentuk mengekspresikan atau meluapkan perasaan pada seseorang yang melakonkan suatu peran dalam kehidupan sehari-hari agar mendapatkan pengertian yang baik mengenai diri seseorang sehingga mampu menemukan konsep dirinya, kebutuhan-kebutuhan dan reaksi-reaksi pada tekanan yang sedang dialami.

Kemudian pendekatan psikodrama terhadap peningkatan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan adalah memanfaatkan teknik psikodrama yang merupakan bagian dari permainan peran dengan cara mendramatisasi dari persoalan yang berkaitan dengan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan yaitu mengenai pengembangan diri mereka. Hal ini lebih banyak digunakan sebagai metode kelompok, dimana setiap orang dalam kelompok dapat menjadi agen penyembuhan untuk satu sama lain dalam kelompok karena bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan dan pikiran yang menunjang perubahan tingkah laku khususnya untuk meningkatkan kebermaknaan hidup yang ada pada diri individu.

Dengan adanya teknik psikodrama ini diharapkan menjadikan suatu layanan yang dapat meningkatkan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan, dimana hal itu dapat membantu seseorang atau kelompok untuk mengatasi masalah pribadi individu yang berhubungan dengan masalah-masalah pada masa remajanya dengan cara mengungkapkan peran, drama, atau terapi tindakan. Karena dengan cara ini seseorang dibantu untuk mengungkapkan perasaan

tentang konflik, kemarahan, sifat pesimis serta hal-hal lain yang bisa mempengaruhi rasa kebermaknaan hidup pada seorang atau sekelompok remaja panti asuhan. proses pengungkapan kebermaknaan hidup ini dilakukan dengan mengungkapkan informasi mengenai masalah-masalah dan kejadian yang terjadi pada masa lalu dan harapan-harapan tentang apa yang akan diraih pada masa depan untuk mendapatkan perubahan yang lebih baik dalam menata kehidupan yang sejahtera dengan melibatkan hubungan individu dengan individu lain.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen *pre-post control group design*. Penelitian ini Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja penghuni Panti Asuhan Keluarga Yatim `Aisyiyah Bekonang Mojolaban Sukoharjo. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan *Purposive sampling*. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik uji t dan sampel independen (*independent sample test*).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis *Parametric Test* dengan menggunakan program SPSS 16 for windows dapat diketahui nilai *Kolmogorov-Sminov* signifikansi (2-tailed) (p) = 0,319 yang berarti bahwa tidak ada pengaruh psikodrama terhadap peningkatan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan. Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan hipotesis yang diajukan oleh peneliti, yaitu psikodrama dapat meningkatkan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan.

Kurangnya kerjasama antar pemain dalam memainkan peran pada pelatihan psikodrama adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kurang efektifnya pelatihan psikodrama. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa beberapa subjek yang belum mendapatkan giliran peran dalam Psikodrama seringkali menertawakan temannya yang sedang memeragakan adegan yang diinstruksikan oleh praktisi sehingga subjek yang sedang berperan hilang konsentrasi dan canggung dalam beradegan. Hal ini selaras dengan pendapat dari Vinacle (dalam Hasan, 2012) bahwa setiap sifat individu memiliki pribadi yang unik dan berbeda dengan pribadi yang lain seperti percaya diri, minat, motivasi, dan harga diri.

Kemudian Sholikhah (2013) menambahkan bahwa psikodrama dilakukan untuk membantu subjek dalam mengungkapkan perasaan-perasaan, kemarahan, agresi, kesedihan, dan perasaan bersalahnya. Singkatnya waktu pemain dan kurangnya kesungguhan pemain dalam melaksanakan pelatihan psikodrama ini menyebabkan tujuan tidak tercapai. Hal ini dapat dilihat berdasarkan hasil observasi ketika Praktisi memberikan instruksi kepada pemain untuk melakukan atau memeragakan suatu adegan, terdapat subjek yang mengobrol antara satu pemain dengan pemain lainnya sehingga hal ini memecah konsentrasi dan fokus terhadap adegan yang akan dilakukan.

Faktor lain yang menyebabkan tidak terdapatnya pengaruh yang signifikan psikodrama terhadap kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan adalah kurangnya keterbukaan diri pemain, dimana ini menyebabkan tujuan dari pelatihan psikodrama ini tidak tercapai. Berdasarkan hasil observasi subjek terlihat belum sepenuhnya dapat mengungkapkan masalah-masalah yang sedang dialaminya dan masih menutup diri untuk menceritakan kepada bentuk kelompok. Hal ini bertentangan dengan teori yang dikemukakan oleh Prawitasari (2011), bahwa salah satu tujuan psikodrama adalah berdiskusi tentang permasalahan yang dihadapi secara terbuka di depan kelompok dan memerankannya.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada pengaruh psikodrama dalam meningkatkan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, kurang adanya rasa percaya antar pemain sehingga menyebabkan kurangnya keterbukaan diri pada setiap peserta atau pemain, kerjasama antara pemain dan praktisi yang tidak terjalin dengan baik, singkatnya waktu adalah beberapa faktor yang menyebabkan psikodrama tidak berpengaruh pada kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan tidak ada pengaruh psikodrama dalam meningkatkan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan. Kebermaknaan hidup yang dimiliki subjek tidak dapat meningkat secara signifikan setelah diberikan pelatihan psikodrama. Kurangnya keterbukaan diri

antara satu subjek dengan subjek lainnya juga membuat pelatihan psikodrama ini menjadi tidak efektif. Dalam penelitian ini juga memiliki beberapa keterbatasan dan kelemahan, antara lain terapi kelompok psikodrama sebaiknya dilakukan dalam beberapa sesi dan tidak hanya dilaksanakan dalam waktu satu hari sehingga dapat dilihat *follow up* dari masing-masing subjek untuk mendapatkan hasil yang optimal. Selain itu tidak semua subjek memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang sama dan pemilihan subjek hanya didasarkan pada *sense of drama*.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dapat diambil kesimpulan Tidak ada pengaruh yang begitu signifikan pada pelatihan psikodrama dalam meningkatkan kebermaknaan hidup pada remaja panti asuhan. Kesungguhan peserta dalam mengikuti dan melakukan adegan dalam psikodrama masih tergolong kurang. Kurangnya keterbukaan diri pada peserta menyebabkan kurang tercapainya aspek aspek yang akan diungkap dalam pelatihan psikodrama.

DAFTAR PUSTAKA

- Adibah, Marzety & Zakaria, M. (2015). The Efficacy of Expressive Arts Therapy in the Creation of Catharsis in Counselling. *Mediterranean Journal of Social Science*. Vol. 6 : 298-306.
- Ahmad, Riyadi, F. C. (2015). EFFECTIVENESS OF GROUP THERAPY : PSYCHODRAMA IN IMPROVING POSITIVE SELF-CONCEPT TOWARDS CAPTIVE CHILD. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Indigenous UMP 2015*, 19-23.
- Alfian, N. d. (2003). Perbedaan Tingkat Kebermaknaan Hidup Remaja Akhir pada Berbagai Status Identitas Ego dan Jenis Kelamin Sebagai Kovariabel (Penelitian Terhadap Mahasiswa Madura di Surabaya). *Insan*. Vol.5.No.2, 87-109.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi I*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bastaman, H.D. (1996). *Meraih Hidup Bermakna : "Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis"*. Jakarta: Paramadina.s
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi : Psikologi untuk Menemukan Makna dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Hemberg, Jessica.(2017). Experiencing Deeper Dimensions of Gratitude, Well-being and Meaning in Life after Suffering. *International Journal of Caring Sciences*. Volume 10 No. 1. Pp:10-17.