

Psikoedukasi Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Pegawai Panti Asuhan

Diah Sastaviana*, Meidy Marsella L. Panglewai, Heni Gerda Pesau

Fakultas Psikologi Universitas Atma Jaya Makassar Jl. Tanjung Alang No. 23 Makassar

*Penulis korespondensi: dsastaviana@gmail.com

Dikirim : 24 Agustus 2024

Direvisi : 7 Mei 2025

Diterima : 8 Mei 2025

Abstrak: Tujuan dari kegiatan ini adalah sebagai bentuk pelayanan terhadap masyarakat, dalam hal ini adalah pegawai panti asuhan agar memahami konsep dan pentingnya kesejahteraan psikologis. Peserta psikoedukasi juga diberikan informasi mengenai hal-hal yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis serta memberikan penjelasan peran kesejahteraan psikologis dalam menjalankan kehidupan sehari-hari khususnya dalam pekerjaan. Materi yang diberikan dalam psikoedukasi ini adalah dimensi-dimensi kesejahteraan psikologi sebagai pembentuk kesejahteraan psikologis setiap individu. Materi diberikan dengan metode ceramah, tanya jawab, diskusi, sharing session, simulasi serta games. Peserta psikoedukasi berjumlah tujuh pegawai dari dua panti asuhan yang ditetapkan. Evaluasi kegiatan dilakukan untuk mengetahui reaksi peserta terhadap pelaksanaan kegiatan dan mengukur peningkatan pemahaman pada materi serta mengukur peningkatan kesejahteraan psikologis. Hasil evaluasi menunjukkan peserta puas mengikuti kegiatan dan mereka menyarankan untuk mengadakan kegiatan yang sama di masa mendatang. Hasil evaluasi juga menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terhadap materi mengenai kesejahteraan psikologis dan dimensi-dimensinya. Hasil pengukuran kesejahteraan psikologis menunjukkan adanya peningkatan setelah psikoedukasi, artinya pemberian psikoedukasi efektif meningkatkan kesejahteraan psikologis pegawai panti asuhan.

Kata kunci: kesejahteraan psikologis, pegawai panti asuhan, psikoedukasi

Abstract: The aim of this activity was to provide a form of community service by enhancing the understanding of psychological well-being among orphanage staff. Participants in the psychoeducation session were given information about strategies to improve psychological well-being and the role it plays in daily life, particularly in their professional responsibilities. The content delivered focused on the various dimensions of psychological well-being that contribute to an individual's overall mental health. The psychoeducation was conducted using lectures, Q&A sessions, discussions, sharing sessions, simulations, and interactive games. A total of seven staff members from two designated orphanages participated in the session. An evaluation was conducted to assess participants' reactions to the activity, their increased understanding of the material, and improvements in their psychological well-being. The results indicated high participant satisfaction and a recommendation to hold similar activities in the future. Additionally, participants demonstrated improved understanding of the concepts and dimensions of psychological well-being. Post-session assessments showed an increase in participants' psychological well-being, suggesting that the psychoeducational intervention was effective in enhancing the mental health of orphanage staff.

Keywords: orphanage staff, psychoeducation, psychological well-being

1. Pendahuluan

Keberhasilan sebuah panti asuhan sangat bergantung pada pegawai-pegawainya, karena pegawai menjalankan peran dan fungsi panti asuhan. Pegawai panti asuhan merupakan orang tua pengganti yang bertanggung jawab mendidik, mengasuh, memperhatikan, dan memenuhi semua kebutuhan anak (Mustafa dkk., 2023; Qamarina, 2017). Selain berkewajiban memberikan pengasuhan, pegawai panti asuhan juga mengupayakan agar sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam merawat dan membesarkan anak panti selalu terpenuhi. Dengan demikian, kualitas kerja dan pengasuhan pegawai panti asuhan sangat mempengaruhi perkembangan anak yang diasuh oleh panti asuhan (Cahyo & Roesminingsih, 2021).

Penjelasan di atas memberikan gambaran bahwa pegawai panti asuhan memiliki tugas dan tanggung jawab yang cukup besar. Dalam menjalankan tugas, pegawai panti asuhan terkadang mengalami permasalahan, seperti kesulitan mengasuh anak dengan berbagai karakter serta sulit memenuhi kebutuhan setiap anak. Hasil wawancara dengan seorang narasumber yang bekerja sebagai pegawai panti asuhan mengatakan bahwa meskipun beban kerjanya cukup tinggi, gaji atau *benefit* yang didapatkan pegawai panti asuhan tergolong kurang. Mengurus anak yang bukan anak kandung membutuhkan upaya dan tuntutan emosional yang lebih besar. Anak yang diasuh pun berasal dari berbagai latar belakang dan karakter yang berbeda sehingga membutuhkan perlakuan yang berbeda-beda pula. Hal inilah yang membuat pegawai terkadang sulit untuk memaksimalkan pengasuhannya.

Pada masa pandemi *Covid-19*, permasalahan pegawai panti asuhan semakin meningkat karena harus mendampingi anak-anak panti bersekolah secara daring. Beban kerja pegawai bertambah karena harus memenuhi kebutuhan sekolah daring, mengerjakan tugas-tugas, dan hal-hal lainnya. Selain itu, pemasukan panti asuhan juga mengalami penurunan sebab bantuan-bantuan yang diperoleh semakin berkurang. Dalam kondisi demikian, terkadang pegawai sulit mengendalikan emosinya dengan baik sehingga dapat melakukan tindakan yang dapat merugikan anak di panti asuhan.

Di beberapa panti asuhan terdapat beberapa kasus kekerasan yang dilakukan pegawai panti kepada anak. Syahputra dan Mardiani (2014) memaparkan bahwa terdapat kasus kekerasan dan penelantaran anak di Panti Asuhan Yayasan Kasih Sayang Bunda Tangerang. Enam anak memiliki bekas luka pada tubuhnya serta tampak kurus dan tidak terurus. Kasus yang sama juga terjadi di Panti Asuhan Anak Samuel, dimana beberapa anak kabur dan melaporkan bahwa mereka dipukuli, tidak diberi makan serta dipaksa untuk tidur di kandang anjing (Prabowo, 2014).

Kasus kekerasan pada anak di panti asuhan, tidak hanya merugikan anak tetapi juga akan menurunkan kepercayaan masyarakat pada panti asuhan. Masyarakat dapat memandang panti asuhan sebagai lembaga yang hanya memanfaatkan anak yatim piatu. Dalam keadaan demikian, eksistensi panti asuhan akan semakin berkurang dan tentu saja akan merugikan panti asuhan sebagai sebuah lembaga atau organisasi. Pegawai panti asuhan perlu memiliki pola pikir yang positif agar dapat melihat sisi positif dari permasalahan ataupun kondisi kerja yang sedang dihadapi untuk dapat senantiasa mengoptimalkan kinerjanya dan dapat memberikan pengasuhan terbaik.

Pola pikir yang positif dapat dimiliki oleh setiap individu, jika memiliki kesejahteraan psikologis yang merupakan salah satu konsep dari psikologi positif. Psikologi positif adalah kemampuan individu untuk memandang segala sesuatu atau situasi dari sisi positif sehingga individu akan merasakan kesejahteraan (Sarmadi, 2018). Kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu memandang positif diri sendiri sehingga merasa dapat berfungsi penuh dalam menjalankan kehidupannya. Kesejahteraan psikologis membuat individu senantiasa memandang nilai positif dari setiap kejadian atau permasalahan yang dihadapi. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi dapat mengembangkan potensi diri yang dimilikinya (Ryff, 1989; Wells, 2010). Dengan demikian, pegawai panti asuhan perlu memiliki kesejahteraan psikologis agar mampu memandang positif segala permasalahan dan beban yang bersumber dari pekerjaannya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Alvi (2017) yang mengemukakan bahwa kinerja karyawan yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi akan meningkat sehingga mempengaruhi kualitas kerja karyawan dalam organisasi. Jika pegawai panti asuhan memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi, dapat diprediksi bahwa pegawai akan lebih ikhlas dan secara sukarela mengerjakan tugas dan tanggung jawabnya karena dapat memandang nilai positif dari pekerjaan yang dilakukan. Dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi pegawai panti asuhan juga dapat memberdayakan potensi dirinya dalam mengasuh anak dan mengembangkan panti asuhan.

Peningkatan kesejahteraan psikologis pegawai panti asuhan dalam kegiatan pengabdian ini akan dilakukan dengan metode psikoedukasi. Supratiknya (2011) mengatakan bahwa psikoedukasi adalah kegiatan yang memberikan pengetahuan psikologi yang dapat dimanfaatkan individu untuk mengembangkan keterampilan dalam menjalani kehidupan. Psikoedukasi kesejahteraan psikologis mengacu pada dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup, dan pengembangan diri (Ryff, 1989). Oleh sebab itu, keenam

dimensi tersebut akan digunakan sebagai landasan dalam menyusun modul psikoedukasi kesejahteraan psikologis. Kegiatan ini diharapkan dapat membantu pegawai panti asuhan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologisnya agar kualitas kerjanya pun meningkat dan pengasuhannya semakin optimal.

2. Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan psikoedukasi ini adalah sebagai berikut:

a. Presentasi/Ceramah

Fasilitator menjelaskan materi dengan cara mempresentasikan materi psikoedukasi. Materi yang disampaikan bersifat ilmiah, tetapi disampaikan secara operasional, sehingga mudah dipahami peserta. Metode ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan peserta mengenai kesejahteraan psikologi serta dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi/kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan diri.

b. Tanya jawab

Peserta diberikan kesempatan bertanya mengenai hal-hal terkait materi yang disampaikan oleh fasilitator. Fasilitator juga bertanya kepada peserta untuk memastikan bahwa peserta memahami materi. Metode ini bertujuan untuk melihat apakah peserta memahami materi yang telah diterimanya dan memahami penerapan materi yang telah diterima.

c. *Sharing Session*

Fasilitator memberikan pengetahuan dan pemahaman tambahan dengan berbagi cerita/*sharing* pengalaman-pengalaman yang sesuai dengan topik psikoedukasi serta memberikan contoh perilaku yang sebaiknya dilakukan agar tercapai tujuan kegiatan. Peserta juga diminta untuk *sharing* pengalaman serupa yang telah dilakukannya maupun yang dapat dilakukan. Peserta dapat bercerita mengenai permasalahan atau kesulitan terkait topik psikoedukasi lalu peserta lain dipersilahkan untuk memberikan tanggapan dan masukan untuk membantu peserta lainnya menemukan solusi atas permasalahannya.

d. Simulasi dan *games*

Metode ini dilakukan untuk meningkatkan keterampilan peserta, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta untuk latihan langkah-langkah atau cara sederhana meningkatkan kesejahteraan psikologis. Peserta juga dapat melakukan analisis dan

umpan balik pada simulasi yang dilakukan agar menemukan cara yang sesuai dengan karakteristik masing-masing peserta. Hal ini bertujuan agar peserta memiliki keterampilan peningkatan kesejahteraan secara mandiri. Simulasi dilakukan dalam bentuk *games*, agar pelaksanaannya santai dan membuat peserta merasa nyaman.

3. Hasil dan Diskusi

Pelaksanaan psikoedukasi kesejahteraan psikologis sebagai tugas pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan lancar dan terlaksana sesuai dengan rencana yang ditetapkan. Tujuan dari kegiatan telah dilaksanakan yaitu memberikan informasi mengenai kesejahteraan psikologis dan peran kesejahteraan psikologis dalam menjalankan aktivitas sehari-hari khususnya yang berkaitan dengan pekerjaan. Kegiatan ini juga memberikan tips mengenai hal-hal yang dapat dilakukan agar peserta dapat meningkatkan kesejahteraan psikologisnya. Adapun target yang diinginkan dari kegiatan ini telah tercapai, yaitu sebagai berikut:

- a. Peserta memperoleh pengetahuan mengenai kesejahteraan psikologi dan memahami pentingnya peran kesejahteraan psikologi dalam menjalankan pekerjaan. Peserta juga diberikan *hand out* materi agar dapat dipelajari lebih lanjut oleh peserta.
- b. Peserta juga telah mengetahui dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis serta memahami hal-hal yang dapat dilakukan untuk meningkatkan dimensi tersebut.
- c. Peserta juga memahami peran dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Selain tercapainya tujuan pelaksanaan kegiatan, hasil dari kegiatan psikoedukasi ini juga dapat dilihat dari tercapainya indikator keberhasilan yang telah ditetapkan sebelum kegiatan dilaksanakan. Pencapaian indikator keberhasilan dan tujuan psikoedukasi ini dapat dilihat dari reaksi dan antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung serta berdasarkan hasil evaluasi yang telah diisi peserta. Pencapaian indikator keberhasilan kegiatan adalah sebagai berikut:

- a. Pelaksanaan kegiatan psikoedukasi kesejahteraan psikologis pada pegawai panti asuhan berjalan sesuai dengan perencanaan. Seluruh kegiatan mulai dari persiapan, pelaksanaan, evaluasi hingga kegiatan selesai telah berjalan dengan lancar tanpa ada halangan berarti.
- b. Peserta mengisi evaluasi reaksi yang berisikan tanggapan mengenai kepuasan terhadap isi materi, manfaat yang diperoleh, metode yang digunakan, fasilitator, lama kegiatan, serta kritik dan saran. Hasil yang diperoleh, terdapat tiga peserta merasa sangat puas terhadap isi materi, metode yang digunakan, fasilitator dan lima peserta lainnya merasa puas. Adapun kritik dan saran yang dituliskan oleh subjek yaitu lama kegiatan, subjek

mengharapkan agar waktunya ditambah sehingga lebih bisa memahami materi yang diberikan. Terdapat satu peserta yang memberikan saran berbeda yaitu mengharapkan dapat diberikan ilmu pengetahuan lebih lagi agar dapat mengetahui masalah tentang psikologi. Hasil evaluasi reaksi tersebut menunjukkan bahwa peserta merasa puas dengan kegiatan psikoedukasi kesejahteraan psikologis.

- c. Pada evaluasi pembelajaran, peserta diminta untuk menjawab beberapa pertanyaan terkait materi sebelum dan setelah psikoedukasi dilaksanakan. Hasil yang diperoleh, setelah mengikuti kegiatan ini dan telah menerima materi psikoedukasi, peserta dapat mengetahui konsep kesejahteraan psikologis dan dimensi-dimensi pembentuknya serta memahami pentingnya meningkatkan kesejahteraan psikologis dalam menjalankan pekerjaan. Hal ini dibuktikan dengan hasil pada lembar kerja peserta, dimana hanya dua peserta yang mengisi lembar kerja *pre test* dan jawabannya pun kurang tepat. Pada hasil lembar kerja *post test*, seluruh peserta telah mengisi semua soal dengan jawaban yang cukup sesuai. Maka dapat disimpulkan, pelaksanaan kegiatan psikoedukasi ini dapat menambah pengetahuan peserta mengenai materi yang diberikan yaitu kesejahteraan psikologis.
- d. Pemberian tugas pada peserta sebagai tindak lanjut kegiatan juga dapat dikatakan berhasil, dibuktikan dengan kesediaan peserta mengerjakan tugas-tugas yang diberikan. Peserta juga menyatakan bahwa tugas yang dikerjakannya dapat membuat merasa semangat menjalankan pekerjaan dan menyadari potensi-potensi diri yang dapat dikembangkan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta.
- e. Hasil pengukuran tingkat kesejahteraan psikologis juga menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan psikoedukasi kesejahteraan psikologis dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pegawai panti asuhan. Hasil pengukuran menunjukkan adanya perubahan skor kesejahteraan psikologis pada semua peserta psikoedukasi. Tabel 1 menunjukkan perubahan skor kesejahteraan psikologis peserta sebelum dan setelah pelaksanaan psikoedukasi.

Tabel 1. Hasil *pre-test* dan *post-test* peserta pelatihan

No.	Lokasi PkM	Nama Peserta	<i>pre-test</i>	<i>post-test</i>
1.	Panti Asuhan M	AL	75	84
2.	Panti Asuhan M	Y	67	76
3.	Panti Asuhan M	HT	76	87
4.	Panti Asuhan M	KN	62	80
5.	Panti Asuhan R	SA	79	86
6.	Panti Asuhan R	S	67	88
7.	Panti Asuhan R	H	50	87

Tabel 1 menunjukkan bahwa seluruh peserta memiliki skor kesejahteraan psikologi meningkat setelah kegiatan psikoedukasi serta penugasan yang diberikan. Dengan demikian, kegiatan psikoedukasi yang dilaksanakan ini efektif meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta yang terlibat. Diharapkan peserta tetap berupaya untuk konsisten meningkatkan dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis yaitu penerimaan diri, otonomi/kemandirian, tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain, pengusahaan lingkungan dan pengembangan diri agar kesejahteraan psikologisnya meningkat. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan Ryff (1989) bahwa peningkatan kesejahteraan psikologis individu akan tercapai apabila mampu mengelola dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis dalam dirinya dengan baik.

Selain itu, peningkatan kesejahteraan psikologis pada peserta tidak lepas dari metode pembelajaran yang digunakan yaitu psikoedukasi. Supratiknya (2011) menyatakan bahwa psikoedukasi merupakan pelayanan kepada masyarakat dilakukan dengan memberikan pemahaman mengenai *life skill* atau keterampilan menjalani kehidupan serta memberikan layanan informasi psikologis untuk meningkatkan kemampuan individu dan kelompok dalam menghadapi berbagai permasalahan kehidupan sehari-hari. Melalui psikoedukasi, masyarakat dalam hal ini peserta kegiatan mendapatkan *life skill* atau keterampilan baru untuk bisa menghadapi berbagai permasalahan harian dalam pekerjaan yaitu dengan meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Adapun kelemahan dari kegiatan ini adalah kesulitan untuk mengukur tujuan jangka panjang yaitu meningkatnya kualitas kerja dan pengasuhan yang maksimal dari pegawai panti. Jumlah peserta yang tergolong sedikit juga menjadi kelemahan kegiatan ini karena tidak sesuai dengan target yang diharapkan sebelumnya. Pegawai Panti Asuhan yang tidak menjadi peserta kegiatan ini bisa menjadi faktor eksternal yang mempengaruhi peningkatan kesejahteraan psikologis peserta. Dokumentasi foto kegiatan diberikan dalam Gambar 1 dan 2.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan di Panti Asuhan M



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan di Panti Asuhan R

4. Kesimpulan

Pelaksanaan psikoedukasi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pegawai panti asuhan sebagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjalan dengan lancar mulai dari persiapan hingga kegiatan selesai. Kegiatan ini memberikan manfaat bagi pegawai panti asuhan sebagai peserta psikoedukasi. Peserta psikoedukasi puas dengan pelaksanaan kegiatan dan masih mengharapkan adanya kegiatan yang sama untuk membantu pegawai panti asuhan mendapatkan pengetahuan yang menunjang kualitas kerja dan pengasuhannya. Setelah mengikuti kegiatan ini, peserta memahami konsep kesejahteraan psikologis dan dimensi-dimensinya serta memahami pentingnya kesejahteraan psikologis dalam menjalankan aktivitas pekerjaan. Psikoedukasi ini juga terbukti efektif meningkatkan kesejahteraan psikologi peserta, yang ditunjukkan peningkatan skor kesejahteraan psikologis dari hasil *pre test* dan *post-test*.

Ucapan Terima Kasih

Penulis dan tim abdimas mengucapkan terima kasih kepada mitra dalam kegiatan ini serta kepada Universitas Atma Jaya Makassar dan Fakultas Psikologi Universitas Atma Jaya Makassar yang telah memberikan dukungan khususnya dana sehingga pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terlaksana dengan baik.

Daftar Referensi

- Alvi, U. (2017). The Effect of Psychological Wellbeing on Employee Job Performance: Comparison Between The Employees of Projectized and Non-Projectized Organizations. *Journal of Entrepreneurship and Organization Management*, 6(1), 1-5.
- Cahyo, R.A.N. & Roesminingsih, M.V. (2021). Peran Pengasuh Dalam Perkembangan Sosial Emosional Anak Di Panti Asuhan Bonek Sidoarjo. *J+PLUS UNESA: Jurnal Mahasiswa*

Pendidikan Luar Sekolah, 10(1), 38-45.

Mustafa, M.D., Roslan, S. & Jabar, A.S. (2023). Peran Pengasuh Panti Asuhan Dalam Memenuhi Kebutuhan Sosial Anak (Studi Pada Panti Asuhan Al-Ikhlas Di Kecamatan Baruga Kota Kendari), *Well-Being: Journal of Social Welfare*, 4(1), 26-34.

Prabowo, D.S. (2014). Kasus Panti Asuhan Samuel Bentuk Eksploitasi Anak. Diakses dari pada tanggal 1 Juni 2021 dari laman <https://www.tribunnews.com/metropolitan/2014/02/26/kasus-panti-asuhan-samuel-bentuk-eksploitasi-anak>.

Qamarina, N. (2017). Peranan Panti Asuhan Dalam Melaksanakan Fungsi Pengganti Keluarga Anak Asuh di UPTD Panti Sosial Asuhan Anak Harapan Kota Samarinda, *eJournal Administrasi Negara*, 5(3), 6488-6500.

Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on The Meaning of Psychological Well Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.

Sarmadi, S. (2018). Psikologi Positif. *Penerbit Titah Surga*. Yogyakarta.

Supratiknya, A. (2011). Psikoedukasi: Merancang Program dan Modul. *Universitas Sanata Dharma*. Yogyakarta.

Syahputra, W. & Mardiani, D. (2014). Anak Panti Asuhan Diduga Alami Penyiksaan. *Republika.co.id*. Diakses pada tanggal 1 Juni 2021 dari <https://republika.co.id/berita/nasional/jabodetabek-nasional/14/02/24/n1i5g0-anak-panti-asuhan-diduga-alami-penyiksaan>

Wells, I.E. (2010). Psychological Well-Being. *Nova Science Publishers, Inc.* New York.