

**PEMAHAMAN NILAI-NILAI QONAAH DAN PENINGKATAN SELF ESTEEM
MELALUI DISKUSI KELOMPOK
(Studi Pada Anak-Anak Yatim Panti Asuhan Nurul Haq Yogyakarta)**

Ani

Abstrak

Anak asuh memerlukan adanya suatu bimbingan untuk dapat mengembangkan self esteemnya. Apabila kebutuhan harga diri mereka dapat terpenuhi secara memadai, maka mereka akan memperoleh sukses dalam menampilkan perilaku sosialnya, tampil dengan keyakinan diri (self-confidence) dan merasa memiliki nilai dalam lingkungan sosialnya. Untuk memenuhi kebutuhan dan self esteem tersebut maka diperlukan beberapa intervensi dengan berbagai bentuk seperti dukungan sosial, kognitif dan behavioral, bimbingan atau konseling kelompok, kebugaran fisik dan strategi spesifik lainnya

Hasil analisis data menggunakan SPSS for Windows versi 16, diperoleh t hitung sebesar -6,68 dan signifikansi 0,000. Berdasarkan data di atas, maka kriteria uji hipotesis terpenuhi yaitu t hitung > t tabel sebesar -6,68 > 1,69 dan taraf signifikansi atau $p < 0,05$ yaitu $0,000 < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa peningkatan pemahaman nilai-nilai qanaah melalui diskusi kelompok berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan self esteem anak asuh di Panti Asuhan Nurul Haq.

Kata Kunci : *Qanaah, Diskusi kelompok, Self Esteem*

A. Pendahuluan

Seringkali manusia “kurang” menyadari bahwa kehidupannya adalah suatu kenikmatan yang berharga. Ketidakberhargaan seseorang seringkali dinilai dari latar belakang sosial ekonomi dan keadaan fisik serta psikhis.¹ Orang yang dilahirkan dalam keluarga yang utuh (ayah ibu) serta memiliki kemampuan ekonomi yang tinggi biasanya menjadikan seseorang memiliki tingkat harga diri (*self esteem*) yang tinggi. Akan tetapi tidak semua manusia terlahir dalam keluarga yang utuh, mereka adalah anak yatim. Dalam penelitian Asep Irawati disebutkan bahwa anak yatim yaitu seorang anak (yang belum

¹ Coopersmith, *The Antecedents of Self-Esteem*, (San Fransisco:W. H. Freeman Company, 1967), hlm. 182

dewasa) yang telah ditinggal mati oleh ayahnya sebagai sosok penanggung jawab dalam hidupnya.²

Secara lahir maupun batin, anak yatim mengalami hambatan dalam perkembangan jiwanya untuk menyesuaikan diri dalam masyarakat, terutama mereka yang berada dalam keluarga yang keadaan ekonominya lemah, maka akan timbul perasaan tidak percaya diri, pesimis dan sebagainya.³ Hal yang sama juga dialami oleh anak piatu, yaitu anak yang ditinggal mati oleh ibunya sebelum ia baligh maupun anak yatim piatu yaitu anak yang ditinggal mati oleh kedua orang tuanya. Selain anak yatim dan piatu juga terdapat kaum dhuafa⁴ yang secara psikologis memiliki kondisi yang sama. Sehingga anak-anak yatim, piatu, yatim piatu dan dhuafa yang memiliki kesulitan secara ekonomi seringkali di asuh oleh suatu Yayasan atau Panti Asuhan.⁵

Terkait dengan kondisi psikologis anak asuh, tampaknya hal ini senada dengan teori kebutuhan (*hierarchy of needs*) yang dikembangkan oleh Abraham Harold Maslow.⁶ Anak asuh jika ditelaah dari hierarki kebutuhan yang dikembangkan oleh pakar psikologi humanistic tersebut, maka dapat penulis asumsikan bahwa mereka memiliki *self esteem* yang rendah. Dari kebutuhan dasar yaitu fisiologisnya, anak yatim yang *notabene*-nya tidak memiliki ayah/bapak akan merasa kesulitan untuk memenuhi kebutuhan pokoknya, begitu pula dengan anak piatu dan dhuafa. Meningkat pada kebutuhan selanjutnya yaitu kebutuhan akan rasa aman, maka ketiadaan sosok ayah/ibu dalam kehidupannya, sedikit banyak akan melahirkan adanya perasaan was-was dan tidak nyaman dalam kehidupan anak yatim/piatu. Selanjutnya ditelaah dari kebutuhan yang ketiga, maka anak yatim/piatupun kurang mendapatkan rasa

² Asep Irawati, Anak yatim Pandangan Quraish Shihab dalam Tafsir Al Misbah, *Skripsi* Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, tahun 2009.

³ Rahmat Wahab, *Mengenal Anak Berkelainan*, (Yogyakarta: IKIP Yogyakarta, 1993), hlm. 3.

⁴ Adalah sebuah kelompok manusia yang dianggap lemah atau mereka yang tertindas, yaitu mereka yang tidak dapat *hijrah* karena terhalang baik sosial maupun ekonomi fakir dan miskin tertekan keadaan bukan malas, mereka yang kurang tenaga (bukan karena malas), mereka yang kurang kemampuan aqalnya (bukan karena malas) dan atau mereka yang terbelakang pendidikannya.

⁵ Anak yatim, piatu, yatim piatu dan dhuafa selanjutnya disebut anak asuh.

⁶ Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2002), hlm. 63-64.

cinta dari sosok ayah/ibu sehingga dari sini dapat terlihat bahwa anak asuh akan sulit untuk memenuhi kebutuhan berikutnya yaitu *self esteem* untuk kemudian mengaktualisasikan dirinya.

Pemenuhan kebutuhan harga diri ini dapat dilakukan oleh orang tua melalui pemberian kasih sayang yang tulus agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara sehat dan wajar. Anak asuh yang berada di Panti Asuhan, seringkali mengalami kendala dalam pemenuhan kebutuhan tersebut.⁷ Kehidupan anak asuh lebih banyak dihabiskan di Panti Asuhan daripada bersama keluarga mereka, bahkan beberapa diantaranya ada yang tidak mengetahui keberadaan orang tua mereka. Hal ini yang menjadikan alasan diadakannya penelitian di Panti Asuhan Nurul Haq. Panti Asuhan ini memiliki anak asuh dengan jenjang pendidikan SMP dan SMA sesuai dengan kriteria subyek dalam penelitian ini.

Anak asuh memerlukan adanya suatu bimbingan⁸ untuk dapat mengembangkan *self esteem*nya. Apabila kebutuhan harga diri mereka dapat terpenuhi secara memadai, maka mereka akan memperoleh sukses dalam menampilkan perilaku sosialnya, tampil dengan keyakinan diri (*self-confidence*) dan merasa memiliki nilai dalam lingkungan sosialnya. Guindon menjelaskan beberapa intervensi untuk meningkatkan *self esteem* dapat dikelompokkan menjadi beberapa kategori yaitu pemberian dukungan sosial, kognitif dan behavioral, bimbingan atau konseling kelompok, kebugaran fisik dan strategi spesifik lainnya.⁹

⁷ Hasil wawancara dengan Aji, salah satu pengurus Panti Asuhan Nurul Haq, pada tanggal 5 Juni 2013 pukul 16.45.

⁸ Bimbingan yaitu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa individu baik anak-anak, remaja maupun dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu, sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku. Lihat dalam Prayitno dan Erman Anti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Rineka Cipta, 1999), hlm. 100.

⁹ M.H. Guindon, *Self Esteem Across The Lifespan*, (New York: Routledge Taylor & Francis Group, 2010).

Anak asuh sesungguhnya tidak berbeda dengan anak-anak yang memiliki kedua orang tua yang utuh serta memiliki kehidupan ekonomi yang baik, karena setiap manusia dilahirkan dengan membawa potensinya masing-masing. Potensi dasar yang dimiliki oleh manusia sebagaimana diungkapkan oleh Fuad Nashori terdiri dari potensi berpikir, potensi fisik, potensi emosi serta potensi sosial.¹⁰ Berbagai potensi tersebut diberikan kepada setiap individu, tidak terkecuali anak asuh. Mereka membutuhkan adanya kemandirian agar dapat menjalani kehidupan secara wajar. Kemandirian yaitu tidak tergantung pada orang lain, atau terpengaruh orang lain serta melakukan aktivitas, inisiatif dan kreativitasnya sendiri.¹¹ Sikap kemandirian inilah yang senantiasa ditekankan di Panti Asuhan Nurul Haq agar ketika mereka keluar dari panti, mereka dapat menjadi insan kamil yaitu manusia yang mampu menyelesaikan masalah kehidupannya.¹² Untuk mendapatkan sikap kemandirian tersebut, anak asuh dibekali dengan ketrampilan wirausaha dengan mengelola berbagai unit usaha yang dimiliki oleh Panti Asuhan.

Anak-anak asuh memang tidak seberuntung mereka yang dilahirkan di tengah keluarga yang lengkap (ayah ibu) dengan kehidupan ekonomi yang baik. Namun bagaimanapun juga kondisi dan keadaan yang mereka alami, hendaknya patut disyukuri. Dalam ajaran Islam diajarkan untuk memiliki sikap *qanaah*, yaitu menerima dengan rela apa yang ada dan merasa cukup dengan apa yang dimilikinya.¹³ Sikap *qanaah* bukanlah suatu sikap yang menjadikan kita lemah dan pasrah. Justru dengan *qanaah* ini akan membawa seseorang pada derajat yang lebih tinggi. Dengan ungkapan lain, sikap *qanaah* menjadikan seseorang yang lemah menjadi kuat, sebagaimana keyakinan yang dibangun oleh Panti

¹⁰ Fuad Nashori, *Potensi-Potensi Manusia*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), hlm. 85-89.

¹¹ Muhammad Lukman, *Kemandirian Anak Asuh di Panti Asuhan Yatim Islam Ditinjau dari Konsep Diri dan Kompetensi Interpersonal*, *Jurnal Psikologika*, Nomor 10 Tahun V 2000, hlm. 59.

¹² Hasil wawancara dengan Suyanta, Ketua Panti Asuhan Nurul Haq pada tanggal 17 Juni 2013 pukul 13.00 di ruang tamu Panti Asuhan Nurul Haq.

¹³ Bey Arifin dan Abdullah Said, *Rahasia Ketahanan Mental dan Bina Mental dalam Islam*, (Surabaya : Al Iklas, 1981), hlm 14.

Asuhan Nurul Haq bahwa dengan kelemahan yang dimiliki oleh anak asuh, maka justru dijadikan kekuatan untuk maju dan sukses.¹⁴

Peningkatan pemahaman nilai-nilai *qanaah* pada anak asuh diharapkan mampu meningkatkan *self esteem* mereka, agar anak asuh juga dapat meraih suatu kesuksesan dalam kehidupannya. Pemahaman tentang nilai-nilai *qanaah* sudah dimiliki oleh anak asuh, akan tetapi mayoritas anak asuh hanya memiliki pemahaman tentang pengertian *qanaah* secara dangkal. Permasalahan anak asuh yang bersifat homogen ini dapat diatasi dengan melakukan bimbingan kelompok. Adapun metode bimbingan kelompok yang dapat dilakukan yaitu melalui teknik diskusi kelompok. Sebagaimana dikatakan oleh Prayitno, diskusi kelompok merupakan salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk memecahkan permasalahan yang bersifat homogen yang dimiliki oleh beberapa klien sekaligus.¹⁵

B. Yayasan Nurul Haq Yogyakarta

Panti Asuhan Putra dan Putri Nurul Haq adalah lembaga sosial yang bernaung di bawah payung Yayasan Nurul Haq Gedongkuning Yogyakarta. Panti Asuhan ini memulai operasionalnya pada tahun 1995. Pada awal berdirinya, Panti Asuhan Nurul Haq melakukan pembinaan terhadap warga kampung Gedongkuning yang termasuk dalam ekonomi lemah, adapun pembinaan ini meliputi bidang keagamaan, ketrampilan dan usaha kecil.

Seiring dengan tuntutan arus zaman, maka Panti Asuhan ini difokuskan untuk pembinaan anak yatim, piatu, yatim piatu, fakir miskin dan dhuafa. Hal ini dimulai sejak tahun 1998 dengan anak asuh sejumlah dua orang disertai dengan sumber dana yang minim. Sejak awal berdirinya, pembinaan dan perolehan dana sepenuhnya ditanggung oleh Bapak Suyanta, S.Ag selaku pendiri dan pengasuh

¹⁴ Hasil wawancara dengan Suyanta, Ketua Panti Asuhan Nurul haq pada tanggal 17 Juni 2013 pukul 13.00 di ruang tamu Panti Asuhan Nurul Haq.

¹⁵ *Ibid.*, hlm 310.

sekaligus pemimpin Panti Asuhan Nurul Haq.¹⁶ Bapak Suyanta adalah seorang mubaligh di kota Yogyakarta, beliau berusaha menggalang dana dalam rangka pemenuhan kebutuhan Panti Asuhan, baik kebutuhan konsumtif maupun kebutuhan biaya pendidikan serta biaya pembangunan gedung dan asrama.

Selama 2 tahun perjalanan yaitu tahun 1998 sampai dengan 2000, panti asuhan Nurul Haq memiliki santri sebanyak 7 orang dan terus berkembang sampai akhir tahun 2000 jumlahnya menjadi 14 orang. Niat yang tulus serta keseriusan Bapak Suyanta beserta istri Ibu Khusnur Rasyidah dalam mengelola panti dibuktikan dengan adanya akte notaris pada tahun 2000. Bapak Suyanta berharap agar Yayasan Nurul Haq yang sudah dirintis sebelumnya oleh para pengurus dapat berkembang dengan baik, maka beliau menamai pantinya sebagaimana masjid yang telah dibangun oleh Yayasan Nurul Haq. Akan tetapi berhubung pengurus yayasan Nurul Haq sudah tidak diketahui lagi keberadaannya, serta sulitnya menemukan izin pendiriannya kembali, maka pada tahun 2003 Bapak Suyanta mengajukan izin operasional ke Dinas Sosial dengan nama yang baru yaitu Yayasan Pondok Pesantren Modern Yatim dan Dhuafa Madania.¹⁷

Yayasan Pondok Pesantren Modern Yatim dan Dhuafa Madania terus mengalami perkembangan dengan bertambahnya jumlah anak asuh dari 17 anak pada saat izin operasional menjadi 43 anak pada tahun 2006. Mayoritas santri yang menjadi anak asuh di yayasan ini adalah para korban gempa Yogyakarta pada tanggal 27 Mei 2006. Memasuki tahun 2007, jumlah anak asuh terus mengalami peningkatan menjadi 72 orang. Karena alasan tempat yang kurang memadai, maka anak asuh putri dipindahkan di Nanggulan Maguwoharjo Depok Sleman. Pada tahun 2007 juga, panti ini memiliki anak asuh difabel sehingga panti ini tidak hanya fokus pada anak asuh normal melainkan juga panti yang dapat dikatakan inklusi. Perkembangan yayasan Madania tahun

¹⁶ Hasil wawancara dengan Aji, salah satu pengurus Panti Asuhan Nurul Haq pada tanggal 5 Juni 2013 pukul 16.45 WIB

¹⁷ Hasil wawancara dengan Bapak Suyanta, Ketua Yayasan Pondok Pesantren Modern Yatim Dhuafa Madania pada tanggal 17 Juni pukul 13.00 WIB.

2008 tidak kalah menariknya dengan tahun 2007 dengan masuknya anak difabel, tahun 2008 yayasan ini memiliki 2 anak asuh balita yang masih berusia 12 hari dan 25 hari, bahkan ada seorang ibu yang tengah hamil 3 bulan dan hendak menyerahkan anaknya ketika lahir nanti.

Mengingat tipologi anak asuh yang bermacam-macam, maka tahun 2008 anak difabel ditempatkan di Karanglo Sukoharjo Nganglik Sleman. Pondok Pesantren khusus difabel ini dinamai Pondok Pesantren Al Amin. Sementara itu, berkat adanya tanah wakaf manfaat dari seorang dokter, maka didirikanlah Panti Asuhan Wahyun Asror di Jl Panti Gedongkuning Gang Nakula 165 Banguntapan Bantul pada tahun 2010. Sejak itulah, anak asuh putri dipindahkan dari Panti Asuhan Nurul Haq ke Panti Asuhan Wahyun Asror dengan tetap berada di bawah naungan yayasan Madania.

Tahun 2012, yayasan Madania juga memiliki binaan para orang tua lanjut usia (jompo). Orang tua jompo ditempatkan di Wisma Kasepuhan Wahyun Asror tidak jauh dari anak asuh putri, yaitu di belakang Panti Asuhan Wahyun Asror.

C. Nilai-Nilai Qonaah dan *Self Esteem*

Pada tahap awal, penulis melakukan uji coba angket *self esteem* yang dilaksanakan pada tanggal 5 Juni 2013 kepada 32 sampel bertempat di Aula Panti Asuhan Nurul Haq. Ujicoba angket dilakukan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen yang akan digunakan untuk melakukan penelitian berikutnya. Dari hasil uji coba angket terdapat 6 butir item yang gugur/tidak valid dari total 45 item pernyataan. Item pernyataan yang dinyatakan gugur kemudian dikeluarkan dari nomor urut instrumen, serta diadakan revisi penomoran pada lembar skala *self esteem*. Dengan demikian, jumlah item pernyataan yang dinyatakan valid adalah 39 dengan tingkat reliabilitas sebesar 0,917. Adapun sebaran butir item setelah uji coba angket *self esteem* adalah sebagai berikut:

Tabel 1
Sebaran Butir Item Angket *Self Esteem*

No	Aspek	Item		Jumlah		Bobot (%)
		F	UF	F	UF	
1.	Penerimaan diri	1,9,17,25,33,4 3	8,16,24,32,41,42,44,4 5	6	8	35 %
2.	Kepercayaan diri	7,15,23,31,39	2,10,18,26,34	5	5	25 %
3.	Hubungan interpersonal	11,19,27,35	6,14,22,38	4	4	20 %
4.	Kemampuan menghadapi lingkungan	21,37	4,12,20,28,36	2	5	20 %
Total				17	22	100 %

Langkah selanjutnya dilakukan *pretest* angket *self esteem* untuk mengetahui tingkat *self esteem* anak asuh sebelum dilaksanakan perlakuan (*treatment*) berupa peningkatan pemahaman nilai-nilai *qanaah* melalui diskusi kelompok. *Pretest* dilaksanakan kepada seluruh populasi yang berjumlah 34 orang. Pelaksanaan *pretest* skala *self esteem* pada tanggal 9 Juni 2013 bertempat di Aula Panti Asuhan Nurul Haq.

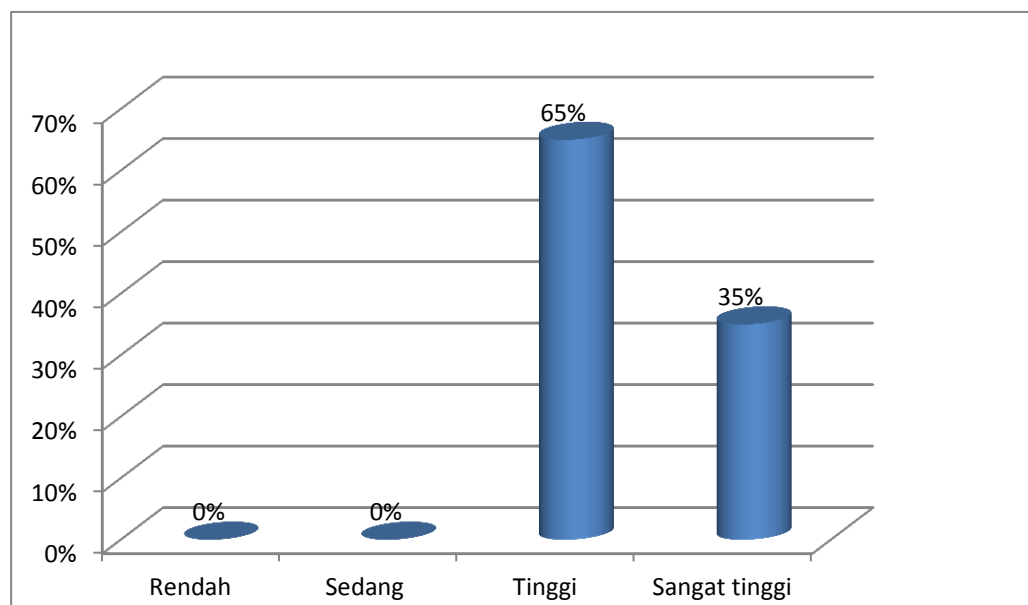
Setelah melakukan uji tingkat *self esteem* anak asuh dapat dikelompokkan menjadi empat yaitu rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi. Adapun aturan skoring yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 2
Aturan Skoring Tingkat *Self Esteem*

No.	Skor	Tingkat <i>Self Esteem</i>
1.	0-39	Rendah
2.	40-78	Sedang
3.	79-117	Tinggi
4.	118-156	Sangat Tinggi

Dari hasil *pretest* dapat diketahui bahwa anak asuh sudah memiliki tingkat *self esteem* yang tinggi dan sangat tinggi. Tingkat *self esteem* dengan kategori tinggi dimiliki oleh 22 orang atau sebesar 65 %, sedangkan kategori sangat tinggi dimiliki oleh 12 orang atau sebesar 35 %. Berdasarkan hasil *pre-test* ini, maka masih dimungkinkan adanya kenaikan tingkat *self esteem* dari tinggi menjadi sangat tinggi dengan mengadakan *treatment* yaitu peningkatan pemahaman nilai-nilai *qanaah* melalui diskusi kelompok. Secara visual hasil *pretest* dapat dilihat pada grafik berikut ini :

Gambar 1

Grafik Tingkat *Self Esteem* Pra Treatment

1. Treatment (Perlakuan)

Bentuk perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini adalah peningkatan pemahaman nilai-nilai *qanaah* melalui diskusi kelompok. Sriyono mengungkapkan bahwa diskusi kelompok merupakan kegiatan belajar mengajar yang membicarakan suatu topik atau masalah yang dilakukan oleh dua orang atau lebih secara berkelompok, proses pembicaraannya terarah pada pemahaman dan pertimbangan mengenai suatu permasalahan yang disertai oleh pertukaran ide, pendapat, pengalaman, saran dari peserta diskusi, sehingga menghasilkan suatu kesepakatan yang dapat diterima oleh peserta.¹⁸ Di dalam bimbingan dan konseling, diskusi kelompok merupakan salah satu teknik dalam bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok.¹⁹ Gazda menyebutkan bahwa bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial. Dalam bimbingan kelompok, konselor memberikan pelayanan bimbingan kepada peserta yang berjumlah 5-10 orang.

Berdasarkan ketentuan diskusi kelompok di atas, maka anak asuh putra yang berjumlah 14 orang dibagi menjadi dua kelompok, sedangkan anak asuh putri yang berjumlah 20 orang juga dibagi menjadi dua kelompok. Daftar anggota kelompok dapat dilihat pada deskripsi data kelompok kuasi eksperimen.

Topik yang dibicarakan dalam diskusi kelompok bersifat umum dan rahasia, yaitu tentang *qanaah*. Topik *qanaah* secara umum telah diketahui oleh anggota kelompok. Diskusi kelompok tentunya dilaksanakan bukan tanpa tujuan. Menurut Dipodjoyo, salah satu tujuan diskusi kelompok adalah untuk menampung pendapat, maka diskusi itu tidak bertujuan untuk mengambil suatu keputusan, tetapi hanya sebagai usaha mengumpulkan informasi dan untuk mengetahui pendapat peserta mengenai suatu masalah yang sedang dibicarakan.

¹⁸ Sriyono, *Teknik Belajar Mengajar dalam CBSA*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1992), hlm. 106.

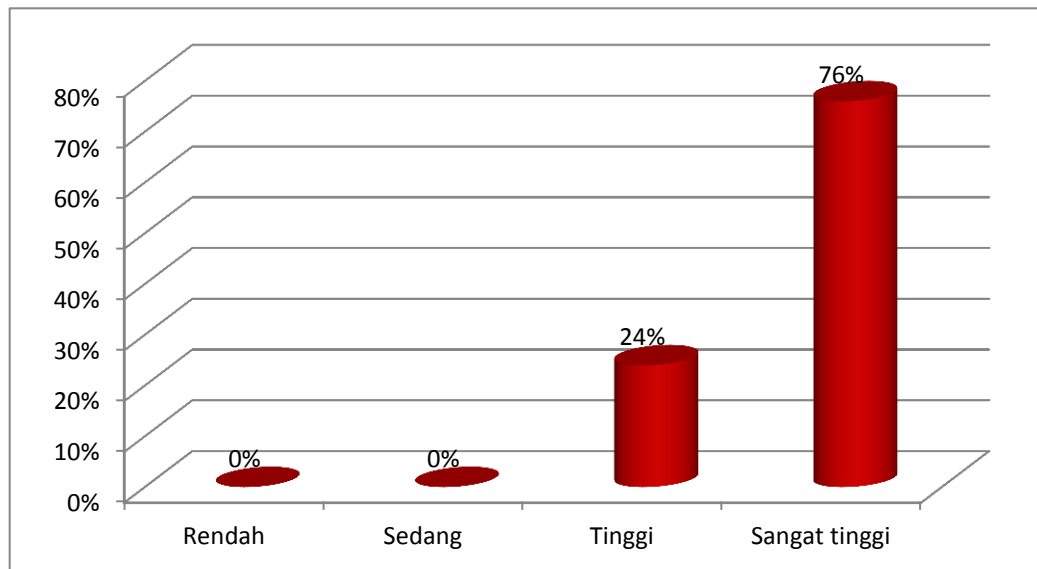
¹⁹ Prayitno dan Erman Anti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 309.

2. Deskripsi Data *Pasca Treatment (posttest)*

Posttest angket *self esteem* dilaksanakan sesaat setelah *treatment* diberikan kepada anak asuh. Hal ini dilakukan untuk mengetahui apakah perlakuan berupa peningkatan pemahaman nilai-nilai *qanaah* melalui diskusi kelompok yang baru saja dilakukan dapat meningkatkan *self esteem* anak asuh ataukah tidak. Masing-masing diberikan angket *self esteem* dengan format yang sama pada waktu *pretest*.

Dari hasil *post-test* dapat diketahui bahwa anak asuh yang memiliki tingkat *self esteem* tinggi jumlahnya berkurang dari 22 orang turun menjadi 8 orang saja. Tingkat *self esteem* dengan kategori tinggi setelah *post-test* dimiliki oleh 8 orang atau sebesar 24 %, sedangkan kategori sangat tinggi dimiliki oleh 26 orang atau sebesar 76 %. Secara visual hasil *posttest* dapat dilihat pada grafik berikut:

Gambar 2
Grafik Tingkat *Self Esteem* *Pasca Treatment*



Berdasarkan hasil *posttest* ini, menunjukkan adanya peningkatan tingkat *self esteem* dari tinggi menjadi sangat tinggi sebesar 41 %.

Secara rinci berikut penulis sajikan perbedaan hasil *pretest* dan *posttest* angket *self esteem* :

Tabel 3
Perbandingan Hasil *Pretest* dan *Posttest* Angket *Self Esteem*

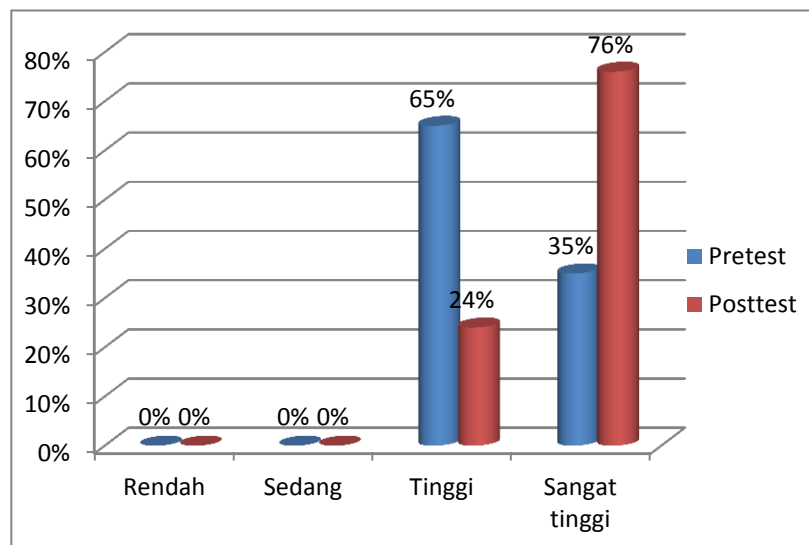
No.	Nama	<i>Pretest</i>	Tingkat <i>Self Esteem</i>	<i>Posttest</i>	Tingkat <i>Self Esteem</i>
1	Andi Bagus Purnomo	116	Tinggi	124	Sangat Tinggi
2	Aridha Vikramsi Alya	133	Sangat Tinggi	142	Sangat Tinggi
3	Rahayu	116	Tinggi	117	Sangat Tinggi
4	Rizki Amelia Putri	116	Tinggi	127	Sangat Tinggi
5	Siti Zulaikha	115	Tinggi	115	Tinggi
6	Yunita Nurcahyanti	123	Sangat Tinggi	140	Sangat Tinggi
7	Agus Efendi	113	Tinggi	115	Tinggi
8	Alhikma Helviera	115	Tinggi	122	Sangat Tinggi
9	Ali Nurahmat	116	Tinggi	125	Sangat Tinggi
10	Amirur Rakhman A	123	Sangat Tinggi	124	Sangat Tinggi
11	Ana Triyan Tara	117	Sangat Tinggi	133	Sangat Tinggi
12	Dwi Nur Prasetyo	116	Tinggi	121	Sangat Tinggi
13	Fadliansyah	113	Tinggi	114	Tinggi
14	Fatimah Az Zahroh	116	Tinggi	137	Sangat Tinggi
15	Hezmi Rafsanjani ABD S	115	Tinggi	134	Sangat Tinggi
16	Ilham Abrori	130	Sangat Tinggi	140	Sangat Tinggi
17	Iva Widiyawati	114	Tinggi	117	Sangat Tinggi
18	Jainal Abidin	115	Tinggi	122	Sangat Tinggi
19	Mas'udin Abdullah	119	Sangat Tinggi	123	Sangat Tinggi
20	Muhammad Nurcahyono	113	Tinggi	110	Tinggi

21	Muhammad Shukrio	114	Tinggi	122	Sangat Tinggi
22	Nida Nurpaujiah	107	Tinggi	112	Tinggi
23	Nurlaily Resthiana Sakti	119	Sangat Tinggi	123	Sangat Tinggi
24	Nurul Hidayah	115	Tinggi	128	Sangat Tinggi
25	Siti Aniroh	117	Sangat Tinggi	137	Sangat Tinggi
26	Siti Hanik Umil M	119	Sangat Tinggi	139	Sangat Tinggi
27	Siti Zubaidah	114	Tinggi	120	Sangat Tinggi
28	Sofiana Novitasari	118	Sangat Tinggi	128	Sangat Tinggi
29	Syahrudin M Arizatul Hakiki	130	Sangat Tinggi	135	Sangat Tinggi
30	Tika Normila	111	Tinggi	115	Tinggi
31	Tri Utami	115	Tinggi	115	Tinggi
32	Ulfah Nur Chasanah	122	Sangat Tinggi	124	Sangat Tinggi
33	Vidiana Nur Patika	101	Tinggi	103	Tinggi
34	Winda Astuti	116	Tinggi	138	Sangat Tinggi

Perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada grafik berikut:

Gambar 3

Grafik Perbandingan Tingkat *Self Esteem Pra Treatment* dan *Pasca Treatment*



D. Uji Hipotesis

1. Uji Persyaratan

Uji persyaratan yang dilakukan adalah dengan uji normalitas data untuk mengetahui apakah populasi berdistribusi normal atau tidak. Hasil uji normalitas menggunakan *software SPSS for windows versi 16* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 15
Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pre-test	Post-test
N		34	34
Normal Parameters ^a	Mean	1.1682E2	1.2474E2
	Std. Deviation	6.03259	9.94320
Most Extreme Differences	Absolute	.201	.118
	Positive	.201	.118
	Negative	-.175	-.097
Kolmogorov-Smirnov Z		1.174	.686
Asymp. Sig. (2-tailed)		.127	.734

a. Test distribution is Normal.

Dari uji normalitas data di atas dapat dilihat bahwa data memiliki nilai p (sig) $> 0,05$ yaitu *pretest* $0,127 > 0,05$ dan *post-test* $0,734 > 0,05$ maka data berdistribusi normal. Karena hasil tes distribusi normal sebagai uji persyaratan, maka pengujian hipotesis dapat dilanjutkan.

2. Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil analisis uji t untuk melihat pengaruh perlakuan terhadap *self esteem* pada kelompok kuasi eksperimen dengan hipotesis yang diajukan "Terdapat pengaruh peningkatan pemahaman nilai-nilai *qanaah* melalui diskusi kelompok terhadap peningkatan *self esteem* anak asuh"

Hasil penghitungan menggunakan program *SPSS for Windows versi 16* diperoleh data sebagai berikut :

Tabel 16

Hasil Uji t

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Pretest Posttest t	-7.91176	6.90352	1.18394	-10.32052	-5.50301	-6.683	33	.000

Dari hasil uji t dapat dilihat bahwa t hitung sebesar $-6,68$ dan taraf signifikansi sebesar $0,00$. Berdasarkan hasil *t-test* di atas dapat dikatakan bahwa :

- a. t hitung $> t$ tabel yaitu $-6,68 > 1,69$
- b. p (sig) $< 0,05 = 0,00 < 0,05$

Dengan demikian maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Sehingga dapat dikatakan bahwa peningkatan pemahaman nilai-

nilai *qanaah* melalui diskusi kelompok mampu meningkatkan *self esteem* anak asuh di Panti Asuhan Nurul Haq.

E. Qona'ah dan Self Esteem

Self esteem pada anak asuh di Panti Asuhan Nurul Haq sebelum diadakan perlakuan berupa peningkatan pemahaman nilai-nilai *qanaah* sesungguhnya sudah berada dalam tingkat/kategori tinggi. Mereka sudah memiliki konsep penilaian diri secara positif terhadap keadaan diri mereka, meskipun mereka terlahir dalam keadaan yatim baik yatim sejak mereka lahir maupun yatim ketika mereka masih dalam usia kanak-kanak. Begitu juga dengan anak asuh yang berstatus piatu, ketiadaan sosok seorang ibu dalam kehidupan mereka tidak menjadikan mereka merasa berbeda dengan anak-anak lain yang memiliki ibu. Tidak berbeda jauh dengan kondisi anak yatim piatu, mereka memiliki penilaian diri yang positif terhadap diri mereka sendiri.

Permasalahan ekonomi yang menjadi problem utama bagi anak asuh, sepertinya tidak terlalu berdampak negatif bagi *self esteem* (harga diri) mereka. Anak asuh tetap dapat menerima keadaan dirinya sebagai anak panti yang secara umum “berbeda” dengan anak-anak sebaya yang tidak berada di panti asuhan. *Image* negatif pada anak panti sering mereka dapatkan,²⁰ akan tetapi mereka menyadari keadaan dirinya yang memang harus tinggal di panti demi kebaikan diri dan masa depan mereka nantinya.

Panti Asuhan Nurul Haq memberikan pendidikan pada tiga aspek yaitu kognitif, afektif dan psikomotorik.²¹ Pada aspek kognitif yaitu pendidikan pada jalur pendidikan formal seperti SD, SMP dan SMA. Oleh karena itu anak asuh tetap mendapatkan pendidikan formal layaknya anak-anak yang lain sampai dengan jenjang pendidikan 12 tahun. Pendidikan formal diberikan sebagai bekal utama bagi kebutuhan anak asuh secara gratis. Aspek afektif yaitu pendidikan di pondok pesantren dan berkarya. Pendidikan di pondok diberikan setelah anak

²⁰ Hasil wawancara dengan Siti Aniroh, pada tanggal 19 Juni 2013

²¹ Hasil wawancara dengan Suyanta, Ketua Yayasan Pondok Pesantren Modern Yatim dan Dhuafa Madania, pada tanggal 17 Juni 2013.

asuh melakukan aktivitas rutinnya di sekolah. Kegiatan ini biasanya dilakukan pada sore dan malam hari berupa mengaji, berolah raga, maupun pelatihan-pelatihan. Pada aspek psikomotorik, anak asuh dibekali dengan ketrampilan berwirausaha dengan mengelola bakpia dan pothil serta usaha air minum kesehatan madania.

Berbagai upaya yang dilakukan oleh Panti Asuhan ternyata memberikan efek positif terhadap *self esteem* mereka. Anak asuh tetap memiliki *self esteem* yang tinggi meskipun mereka terlahir dalam keadaan yatim, piatu, yatim piatu maupun dhuafa. Ketua panti asuhan senantiasa memberikan pengertian bahwa mereka adalah anak-anak yang kuat dan hebat sekalipun berada di panti asuhan, bahkan menurut Bapak Suyanta, justru kelemahan dan kekurangan yang dimiliki oleh anak asuh hendaknya menjadi kekuatan tersendiri untuk maju dan berkembang.

Dengan dasar pendidikan yang dimiliki oleh anak asuh sebagaimana penulis uraikan di atas, maka dapat dimakhlumi apabila anak asuh memiliki tingkat *self esteem* yang tinggi sebagaimana dibuktikan dengan hasil *pre-test* yaitu 65 % anak asuh memiliki tingkat *self esteem* yang tinggi, bahkan 35 % sisanya berada ditingkat sangat tinggi. Meskipun anak asuh sudah memiliki *self esteem* yang tinggi, *treatment* tetap diberikan yaitu peningkatan pemahaman nilai-nilai *qanaah* melalui diskusi kelompok. Hasil *post test* menunjukkan anak asuh yang memiliki *self esteem* tinggi sebesar 24 % dan sangat tinggi sebesar 76 %. Dengan demikian berarti terjadi peningkatan prosentase tingkat *self esteem* dari kategori tinggi menjadi sangat tinggi sebesar 41 %.

Perlakuan berupa peningkatan pemahaman nilai-nilai *qanaah* melalui diskusi kelompok hanya diberikan sekali, akan tetapi dapat efektif karena pengetahuan tentang *qanaah* sudah dimiliki anak asuh baik dari hasil belajar di sekolah maupun hasil membaca dari buku dan berbagai literatur yang lain. Hal ini dapat dilihat pada kutipan diskusi kelompok berikut:

Pembimbing : “menurut kalian *qanaah* itu apa?”

Arta : “Nrimo mbak”

- Agus : “Qanaah ki menerima pemberian Allah”
 Rio : “Menerima apa adanya”
 Ali : “Ya pokok’e menerima mbak...”²²

Dari penggalan diskusi kelompok di atas, dapat diketahui bahwa anak asuh sudah memiliki pemahaman dasar tentang *qanaah*. Akan tetapi peningkatan pemahaman nilai-nilai yang terkandung dalam *qanaah* dengan diskusi kelompok merupakan sesuatu yang baru bagi anak asuh. Dalam diskusi kelompok mereka dapat dengan leluasa menyampaikan ide, gagasan, aspirasi, tanggapan, masukan maupun kritikan terhadap apa yang menjadi topik permasalahan. Ketrampilan menyampaikan ide maupun gagasan ini juga dapat diperoleh dengan diskusi kelompok. Anak asuh yang awalnya sulit berbicara di muka umum, menjadi mudah dan berani mengutarakan pendapatnya. Diskusi kelompok juga menjadi media bagi anak asuh untuk menghilangkan rasa malu dan takut untuk bertanya maupun berpendapat.²³ Seluruh anak asuh berani berbicara di muka umum ketika menyampaikan perkenalan. Keberanian berbicara dalam suatu diskusi kelompok merupakan salah satu karakteristik seseorang yang memiliki *self esteem* yang tinggi. Selain itu, keberanian mengemukakan pendapat juga menjadi indikasi anak asuh memiliki kepercayaan diri yang tinggi, dimana kepercayaan diri merupakan salah satu aspek *self esteem*.

Sebelum dilakukan analisis, data yang diperoleh berdasarkan hasil penelitian diuji normalitasnya. Hasil uji normalitas diperoleh bahwa data terdistribusi dengan normal, sehingga dapat dilakukan langkah selanjutnya yaitu uji hipotesis dengan menggunakan uji t (*paired samples t-test*). Uji t untuk sampel berpasangan (*paired samples t-test*) digunakan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan pada peningkatan pemahaman nilai-nilai *qanaah* melalui diskusi kelompok terhadap peningkatan *self esteem* anak asuh di Panti Asuhan Nurul Haq dari hasil perbandingan *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan hasil analisis diperoleh t hitung sebesar -6,68 dan signifikansi

²² Laporan verbatim diskusi kelompok I dan II.

²³ Hasil wawancara dengan Siti Aniroh pada tanggal 19 Juni 2013.

0,000. Hasil ini menunjukkan bahwa peningkatan pemahaman nilai-nilai *qanaah* melalui diskusi kelompok berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan *self esteem* anak asuh.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan adanya peningkatan *self esteem* anak asuh, akan tetapi peningkatan *self esteem* ini bukan berarti dipengaruhi sepenuhnya oleh adanya *treatment* tersebut. Peningkatan *self esteem* ini dapat pula dikarenakan oleh pengisian angket *self esteem* yang dilakukan oleh anak asuh. Anak asuh dalam penelitian ini mendapatkan angket *self esteem* sebanyak tiga kali, sehingga hal ini memungkinkan adanya kecenderungan anak asuh untuk memilih jawaban yang baik karena sudah *familiar* dengan pernyataan yang tercantum dalam angket.

F. Penutup

Hasil uji t menyatakan t hitung sebesar -6,68 dengan signifikansi 0,000. Hal ini menyatakan bahwa t hitung > t tabel yaitu -6,68 > 1,69 dengan $p < 0,05$ yaitu $0,00 < 0,05$, sehingga kriteria uji hipotesis terpenuhi. Dengan hipotesis alternatif yang berbunyi terdapat pengaruh peningkatan pemahaman nilai-nilai *qanaah* melalui diskusi kelompok terhadap peningkatan *self esteem* pada anak asuh diterima. Dengan diterimanya hipotesis alternatif maka dapat dikatakan bahwa peningkatan pemahaman nilai-nilai *qanaah* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan *self esteem* pada anak asuh di Panti Asuhan Nurul Haq.

G. Referensi

Al Ghazali, *Mutiara Ihya Ulumuddin*, Bandung: Mizan, 1996.

_____, *Metode Penakhlukan Jiwa :Perspektif Sufistik*, Bandung: Mizan, 2002

Ali, M, dan Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, Bandung: Rineka Cipta, 2006.

Alsa, Asmadi, *Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif serta Kombinasinya dalam Penelitian Psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.

- Alwisol, *Teori Kepribadian*, Malang: UMM Press, 2004.
- Arifin, Bey dan Abdullah Said, *Rahasia Ketahanan Mental dan Bina Mental dalam Islam*, Surabaya: Al Ikhlas, 1981.
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 1993.
- Assegaf, Abdul Rahman, *Desain Riset Sosial Keagamaan : Pendekatan Integratif-Interkonektif*, Yogyakarta: Gama Media dan Center of Developing Islamic Education, 2007.
- Atsari, Syaikh Abdulloh bin Abdul Hamid Al, *Zuhud Dunia Cinta Akhirat, Sikap Hidup Para Nabi dan Orang-Orang Sholih*, Pustaka al Qawam,t.t.
- Azwar, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2005.
- Badudu, JS, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, 1994.
- Clemes dan Bean, *Bagaimana Kita Meningkatkan Harga Diri Anak*, Jakarta: Binarupa Aksara, 1995.
- Coopersmith, *The Antecedent of Self Esteem*, cetakan kedua, Pala Alto: Consulting Psychologist, 1981.
- , *Coopersmith Self Esteem Inventory*, San Fransisco: W.H. Freeman Company, 1981.
- Darajat, Zakiah, dkk, *Dasar-Dasar Agama Islam*, Jakarta: Bulang Bintang, 1989.
- Dariyo, *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*, Bandung : PT. Refika Aditama, 2007.
- Departemen Agama, *Al Qur'an dan Terjemahannya*, Jakarta: Bumi Aksara, 1997.
- Devellis, R.F, *Scale Development Theory and Applications*, Newburry Park California : Sage Publications Inc, 1991.
- Dipodjoyo, Asdi S,*Komunikasi Lisan*, Yogyakarta : Kanisius, 1984.
- Djago, Tarigan, *Kependidikan Ketrampilan Berbahasa*, Jakarta: Universitas Terbuka, 1997.
- Geldard, Kathryn, *Konseling Remaja*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Ghozali, Imam Al, *Raudhah (Taman Jiwa Kaum Sufi)*, Surabaya: Risalah Gusti, 1997.

- Guindon, M.H, *Self Esteem Across The Lifespan*, (New York: Routledge Taylor & Francis Group, 2010).
- Hadi, Sutrisno, *Metodologi Research 1*, Yogyakarta: Andi Offset, 1991.
- Hamka, *Tasawuf Modern*, Jakarta: Pustaka Panjimas, 2000.
- Hawwa, Sa'id, *Mensucikan Jiwa*, Jakarta: Robbani Press, 2003.
- Hilali, Abdul Majid al, *Rahasia Datangnya Pertolongan Allah*, Yogyakarta: Bintang Pelajar, 1998.
- Irawati, Asep, Anak yatim Pandangan Quraish Shihab dalam Tafsir Al Misbah, *Skripsi Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*, tahun 2009.
- Jalaludin dan Abdullah, *Filsafat Pendidikan Manusia*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2007.
- Kaswadi, *Pendidikan Memasuki Tahun 2000*, Jakarta: PT Grasindo, 1993.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, *Materi Bimbingan Teknis Guru bimbingan dan Konseling atau Konselor di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK)*, Jakarta, 2012.
- Kuntowijoyo, *Kesadaran dan Perilaku, dalam Selomardjan (ed), Menuju Tata Indonesia Baru*, Jakarta: Gramedia Pustaka utama, 2000.
- Larasati, Wikan Putri, "Meningkatkan *Self Esteem* Melalui *Self Instruction*", *Tesis*, Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, 2012.
- Lukman, Muhammad, *Kemandirian Anak Asuh di Panti Asuhan Yatim Islam Ditinjau dari Konsep Diri dan Kompetensi Interpersonal*, *Jurnal Psikologika, Nomor 10 Tahun V 2000*.
- Mansur, *Pendidikan Anak Usia Dini dalam Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009.
- Muhyan, Muhammad Nur, "*Client Satisfaction, Family Support and Its Influence on the Client's Self Esteem (A Study on Child Welfare Services in Diponegoro Orphanage)*", *Tesis*, Konsentrasi Interdisciplinary Islamic Studies in Social Work State Islamic University Sunan Kalijaga Yogyakarta, Tahun 2007.
- Musthofa, *Studi perbandingan Efektivitas Dakwah Bentuk Ceramah dan Dengan Bentuk Diskusi Kelompok*, Pusat Penelitian UIN Sunan Kalijaga, Tahun 2010.
- Nasaibury, Al Qusyaini an-, *Risalatul Khusyairiyah : Induk Ilmu Tasawuf*, terj. Muhammad Luqmanul Hakim, Surabaya: Risalah Gusti, 1997.
- Nashori, Fuad, *Potensi-Potensi Manusia*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.

- Pangarsa, Humaidi Tata, *Akhlaq Yang Mulia*, Surabaya: PT Bina Ilmu, t.t.
- Prayitno dan Erman Anti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Bandung: Rineka Cipta, 1999.
- Pusat Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka.
- Quswain, Chatib, *Mengenal Allah*, Bandung: Mizan, 1996.
- Rahmawati, Besty Ofana, *Aspek-Aspek Qanaah dalam Kesehatan Mental*, *Skripsi*, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2009.
- Rojak, Jeje Abdul, *Politik Kenegaraan Pemikiran-Pemikiran Al Ghozali dan Ibnu Taimiyah*, Surabaya: Bina Ilmu, 1999.
- Salam, Lubis, *Menuju Keluarga Sakinah*, Surabaya: Terbit Terang, 1994.
- Sanda P, Timorora, dkk, *Hubungan antara Self Esteem dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Tahun Pertama SMA Krista Mitra Semarang*, *Jurnal Psikologi* Volume 1 Nomor 1, Tahun 2012.
- Sarwono, *Psikologi Remaja*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2000.
- Shadish, William, Thomas Cook dan Donald Campbell, *Experimental and Quasi Experimental Designs For Generalized Causal Inference*, Boston New York: Houghton Mifflin Company, 2002.
- Sjarkawi, *Pembentukan Kepribadian Anak (Peran Moral, Intelektual, Emosional dan Sosial sebagai Wujud integritas Membangun Jati Diri)*, Jakarta: PT Bumi Aksara, 2006.
- Sriyono, *Teknik Belajar Mengajar dalam CBSA*, Jakarta: Rineka Cipta, 1992.
- Sucipto, *Teknik dalam Kegiatan Bimbingan Kelompok (BKp) dan Konseling Kelompok (KKp)*, *Mawas*, Desember 2010.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2010.
- , *Statistika Untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta, 2006.
- Sujarweni Wiratna, dan Poly Endrayanto, *Statistika Untuk Penelitian*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2012.
- Sundari, Siti, *Kesehatan Mental*, Jakarta: Rineka Cipta, 2005.
- Suryobroto, *Metode Pengajaran di Sekolah*, Yogyakarta: Amarta, 1986.

Syah, Muhibin, *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*, Bandung: Rosda Karya, 2000.

Ulwah, Abdullah Nasih, *Pendidikan Anak Menurut Islam Kaidah-Kaidah Dasar*, terj. Jamaluddin Miri, Bandung: Remaja Rosdakarya, 1992.

Wahab, Rahmat, *Mengenal Anak Berkelainan*, Yogyakarta: IKIP Yogyakarta, 1993.

Walgito, Bimo, *Bimbingan + Konseling (Studi dan Karier)*, Yogyakarta: Andi Offset, 2010.

—————, *Pengantar Psikologi Umum*, Yogyakarta : Andi Offset, 2002.

Widoyoko, Eko Putro, *Penyusunan Instrumen Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.

Ya'qub, Hamzah, *Tingkat Ketenangan dan Kebahagiaan Mu'min (Tasawuf dan Taqarrub)*, Jakarta: CV Atisa, 1992.

Zuharini.dkk, *Metode Khusus Pendidikan Agama*, Surabaya: Usaha Nasional, 1983.

Ani Aufa, adalah alumni terbaik Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, yang telah berhasil menyelesaikan pendidikan pasca sarjananya di bidang bimbingan dan Konselng Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Saat ini penulis ini sudah menjadi Dosen Prodi BKI Fakultas Ushuludin dan Dakwah IAIN Pekalongan