

## BAB IV

### ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN

#### A. Profil Anak Adopsi dan Kesejahteraan Psikologisnya

Analisis profil subyek penelitian ini terdiri dari dua hal, yakni profil subyek penelitian itu sendiri dan kesejahteraan psikologis subyek penelitian. Profil subyek penelitian menjelaskan riwayat singkat anak adopsi, sedangkan kesejahteraan psikologis anak adopsi menjelaskan gambaran umum kesejahteraan psikologis anak adopsi.

##### 1. Profil Subyek Penelitian Anak Adopsi

Subyek penelitian ini terdiri dari empat anak adopsi, yakni tiga anak diadopsi keluarga S1 di Lampung (Az, Rd, dan Rw) serta satu anak (Pi) diadopsi keluarga Mj di Yogyakarta. Dipilihnya empat anak adopsi sebagai subyek penelitian ini dengan dua alasan. Tabel berikut ini adalah keterangan lebih rinci mengenai profil keempat subyek penelitian ini.

Tabel 1. Profil subyek penelitian (anak adopsi)

Keterangan/ Nama Anak Adopsi	Keluarga S1 di Lampung			Kel Mj di Yogyakarta
	Az	Rd	Rw	Pi
<b>Usia diadopsi</b>	6 bulan	1 tahun	3 tahun	0 tahun
<b>Usia Sekarang (2017)</b>	27 tahun	16 tahun	16 tahun	18 tahun
<b>Jenis kelamin</b>	L	L	L	P
<b>Tempat lahir</b>	Blitar	Lampung	Lampung	Yogyakarta
<b>Pendidikan terakhir</b>	S1	SMK	SMK	SMK
<b>Motif adopsi</b>	Pancingan	Pancingan	Pancingan	Keselamatan
<b>Orangtua kandung</b>	Ada	Ada	Ada	Tidak ada

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa profil subyek penelitian ini terdiri dari empat anak adopsi, yakni 3 (Az, Rd dan Rw) diadopsi oleh keluarga S1 di Lampung dan satu lagi, yakni Pi diadopsi keluarga Mj di

Yogyakarta. Selanjutnya, berikut ini dijelaskan secara singkat profil keempat anak yang menjadi subyek penelitian ini.

*Pertama*, Az, laki-laki, lahir di Blitar 1990. Ia diadopsi ketika masih berumur 6 (enam) bulan dari keluarga yang sudah cerai. Melalui informasi yang diberikan dari teman sejawat, Az kemudian diadopsi, dididik dan dibesarkan di Lampung. SD, SMP, dan SMA di Lampung dan dikuliahkan di Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) Yogyakarta. Selama proses pendidikan Az tidak pernah tinggal kelas, bahkan dapat dikatakan prestasi belajarnya baik. Bahkan, ketika kuliah di Yogyakarta, ia termasuk kreatif karena pada semester akhir ia mulai mandiri, mencari biaya kuliah sendiri, tidak lagi tergantung pada kedua orangtuanya. Selesai kuliah Az pulang ke Lampung dan mengabdikan sebagai guru di Madrasah Aliyah Lampung. Disela-sela mengajar, ia membuka bengkel elektronik dan dipromosikan secara online.

*Kedua*, Rd dan Rw, laki-laki kembar, dua bersaudara dari keluarga disharmonis di Lampung. Meskipun masih satu Wilayah, namun jarak diantara keduanya relatif jauh, sekitar 100 Km atau jarak tempuh 3 jam. Rd diadopsi sejak usia 1 tahun, sedangkan Rw baru diadopsi dua tahun kemudian (usia 3 tahun). Pada awalnya, karena faktor ekonomi, orangtua kandung hanya mengizinkan satu anak yang boleh diadopsi SI. Tetapi dalam perkembangannya, karena SI sering mengantarkan Rd pulang, maka Rw ingin ikut bersama Rd. lambat laun, Rw diadopsi SI sekaligus.

*Ketiga, Pi.* Ia merupakan putri pasangan muda-mudi luar daerah yang sedang belajar di Yogyakarta. Ia diadopsi keluarga Mj sejak lahir (0 tahun) dan kini telah berusia 18 tahun dengan pendidikan terakhir SMK. Sebagaimana anak-anak kandung Mj lainnya, Pi disekolahkan mulai dari SD, SLTP hingga SMK lulus tahun 2017. Saat ini Pi bekerja di toko Busana. Ia mengaku sangat senang karena bekerja di toko tersebut dan tentunya sangat menikmati pekerjaannya tersebut. Meskipun Pi telah bekerja dan mendapatkan penghasilan sendiri, Mj masih sering memberikan uang saku kepadanya.

Berdasarkan diskripsi keempat subyek penelitian anak adopsi di atas dapat disimpulkan bahwa subyek penelitian keempat anak adopsi ini memiliki kondisi yang berbeda-beda. Ketiga anak adopsi pada keluarga Sl masih dapat menghubungi (silaturahmi) dengan orangtua kandung mereka, sedangkan anak adopsi pada keluarga Mj tidak dapat lagi menghubungi orangtua kandungnya. Dari sisi pendidikan, Az adalah yang paling tinggi karena sampai pada jenjang Sarjana. Sedangkan Rd dan Rw serta PI kemungkinan besar hanya berhenti sampai SMK karena cita-cita sekolah mereka berhenti di situ.

Motif kedua keluarga dalam mengadopsi anak sangat berbeda. Keluarga Sl mengadopsi anak dengan motif sebagai “pancingan” agar memiliki anak, karena sudah menikah 5 tahun tidak memiliki anak. Sedangkan keluarga Mj mengadopsi anak dengan motif semata-mata

menyelamatkan nyawa Pi. Berikut ini adalah kutipan wawancara motif pengangkatan anak, baik keluarga Sl dan Mj.

“Saya ini sudah lama menikah, tapi belum punya anak. Namanya keluarga kalau tidak ada anak, rasanya kurang lengkap. Di samping ikhtiar dan berdoa, saya berniat untuk mengadopsi anak. Saya bertanya ke beberapa kawan, siapa yang anaknya bisa diadopsi. Suatu ketika datanglah tetangga yang membawa berita bahwa ‘di sana’ ada keluarga yang memiliki anak kurang kasih sayang. Saya datang kepada keluarga itu untuk meminta anaknya saya asuh dan besarkan. Orangtuanya boleh datang setiap saat untuk menjenguk anaknya atau saya sendiri sesekali pasti akan mengajak anak ini *silaturahmi* kepada orangtuanya. Di hari yang lain datang lagi teman yang menawarkan anaknya untuk diasuh, dan langsung saya terima. Begitulah, selama ini kami mengadopsi anak.

Kutipan wawancara dengan Sl pada tanggal 27 Mei 2016

Kutipan wawancara keluarga Mj, tentang motif pengangkatan anak:

“Suatu hari datang kepada saya seorang perempuan yang baru saja melahirkan. Ia menangis kebingungan ingin memberikan anak yang baru saja dilahirkan. Saya merasa kasihan dengan perempuan dan bayi itu; dari pada diterlantarkan, anaknya terlantar atau bahkan meninggal dan ibunya masuk penjara, lebih baik bayi ini saya adopsi. Kamu boleh datang ke rumah saya setiap saat menjenguk anakmu, dan jika kamu tidak punya uang tidak harus memberi nafkah. Perempuan itu menyetujui tawaran bapak Mj, kemudian Bapak Mj membawanya pulang serta menuliskan anak tersebut ke dalam Kartu keluarga (KK) sebagaimana anaknya sendiri. Waktu berjaan terus, ibunya sesekali menjenguk anaknya ketika masih kecil, namun semakin lama hanya mengirim uang, dan kini sudah tidak tahu lagi kabarnya.”

Berdasarkan kutipan kedua wawancara di atas, dapat diketahui bahwa keduanya memiliki cerita yang berbeda. Keluarga Sl mengadopsi anak karena belum memiliki anak sedangkan keluarga Mj mengadopsi anak karena untuk menyelamatkan anak dari keterlantaran orangtua kandungnya. Sebelum mengadopsi anak, Mj telah memiliki dua anak kandung, yakni Fitri yang pada tahun 2017 telah berusia 39 dan Dedi berusia 37 dan keduanya sudah berkeluarga.

Secara yuridis, proses adopsi keluarga SL tidak melalui proses hukum yang semestinya, melainkan “*ikhlas sama ikhlas*” dengan orangtua anak yang diadopsi. Sedangkan keluarga Mj juga tidak sesuai dengan ketentuan yang berlaku karena memasukkan Pi sebagai anak kandungnya sendiri. Dengan demikian, pada dasarnya keduanya tidak sesuai ketentuan, hanya bentuknya yang berbeda.

Status sosial dan ekonomi kedua keluarga SI dan Mj juga berbeda. Keluarga SI merupakan Pegawai Negeri Sipil (PNS), struktural di Kementerian Agama Wilayah Lampung. Secara ekonomi, keluarga SI dapat dikatakan cukup atau bahkan menengah ke atas. Sedangkan keluarga Mj merupakan pekerja kasar yang hidup di perkampungan sederhana di Yogyakarta. Secara ekonomi, keluarga Mj termasuk keluarga sederhana.

Dari sisi keagamaan, kedua keluarga anak adopsi merupakan seorang Muslim yang taat. Keluarga SI jelas sangat religius, bukan saja karena PNS di Kemenag, melainkan kehidupan rumah tangga yang Islami. Sedangkan keluarga Mj juga demikian. Hal ini diindikasikan dengan rumahnya yang dekat masjid dan Mj sering menjadi muadzin di masjid tersebut. Dengan demikian, dalam hal kehidupan beragama, keduanya sangat Islami.

## 2. Kesejahteraan Psikologis Anak Adopsi

Setelah dikemukakan profil keempat anak adopsi yang menjadi subyek penelitian, berikut ini dikemukakan gambaran umum kesejahteraan psikologis keempat anak adopsi tersebut. Sebagaimana disebutkan di atas, bahwa kesejahteraan psikologis ini mengacu pada enam kriteria

sebagaimana dikemukakan Ryff,<sup>1</sup> yakni penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi.

a. Penerimaan diri anak adopsi

Anak adopsi pada keluarga Sl di Lampung berbeda dengan anak adopsi pada keluarga Mj di Yogyakarta. Tiga anak yang diadopsi keluarga Sl di Lampung sejak awal telah terbuka, sedangkan anak adopsi pada keluarga Mj di Yogyakarta sejak awal tertutup. Tiga anak adopsi pada keluarga Sl di Lampung telah mengetahui bahwa orangtua yang bersamanya adalah orangtua angkat dan mereka adalah anak adopsi. Sedangkan anak adopsi pada keluarga Mj belum tahu, atau tidak tahu atau, pura-pura tidak tahu bahwa keluarga Mj bukanlah keluarga kandung.

Keluarga Sl membuka sejak awal status mereka dengan cara mengajak anak adopsi silaturahmi ke orangtua kandung pada setiap hari raya *‘Idul Fitri*. Meskipun perkembangan kognitif anak ketika itu belum tahu bahwa orang yang menjadi tujuan silaturahmi adalah orangtua kandungnya, tetapi interaksi mereka dapat mengurangi “keterkejutan” di usia dewasa kelak.

Az, salah satu anak adopsi dari Blitar Jawa Timur mengaku bahwa meskipun sudah mengetahui orangtua kandungnya, namun ia lebih memilih tinggal bersama dengan orangtua angkatnya. Bahkan, ketika keluarga Sl memberi kebebasan kepada Az untuk memilih, tetap bersama

---

<sup>1</sup>Dierendonck and D1.

dirinya atau pulang kembali ke orangtuanya, Az memilih tinggal bersama orangtua angkatnya di Lampung. Sampai saat ini, mereka (keluarga SI dan Az), masih sering silaturahmi ke orangtua kandung Az.

Intensitas seringnya silaturahmi anak adopsi kepada orangtua kandung, pelan-pelan namun pasti dapat membuka kesadaran dan penerimaan diri atas statusnya sebagai anak adopsi. Dengan demikian, sejak awal anak-anak adopsi pada keluarga SI sudah mengetahui dan menerima bahwa dirinya merupakan anak adopsi.

Keluarga SI mengatakan, hampir setiap tahun ia pulang ke Blitar, Jawa Timur untuk sekadar menengok keluarga anak yang diadopsinya, sekaligus mempertemukan mereka dengan anak kandungnya. Jadi, meskipun secara biologis Az terpisah dengan orangtuanya, namun secara psikologis hubungan silaturahmi diantara mereka terus berlangsung. Meskipun pada awalnya Az belum tahu bahwa orangtua di Blitar yang dikunjungi adalah orangtua kandungnya, namun seiring bertambahnya usia dan pemahaman, Az tahu bahwa ia adalah orangtua kandungnya. Meskipun demikian, hingga saat ini Az tetap tinggal bersama dengan orangtua angkat di Lampung. Az mengatakan:

“Saya sudah nyaman dengan keluarga ini, jadi pilih di sini (keluarga angkat) sajalah. Apalagi sekarang sudah mendapat pekerjaan di sini. Kalau kangen dengan orangtua ya, maen ke sana atau biar orangtua ke sini.”

*Kutipan wawancara dengan Az pada: Jum'at, 27 May 2016 pukul 16.30 WIB di Rumah Pak SI*

Berdasarkan kutipan data wawancara dengan Az di atas, dapat dipahami bahwa ia telah menerima dirinya sebagai anak adopsi dan

menentukan pilihan hidupnya secara otonom untuk tetap hidup bersama dengan orangtua angkat. Kondisi Az yang telah mendapat pekerjaan di Lampung serta rasa nyaman hidup bersama orangtua angkat semakin memupuk rasa nyaman tersebut.

Demikian pula dengan kedua anak kembar yang diadopsi Sl, yakni Rd dan Rw. Mereka juga sering diajak silaturahmi kepada orangtua kandungnya sebagaimana yang dilakukan kepada Az. Biasanya memang kegiatan rutin satu tahun sekali ini dilakukan secara bersamaan atau sekali waktu jalan, yakni moment liburan hari raya.

Mengingat kedua anak kembar ini diadopsi dari wilayah yang masih relatif dekat dan satu wilayah, yakni Lampung, maka tidak jarang ketika mereka sering menengok orangtua kandungnya sendiri tanpa didampingi Pak Sl. Setelah merasa puas bertemu dengan orangtua kandungnya, mereka pulang lagi kepada keluarga pak Sl, orangtua angkatnya. Pak Sl juga memberi kebebasan kepada Rd dan Rw sebagaimana kebebasan yang diberikan kepada Az, bahwa setelah dewasa ini mereka boleh memilih terus ikut bersama dirinya atau pulang kepada orangtua kandungnya. Lagi-lagi, Rd dan Rw lebih memilih tinggal bersama orangtua angkatnya sebagaimana yang dilakukan Az. Berikut ini kutipan wawancara dengan Rw:

“Saya ingin bermain bersama dengan kakak seperti dulu. Karena kakak ikut oranglain, saya pun mengikutinya.”... “Sekarang saya sekolah di SMK Pelayaran, karena ingin bekerja di kapal pesiar; katanya gajinya besar.

Rw dan Rd dididik dan dibesarkan di Lampung, mulai dari SD, SMP dan SMK. Saat ini mereka berdua masuk di SMK Pelayaran Lampung dan belum lulus. Di samping biaya pendidikan, keduanya diberi fasilitas satu sepeda motor untuk memperlancar transportasi sekolah.

Adapun anak adopsi pada keluarga Mj menunjukkan fakta yang sebaliknya, karena Mj tidak mungkin melakukan hal yang sama dengan Sl. Hal ini disebabkan karena orangtua kandung Pi tidak diketahui keberadaannya. bahkan keluarga Mj, berniat tidak akan memberi tahu bahwa status Pi yang sesungguhnya adalah anak adopsi.

Bagi keluarga Mj, niat tersebut semata-mata karena ketulusannya yang akan menganggap dan memperlakukan Pi seperti anak kandungnya sendiri. Dengan demikian, keluarga Mj sengaja menutupinya. Jika Pi tahu bahwa dirinya anak adopsi, tentulah informasi itu bukan datang dari dirinya, melainkan teman sejawat atau tetangga terdekat. Niat Mj ini pada dasarnya sama dengan niat Sl, tetapi karena kondisinya berbeda maka langkahnya juga berbeda, antara membuka informasi status adopsi dan menutupinya rapat-rapat.

Dengan demikian, jika ditanya, “Apakah anak yang diadopsi keluarga Mj dapat menerima dirinya sebagai anak adopsi sebagaimana anak adopsi pada keluarga Sl? Sulit dijawab! Hal ini disebabkan karena pertanyaan tersebut tidak boleh diutarakan secara langsung kepada Pi.

Keluarga Mj merasa khawatir jika pertanyaan tersebut akan mengganggu psikologisnya. Keluarga Mj mempunyai alasan kuat, yakni

kekhawatiran jika ia (Pi) tahu statusnya sebagai anak adopsi, kemudian mengalami gangguan emosi, merasa sakit hati karena dibuang oleh orangtua kandung, kecewa mengapa orangtua yang mengadopsi adalah miskin, dan lain sebagainya. Risiko yang paling berbahaya menurutnya adalah, anak adopsi tersebut gelisah sepanjang hidupnya kemudian melarikan diri (kabur) mencari orangtua kandungnya dan akhirnya menjadi anak terlantar.

Kekhawatiran keluarga Mj diatas bukan tanpa alasan, karena ia banyak melihat fenomena kaburnya anak adopsi setelah diberitahu status yang sebenarnya. Penelitian Kusuma tentang anak adopsi yang mengalami penolakan<sup>2</sup> juga menunjukkan fenomena serupa sebagaimana disebutkan Mj.

Dalam banyak penelitian juga disebutkan bahwa anak adopsi yang terbuka sejak awal (ia mengetahui statusnya sebagai anak adopsi), mengalami gangguan emosi yang diekspresikan dalam berbagai bentuk perilaku menyimpang, seperti sikap membangkang, merokok, hingga kabur-kaburan atau sering meninggalkan rumah tanpa pamit. Atas dasar inilah keluarga Mj menutup rapat-rapat status pengadopsian Pi, bukan bermaksud merahasiakan, tetapi demi melindungi perasaan anak adopsi itu sendiri.

Meskipun keluarga Mj mengaku belum dan tidak akan memberi tahu status adopsi pada Pi, namun menurut pengakuan warga setempat

---

<sup>2</sup>Kusuma.

(tetangga pak Mj), sesungguhnya Pi sudah tahu sejak lama bawa ia adalah anak adopsi, bukan anak kandung. Justru Pi merahasiakan pengetahuan statusnya ini karena menjaga agar perasaan orangtua angkatnya (keluarga Mj) tidak merasa kehilangan.

Sebagaimana disebutkan pada bagian di atas, bahwa peneliti diijinkan mewawancarai keluarga Mj dan anak adopsinya (Pi) dengan satu syarat, yakni tidak boleh menanyakan status adopsi. Oleh karena itu, untuk mencari data, peneliti mewawancara informan lain, yakni warga atau masyarakat sekitar. Bahkan, ketika kami masuk kampung untuk menanyakan di mana rumah keluarga Mj? warga mengklarifikasi dengan pertanyaan, “Pak Mj yang mempunyai anak adopsi itu?” setelah peneliti menjawab, “Iya”, warga tersebut menunjukkan rumah keluarga Mj dengan jelas. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan Pi sebagai anak adopsi bukan lagi menjadi rahasia umum. Justru perasaan Pak Mj lah yang belum siap atas pengetahuan Pi terhadap status dirinya.

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa sesungguhnya Pi telah menerima statusnya sebagai anak adopsi bagi keluarga Mj. Justru Pi dapat menjaga keluarga Mj. Lebih dari itu, Pi dapat menjaga perasaan keluarga angkatnya yang dihantui kekhawatiran bahwa dirinya akan kabur meninggalkannya sebagaimana yang ia tahu selama ini. Pernyataan Pi berikut ini memperkuat hal tersebut:

“Saya bersyukur dibesarkan ayah dan ibu. Meskipun sederhana, tetapi bahagia. Ayahku juga sabar, Ibuku dulu sering menemani belajar. Bisa sekolah dan sekarang Alhamdulillah sudah bekerja. Maunya pengen bisa membahagiakan orangtua, minimal tidak membebaninya lagi.”

Pernyataan Pi yang bersyukur tersebut, menunjukkan bahwa Pi telah menerima dengan ikhlas keadaan dirinya. Dalam pandangan Islam, Pi telah ikhlas menerima “takdirnya” menjadi anak adopsi bagi keluarga Mj di Yogyakarta. Akan tetapi, harus diakui bahwa keluarga Mj dalam proses pengangkatan tidak atau belum sesuai dengan QS. Al-Ahzab ayat 4-5 yang menyatakan bahwa, tidak boleh memutus nasab anak angkat” dan PP No. 54 tahun 2007 Tantang Pelaksanaan Pengangkatan Anak yang menyatakan bahwa orangtua angkat harus memberitahu asal-usul orangtua kandung anak yang diangkatnya.

Berdasarkan deskripsi penerimaan diri pada keempat anak adopsi di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor penentu penerimaan diri pada anak adopsi adalah *keikhlasan* dan keharmonisan orangtua angkat di satu sisi, dan disharmonisya orangtua kandung di sisi yang lain, bahkan Pi yang sudah “tidak” memiliki orangtua kandung lagi. Tentu, ia lebih bersyukur atas kondisi yang sekarang.

Fakta ini membenarkan hasil penelitian Puspitawati yang menyatakan bahwa kesejahteraan dan ketahanan keluarga berpengaruh pada tidak sekadar kenyamanan, melainkan produktifitas keluarga.<sup>3</sup> Sebaliknya, kondisi keluarga anak adopsi yang mengalami disharmonis, sedangkan orangtua yang mengadopsi mereka (keluarga SI) adalah keluarga yang sangat harmonis.

---

<sup>3</sup>Herien Puspitawati and (Sebagian, ‘Kajian Akademik Pengertian Kesejahteraan Dan Ketahanan Keluarga’ (Institut Pertanian Bogor, 2015).

Dengan demikian, terdapat satu persamaan penerimaan diri antara anak adopsi pada keluarga Sl di Lampung dan Mj di Yogyakarta, yakni keharmonisan keluarga dari orangtua angkat lebih *sakinah, mawaddah warahmah* atau sejahtera lahir-batin daripada keluarga kandung. Dalam tinjauan Islam, keluarga atau rumah tangga merupakan surga bagi penghuninya (*baiti jannati*). Keluarga Sl dan Mj telah menjadikan rumah tangganya sebagai surga bagi para anak adopsinya. Mereka telah berusaha memenuhi perintah Allah yang tertera dalam Al-qur'an surat At-Tahrim ayat 6 untuk memelihara diri dan keluarga dari api neraka.

b. Hubungan yang positif dengan orang lain

Hubungan positif anak adopsi dengan orang lain dapat dilihat dari interaksi mereka dengan orang-orang terdekatnya, yakni keluarga. Dalam tinjauan Islam, terutama hadis riwayat Tirmidzi menyebutkan bahwa, "*Bukan golongan kami orang yang tidak menyayangi yang lebih muda atau tidak menghormati yang lebih tua.*" (HR. at-Tirmidzi no. 1842 dari sahabat Anas bin Malik).

Tiga anak adopsi pada keluarga Sl (Az, Rd dan Rw) yang berasal dari keluarga berbeda-beda dapat membentuk hubungan persaudaraan sebagaimana saudara kandung mereka sendiri, dimana anak adopsi yang junior dapat menerima anak adopsi yang senior sebagai kakaknya. Sebagai contoh, Az, yang merupakan anak adopsi tertua, selalu membimbing adik-adiknya belajar setiap malam; dan sebaliknya adik-adik Az, terutama Rd dan Rw, sering membantu kakaknya (Az) yang juga membuka bengkel

elektronik *online*. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan positif diantara mereka menjadi modal sosial<sup>4</sup> untuk dalam penyelesaian masalah.

Demikian pula dengan Pi, anak adopsi pada keluarga Mj. Ia mampu bersikap santun dan hormat serta “hangat” baik kepada orangtua angkat dan kakak-kakaknya. Sebaliknya, kakak-kakak Pi juga telah bersikap kepada Pi seperti saudara kandungnya sendiri, terlebih lagi Mj yang menganggap Pi adalah anak kandungnya sendiri. Meskipun secara redaksional sikap mereka berlebihan, namun hubungan baik diantara mereka tidak dapat diragukan.

Dengan demikian, baik anak adopsi pada keluarga Sl dan Mj sama-sama memiliki hubungan yang positif dengan orang terdekatnya.

Di luar rumah, anak-anak adopsi di keluarga Sl dan Mj turut aktif berpartisipasi dalam kegiatan masyarakat, terutama Karangtaruna. Az, misalnya, sebagai pemuda desa Lampung yang pernah belajar di Yogyakarta, mempunyai peran penting dalam berbagai kegiatan di masyarakat, terutama pernah menjadi ketua panitia dalam kegiatan tertentu.

Demikian pula dengan PI, anak adopsi pada keluarga Mj yang aktif dalam organisasi remaja masjid dan Karangtaruna di kampung setempat. Menurut Pi, dirinya selama ini aktif dalam kegiatan-kegiatan sosial keagamaan, seperti kepanitiaan pengajian kampung, lomba dalam rangka

---

<sup>4</sup>Sjafri Mangkuprawira Fakultas, ‘Strategi Peningkatan Kapasitas Modal Sosial Dan Kualitas Sumberdaya Manusia Pendamping Pembangunan Pertanian’, *Forum Penelitian Agro Ekonomi*, 1.2010 (28AD), 19–34.

perayaan HUT RI, bersih desa dan lain sebagainya. Adapun peran khusus yang sering menjadi tugasnya adalah sekretaris panitia dan sie konsumsi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa anak adopsi pada keluarga Mj dan Sl memiliki hubungan yang positif, baik dengan orangtua angkat dan keluarganya serta masyarakat di lingkungan sekitarnya. Jika hubungan positif dengan orang lain para anak adopsi tersebut diklarifikasi dengan Penelitian Suryani yang menyatakan bahwa semakin besar dukungan sosial seseorang, semakin sejahtera psikologisnya,<sup>5</sup> maka keempat anak adopsi ini memiliki potensi besar untuk sejahtera secara psikologis.

Dalam pandangan Islam, khususnya hadis riwayat At-Thabrani yang menyebutkan bahwa "*Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi orang lain*" maka keempat anak adopsi di atas bukan hanya memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, melainkan telah memiliki kualitas hidup yang lebih baik, yakni kebermanfaatan bagi yang lain.

### c. Otonomi

Otonomi yang dimiliki keempat anak adopsi cukup beragam. Az, misalnya, kurang memiliki otonomi penuh karena dulu ia ingin studi lanjut jurusan seni, namun orangtua angkatnya tidak mengizinkan. Sl hanya akan membiaya studi lanjut Az jika memilih Program Studi atau jurusan non seni. Menurutnya, Prodi seni kurang prospektif untuk karir masa depan.

---

<sup>5</sup>Suryani Hardjo and Eryanti Novita, 'Hubungan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Remaja Korban Sexual Abuse' (Universitas Medan Area, 2014).

Akhirnya, Az mengikuti kehendak orangtua angkatnya untuk tidak mengambil Prodi Seni, melainkan Pendidikan Agama Islam.

Akan tetapi, fenomena pemaksaan pilihan Program Studi (PS), khususnya penolakan pada PS Seni tidak hanya pada Az, melainkan banyak dialami remaja lulusan sekolah menengah pada umumnya.<sup>6</sup> Oleh karena itu, pemaksaan PS yang dialami Az bukan berarti Az tidak memiliki otonomi.

Adapun otonomi pada ketiga anak adopsi yang lain cukup terpenuhi. Hal ini ditunjukkan ketika Rd dan Rw memilih melanjutkan sekolah kejuruan atau SMK Pelayaran, pak Sl menyetujui dan membiayai penuh. Padahal, pada awalnya pak Sl menghendaki mereka masuk SMA agar bisa melanjutkan ke PT seperti Az. Namun pak Sl mengizinkan keduanya melanjutkan ke SMK Pelayaran dan dibiaya penuh.

Demikian pula dengan Pi. Ia bahkan memiliki otonomi yang lebih baik dari Rd dan Rw, karena diberi kebebasan orangtua angkatnya untuk menentukan banyak hal, mulai yang terkecil hingga besar. Sekadar contoh, Ia mandiri dalam menentukan gaya berpakaian muslimah masa kini, mulai dari ukuran hingga merk pakaian. Dalam kegiatan masyarakat, ia tidak segan menolak peran atau tugas tertentu yang dibebankan kepada panitia, misalnya menjadi bendahara kegiatan. Ia merasa tidak nyaman memegang uang dalam jumlah banyak, sehingga menolak menerima tugas tersebut.

---

<sup>6</sup>Muhammad nurul Yaqin, 'Dominasi Orangtua Terhadap Bakat Anak' (Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2012).

Kemandirian otonomi Pi yang paling besar adalah kemampuannya dalam menentukan sekolah, yakni SMK, sebagaimana Rw dan Rd. Padahal, orangtua angkatnya berharap ia masuk SMA agar kelak mudah melanjutkan studi atau kuliah. Tetapi, Pi lebih memilih masuk SMK agar lebih mudah mencari kerja sehingga tidak menjadi beban orangtua lebih lama. Tetapi, meskipun sama-sama SMK, otonom yang dimiliki Rw dan Rd serta Pi, sedikit berbeda. Pi lebih kepada ingin segera meringankan beban orangtua, sedangkan Rw dan Rd ingin kerja di tempat yang menurutnya bergengsi dengan gaji besar, yakni kapal pesiar.

Dengan demikian, keempat anak adopsi memiliki otonomi yang bervariasi, mulai dari Az yang kurang otonom, Rw dan Rd yang cukup otonom dan Pi yang sangat otonom. Dalam pandangan Islam, Az, Rd dan Rw serta Pi telah menjalankan fungsi kepemimpinan atas dirinya sendiri dan akan bertanggung jawab atas keputusannya tersebut. Hal ini sesuai dengan Hadis riwayat Bukhari yang menyatakan bahwa *“Semua kamu adalah pemimpin dan bertanggung jawab atas kepemimpinannya.”*

#### d. Penguasaan lingkungan

Penguasaan lingkungan keempat anak adopsi, baik pada keluarga S1 di Lampung maupun pada keluarga Mj di Yogyakarta dapat dikatakan sama-sama mampu menguasai lingkungan mereka. Hal ini dibuktikan dengan keaktifan mereka dalam kegiatan-kegiatan sosial keagamaan di masyarakat maupun sekolah.

Az pernah menjadi ketua panitia, sedangkan Rd dan Rw sebagai anggota aktif. Di lingkungan sekolah mereka juga aktif dalam berbagai kegiatan, baik intra maupun ekstra kurikuler. Az dulu pernah menjadi pengurus OSIS di Madrasah dan ketika studi lanjut pernah aktif di beberapa Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM). Rd dan Rw yang saat ini sedang duduk di bangku SMK juga melakukan hal yang sama, yakni aktif dalam kegiatan OSIS, termasuk ekstrakurikuler.

Demikian pula dengan Pi yang juga aktif dalam berbagai kegiatan sosial, seperti terlibat dalam anggota dan sie-sie kepenitaaan tertentu. Meskipun peran Pi tidak semenonjol Az, namun jika dilihat peran perempuan pada umumnya di masyarakat Yogyakarta, maka Pi dapat dikatakan sebagai partisipan aktif.

Dengan demikian, penguasaan lingkungan anak adopsi pada keluarga Sl di Lampung dan Mj di Yogyakarta secara umum dapat dikatakan sama, hanya saja menurut kajian gender, jenis kelamin secara konstruk budaya mempengaruhi. Dengan demikian, peran Pi di lingkungan yang kurang menonjol adalah fenomena umum pada perempuan lain (non adopsi).

Dalam pandangan Islam, anak adopsi pada keluarga Sl telah berusaha mengamalkan perintah Allah dalam Alqur'an surat Ar-Ra'd ayat 11 yang menyatakan bahwa, "*Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri*". Dengan demikian, anak adopsi pada keluarga Sl telah

menguasai lingkungannya secara islam dengan cara melakukan perubahan diri untuk mengubah lingkungannya.

e. Tujuan hidup

Tujuan hidup atau cita-cita anak adopsi, baik dari keluarga SI di Lampung maupun Mj di Yogyakarta sangat beragam. Az, misalnya, dulu ingin menjadi artis atau seniman terkenal. Tetapi sejak studi lanjut Prodi Pendidikan Agama Islam (PAI), cita-citanya berubah arah, yakni menjadi guru PAI yang berprestasi. Di balik itu, semua esensi dari tujuan hidup Az adalah membahagiakan orangtua, *syukur* dapat membantu meringankan beban bahkan balas-budi, baik orangtua angkat maupun orangtua kandung.

Adapun tujuan hidup Rd dan Rw ketika diwawancarai, jawabannya sangat tegas, yakni ingin bekerja di kapal pesiar yang terkenal. Tentu, esensi tujuan hidup sebagaimana dikemukakan Az di atas Rw dan Rd juga mengalaminya, hanya saja dalam jangka waktu dekat adalah bekerja di kapal pesiar.

Adapun tujuan hidup Pi adalah meringankan beban orangtua. Ia tidak ingin menjadi sosok tertentu atau profesi seperti Az maupun Rd dan Rw, tetapi sebatas dapat meringankan beban orangtua angkatnya. Perihal Pi saat ini bekerja sebagai karyawan toko pakaian, karirnya tersebut hanyalah cara agar dirinya bermakna bagi orangtuanya.

Tercapainya cita-cita Pi juga selaras dengan komitmennya ketika ia memilih sekolah di SMK agar lebih cepat mendapat pekerjaan. Hal ini menunjukkan adanya komitmen yang diperjuangkan Pi untuk mencapai

tujuan hidupnya, yakni meringankan beban orangtua dengan segera berkerja menjadi karyawan di toko pakaian.

Dengan demikian, keempat anak adopsi secara umum memiliki tujuan hidup, hanya jenis tujuan hidup mereka yang berbeda-beda. Jika tujuan hidup mereka ditinjau dalam pandangan Islam yang menyatakan bahwa tujuan diciptakan manusia hanyalah untuk beribadah kepada Allah SWT (QS. Qs, Adz Dzaariyat: 54), maka keempat anak adopsi tersebut bertujuan beribadah melalui bekerja sesuai keinginannya masing-masing. Dengan demikian, tujuan hidup keempat anak adopsi tidak bertentangan dengan hakikat tujuan penciptaan manusia oleh Allah SWT.

f. Pertumbuhan pribadi

Pertumbuhan pribadi keempat anak adopsi dalam penelitian ini cukup beragam. Dalam hal pendidikan, pertumbuhan pribadi Az adalah yang terbaik, karena sudah lulus S1 dan sekarang menjadi Guru PAI di Madrasah Aliyah Lampung. Pi, sudah selesai sekolah dan baru mulai bekerja. Sedangkan Rd dan Rw baru sampai pada tahap capaian kelas II SMK Kejuruan.

Namun jika pertumbuhan pribadi di sini dimaknai secara khusus, misalnya capaian kualitas, prestasi dalam ajang kompetisi tertentu, misalnya, maka keempat anak adopsi belum ada yang menunjukkan prestasi yang menonjol. Tetapi jika dilihat dari perspektif lain, terutama keagamaan (keluarga S1 sebagai PNS di Kemenag dan Az Guru PAI), maka pertumbuhan pribadi mereka secara religius sangat menonjol.

Adapun pertumbuhan pribadi Pi secara umum dapat dikatakan baik, dengan indikasi karir pendidikan dan pekerjaan yang sekarang dimulai berjalan dengan lancar. Di sisi lain, dari sisi kemampuan akademik, Pi belum meraih penghargaan yang istimewa, kecuali sebatas masuk pada ranking sepuluh besar. Dari sisi bakat dan minat, Pi pernah mengaku bahwa ia hobi memasak. Tetapi hobinya tersebut belum berbuah *hoki*, kecuali sebatas kalangan keluarganya sendiri. Dengan demikian, kualitas capaian dari Pi dapat dikatakan sederhana.

Dalam pandangan Islam, pertumbuhan pribadi sebagai akumulasi seluruh unsur kesejahteraan psikologis di atas, dapat dikatakan bahwa keempat anak adopsi ini masih dalam “proses menjadi.” Dalam Alqur’an surat Al-Imran ayat 190-191 disebutkan bahwa:

*“Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang, terdapat tanda-tanda bagi orang yang berakal, (yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadaan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): ‘Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka.’” (QS. Al-Imran: 190-191)*

Berdasarkan kutipan ayat Alqur’an di atas dapat dipahami bahwa pertumbuhan pribadi sebagai akumulasi dari seluruh unsur kesejahteraan psikologis, keempat anak adopsi dalam penelitian ini terletak pada kemampuannya menjalani “proses kehidupan” atau dalam istilah Primasari disebut *mindfulness*<sup>7</sup> (menikmati setiap moment) yang dalam Alqur’an di atas disebutkan tidak sia-sia.

---

<sup>7</sup>Ardi Primasari, ‘Menikmati Setiap Moment: Meningkatkan Subyektive Well-Being Remaja Melalui Program Mindfulness Remaja (Prima)’ (universitas Gajah Mada, 2016).

## B. Metode Memenuhi Kesejahteraan Psikologis Anak Adopsi

Setelah dikemukakan analisis profil subyek penelitian keempat anak adopsi beserta kesejahteraan psikologisnya, berikut ini dikemukakan analisis data untuk menjawab rumusan masalah kedua, yakni metode anak adopsi memenuhi kesejahteraan psikologisnya sehingga tidak mengalami krisis identitas dan gangguan emosi.

Menurut penelitian Kusuma, munculnya potensi krisis identitas dan gangguan emosi pada anak adopsi karena merasa tertolak atau tidak bisa menerima dirinya sebagai anak adopsi.<sup>8</sup> Oleh karena itu, upaya untuk mencegah krisis identitas dan gangguan emosi pada anak adopsi adalah membantunya untuk memiliki penerimaan diri yang lebih *ikhlas*. Berdasarkan penjelasan mengenai kondisi anak adopsi dan kesejahteraan psikologisnya pada dua keluarga di Lampung dan Yogyakarta di atas ditemukan dua model upaya pencegahan krisis identitas dan gangguan emosi pada anak adopsi, yakni terbuka sejak awal dan tertutup sejak awal.

Pertama, terbuka sejak awal. Keluarga SI berupaya terbuka sejak awal kepada seluruh anak yang diadopsinya dengan cara silaturahmi secara rutin, minimal satu tahun sekali. Dalam tinjauan Islam, silaturahmi sangat dianjurkan, baik dalam Alqur'an maupun hadis Nabi Saw. Allah SWT berfirman dalam Qs. An-Nisa: 36 sebagai berikut:

*“Sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatupun. Dan berbuat baiklah kepada dua orang ibu-bapak, karib-kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga yang dekat dan tetangga yang jauh dan teman sejawat, ibnu sabil dan hamba sahayamu. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membanggakan diri.” (QS. An-Nisa: 36)*

---

<sup>8</sup>Kusuma.

Rasulullah Saw juga bersabda:

*“Barang siapa yang beriman kepada Allah dan hari Akhir, maka muliakanlah tamunya. Barang siapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir, maka sambunglah tali silaturahmi. Barang siapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir, Maka katakanlah yang baik atau diam.”* (HR. Bukhari)

Berdasarkan Qs. An-Nisa: 36 dan hadis riwayat Bukhari di atas, dapat dikatakan bahwa keluarga SI bersilaturahmi, di samping melaksanakan PP No. 54 Tahun 2007 Tentang Pelaksanaan Pengangkatan Anak (menjelaskan asal-usul orangtua kandung), yang terpenting adalah melaksanakan perintah Allah dan Rasulullah Saw.

Di samping silaturahmi, langkah keluarga SI juga sesuai dengan amanah PP No. 54 Tahun 2007 Tentang Pelaksanaan Pengangkatan anak, terutama pasal 6 butir (1) yang menyatakan bahwa orangtua angkat harus memberitahu asal-usul orangtua kandung. Namun cara keluarga Mj yang hingga saat ini tidak memberi tahu asal-usul orangtua kandung yang sesungguhnya juga tidak sepenuhnya salah karena pada pasal yang sama (6) butir (2) disebutkan bahwa pemberitahuan melihat kesiapan anak yang bersangkutan.

Upaya ini dapat dikatakan lebih tepat khususnya jika orangtua kandung anak yang diadopsi masih hidup dan atau diketahui keberadaannya. Sebaliknya, upaya ini bisa dipandang kurang tepat bagi anak adopsi yang orangtua kandungnya tidak diketahui, seperti keluarga Mj di Yogyakarta.

Upaya yang dilakukan keluarga SI di Lampung berbeda dengan upaya mengatasi potensi krisis identitas dan gangguan emosi pada anak adopsi yang direkomendasikan oleh Ade Rizka, yakni dengan dukungan teman sebaya.<sup>9</sup> Ia berpendapat bahwa krisis identitas pada anak adopsi disebabkan karena

---

<sup>9</sup>Ade Riska Amalia dan Trida Cynthia.

ketidakmampuannya dalam menempatkan diri terhadap teman sebayanya dan tidak mendapat figur yang tepat untuk mencapai identitas yang baik. Oleh karena itu menyarankan agar anak adopsi lebih banyak mendapat dukungan sosial agar identitas dirinya terbangun dengan baik.<sup>10</sup>

Upaya keluarga SI dalam mencegah potensi krisis identitas dan gangguan emosi pada anak adopsi dengan cara terbuka sejak awal hanya cocok bagi anak adopsi yang masih memiliki orangtua kandung dan diketahui dengan jelas keberadaannya. Oleh karena itu, upaya ini tidak cocok bagi keluarga Mj di Yogyakarta yang tertutup sejak awal hingga akhir (menikah), karena orangtua kandung Pi tidak diketahui lagi keberadaannya.

Meskipun demikian, upaya keluarga SI masih menyisakan celah yang beresiko, yakni penolakan oleh orangtua kandung sendiri. Terdapat risiko rasa “penolakan” ketika seorang anak mengetahui dirinya diadopsi orang lain sementara orangtua kandungnya masih ada. Ia merasa “dibuang” oleh orangtua kandungnya dan memberikannya kepada orang lain. Tetapi risiko ini kecil kemungkinan sampai pada yang terburuk sebagaimana dikhawatirkan keluarga Mj, bahwa membuka identitas anak adopsi sejak awal akan berakibat pada perilaku “kabur-kaburan.” Jika terjadi peristiwa kabur, maka hanya ada dua kemungkinan: kabur ke orangtua kandung atau kabur ke orangtua angkat. Jika ia kabur tidak kepada keduanya, maka itu bukan disebabkan oleh statusnya sebagai anak adopsi, melainkan kenakalan lain pada umumnya.

---

<sup>10</sup>Ade Riska Amalia dan Trida Cynthia.

Kedua, tertutup sejak awal. Upaya menutup status anak adopsi sejak awal dilakukan oleh keluarga Mj di Yogyakarta. Upaya ini berbeda dengan upaya yang dilakukan keluarga Sl di Lampung, karena kondisi anak yang berbeda. Langkah serupa juga dilakukan oleh hampir semua orangtua yang anak adopsinya tidak dapat dilacak keberadaan orangtua kandungnya.

Peneliti telah banyak menemui keluarga yang mengadopsi anak tanpa orangtua kandung hingga “titik jenuh” pada keluarga Mj di Yogyakarta. Mereka menyatakan keberatan jika anak yang diadopsinya diwawancarai terkait statusnya, kecuali keluarga Sl di Lampung dan Mj di Yogyakarta yang bersyarat. Artinya mereka menutup rapat sejak awal perihal status anak adopsi. Perihal anak yang diadopsi patut diduga telah mengetahuinya dari orang lain (tetangga), hal itu diluar kemampuan orangtua angkat dalam merahasiakan status anak adopsinya.

Yayasan Sayab Ibu yang berpusat di Jakarta<sup>11</sup> dan memiliki cabang di Yogyakarta, sebuah yayasan sosial yang salah satu tugasnya adalah menampung anak korban kejahatan sosial. Yayasan ini membuka diri kepada publik (para orangtua) yang ingin mengadopsi anak-anak yang selama ini ditampung. Ketua Yayasan menyatakan bahwa, “status anak adopsi baru boleh dikemukakan setelah anak yang diadopsi dinikahkan.” Pasalanya, jika telah menikah, psikologisnya telah matang secara usia. Ia bukan anak-anak lagi yang rentang mengalami gangguan emosi dan krisis identitas.

---

<sup>11</sup>Waringin Seto, ‘Peran Yayasan Sayab Ibu Dalam Pengangkatan Anak Adopsi Ditinjau Dari Peraturan Pemerintah No. 54 Tahun 2017 Tentang Pelaksanaan Pengangkatan Anak’, *Privat Law*, 6.1 (2015), 62–72.

Sebuah *website* yang menawarkan anak kepada para orangtua yang ingin mengadopsi anak<sup>12</sup> juga membuat sejumlah kesepakatan, diantaranya orangtua harus menjaga kerahasiaan anak yang diadopsi, kecuali sudah berusia anak-anak akhir yang hanya butuh penyesuaian karena sudah tahu dirinya anak adopsi.

Peneliti berpendapat bahwa, baik upaya pencegahan krisis identitas dan gangguan emosi dengan terbuka sejak awal sebagaimana dilakukan keluarga SI di Lampung maupun tertutup sejak awal sebagaimana dilakukan keluarga Mj di Yogyakarta sudah tepat sesuai konteks historis masing-masing. Hal ini dibuktikan dengan data-data wawancara yang menunjukkan tidak tampak gejala krisis identitas dan gangguan emosi pada kedua anak adopsi yang menjadi subyek penelitian ini.

Berdasarkan analisis data di atas dapat disimpulkan bahwa metode anak adopsi dapat mengatasi krisis identitas dan gangguan emosi adalah keterbukaan sejak awal (bagi anak adopsi yang masih memiliki orangtua kandung) dan tertutup sejak awal (bagi anak yang sudah tidak memiliki orangtua kandung). Batas keterbukaan itu adalah pernikahan, sehingga orangtua angkat wajib memberi tahu hal yang sebenarnya kepada anak adopsi setelah dinikahkan. Hal ini disebabkan karena setiap orang yang telah menikah, maka statusnya bukanlah anak lagi, melainkan orang dewasa bahkan orang tua yang telah matang sosio-emosionalnya sehingga telah siap menghadapi realitas hidup.

---

<sup>12</sup>Doro Edi Antony Senjaya, 'Website Adopsi Dan Sponsorship Anak Panti Asuhan', *Jurnal Sistem Informasi*, 8.2 (2013), 125–37.

### C. Strategi Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Pada Anak Adopsi

Para peneliti telah banyak mencari cara peningkatan *well being*, meskipun tidak selalu pada anak adopsi. Misalnya, Wahyuningsih meningkatkan *well being* dengan pelatihan regulasi emosi.<sup>13</sup> Ardi Primasari, meningkatkan *well being* melalui program *Mindfulness*.<sup>14</sup> Adhyatman Prabowo meningkatkan *Well Being* dengan rasa Syukur.<sup>15</sup> Dyah Purbasari meningkatkan *well being* dengan terapi empatik cinta.<sup>16</sup>

Meskipun strategi-strategi tersebut tidak ditujukan untuk meningkatkan *well being* pada anak adopsi, tetapi beberapa temuan penelitian tersebut dapat diadaptasi untuk meningkatkan *well being* anak adopsi. Dari keempat strategi di atas, peneliti berpendapat bahwa tidak semua strategi peningkatan *well being* dilakukan keluarga SI di Lampung dan keluarga MJ di Yogyakarta, melainkan hanya tiga, yakni syukur, regulasi emosi dan *mindfulness*. Oleh karena itu, strategi-strategi tersebut dapat digunakan untuk menganalisis upaya anak adopsi baik yang diadopsi SI di Lampung maupun keluarga MJ di Yogyakarta.

#### 1. Syukur

Syukur adalah sikap berterima kasih yang membawa kebaikan bagi setiap orang serta senantiasa mengamalkan anugerah tertinggi dari Tuhan kepada setiap umat manusia yang bernilai fundamental untuk kehidupan seseorang

---

<sup>13</sup>Mega Cipta Wahyuningsih, 'Pengaruh Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Meningkatkan Well Being Remaja Awal' (Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2017).

<sup>14</sup>Kwartarini Wahyu Yuniarti & Ardi Primasari, 'Menikmati Setiap Moment: Meningkatkan Subyektif Well-Being Remaja Melalui Program Mindfulness Remaja (PRIMA)' (Universitas Gajah Mada, 2016).

<sup>15</sup>Adhyatman Prabowo, 'Gratitude Dan Psychological Well Being Pada Remaja', *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan (JIPT)*, 05.02 (2017), 260–70.

<sup>16</sup>Andika, 'Efektifitas Empathic Love Therapy Untuk Meningkatkan Subjective Well-Being Pada Perokok' (Universitas Gajah Mada, 2017).

agar senantiasa lebih baik.<sup>17</sup>

“Saya bersyukur dibesarkan ayah dan ibu. Meskipun sederhana, tetapi bahagia. Ayahku juga sabar, Ibuku dulu sering menemani belajar. Bisa sekolah dan sekarang Alhamdulillah sudah bekerja. Maunya pengen bisa membahagiakan orangtua, minimal tidak membebaninya lagi.”

Berdasarkan pernyataan Pi di atas, dapat diketahui bahwa ia merasa bersyukur meskipun sederhana (kesulitan ekonomi). Bahkan, niat untuk mengamalkan anugrah Tuhan tertinggi sudah tertanam dalam hatinya, yakni bekerja untuk meringankan beban orangtua.

Dalam pandangan Islam, syukur melampaui penerimaan diri. Jika penerimaan diri dalam tinjauan Islam adalah rasa ikhlas, maka syukur lebih dari sekadar ikhlas. Di dalam Alqur’an disebutkan bahwa siapa yang bersyukur maka akan ditambah nikmatnya:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

---

<sup>17</sup>M. Lutfi Hadi Wicaksono dan Luh Kadek Pande Ary Susilawati, ‘Hubungan Rasa Syukur Dan Perilaku Prososial Terhadap Psychological Well-Being Pada Remaja Akhir Anggota Islamic Medical Activists Fakultas Kedokteran Universitas Udayana’, *Jurnal Psikologi Udayana*, 3.2 (2016), 196–208.

Dan ingatlah ketika Tuhanmu SIKAP bersyukur. Kesuksesan dilihat, walai satunya pasti Aku akan menambahkan nikmat-Ku kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangatlah pedih.” (Q.S. Ibrahim: 7).

Adapun kegiatan prososial sebagai misalnya adalah bersyukur (kesehatan, kegiatan, prososial dan sebagainya) kepada masyarakat (subyek penelitian, baik Az, Rd dan Rw yang diadopsi keluarga Sl di Lamu Berdasarkan Rionang diadopsi keluarga Mp di Yogyakarta dapat dilihat dalam berbagai kegiatan sosial keagamaan (prososial-religius) seperti Karangtani serta kaum remaja masjid setempat. Bahkan dalam moment-moment tertentu, peringatan HUT-RI misalnya, subyek penelitian memegang peran penting dalam kepanitiaan. Dengan demikian, anak adopsi dalam subyek penelitian ini mempunyai dukungan sosial yang mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya.

Namun analisis interpretasi di atas berbeda dengan penelitian M. Noor Rochman Hadjam & Arif Nasiruddin yang menyatakan bahwa (a) kesulitan ekonomi mempunyai pengaruh negatif terhadap kesejahteraan psikologis, (b) kepuasan kerja mempunyai pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis, (c) religiusitas tidak berpengaruh secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis, (d) kesulitan ekonomi, kepuasan kerja dan religiusitas secara bersama berpengaruh secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis.<sup>18</sup>

Khusus faktor religiusitas yang menurut Hadjam dan Nasirudin tidak berpengaruh signifikan terhadap *well-being*, berbeda dengan penelitian Azizah Batubara yang menyatakan hal sebaliknya, yakni religiusitas

---

<sup>18</sup>Arif Nasiruddin M. Noor Rochman Hadjam, ‘Peranan Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Kerja Dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologi’, *Jurnal Psikologi*, 1.2 (2003), 72–80.

berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMA N 6 Jakarta.<sup>19</sup> Penelitian ini turut memperkuat Azizah batubara, karena subyek penelitian yang religius lebih sejahtera psikologisnya.

Perbedaan analisis interpretasi penelitian ini dengan penelitian Hadjam dan Nasiruddin disebabkan karena latarbelakang subyek penelitian yang berbeda. Latar belakang subyek penelitian ini adalah anak adopsi yang merasa sangat diuntungkan memiliki orangtua angkat yang menjadikan pengganti orangtua kandung. Sedangkan latar belakang subyek penelitian Hadjam dan Nasiruddin adalah pasangan keluarga yang sudah menikah dan berkarir di Universitas Gajah Mada, yang mempunyai tuntutan kesejahteraan psikologis lebih besar.

Mengingat adanya perbedaan latar belakang subyek penelitian, maka analisis penelitian ini tidak bertentangan dengan Hadjam dan Nasiruddin. Oleh karena itu, secara substansial, subyek penelitian ini telah melakukan upaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis, terutama dengan strategi bersikap syukur melalui kegiatan prososial dan religius.

## 2. Regulasi emosi

Regulasi emosi menurut Gross (2007) ialah strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi

---

<sup>19</sup>Azizah Batubara, 'Hubungan Antara Religiusitas Dengan Psychological Well Being Ditinjau Dari Big Five Personality Pada Siswa SMA Negeri 6 Blitar', *Jurnal Al-Irsyad*, VIII.1 (2017), 31–41.

dan perilaku. Penelitian Wahyuningsih menunjukkan bahwa kemampuan meregulasi emosi dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis.<sup>20</sup>

Kemampuan meregulasi emosi pada subyek penelitian yang menonjol dapat diamati pada sikap Az yang diadopsi keluarga S1 di Lampung dan Pi yang diadopsi keluarga Mj di Yogyakarta. Az menurunkan keinginannya kuliah jurusan seni menjadi PAI. Adapun Pi tetap mempertahankan keinginannya untuk sekolah di SMK agar mudah mencari kerja, meskipun orangtua angkatnya menghendaki sekolah di SMA agar mudah kuliah.

Dalam pandangan Islam, keputusan Az dan pilihan Pi dapat dimaknai sebagai bentuk berbakti kepada orangtua. Allah SWT memerintahkan setiap anak untuk berbakti kepada orangtua sebagaimana disebutkan dalam Alqur'an surat Al-Luqman ayat 13-14 berikut ini:

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ  
لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ

*“Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu-bapanya; ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun. Bersyukurlah kepadaKu dan kepada dua orang ibu bapakmu, hanya kepada-Kulah kembalimu.” (QS. Al-Luqman: 14)*

Dengan berbakti kepada orangtua, di samping melaksanakan perintah Allah Swt, juga menjadikan jiwa mereka lebih tenang atau emosi mereka lebih positif. Hal ini sesuai dengan konsep *psychological wellbeing* dalam tinjauan Islam, khususnya surat Al-Fajr ayat 27-28 sebagaimana dikemukakan pada bab II terdahulu.

---

<sup>20</sup>Wahyuningsih.

Berdasarkan kesesuaian teori regulasi diri dan kondisi anak adopsi di atas, dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya anak adopsi, baik pada keluarga S1 di Lampung dan Mj di Yogyakarta telah melakukan upaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui regulasi emosi.

### 3. *Mindfulness*

Primasari meningkatkan *well-being* dengan strategi *mindfulness*, yakni upaya membantu individu untuk memiliki sepenuhnya pengalaman masa kini (*present*), melepaskan pengalaman masa lalu yang tidak menyenangkan (*letting go*) dan mengembangkan sikap terbuka terhadap kejadian yang akan datang. *Mindfulness* mampu meningkatkan pengalaman dengan efek positif dan menurunkan pengalaman dengan efek negatif dan kemampuan yang lebih baik dalam merespon peristiwa yang penuh tekanan sehingga berdampak pada peningkatan kesejahteraan psikologisnya.<sup>21</sup>

Hasil penelitian Primasari tersebut dapat diterapkan pada anak adopsi. Oleh karena itu, strategi *mindfulness* akan digunakan untuk menganalisis anak adopsi pada keluarga S1 di Lampung dan Mj di Yogyakarta, apakah terdapat upaya dari orangtua untuk melakukan *mindfulness* kepada anak-anak yang diadopsinya.

*Mindfulness* pada anak adopsi, baik pada keluarga S1 di Lampung maupun Mj di Yogyakarta dapat diamati dalam sikap dan perilaku anak adopsi yang mampu menikmati setiap moment dalam menatap masa depan seraya melepaskan masa lalunya. Az anak adopsi keluarga S1 di Lampung mengatakan, “Meskipun orangtua kandung saya di Blitar sana, saya tetap

---

<sup>21</sup>Primasari.

mengabdikan (mengajar) di sini dan inilah kehidupan saya sekarang dan di masa depan.”

Pernyataan Az tersebut mencerminkan betapa ia sangat menikmati kehidupannya saat ini. Karirnya sebagai guru PAI yang baru saja dijalani, akan diperjuangkan dengan optimisme, bahwa inilah dunia Az sekarang dan masa depan. Perihal Az masih sering pulang ke Blitar, hal itu bukan berarti Az tidak bisa melepaskan masa lalunya, namun sebatas silaturahmi kepada orangtua sebagaimana yang dilakukan para perantau lainnya.

Terlebih lagi kedua anak adopsi pada keluarga Sl lainnya, yakni Rd dan Rw yang sedang menempuh SMK Pelayaran sesuai harapannya. Mereka menikmati dunia pendidikan yang diyakininya dapat mengantarkan kesuksesan masa depannya di kapal pesiar.

Pernyataan serupa disampaikan Pi, anak adopsi pada keluarga Mj di Yogyakarta. Ketika ditanya, apakah pekerjaannya saat ini (toko pakaian) merupakan pekerjaan yang dicita-citakannya sejak sekolah SMK?, ia menjawab, “Tidak sih, tetapi saya menikmati pekerjaan ini.” Jawaban Pi tersebut menunjukkan bahwa Pi dapat menikmati setiap momen kehidupan yang dilaluinya.

Dengan demikian anak adopsi, baik pada keluarga Sl di Lampung maupun Mj di Yogyakarta pada dasarnya telah melakukan *mindfulness* sebagaimana yang diujicobakan Primasari, dengan intensitas yang lebih tinggi, bahkan terus-menerus. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa

mereka telah melakukan upaya peningkatan kesejahteraan psikologis dengan menikmati setiap momen kehidupan yang ditempuhnya.

Apa yang dilakukan anak adopsi selaras dengan penelitian Peter Malinowski yang menyatakan bahwa *mindfulness* secara teratur, terlebih lagi terus-menerus dapat meningkatkan kontrol eksekutif dan regulasi emosi.<sup>22</sup>

Dalam perspektif John Meiklejohn keluarga S1 di Lampung dan Mj di Yogyakarta telah mengintegrasikan *mindfulness* ke dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan analisis di atas, dapat disimpulkan bahwa strategi anak adopsi dapat meningkatkan kesejahteraan psikologisnya adalah dengan tiga cara, yakni syukur, regulasi emosi, dan *mindfulness*. Subyek penelitian, khususnya Pi bersyukur karena merasa diselamatkan hidupnya, sedangkan subyek penelitian yang lain bersyukur karena dididik dan dibesarkan orangtua angkat yang ikhlas. Subyek penelitian juga dapat meregulasi emosinya dengan cara tidak memaksakan kehendak jika orangtuanya tidak menyetujui. Subyek penelitian juga mampu menikmati setiap momen sebagai bentuk ujian hidup dari Allah SWT.

#### **D. Faktor Penentu Kesejahteraan Psikologis Anak Adopsi**

Sub point ini menjawab rumusan masalah pertama, yakni apa faktor penentu yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada anak adopsi. Menurut Ryff, faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* pada diri seseorang yaitu usia, tingkat pendidikan, jenis kelamin, dan status sosial

---

<sup>22</sup>Peter Malinowski and others, 'Mindful Aging: The Effects of Regular Brief Mindfulness Practice on Electrophysiological Markers of Cognitive and Affective Processing in Older Adults', *Mindfulness*, 8.1 (2017), 78–94.

ekonomi.<sup>23</sup> Semakin dewasa seseorang semakin sejahtera secara psikologis. Semakin baik tingkat pendidikan individu akan semakin baik pula *psychological well being*-nya. Dalam hal jenis kelamin, menurut Ryff wanita memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan pria. Hal ini disebabkan karena sejak kecil *stereotype gender* yang tertanam pada anak laki-laki digambarkan sebagai sosok yang agresif dan mandiri, sedangkan perempuan digambarkan sebagai sosok yang pasif dan tergantung, serta sensitif terhadap perasaan orang lain. Status Sosial Ekonomi juga berpengaruh pada dimensi *psychologi well being*, dimana individu yang memiliki status sosial ekonomi lebih rendah cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain yang memiliki status sosial ekonomi yang lebih tinggi.

Dari sisi usia, Az yang diadopsi keluarga S1 di Lampung adalah subyek penelitian (anak adopsi) yang paling sejahtera, karena usianya yang telah dewasa dan pendidikannya juga sangat baik. Tetapi dari sisi gender, Pi yang diadopsi keluarga Mj di Yogyakarta adalah yang paling sejahtera karena ia merupakan seorang perempuan yang telah selesai menempuh pendidikan menengah dan kini telah bekerja. Keduanya (Az dan Pi) juga telah memiliki status ekonomi yang cukup.

Adapun Rd dan RW (Pria kembar) yang diadopsi keluarga S1 di Lampung baru memenuhi tiga faktor kesejahteraan psikologis, yakni dari sisi usia telah memasuki remaja, dari sisi tingkat pendidikan telah sesuai cita-cita, yakni SMK Pelayaran, dan dari sisi jenis kelamin (Pria) juga memiliki kepekaan hubungan sosial. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa secara internal, para anak

---

<sup>23</sup>Ryff and Keyes.

adopsi, baik di Lampung maupun di Yogyakarta memenuhi faktor-faktor kesejahteraan psikologis yang baik.

Di luar perspektif Ryff di atas, peneliti menemukan faktor lain yang dipandang lebih berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologi anak adopsi, yakni ketulusan orangtua angkat. Ketulusan dan atau keikhlasan orangtua angkat, baik keluarga SI di Lampung maupun Mj di Yogyakarta dapat dilihat pada sikapnya yang siap apabila sewaktu-waktu anak yang diadopsi akan diambil oleh orangtua kandung. Terlebih lagi keluarga SI yang sengaja mengajak anak yang diadopsinya silaturahmi secara *continew* dengan orangtua kandung. Hal ini menunjukkan bahwa ketulusan mengadopsi anak sama dengan ketulusan mendidik anak sendiri.

Status sosialnya sebagai PNS di lingkungan Kemenag, menjadikan *keikhlasan* keluarga SI di Lampung memiliki landasan sosioreligius yang memadai. Ia mengadopsi anak bukan semata-mata pancingan dan menolong anak dari ancaman keterlantaran, melainkan semata-mata mengharap ridha Allah SWT. Hal ni tampak dalam pernyataannya, “Semuanya kita serahkan kepada Allah sajalah, anak sudah membawa rizkinya sendiri.”

Kondisi ini kemungkinan berbeda dengan keluarga yang mengadopsi anak dengan motif tertentu (ingin memiliki anak, misalnya). Jika dalam perjalanan waktu orangtua lantas memperlakukan anak adopsi dan anak kandung secara berbeda (tidak adil), maka sikap orangtua tersebut akan menjadi bumerang bagi anak yang diadopsinya. Anak adopsi akan merasa diperlakukan tidak adil, kemudian muncul penolakan sebagai anak adopsi.

Akibatnya, anak adopsi akan mengalami gangguan emosi yang kemudian diekspresikan dengan perilaku menyimpang dan atau perilaku bermasalah lainnya sebagaimana dikemukakan Ade Rizka di awal.

Berdasarkan analisis data di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor penentu penerimaan diri pada anak adopsi adalah *keikhlasan* orangtua angkat beserta keharmonisan keluarga orangtua angkat. Anak yang diadopsi oleh keluarga yang lebih agamis atau religius (*ikhlas*) dan lebih harmonis dari pada keluarga kandung, berpotensi lebih besar mampu dapat memberikan kesejahteraan psikologis anak yang diadopsinya