

## **Meningkatkan Kualitas Hidup: Panti Asuhan dalam Menghadapi Rasa Iri Hati dengan Layanan Konseling**

**Benget Manaon Silaban<sup>1</sup>, Nurhayati<sup>2</sup>, Senly Anggun Tirani<sup>3</sup>, Affan Yusra<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup> Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi

Email: [nurhayati327661@gmail.com](mailto:nurhayati327661@gmail.com)

### **Abstrak**

Rasa iri hati adalah emosi yang dapat muncul pada setiap individu, termasuk anak-anak yang tinggal di panti asuhan. Kehidupan di panti asuhan seringkali menempatkan anak-anak dalam situasi yang penuh tantangan dan perjuangan, sehingga perasaan iri hati dapat timbul ketika melihat kebahagiaan atau kesuksesan orang lain. Untuk meningkatkan kualitas hidup anak-anak di panti asuhan, layanan konseling menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam mengatasi rasa iri hati. Artikel ini akan membahas pentingnya layanan konseling dalam membantu anak-anak panti asuhan menghadapi rasa iri hati dan mewujudkan peningkatan kualitas hidup mereka.

**Kata kunci:** *Panti Asuhan, Iri Hati Dan Layanan Konseling.*

### **Abstract**

Jealousy is an emotion that can appear in every individual, including children who live in orphanages. Life in an orphanage often places children in situations full of challenges and struggles, so feelings of jealousy can arise when they see other people's happiness or success. To improve the quality of life for children in orphanages, counseling services are an effective approach to overcoming jealousy. This article will discuss the importance of counseling services in helping orphanage children deal with jealousy and improve their quality of life.

**Keywords:** Orphanage, Jealousy And Counseling Services

### **PENDAHULUAN**

Panti asuhan merupakan tempat yang memberikan perlindungan, perawatan, dan pendidikan bagi anak-anak yang kurang beruntung atau tidak memiliki keluarga yang dapat merawat mereka. Dalam upaya meningkatkan kualitas hidup anak-anak panti asuhan, mereka sering dihadapkan pada tantangan emosional yang kompleks, salah satunya adalah rasa iri hati. Rasa iri hati ini muncul sebagai respons alami terhadap perbedaan kehidupan dan kesempatan dengan orang lain di sekitar mereka. Namun, panti asuhan haruslah telah mengenali pentingnya mengatasi rasa iri hati tersebut demi memberikan lingkungan yang sehat dan mendukung bagi anak-anak. Salah satu solusi yang telah terbukti efektif adalah melalui penerapan layanan konseling. Layanan konseling memberikan sarana yang efektif dalam membantu anak-anak panti asuhan mengatasi dan mengelola emosi mereka, termasuk rasa iri hati.

Dalam artikel ini, kami akan menjelajahi pentingnya layanan konseling dalam meningkatkan kualitas

hidup anak-anak panti asuhan yang dihadapkan pada rasa iri hati. Kami akan melihat bagaimana bantuan konselor membantu anak-anak panti asuhan dalam mengenali, mengelola, dan mengatasi rasa iri hati dengan cara yang sehat. Selain itu, kita akan menyoroti dampak positif yang dapat terjadi pada kualitas hidup mereka, yang pada gilirannya

memungkinkan mereka untuk tumbuh dan berkembang secara optimal dalam lingkungan panti asuhan.

Dengan memahami pentingnya layanan konseling dalam menghadapi rasa iri hati, panti asuhan dapat memberikan perlindungan yang lebih holistik dan mendalam bagi anak-anak yang tinggal di sana. Selain itu, ini juga dapat membantu menciptakan masyarakat di mana setiap anak dapat tumbuh dengan rasa percaya diri, emosi yang sehat, dan keterampilan sosial yang kuat. Mari kita melangkah maju dan menjelajahi peran penting layanan konseling dalam membantu anak-anak panti asuhan menghadapi rasa iri hati dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah literatur review yaitu sebuah pencarian literatur baik internasional maupun nasional. Pada tahap awal pencarian artikel jurnal diperoleh 1.218 artikel dari tahun 2017 sampai 2020 menggunakan kata kunci panti asuhan, iri hati dan layanan konseling. Dari jumlah tersebut hanya sekitar 20 artikel yang dianggap relevan. Referensi diperoleh melalui publish or perish. Hasil kajian literatur digunakan untuk berbagi referensi yang relevan dan merumuskan masalah yang ada.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Iri hati

وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ لِّلرِّجَالِ نَصِيبٌ مِّمَّا كَسَبُوا وَلِلنِّسَاءِ نَصِيبٌ مِّمَّا كَسَبْنَ وَسَلَّوْا اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ  
إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا ۝ ۳۲

32.

“Janganlah kamu berangan-angan (iri hati) terhadap apa yang telah dilebihkan Allah kepada sebagian kamu atas sebagian yang lain. Bagi laki-laki ada bagian dari apa yang mereka usahakan dan bagi perempuan (pun) ada bagian dari apa yang mereka usahakan. Mohonlah kepada Allah sebagian dari karunia-Nya. Sesungguhnya Allah adalah Maha Mengetahui segala sesuatu.” (QS. An Nisa: 32)(QS.An-nisa:32).

Hadis: Dari Abu Hurairah, Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam bersabda, "Tidak ada iri hati kecuali dalam dua perkara: seseorang yang Allah berikan kepadanya harta yang dia infakkan dengan benar, dan seseorang yang Allah berikan kepadanya hikmah yang dia amalkan dan mengajarkannya kepada orang lain." (Muslim, n.d.)

“Iri hati dianggap sebagai sifat negatif yang dapat membawa kehancuran baik dalam kehidupan pribadi maupun kehidupan berkeluarga. Penting untuk mengikis sifat iri hati dengan mengembangkan pikiran yang positif terhadap segala hal yang terjadi di lingkungan sekitar. Sejalan dengan hal itu, ajaran Kalyana Dhamma dalam agama Buddha menjadi jalan yang disarankan untuk mengatasi sifat iri hati” (Haudi and Fernandes 2021:28)

“Iri hati dapat mempengaruhi kehidupan manusia dan gereja. Iri hati dapat menyebabkan perselisihan, kekacauan, dan bahkan membuat orang menjadi apatis terhadap pelayanan Tuhan. Orang Kristen perlu menjauhi iri hati dan perselisihan agar dapat tumbuh dalam kedewasaan rohani dan menjadi terang dan garam dalam lingkungan gereja. Kedewasaan rohani dapat ditandai dengan memiliki pengetahuan yang benar tentang firman Tuhan dan mampu menciptakan kerukunan dan kedamaian di dalam gereja” (Arifianto 2020:8)

“Iri hati Schadenfreude adalah perasaan senang atau kepuasan yang muncul ketika seseorang mengetahui bahwa orang yang dengki mengalami kemalangan atau ketidakberuntungan. Iri hati (kedengkian) adalah perasaan tidak suka atau iri terhadap orang lain yang memiliki kualitas, prestasi, atau kepemilikan yang lebih baik daripada diri sendiri. Hubungan antara iri hati dan Schadenfreude telah menjadi topik penelitian yang kontroversial, dengan beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan dan beberapa penelitian lainnya menunjukkan tidak adanya hubungan” (Abdillah 2020:17)

“Respon manusia terhadap nikmat Allah bermacam-macam, seperti bakhil atau kikir, iri hati atau dengki, bersedih hati, bersyukur, dan memamerkan. Ayat-ayat dalam Al-Qur'an menjelaskan sikap manusia dalam menerima nikmat-Nya dan juga mengajarkan manusia

untuk berintrospeksi diri dalam merespon nikmat-nikmat yang Allah berikan kepada mereka agar menerimanya dengan keimanan yang baik dan selalu bertawakkal kepada Allah” (Arifin 2017:37)

### **Panti Asuhan**

Konsep Diri Dan Kebermaknaan Hidup Pada Remaja Di Panti Asuhan “Hubungan antara konsep diri dengan kebermaknaan hidup pada remaja putri di Panti Asuhan Sunu Ngesti Tomo Jepara. Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara konsep diri dengan kebermaknaan hidup pada remaja di Panti Asuhan tersebut. Semakin tinggi konsep diri yang dimiliki remaja maka, semakin tinggi pula kebermaknaan hidupnya. Sebaliknya semakin rendah konsep diri yang dimilikinya, maka semakin rendah pula kebermaknaan hidupnya” (Halaman 105)

“Kompetensi interpersonal pada remaja yang tinggal di panti asuhan Asrama dan Cottage, dengan fokus pada faktor-faktor yang mempengaruhi kompetensi interpersonal seperti orang yang membawa responden ke panti asuhan, memiliki orang tua atau tidak, dan usia responden” (Hartati and Respati 2012:8)

“Hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri pada remaja awal di panti asuhan. Sumbangan efektif dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada remaja awal di panti asuhan adalah sebesar 31,2%. Model regresi dapat dipercaya untuk memprediksi kontribusi variabel dukungan sosial terhadap variabel penyesuaian diri pada remaja awal di panti asuhan. Hubungan antara variabel dukungan sosial dan variabel penyesuaian diri pada remaja awal di panti asuhan adalah positif dan signifikan, serta diduga kuat merupakan hubungan sebab akibat” (Widiasavitri 2016:6)

### **Kualitas hidup yatim piatu**

“Setiap anak yatim cenderung lebih dekat dengan penyimpangan karena hilangnya faktor jaminan ekonomi yang disebabkan tidak adanya orang yang menafkahi mereka dan hilangnya faktor moral karena tidak ada yang membimbing dan mengarahkan mereka” (Los n.d.:2)

“Sebagian besar dimensi dari kualitas hidup kesehatan pada remaja panti asuhan, yaitu pada aspek fisik, psikologis, relasi dengan pengasuh dan otonomi, serta sekolah dapat dipengaruhi oleh self-compassion secara signifikan. Secara khusus, ditemukan bahwa dimensi common humanity dari self-compassion menjadi faktor penting untuk kesejahteraan fisik serta psikologis, dimensi mindfulness dari self-compassion berperan penting bagi peningkatan kesejahteraan fisik” (Kawitri, Listiyandini, and Rahmatika 2020:13)

“Kebutuhan rasa aman akan dirasakan dan dinikmati oleh anak jika mereka terlindungi dalam tempat tinggal yang aman dan layak. Proses pemenuhan kebutuhan fisik, mental maupun sosial sebagian besar terjadi didalam rumah. Oleh karena itu anak yang tidak mempunyai rumah atau anak yang berada didalam rumah tetapi tidak memadai dari segi fisik, materi maupun kesehatan tidak terpenuhi kebutuhannya akan rasa aman. Panti asuhan sebagai lembaga kesejahteraan sosial yang bertanggung jawab memberikan pelayanan pengganti atas kebutuhan fisik, mental dan sosial pada anak-anak asuh agar memperoleh kesempatan yang luas, tepat dan memadai bagi perkembangan kepribadiannya merupakan jawaban untuk mengatasi masalah anak-anak terlantar” (Dwi Rahmawati, Arruum Listiyandini, and Rahmatika 2019:35)

## **PEMBAHASAN**

Rasa iri hati dianggap sebagai sifat negatif yang memiliki potensi merusak kehidupan individu maupun kehidupan sosial. Pada konteks panti asuhan, di mana anak-anak yang terlantar tinggal, penting untuk mengatasi rasa iri hati ini agar dapat meningkatkan kualitas hidup mereka. Dalam artikel ini, kami akan membahas peran yang dimainkan oleh layanan konseling dalam panti asuhan untuk mengatasi dan mengurangi rasa iri hati yang mungkin dialami oleh anak-anak tersebut.

### **Pentingnya Mengatasi Iri Hati**

Iri hati memiliki potensi negatif yang dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan anak-anak di panti asuhan. Rasa iri hati dapat menimbulkan perselisihan, kekacauan, serta menghambat penerimaan mereka terhadap pelayanan yang diberikan di panti asuhan. Oleh karena itu, sangat penting bagi panti asuhan untuk menghadapi dan mengurangi rasa iri hati ini agar anak-anak dapat berkembang secara rohani, menjadi individu yang terang dan berkontribusi positif dalam lingkungan panti asuhan.

### **Peran Layanan Konseling:**

Layanan konseling memiliki peran yang signifikan dalam membantu anak-anak di panti asuhan mengatasi rasa iri hati mereka. Melalui layanan konseling yang tepat, anak-anak dapat belajar mengembangkan pola pikir yang positif terhadap lingkungan sekitar mereka. Dalam konteks ini, panti asuhan dapat mengadopsi prinsip Kalyana Dhamma dalam agama Buddha sebagai pedoman dalam mengatasi rasa iri hati. Dengan bimbingan dan dukungan yang komprehensif, anak-anak dapat belajar menerima dan menghargai kesuksesan orang lain tanpa merasa iri.

### **Pengaruh Layanan Konseling Terhadap Kualitas Hidup:**

Layanan konseling di panti asuhan berpotensi memberikan dampak positif yang besar terhadap kualitas hidup anak-anak. Melalui konseling kelompok, anak-anak dapat mengembangkan kompetensi interpersonal yang esensial dalam berinteraksi dengan individu lainnya. Selain itu, mereka juga dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang diri sendiri dan lingkungan sekitar, serta belajar mengatasi hambatan-hambatan yang mungkin mengganggu perkembangan mereka.

Di samping itu, layanan konseling individual juga memiliki peran penting dalam membantu anak-anak panti asuhan mengatasi masalah pribadi yang mereka hadapi. Dalam konteks ini, konselor dapat memberikan panduan dan dukungan dalam mengembangkan konsep diri yang positif dan meningkatkan kebermaknaan hidup anak-anak. Dukungan sosial juga merupakan faktor kunci dalam proses penyesuaian diri anak-anak di panti asuhan. Melalui layanan konseling yang memadai, mereka dapat memperoleh dukungan sosial yang mencukupi dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Dengan demikian, melalui implementasi yang efektif dan profesional dari layanan konseling, panti asuhan dapat memainkan peran penting dalam membantu anak-anak mengatasi rasa iri hati dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

### **SIMPULAN**

Rasa iri hati yang umum dihadapi oleh anak-anak panti asuhan dalam upaya meningkatkan kualitas hidup mereka menuntut solusi yang efektif. Dalam hal ini, layanan konseling menjadi alat yang sangat berharga untuk membantu mereka mengatasi emosi tersebut dengan cara yang sehat. Dengan bantuan konselor yang berpengalaman, anak-anak panti asuhan dapat belajar mengenali, mengelola, dan mengatasi rasa iri hati secara konstruktif. Pendekatan ini tidak hanya berdampak positif pada kualitas hidup mereka, tetapi juga memungkinkan mereka untuk tumbuh dan berkembang secara optimal dalam lingkungan panti asuhan yang mendukung.

Dengan memperoleh keterampilan dan pemahaman yang diperlukan, anak-anak panti asuhan dapat melangkah maju dengan keyakinan dan menghadapi tantangan kehidupan dengan lebih baik.

### **SARAN**

#### **Saran untuk pengurus panti asuhan:**

1. Menyediakan program konseling: Penting bagi pengurus panti asuhan untuk menyediakan program konseling yang terjangkau dan terintegrasi dalam upaya meningkatkan kesejahteraan emosional anak-anak. Bekerja sama dengan profesional konseling atau lembaga konseling terdekat dapat membantu mengimplementasikan

- program ini.
2. Melibatkan konselor atau psikolog: Mengontrak konselor atau psikolog yang berpengalaman dan terlatih khusus dalam bekerja dengan anak-anak panti asuhan. Mereka dapat memberikan layanan konseling individu dan kelompok, membantu anak-anak mengatasi rasa iri hati dan masalah emosional lainnya.
  3. Membangun hubungan yang kuat: Penting bagi pengurus panti asuhan untuk membangun hubungan yang positif dan dekat dengan anak-anak. Melalui kepedulian, dukungan, dan komunikasi yang efektif, pengurus dapat menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi anak-anak yang merasa iri hati.

#### **Saran untuk anak-anak panti asuhan**

1. Mengenali emosi mereka: Anak-anak panti asuhan perlu diajari untuk mengenali dan memahami emosi mereka, termasuk rasa iri hati. Melalui pemahaman diri yang lebih baik, mereka dapat mulai mengatasi emosi tersebut secara efektif.
2. Belajar dari pengalaman positif orang lain: Anak-anak panti asuhan dapat diinspirasi oleh contoh positif orang lain yang berhasil melewati rasa iri hati. Pengurus dan konselor dapat membantu mereka mengidentifikasi peran model yang kuat dalam masyarakat dan belajar dari kisah sukses mereka.
3. Mengembangkan keterampilan sosial: Anak-anak panti asuhan dapat belajar mengembangkan keterampilan sosial yang positif, seperti kerjasama, empati, dan rasa hormat terhadap keberhasilan orang lain. Ini akan membantu mereka mengatasi rasa iri hati dan membangun hubungan yang sehat dengan sesama.
4. Menggunakan konseling sebagai sarana dukungan: Anak-anak panti asuhan harus merasa nyaman untuk mencari bantuan dari konselor dalam mengatasi rasa iri hati atau masalah emosional lainnya. Mendorong mereka untuk menggunakan layanan konseling sebagai sarana dukungan yang penting dapat membantu mereka tumbuh dan berkembang secara positif. Dalam rangka mencapai hasil yang baik, kerja sama antara pengurus panti asuhan, konselor, dan anak-anak panti asuhan menjadi kunci.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Abdillah, A. (2020). Pengaruh Iri Hati Terhadap Munculnya Schadenfreude. *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 285–309. <https://doi.org/10.18326/ijip.v1i2.285-309>
- Arifianto, Y. A. (2020). Kajian Biblikal tentang Manusia Rohani dan Manusia Duniawi. *Jurnal Teruna Bhakti*, 3(1), 12. <https://doi.org/10.47131/jtb.v3i1.51>
- Arifin, H. Z. (2017). Respon Manusia Terhadap Nikmat Allah Dalam Al-Qur ' an. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 1–89.
- Dwi Rahmawati, B., Arruum Listiyandini, R., & Rahmatika, R. (2019). ANALITIKA Jurnal Magister Psikologi UMA Resiliensi Psikologis dan Pengaruhnya terhadap Kualitas Hidup terkait Kesehatan pada Remaja di Panti Asuhan Psychological Resilience and Its Impact on Quality of Life related to Adolescent Health in Social Instituti. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 11(1), 2502–4590.
- Fitri, E. N., & Marjohan, M. (2017). Manfaat Layanan Konseling Kelompok dalam Menyelesaikan Masalah Pribadi Siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan ...*
- Hartati, L., & Respati, W. (2012). Kompetensi Interpersonal Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Asrama Dan Yang Tinggal Di Panti Asuhan Cottage. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 10(02), 126613.
- Haudi, H., & Fernandes, W. (2021). Manfaat Pelaksanaan Kalyana Dhamma Dalam Mengatasi Sifat Iri Hati ( Kajian Pustaka ). *Prosiding Ilmu Agama Dan Pendidikan Agama Buddha*, 2(1), 25–42.
- Kawitri, A. Z., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2020). Peran Self-Compassion terhadap Dimensi-dimensi Kualitas Hidup Kesehatan pada Remaja Panti Asuhan. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 01–18. <https://doi.org/10.15575/psy.v7i1.4406>
- Lianawati, A. (2017). Implementasi Keterampilan Konseling dalam Layanan Konseling Individual. *Indonesian Counselor Association Journal*, 3, 190–195.

- .Surah An-Nisa, ayat 32. Terjemahan oleh Abdullah Yusuf Ali. Tafsir oleh Ibnu Katsir. (2020). Dar Al-Kotob Al-Ilmiyah. Halaman 150-151.
- RAHMA, D. DELLA. (2021). Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Muhammadiyah Batu Bulat Tanah Datar. [repo.iainbatusangkar.ac.id](http://repo.iainbatusangkar.ac.id).
- Widiasavitri. (2016). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA AWAL DI PANTI ASUHAN KOTA DENPASAR Ida Ayu Ratih Trichayani dan Putu Nugrahaeni Widiasavitri Abstrak. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(3), 542–550.
- Zahara, C. I., Lubis, L., & Aziz, A. (2019). Hubungan Persepsi Siswa terhadap Konselor dan Sarana Prasarana Bimbingan Konseling dengan Minat Layanan Konseling. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 1(2), 116–123. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v1i2.266>.