

HUBUNGAN PERHATIAN PENGASUH PANTI ASUHAN DAN INTERAKSI SOSIAL TERHADAP *ANXIETY* PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN AL-AKBAR PEKANBARU

MUHAMMAD RIAN SAPUTRA¹, SUCI NABILA²

STIKes Tengku Maharatu

Email : muhammadriansaputra5@gmail.com

Abstract: *Anxiety is a psychological problem that is often experienced by teenagers, especially those who live in orphanages. This condition is influenced by various factors, including caregiver attention and social interaction. The aim of this research was to determine the relationship between caregiver attention and social interaction on anxiety levels in adolescents at the Al-Akbar Pekanbaru Orphanage. This research uses a quantitative design with a cross sectional approach and was carried out in December 2025. The population and sample in this study were all teenagers living at the Al-Akbar Pekanbaru Orphanage, totaling 45 respondents, using a total sampling technique. Data collection tools used caregiver attention questionnaires, social interactions, and the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) instrument. Data analysis includes univariate and bivariate analysis using the Chi-Square test. The results showed that the majority of respondents had moderate category of caregiver attention (64.4%), medium category of social interaction (55.6%), and moderate level of anxiety (60.0%). The results of the bivariate test show that there is a significant relationship between caregiver attention and the level of adolescent anxiety (p-value = 0.000) and there is a significant relationship between social interaction and the level of adolescent anxiety (p-value = 0.000). The conclusion of the research is that there is a relationship between attention from orphanage caregivers and social interaction on anxiety among teenagers at the Al-Akbar Orphanage in Pekanbaru. Suggestions for the Al-Akbar Orphanage to improve the quality of caregivers' attention and social interaction activities as well as providing psychological assistance to reduce adolescent anxiety levels.*

Keywords: *Anxiety, Caregiver Attention, Social Interaction, Adolescent.*

Abstrak: Kecemasan (*anxiety*) merupakan masalah psikologis yang sering dialami remaja, khususnya mereka yang tinggal di panti asuhan. Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya perhatian pengasuh dan interaksi sosial. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan perhatian pengasuh dan interaksi sosial terhadap tingkat kecemasan (*anxiety*) pada remaja di Panti Asuhan Al-Akbar Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* dan dilaksanakan pada bulan Desember 2025. Populasi sekaligus sampel dalam penelitian ini adalah seluruh remaja yang tinggal di Panti Asuhan Al-Akbar Pekanbaru sebanyak 45 responden, dengan teknik *total sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner perhatian pengasuh, interaksi sosial, serta instrumen *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki perhatian pengasuh kategori sedang (64,4%), interaksi sosial kategori sedang (55,6%), dan tingkat kecemasan kategori sedang (60,0%). Hasil uji bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara perhatian pengasuh dengan tingkat kecemasan remaja (p-value = 0,000) serta terdapat hubungan yang signifikan antara interaksi sosial dengan tingkat kecemasan remaja (p-value = 0,000). Kesimpulan pada penelitian adalah terdapat Hubungan Perhatian Pengasuh Panti Asuhan dan Interaksi Sosial terhadap *Anxiety* Pada Remaja di Panti Asuhan Al-Akbar Pekanbaru. Saran unruk Panti Asuhan Al-Akbar untuk meningkatkan kualitas perhatian pengasuh dan kegiatan interaksi sosial serta menyediakan pendampingan psikologis guna menurunkan tingkat kecemasan remaja.

Kata Kunci : Kecemasan, perhatian pengasuh, Interaksi Sosial, Remaja.

A. Pendahuluan

Kecemasan (*anxiety*) merupakan salah satu gangguan kesehatan mental yang paling sering dialami remaja di seluruh dunia. World Health Organization (2022) melaporkan bahwa sekitar 4,1–5,3% remaja usia 10–19 tahun mengalami gangguan kecemasan klinis, sedangkan angka gejala kecemasan ringan hingga sedang mencapai 15–20% secara global. Di wilayah Asia, prevalensi kecemasan pada remaja cenderung lebih tinggi, yaitu berkisar antara 25–30% (Li et al., 2021). Di Indonesia, hasil *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) tahun (2022) menunjukkan bahwa 1 dari 3 remaja (34,9%) pernah mengalami setidaknya satu masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir, dengan kecemasan menjadi salah satu yang paling dominan (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Pada konteks yang lebih spesifik, penelitian di sejumlah negara Asia menunjukkan bahwa prevalensi kecemasan pada remaja cenderung lebih tinggi dibanding negara-negara Barat, yakni mencapai 25–30% pada beberapa wilayah (Li et al., 2021). Hal ini berkaitan dengan dinamika keluarga, kultur, tekanan sosial, serta dukungan lingkungan yang berbeda. Remaja yang tumbuh tanpa dukungan emosional yang stabil, seperti pada kelompok anak di panti asuhan, memiliki risiko lebih tinggi mengalami kecemasan, depresi, dan gangguan perilaku. Remaja umumnya menghadapi kehilangan figur keluarga, ketidakpastian masa depan, serta hubungan emosional yang tidak selalu stabil dengan pengasuh.

Di Indonesia, beberapa penelitian menunjukkan bahwa angka kecemasan pada remaja berada pada kisaran 20–28%, tergantung lokasi dan kondisi sosial remaja tersebut (Rahmawati et al., 2021). Prevalensi tersebut meningkat pada remaja yang tinggal di lingkungan dengan dukungan emosional minim, seperti panti asuhan. Anak panti asuhan sering menghadapi tantangan emosional, seperti kurangnya kelekatan (*attachment*) dengan orang tua kandung, pengalaman kehilangan, serta kebutuhan akan rasa aman yang belum terpenuhi secara optimal. Kondisi tersebut dapat memperburuk kecenderungan munculnya kecemasan, terutama bila hubungan dengan pengasuh kurang hangat, kurang responsif, atau tidak konsisten.

Hasil penelitian menyebutkan bahwa remaja di panti asuhan memiliki risiko dua hingga tiga kali lebih tinggi mengalami kecemasan dibandingkan remaja yang tinggal bersama keluarga (Nugroho & Santoso, 2022). Hal ini dipengaruhi oleh kualitas hubungan antara remaja dan pengasuh, pola komunikasi, serta kesempatan remaja untuk berinteraksi sosial dengan teman sebaya maupun lingkungan luar. Remaja yang tinggal di panti asuhan sering kali menghadapi keterbatasan interaksi sosial yang sehat karena aturan yang ketat, rasa minder, stigma, serta rendahnya kepercayaan diri akibat pengalaman penolakan atau kehilangan. Ketika kebutuhan interaksi sosial tidak terpenuhi, remaja dapat mengalami kesulitan dalam mengembangkan kemampuan sosial, mengelola emosi, dan membangun hubungan yang aman, yang pada akhirnya memicu terbentuknya kecemasan sosial maupun kecemasan umum.

Penelitian menunjukkan bahwa perhatian pengasuh memainkan peran penting dalam perkembangan psikologis remaja panti asuhan. Remaja yang merasa diperhatikan, didengarkan, dan diberikan dukungan emosional memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan mereka yang merasa diabaikan atau kurang mendapatkan perhatian (Ayu & Kusumawati (2021). Kualitas kedekatan dan responsivitas pengasuh tidak hanya menentukan rasa aman, tetapi juga mempengaruhi kemampuan remaja dalam mengelola stres dan menghadapi tekanan sosial. Sebaliknya, pengasuhan yang kaku, kurang empati, atau tidak konsisten dapat meningkatkan risiko kecemasan karena remaja tidak memiliki figur yang memberikan rasa aman dalam perkembangan emosionalnya.

Pada titik yang paling spesifik, berbagai penelitian di panti asuhan Indonesia menyebutkan bahwa faktor perhatian pengasuh dan interaksi sosial merupakan dua variabel utama yang paling kuat berhubungan dengan tingkat kecemasan pada remaja (Sari et al., 2022). Kurangnya kelekatan emosional dengan pengasuh dapat menghambat pembentukan *secure attachment*, yang merupakan fondasi rasa aman dalam diri remaja. Di sisi lain, interaksi sosial yang terbatas baik dalam lingkup panti maupun dengan teman sebaya di luar panti berkontribusi terhadap munculnya kecemasan yang terkait dengan penilaian sosial, ketidakmampuan berkomunikasi dengan baik, serta rasa takut ditolak. Oleh karena itu, remaja

di panti asuhan menjadi kelompok yang sangat rentan mengalami kecemasan, terutama bila kedua faktor tersebut tidak mendukung perkembangan emosional remaja.

B. Metode Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan korelasional menggunakan pendekatan cross sectional. Desain ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan perhatian pengasuh dan interaksi sosial terhadap anxiety pada remaja di panti asuhan pada satu waktu tertentu tanpa adanya tindak lanjut. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, di mana seluruh remaja usia 10-19 tahun di panti asuhan dijadikan responden karena jumlah populasi relatif kecil dan mudah dijangkau. Desain ini sesuai dengan pendapat Hossan et al. (2023) dan Giri (2024) yang menyatakan bahwa total sampling tepat digunakan apabila populasi kecil dan homogen.

C. Hasil dan Pembahasan

Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan untuk mendapatkan data karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, lama tinggal dipanti. Hasil penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut :

. Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusikan Frekuensi Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Lama Tinggal di Panti Asuhan Al-Akbar Pekanbaru Pada tahun 2026 (N: 45)

Karakteristik Responden	Frekuensi (Responden)	Persentase (%)	Min-Max	Median
Usia				
10-15 tahun	37	82,5	10-19	12,00
16-19 tahun	8	17,7		
Total	45	100		
Jenis Kelamin				
Laki-laki	23	51,1		
Perempuan	22	48,9		
Total	45	100		
Lama Tinggal di Panti				
6-12 bulan	9	20,0	8-42	24,00
>12 bulan	36	80,0		
Total	45	100		

Berdasarkan Tabel diatas dapat diketahui bahwa mayoritas responden berdasarkan mayoritas berusia 10-15 tahun sebanyak 37 orang (82,5%), sedangkan yang berusia 16-19 tahun berjumlah 8 orang (17,7%). Nilai usia minimum responden adalah 10 tahun, usia maksimum 19 tahun, dengan nilai median usia 12,00 tahun. Pada kategori jenis kelamin mayoritas yaitu berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 23 responden (51,1%) dan yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 22 responden (48,9%). Terakhir yaitu dengan kategori lama tinggal dipanti mayoritas responden yaitu >12 bulan dengan jumlah 36 responden (80,0%), sedangkan responden yang tinggal dipanti selama 6-12 bulan yaitu berjumlah 9 responden (20,0%).

Perhatian Pengasuh, Interaksi Sosial, dan *Anxiety*

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perhatian Pengasuh, Interaksi Sosial, *Anxiety*, di Panti Asuhan Al-Akbar Pekanbaru (N:45)

Variabel	Frekuensi (Responden)	Persentase (%)
Perhatian Pengasuh		
Sedang	29	64,4
Tinggi	16	35,6
Total	45	100
Interaksi Sosial		
Rendah	4	8,9
Sedang	25	55,6
Tinggi	16	35,6
Total	45	100
<i>Anxiety</i>		
Tidak ada kecemasan	18	40,0
Kecemasan ringan	0	0
Kecemasan sedang	27	60,0
Kecemasan berat panik	0	0
Total	45	100

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa perhatian pengasuh responden dengan kategori sedang lebih banyak dengan jumlah 29 responden (64,4%), sedangkan untuk kategori tinggi berjumlah 16 responden (35,6%). Pada variabel interaksi sosial, responden dengan kategori sedang lebih banyak dengan jumlah 25 responden (55,6%), sedangkan untuk kategori tinggi berjumlah 16 responden (35,6%), dan sedangkan untuk kategori rendah berjumlah 4 responden (8,9%). Dan yang terakhir pada variabel anxiety responden dengan kategori kecemasan sedang lebih banyak dengan jumlah 27 responden (60,0%), sedangkan untuk kategori tidak ada kecemasan berjumlah 18 responden (40,0%).

Pembahasan

1. Konteks Strategis Dinamika Kesehatan Mental Remaja Di Institusi

Memahami dinamika kesehatan mental remaja di institusi panti asuhan merupakan urgensi fundamental dalam praktik keperawatan jiwa kontemporer. Remaja dalam lingkungan ini terpapar pada risiko psikososial yang kompleks akibat diskoneksi figur keluarga biologis dan ketidakpastian proyeksi masa depan. Secara global, *World Health Organization* (2022) mengestimasi prevalensi gangguan kecemasan klinis pada remaja mencapai 4,1–5,3%. Di Indonesia, data *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) tahun 2022 menunjukkan angka yang lebih mengkhawatirkan, di mana 1 dari 3 remaja (34,9%) memiliki masalah kesehatan mental dengan ansietas sebagai salah satu manifestasi dominan.

Di Panti Asuhan Al-Akbar Pekanbaru, kerentanan ini menjadi fenomena nyata yang memerlukan analisis mendalam melalui lensa asuhan keperawatan jiwa yang komprehensif. Pembahasan ini ditujukan untuk mensintesis temuan empiris mengenai peran perhatian pengasuh dan interaksi sosial sebagai variabel determinan dalam modulasi tingkat ansietas remaja.

2. Analisis Hubungan Perhatian Pengasuh dan Interaksi Sosial terhadap Ansietas

Berdasarkan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square*, penelitian ini membuktikan bahwa hipotesis kerja diterima, yang menegaskan bahwa faktor lingkungan eksternal memiliki signifikansi statistik terhadap stabilitas internal remaja. Terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kualitas perhatian pengasuh dengan tingkat kecemasan remaja di Panti Asuhan Al-Akbar (). Data menunjukkan mayoritas perhatian pengasuh berada pada kategori sedang (64,4%), yang berbanding lurus dengan tingkat kecemasan responden yang juga didominasi kategori sedang (60,0%).

Secara klinis, melalui instrumen *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS), manifestasi kecemasan sedang ini kerap terwujud dalam gejala somatik seperti ketegangan otot, gangguan tidur (*insomnia*), hingga kesulitan berkonsentrasi yang diobservasi pada responden. Temuan ini selaras dengan pemikiran Rahmawati & Lestari (2020) yang memposisikan perhatian

personal sebagai *emotional buffer* yang menyaring tekanan psikologis akibat hilangnya figur orang tua kandung. Dengan demikian, kualitas atensi pengasuh bukan sekadar fungsi administratif, melainkan determinan utama dalam menjaga *attachment security* dan stabilitas emosional remaja di lingkungan panti.

Selain faktor pengasuhan, interaksi sosial juga menunjukkan hubungan signifikan terhadap derajat kecemasan remaja (). Bukti empiris memaparkan bahwa interaksi sosial kategori sedang (55,6%) memberikan kontribusi nyata terhadap spektrum kecemasan yang dirasakan oleh 45 responden. Temuan ini beresonansi dengan studi Putri & Widodo (2022) yang menekankan bahwa kualitas hubungan teman sebaya bertindak sebagai agen regulasi emosi, di mana rendahnya kualitas interaksi dapat memicu isolasi sosial yang memperburuk gejala ansietas. Oleh karena itu, relevansi temuan ini mengarahkan bahwa intervensi keperawatan jiwa di panti tidak boleh hanya berfokus pada terapi individu, melainkan harus mencakup rekayasa lingkungan sosial (*milieu therapy*) guna mengoptimalkan dukungan sebaya sebagai mekanisme koping kolektif. Kedua variabel tersebut saling berkelindan dalam membangun ekosistem psikososial yang menentukan tingkat resiliensi remaja terhadap gangguan kesehatan mental di institusi.

3. Integrasi Teoretis: Model Interaksi Arnett dan MSPSS

Integrasi antara model interaksi pengasuh Arnett dan persepsi dukungan sosial Zimet memberikan perspektif akademik yang tajam dalam membedah fenomena ansietas di lingkungan panti. Aspek "Kehangatan" dan "Responsivitas" dalam *Caregiver Interaction Scale* (Arnett) serta dukungan "*Significant Others*" dalam *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (Zimet) merupakan inti dari mekanisme proteksi psikososial remaja. Dalam konteks Panti Asuhan Al-Akbar, pengasuh beralih fungsi menjadi figur *proxy* bagi *significant others* yang sangat krusial bagi remaja karena ketiadaan keluarga inti sebagai penyangga rasa takut.

Data penelitian ini mengonfirmasi bahwa perhatian individual merupakan kunci utama; ketika pengasuh mampu merespons kebutuhan unik anak, persepsi dukungan sosial akan meningkat secara signifikan (Disassa & Lamessa, 2021). Hal ini diperkuat oleh karakteristik budaya kolektivistik Indonesia (Rahayu et al., 2022) yang menunjukkan bahwa komunikasi yang hangat dan tulus jauh lebih menentukan dalam mereduksi ansietas dibandingkan frekuensi interaksi fisik semata. Secara klinis, hal ini menegaskan bahwa penguatan kapasitas empati pengasuh adalah intervensi prioritas untuk menciptakan lingkungan yang mendukung *psychosocial resilience*. Sintesis teoretis ini memandu peneliti untuk melihat melampaui data permukaan menuju pemahaman tentang bagaimana struktur sosial panti memengaruhi kedalaman emosional penghuninya.

4. Justifikasi Anomali dan Analisis Karakteristik Responden

Dominansi kategori "sedang" pada seluruh variabel penelitian ini (perhatian, interaksi, dan ansietas) merupakan fenomena yang mencerminkan pola adaptasi unik dalam lingkungan institusional. Kondisi psikologis pada 45 responden ini dapat diinterpretasikan sebagai hasil dari proses habituasi atau pembiasaan terhadap rutinitas panti asuhan yang stabil namun rapuh. Faktor karakteristik responden, khususnya variabel lama tinggal, menjadi penguat di mana remaja yang telah tinggal lebih lama cenderung mengembangkan mekanisme koping yang cukup untuk bertahan di level "sedang", meski tetap rentan karena ketiadaan dukungan keluarga biologis.

Temuan ini beresonansi dengan teori Arnett mengenai keseimbangan antara kehangatan dan konsistensi struktur; lingkungan panti sering kali berhasil dalam aspek pemenuhan aturan namun masih memiliki celah dalam kedalaman kasih sayang individual. Secara klinis, kategori "sedang" ini merupakan "zona kritis" (*critical zone*). Tanpa intervensi segera, status ini dapat bergeser menjadi kecemasan berat apabila terjadi stresor lingkungan yang tidak terduga. Oleh karena itu, pengenalan dini terhadap gejala fisik ansietas berdasarkan instrumen HARS sangat diperlukan sebagai bagian dari surveilans kesehatan mental panti.

5. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa potret data ini memiliki batasan metodologis yang memengaruhi ruang lingkup interpretasinya:

- a) Desain Penelitian: Penggunaan desain *cross-sectional* pada Desember 2025 hanya memberikan gambaran statis (potret satu waktu) dan tidak mampu menangkap dinamika fluktuasi kecemasan remaja secara longitudinal.
- b) Ukuran Sampel: Penggunaan teknik *total sampling* pada populasi kecil (45 responden) di satu lokasi spesifik membatasi generalisasi hasil penelitian terhadap populasi remaja panti asuhan secara nasional.
- c) Variabel Luar: Analisis belum mencakup variabel eksternal seperti pengaruh lingkungan fisik panti atau sisa hubungan dengan keluarga biologis yang mungkin bertindak sebagai faktor moderasi dalam tingkat ansietas.

6. Rekomendasi Strategis dan Implikasi Praktik Keperawatan

Temuan ini memberikan arahan strategis bagi pengelolaan kesehatan mental remaja di institusi formal melalui intervensi yang terukur. Pihak Panti Asuhan Al-Akbar direkomendasikan untuk melakukan rekayasa lingkungan sosial melalui pembentukan *Peer Support Group* (Kelompok Dukungan Sebaya) sebagai aplikasi praktis dari temuan signifikan pada variabel interaksi sosial.

Selain itu, peningkatan kapasitas pengasuh melalui pelatihan komunikasi empatik diperlukan untuk mengubah pola pengasuhan dari sekadar administratif menjadi dukungan emosional yang responsif. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan eksplorasi lebih mendalam terhadap variabel dukungan keluarga biologis dan faktor lingkungan fisik sebagai determinan tambahan. Intervensi pada aspek-aspek tersebut merupakan langkah nyata dalam memastikan remaja di institusi formal dapat mencapai tingkat resiliensi yang tangguh dan kesehatan mental yang optimal.

D. Penutup

Simpulan

Evaluasi klinis terhadap data penelitian secara otoritatif membuktikan bahwa kualitas perhatian pengasuh dan dinamika interaksi sosial merupakan prediktor signifikan terhadap tingkat kecemasan (*anxiety*) remaja di Panti Asuhan Al-Akbar. Hasil penelitian mengonfirmasi bahwa hipotesis kerja diterima, menunjukkan adanya hubungan linear di mana optimalisasi pada aspek pengasuhan dan dukungan sosial berkontribusi langsung terhadap reduksi manifestasi kecemasan. Kualitas perhatian dari pengasuh bukan sekadar pemenuhan fungsi administratif, melainkan determinan fundamental dalam menciptakan stabilitas emosional remaja. Sementara itu, interaksi sosial terbukti berfungsi sebagai mekanisme koping protektif; kemampuan remaja untuk membangun relasi interpersonal yang positif menjadi faktor penentu dalam mencegah eskalasi tekanan psikologis menjadi gangguan mental yang lebih kompleks.

Perkiraan data dari 45 responden di Panti Asuhan Al-Akbar menghasilkan tiga generalisasi krusial mengenai profil psikososial remaja di lembaga tersebut:

- a) Stagnasi pada Level Moderat sebagai Zona Kritis: Profil dominan menunjukkan bahwa perhatian pengasuh, interaksi sosial, dan kecemasan berada pada kategori "sedang". Secara klinis, level "sedang" ini bukan merupakan zona aman, melainkan sebuah kondisi psikososial kritis yang rentan bereskalasi menjadi gangguan kecemasan berat jika tidak diikuti oleh peningkatan kualitas intervensi.
- b) Urgensi Atensi Adaptif dalam Kepadatan Institusional: Mengingat panti ini menampung 65 anak dengan rentang usia yang sangat luas (6 bulan hingga 19 tahun), terdapat kebutuhan mendesak untuk mentransformasi pola asuh dari sekadar pemenuhan fisik dasar menjadi dukungan afektif yang lebih personal dan terdiferensiasi.
- c) Risiko Defisit Regulasi Emosi Jangka Panjang: Jika kualitas interaksi tetap tertahan pada level moderat, remaja berada pada risiko tinggi mengalami kegagalan dalam pembentukan kemandirian dan identitas diri, yang berpotensi menghambat integrasi sosial mereka saat meninggalkan panti asuhan kelak.

Secara teoritis, temuan ini memberikan kontribusi empiris baru yang memperkuat teori *caregiver involvement* dan peran pengasuh sebagai *emotional buffer* di lingkungan institusional. Dalam konteks panti asuhan, pengasuh memegang peran vital sebagai *surrogate parents* (orang tua pengganti). Penelitian ini memberikan bukti literatur bahwa keberadaan *secure attachment* dalam lingkungan institusional yang padat merupakan kunci utama untuk mereduksi *anxiety*. Hal ini memvalidasi teori Arnett mengenai kehangatan (*warmth*) dan responsivitas pengasuh sebagai fondasi keamanan psikis yang tidak dapat digantikan oleh fasilitas fisik semata. Dengan demikian, intervensi keperawatan psikososial harus diprioritaskan pada penguatan keterikatan (*attachment*) antara anak asuh dan figur otoritas panti.

Saran

Rekomendasi Praktis bagi Pengelola Panti Asuhan Al-Akbar, Berdasarkan dimensi *Caregiver Interaction Scale*, pengelola panti disarankan untuk mengambil langkah operasional sebagai berikut:

- a) Pelatihan *Therapeutic Communication* dan *Emotional Presence*: Menyelenggarakan program peningkatan kapasitas bagi pengasuh agar mampu hadir secara emosional dan menerapkan teknik komunikasi terapeutik yang hangat guna mereduksi persepsi pengabaian pada remaja.
- b) Eskalasi *Individualized Care*: Pengasuh perlu mengalokasikan waktu khusus untuk interaksi personal secara terjadwal guna memahami riwayat unik dan kebutuhan spesifik setiap individu.
- c) Program Pendampingan Psikologis Terstruktur: Menyediakan layanan konseling rutin dengan melibatkan tenaga kesehatan mental profesional bagi remaja yang terdeteksi berada pada level kecemasan sedang ke atas.
- d) Revitalisasi Dinamika Kelompok: Menginisiasi kegiatan sosial yang mendorong *peer-support* (dukungan sebaya) untuk meningkatkan kualitas interaksi sosial sebagai pelindung alami terhadap stresor lingkungan.

Rekomendasi bagi Praktisi Keperawatan, Perawat komunitas dan spesialis keperawatan mental perlu menjadikan panti asuhan sebagai area intervensi prioritas. Peneliti merekomendasikan penerapan instrumen *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) sebagai standar operasional prosedur (SOP) dalam pemeriksaan kesehatan mental berkala di panti. Deteksi dini melalui HARS memungkinkan praktisi keperawatan memberikan intervensi preventif yang tepat sasaran sebelum gejala klinis berkembang menjadi patologi psikologis yang lebih berat.

Saran Akademis dan Rekomendasi Penelitian Selanjutnya, Keterbatasan desain *cross-sectional* dan ruang lingkup sampel dalam penelitian ini membuka peluang bagi pengembangan ilmu pengetahuan keperawatan jiwa di masa depan melalui:

- a) Studi Kualitatif Fenomenologis: Mengeksplorasi secara mendalam esensi dan "makna perhatian" bagi remaja yang kehilangan figur orang tua kandung, guna menangkap kedalaman emosional dari rasa kesepian serta kehilangan.
- b) Studi Longitudinal Eksperimental: Melakukan penelitian jangka panjang untuk mengevaluasi efektivitas program pelatihan *secure attachment* terhadap penurunan tingkat *anxiety* secara berkelanjutan.

Eksplorasi Variabel Eksternal dan Moderating Factors: Meneliti pengaruh lingkungan fisik panti serta riwayat trauma masa lalu terhadap kemampuan regulasi emosi remaja.

Daftar Pustaka

- Ainsworth, M. (2020). *Psychodynamic perspectives on anxiety*. New York: Routledge.
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.). Washington, DC: Author.
- Anderson, P., & Lindsley, S. (2021). Attention as a cognitive selection process: Filtering relevant stimuli in decision-making. *Journal of Cognitive Science*, 14(2), 113–129.
- Armen. (2019). *Pengantar psikologi sosial*. Jakarta: Kencana.

- Arnett, J. (1989). Caregiver Interaction Scale. *Early Childhood Research Quarterly*, 4(2), 289–309.
- Arnett, J. J. (1989). *Adolescent development and interaction theory*. New York: Harper & Row.
- Arfebi, R., Mahendra, A., & Sulastri, N. (2022). Perhatian pengasuh dan kesejahteraan psikologis remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 10(3), 145–154
- Aulia, R., & Hardiyani, D. (2022). Faktor penyebab kecemasan pada anak di panti asuhan dan dampaknya terhadap perkembangan psikososial. *Jurnal Psikologi Klinis dan Pendidikan*, 10(2), 92–101.
- Ayu, R., & Kusumawati, D. (2021). Peran perhatian pengasuh terhadap kecemasan remaja panti asuhan. *Jurnal Psikologi Remaja*, 5(1), 45–53.
- Baharuddin. (2021). *Sosiologi interaksi sosial*. Mataram: Sanabil.
- Beck, A. T. (2020). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books.
- Binti Maunah. (2021). *Sosiologi pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Brown, L., & Gonzalez, A. (2023). Spontaneous and reflective attention in adolescents. *Journal of Behavioral Studies*, 32(1), 22–33.
- Brown, L., Gonzalez, A., & Martin, J. (2021). Reflective attention and cognitive engagement in adolescents. *Cognitive Behavior Journal*, 15(3), 190–205.
- Chen, W., Zhao, H., & Liu, A. (2023). Focused and diffused attention in learning environments. *Asian Journal of Cognitive Psychology*, 11(4), 301–315.
- Christyastari, W. P., & Rusmawan. (2023). Pengaruh interaksi sosial terhadap penyesuaian diri remaja. *Jurnal Pendidikan Sosial*, 11(2), 55–65.
- Christyastari, N. K., & Rusmawan, R. (2023). Karakteristik demografis remaja di panti asuhan berdasarkan jenis kelamin. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 11(2), 112–120.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2010). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (Edisi ke-4)*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Dewi, S. (2021). Hubungan interaksi sosial dengan kecemasan sosial remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 9(2), 77–86.
- Disassa, A., & Lamessa, F. (2021). Individualized caregiving and psychosocial wellbeing of children in orphanages. *Child Welfare Review*, 15(3), 112–125.
- Dissanayake, R., & Lamessa, G. (2023). Child care institutions and adolescent development. *International Journal of Social Welfare*, 32(2), 115–128.
- Dissasa, R., & Lamessa, G. (2021). Caregiver attention and adolescent mental health in institutional care. *Journal of Child and Adolescent Development*, 14(2), 120–132.
- Farhane-Medina, B., Martínez-González, L., & López-Sánchez, G. F. (2022). Gender differences in anxiety and stress responses among adolescents. *Journal of Adolescent Mental Health*, 14(3), 201–210.
- Fitriani, R., & Handayani, S. (2021). Perbedaan perilaku dan kesejahteraan psikologis anak laki-laki dan perempuan di panti asuhan. *Jurnal Psikologi Anak dan Remaja*, 9(2), 98–107.
- Gerungan, W. A. (2010). *Psikologi sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- Gillin, J., & Gillin, J. P. (2021). (Dalam B. Maunah). *Sosiologi pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Giri, P. (2024). *Quantitative research design and sampling techniques*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Global Health Science Group. (2024). *Self-concept among institutionalized adolescents: A developmental perspective*. Global Health Science Group.
- Hamilton, M. (1959). The assessment of anxiety states by rating. *British Journal of Medical Psychology*, 32(1), 50–55.
- Havighurst, R. J. (2023). *Developmental tasks and education (Revised edition)*. New York: Longman.
- Hidayah, N., & Nurhadi. (2022). Dukungan sosial dan penyesuaian diri pada remaja awal di lembaga kesejahteraan sosial. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 10(1), 45–54.

- Hidayat, A., Pramesti, D., & Kurniawan, R. (2023). Peran perhatian pengasuh dalam pengelolaan stres dan peningkatan kepercayaan diri anak asuh di panti asuhan. *Jurnal Psikologi dan Kesejahteraan Sosial*, 12(2), 134–143.
- Hofmann, S. G., Asnaani, A., Vonk, I., Sawyer, A. T., & Fang, A. (2022). The efficacy of cognitive behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Cognitive Therapy and Research*, 46(3), 345–360.
- Homans, G. C. (2020). (Dalam S. Sentosa). Sistem sosial dan perilaku kelompok. Jakarta: Prenada Media.
- Hossan, M., Karim, S., & Abdullah, F. (2023). Total sampling method in small and homogeneous populations: A methodological review. *International Journal of Research Methodology*, 8(1), 33–41.
- Ismoyowati, S. (2021). Validitas dan reliabilitas instrumen Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) pada remaja. *Jurnal Psikometri Indonesia*, 7(2), 55–63.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2024). Standar nasional pengasuhan anak berbasis lembaga. Jakarta: Kementerian Sosial RI.
- Klein, H., & Johnson, R. (2022). Fundamentals of selective attention in cognitive processing. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 29(1), 55–67.
- Kopasta Journal. (2023). Intervensi psikososial untuk meningkatkan penyesuaian sosial remaja panti. *Kopasta Journal of Social Development*, 5(1), 30–40.
- Lestari, S., Wulandari, R., & Prakoso, T. (2024). Lama tinggal anak asuh dan pembentukan kemandirian di panti asuhan. *Jurnal Kesejahteraan Anak dan Remaja*, 13(1), 25–34.
- Levin, D., & Simons, M. (2022). Intensive and non-intensive attention: A framework of attentional load. *Attention and Cognition Review*, 9(2), 88–101.
- Li, X., Zhang, Y., Wang, Z., & Chen, H. (2021). Prevalence and associated factors of anxiety among adolescents in Asian countries. *Journal of Adolescent Health*, 68(3), 456–467.
- Lusiana, S. (2024). Validitas dan reliabilitas MSPSS dalam konteks budaya Indonesia. *Jurnal Psikometrika Indonesia*, 12(1), 33–49.
- Manafe, L. A., & Berhimpon, I. (2022). Peran dukungan sosial terhadap tingkat kecemasan pada remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(1), 45–53.
- Manafe, Y. M., & Berhimpon, S. (2022). Karakteristik lama tinggal anak di panti asuhan dan implikasinya terhadap penyesuaian diri. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Sosial*, 10(2), 89–97.
- Menara Pengabdian Journal. (2024). Pelatihan life skills untuk meningkatkan kemandirian remaja panti asuhan. *Menara Pengabdian*, 6(1), 55–63.
- Miller, S., Jacobs, D., & Turner, L. (2021). Attentional distribution and multitasking performance. *Cognitive Behavior Journal*, 17(3), 211–225.
- Mokwena, S., Lethole, M., & Thabiso, R. (2023). Group counseling intervention to reduce anxiety among institutionalized youth. *Journal of Child Psychology and Intervention*, 11(2), 75–89.
- Nafira, A., & Juwita, L. (2025). Identitas diri remaja panti asuhan: Peran pengasuh dan teman sebaya. *Jurnal Psikologi Perkembangan Indonesia*, 4(1), 12–22