YASIN
Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya

p-ISSN: 2808-2346
e-ISSN: 2808-1854

Terindeks: SINTA 5, Copernicus, Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/yasin.v6i3.10395

IMPLEMENTASI INTERVENSI BERBASIS *SELF-DETERMINATION THEORY* PADA REMAJA DI BAWAH PENGAWASAN PANTI ASUHAN X

Implementation of a Self-Determination Theory-Based Intervention among Adolescents Under the Supervision of Orphanage X

Samuel Fredericko Sherloe, Rasyatul Aini,
Hanifatul Aisyah, Astri Anggraini Hapsara Wibowo
Universitas Tarumanagara
samuel.705230070@stu.untar.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Apr 18, 2026	May 16, 2026	May 28, 2026	Jun 2, 2026

Abstract

Basic psychological needs in Self-Determination Theory (SDT), which include autonomy, competence, and relatedness, play an important role in supporting adolescents' psychological development. However, adolescents under the supervision of an orphanage may face obstacles in fulfilling their basic psychological needs due to limited personal support and the dynamics of the caregiving environment. This study aims to support the fulfillment of the basic psychological needs of adolescents under the supervision of Orphanage X through an SDT-based intervention program. This study used observation, interviews, and pre-test and post-test measurements using the Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale (BPNSFS). The research participants consisted of eight adolescents aged 14–16 years who were selected based on pre-test results indicating high need frustration, low need satisfaction, or a condition in which frustration was higher than satisfaction in several aspects of basic psychological needs. The intervention program was implemented through several

Yasin Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

activities, namely "*Mading Surat*," letter writing, "Content Creator Challenge," "Poster Challenge," and "*Buku Mini Cita-Citaku*." The results show an increase in the average scores for autonomy satisfaction, relatedness satisfaction, and competence satisfaction after the implementation of the intervention. In addition, several aspects of frustration decreased among some participants, although changes in each participant showed different dynamics and did not always occur linearly. The conclusion of the study affirms that an SDT-based intervention program can be a relevant approach to help support the fulfillment of adolescents' basic psychological needs in an orphanage environment. The implications of this study provide practical contributions for caregivers, educators, and social institutions in designing intervention activities that support adolescents' autonomy, competence, and social relatedness in a more targeted manner.

Keywords: Self-Determination Theory; Basic Psychological Needs; Adolescents; Orphanage; Psychological Intervention.

Abstrak: Kebutuhan psikologis dasar dalam *Self-Determination Theory* (SDT), yang meliputi *autonomy*, *competence*, dan *relatedness*, berperan penting dalam mendukung perkembangan psikologis remaja. Namun, remaja yang berada di bawah pengawasan panti asuhan berpotensi menghadapi hambatan dalam pemenuhan kebutuhan psikologis dasar karena keterbatasan dukungan personal dan dinamika lingkungan pengasuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mendukung pemenuhan kebutuhan psikologis dasar remaja di bawah pengawasan Panti Asuhan X melalui program intervensi berbasis SDT. Penelitian ini menggunakan metode observasi, wawancara, serta pengukuran *pre-test* dan *post-test* menggunakan *Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale* (BPNSFS). Peserta penelitian terdiri atas delapan remaja berusia 14–16 tahun yang dipilih berdasarkan hasil *pre-test* yang menunjukkan tingginya *need frustration*, rendahnya *need satisfaction*, atau kondisi *frustration* yang lebih tinggi dibandingkan *satisfaction* pada beberapa aspek kebutuhan psikologis dasar. Program intervensi dilaksanakan melalui beberapa kegiatan, yaitu "Mading Surat", *letter writing*, "*Content Creator Challenge*", "*Poster Challenge*", dan "Buku Mini Cita-Citaku". Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pada aspek *autonomy satisfaction*, *relatedness satisfaction*, dan *competence satisfaction* setelah pelaksanaan intervensi. Selain itu, beberapa aspek *frustration* mengalami penurunan pada sebagian peserta, meskipun perubahan pada setiap peserta menunjukkan dinamika yang berbeda dan tidak selalu berlangsung secara linear. Simpulan penelitian menegaskan bahwa program intervensi berbasis SDT dapat menjadi pendekatan yang relevan untuk membantu mendukung pemenuhan kebutuhan psikologis dasar remaja di lingkungan panti asuhan. Implikasi penelitian ini memberikan kontribusi praktis bagi pengasuh, pendidik, dan lembaga sosial dalam merancang kegiatan intervensi yang mendukung otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial remaja secara lebih terarah.

Kata Kunci: *Self-Determination Theory*; Kebutuhan Psikologis Dasar; Remaja; Panti Asuhan; Intervensi Psikologis.

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah periode perkembangan yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosional, sosial, dan psikologis. Pada fase ini, remaja mulai berusaha memahami identitas diri, membangun hubungan sosial yang lebih luas, serta mengembangkan

kemampuan untuk mengambil keputusan secara mandiri. Dalam *Self-Determination Theory* (SDT), kebutuhan psikologis dasar yang terdiri dari *autonomy*, *competence*, dan *relatedness* dianggap memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan psikologis dan kesejahteraan individu (Wadi & Mukminin, 2024; Ahmad et al., 2024). Menurut Deci dan Ryan dalam (Marisa & Utami, 2021) *autonomy* adalah kebutuhan individu untuk merasa memiliki kendali dan kebebasan dalam menentukan pilihan terhadap dirinya sendiri, *competence* yaitu kebutuhan untuk merasa mampu dan efektif dalam menghadapi tantangan, sedangkan *relatedness* adalah kebutuhan untuk merasa diterima, dekat, dan memiliki hubungan yang bermakna dengan orang lain. Ketika kebutuhan tersebut dapat terpenuhi, individu cenderung lebih mampu mengembangkan motivasi, kepercayaan diri, dan hubungan sosial yang lebih positif. Sebaliknya, apabila kebutuhan psikologis dasar tidak terpenuhi secara optimal, individu dapat mengalami berbagai kesulitan psikologis, seperti rendahnya motivasi, kebingungan dalam memahami diri, hingga kesulitan membangun hubungan dengan lingkungan sosial (Parombean et al., 2025).

Remaja di bawah pengawasan panti asuhan memiliki dinamika psikologis yang cukup kompleks karena mereka tumbuh dan berkembang dalam lingkungan sosial yang berbeda dibandingkan remaja pada umumnya. Lingkungan panti asuhan tidak hanya berfungsi sebagai tempat tinggal, tetapi juga menjadi tempat bagi remaja untuk membangun hubungan sosial, menyesuaikan diri dengan aturan lingkungan, dan mengembangkan identitas diri mereka. Namun, keterbatasan individu, perbedaan latar belakang, serta dinamika hubungan sosial di lingkungan panti dapat mempengaruhi pemenuhan kebutuhan psikologis dasar remaja. Berdasarkan hasil observasi awal kepada anak-anak remaja dan wawancara dengan pengurus di Panti Asuhan X, ditemukan beberapa perilaku yang menunjukkan adanya hambatan pada aspek *autonomy*, *competence*, dan *relatedness*. Beberapa remaja terlihat cenderung hanya berinteraksi dengan kelompok pertemanan tertentu serta masih menunjukkan perilaku agresif secara verbal, yang dapat mencerminkan adanya kendala pada aspek keterhubungan (*relatedness*). Selain itu, beberapa remaja juga terlihat kurang percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki dan mengalami kebingungan ketika diminta menentukan pilihan maupun tujuan pribadi mereka sendiri. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian remaja masih mengalami kesulitan dalam memahami kemampuan diri dan merencanakan langkah untuk mencapai tujuan masa depan mereka. Di sisi lain, kepatuhan terhadap aturan yang hanya muncul ketika terdapat pengawasan langsung juga menunjukkan bahwa beberapa remaja

masih bergantung pada kontrol eksternal dalam mengikuti aturan di lingkungan panti (Ryan & Deci, 2020; Utomo & Putri, 2026).

Berdasarkan kondisi-kondisi tersebut, tim peneliti menyusun program intervensi berbasis *Self-Determination Theory* (SDT) yang bertujuan untuk membantu mendukung pemenuhan kebutuhan *autonomy*, *competence*, dan *relatedness* pada remaja di Panti Asuhan X. Program intervensi dilakukan melalui beberapa kegiatan seperti Mading Surat, *letter writing*, *Content Creator Challenge*, *Poster Challenge*, dan Buku Mini Cita-Citaku. Kegiatan-kegiatan tersebut dirancang untuk memberikan ruang bagi remaja dalam mengekspresikan diri, membangun interaksi sosial yang lebih positif, mengenali kemampuan diri, serta memahami tujuan pribadi mereka. Selain itu, penelitian ini juga dilakukan untuk melihat perubahan kondisi kebutuhan psikologis dasar remaja setelah mengikuti program intervensi menggunakan alat ukur *Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale* (BPNSFS) yang dikembangkan oleh (Chen et al., 2015; Legault, 2017). Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai dinamika kebutuhan psikologis dasar pada remaja di bawah pengawasan panti asuhan dan bagaimana intervensi berbasis SDT dapat diterapkan dalam lingkungan tersebut.

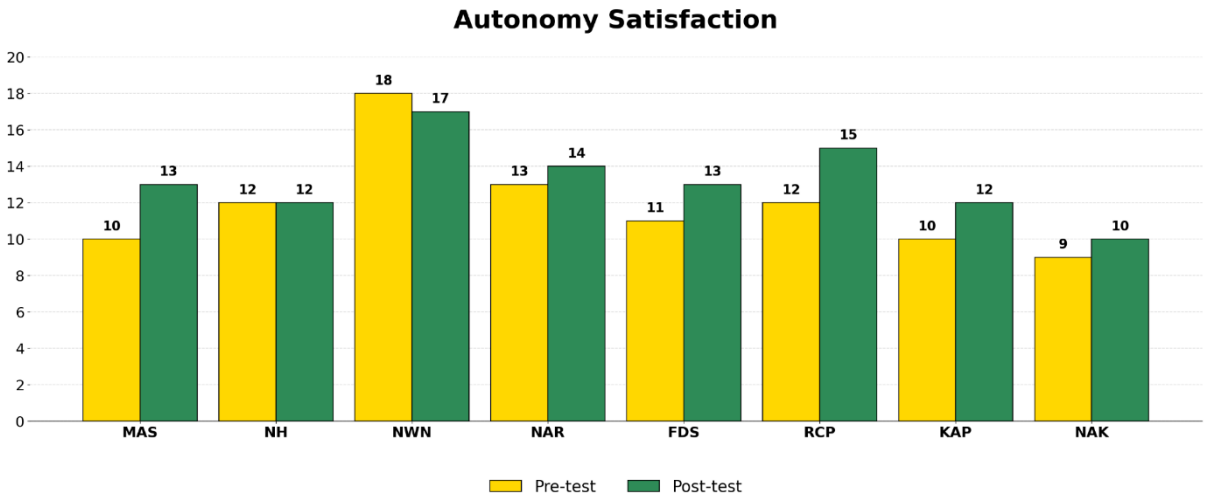
METODE

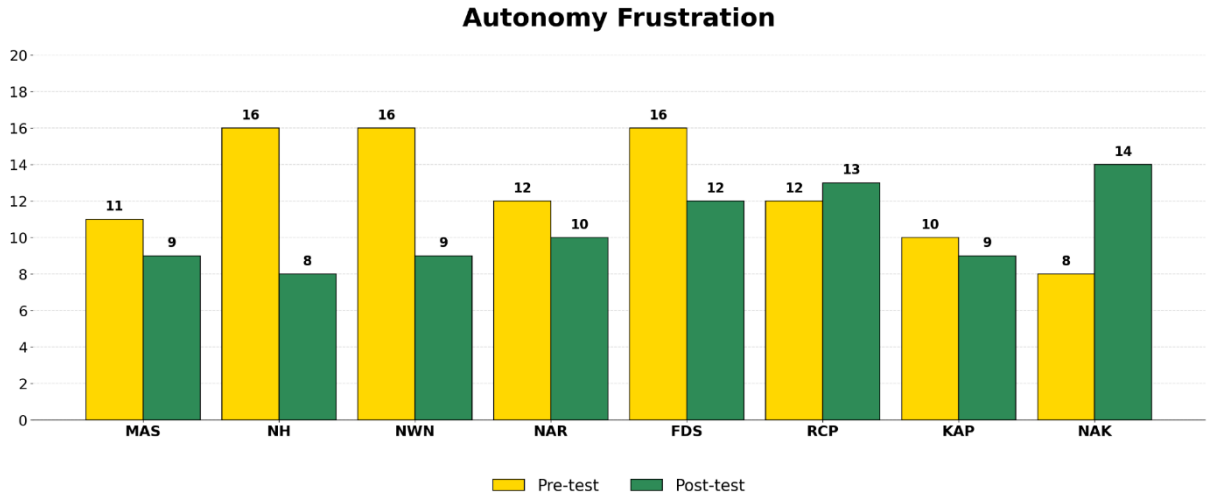
Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan metode observasi, wawancara, dan kuesioner. Observasi dilakukan selama proses pelaksanaan program intervensi untuk melihat keterlibatan, respons, interaksi sosial, serta perilaku peserta selama mengikuti kegiatan. Selain itu, wawancara dan diskusi awal juga dilakukan bersama pihak pengurus panti untuk menggali gambaran kondisi remaja, dinamika sosial di lingkungan panti, serta permasalahan yang muncul pada remaja di panti. Penelitian ini juga menggunakan metode *pre-test* dan *post-test* untuk melihat perubahan kondisi kebutuhan psikologis dasar peserta sebelum dan sesudah mengikuti program intervensi berbasis *Self-Determination Theory* (SDT). *Post-test* dilakukan setelah seluruh rangkaian program intervensi selesai dilaksanakan selama kurang lebih lima minggu. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale* (BPNSFS) yang dikembangkan oleh Chen et al. (2015) berdasarkan kerangka *Self-Determination Theory* (SDT) (Ryan dan Deci, 2017). Skala ini digunakan untuk mengukur kondisi kebutuhan psikologis dasar individu yang

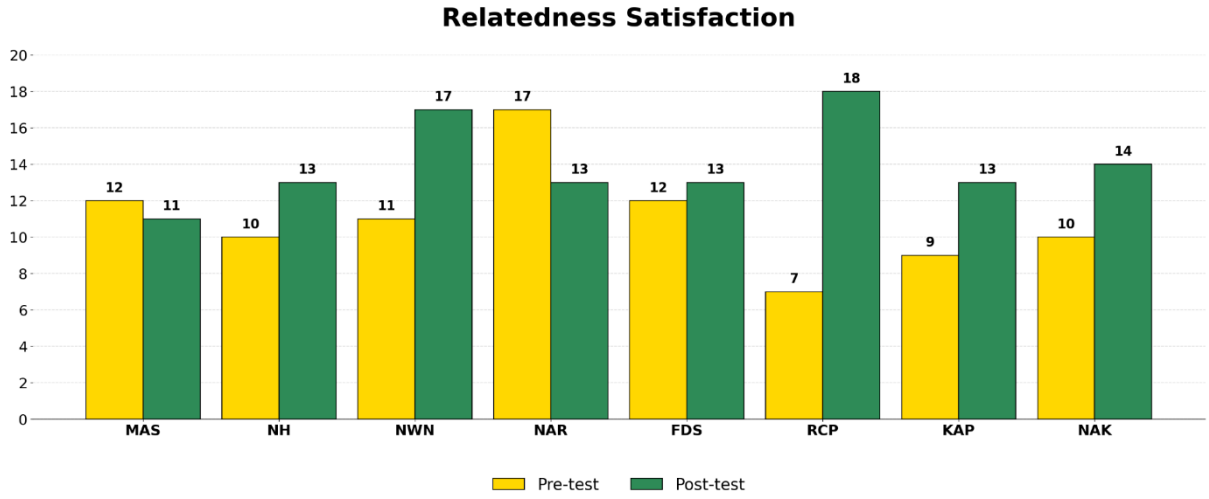
meliputi *autonomy*, *competence*, dan *relatedness*, serta masing-masing terdiri dari dimensi *satisfaction* dan *frustration*. BPNSFS terdiri dari 24 butir pernyataan dengan enam dimensi pengukuran dan menggunakan skala Likert 1–5, mulai dari Sangat-sangat tidak sesuai (SSTS), Tidak sesuai (TS), Sesuai (S), Sangat sesuai (SS), hingga Sangat-sangat sesuai (SSS). Dalam penelitian ini digunakan versi adaptasi Bahasa Indonesia oleh (Abidin et al., 2021) yang telah diuji pada sampel remaja Indonesia dan memiliki reliabilitas keseluruhan yang cukup baik dengan nilai *Cronbach's alpha sebesar* 0,70, sehingga skala ini dapat digunakan dengan cukup baik untuk mengukur kondisi kebutuhan psikologis dasar pada remaja.

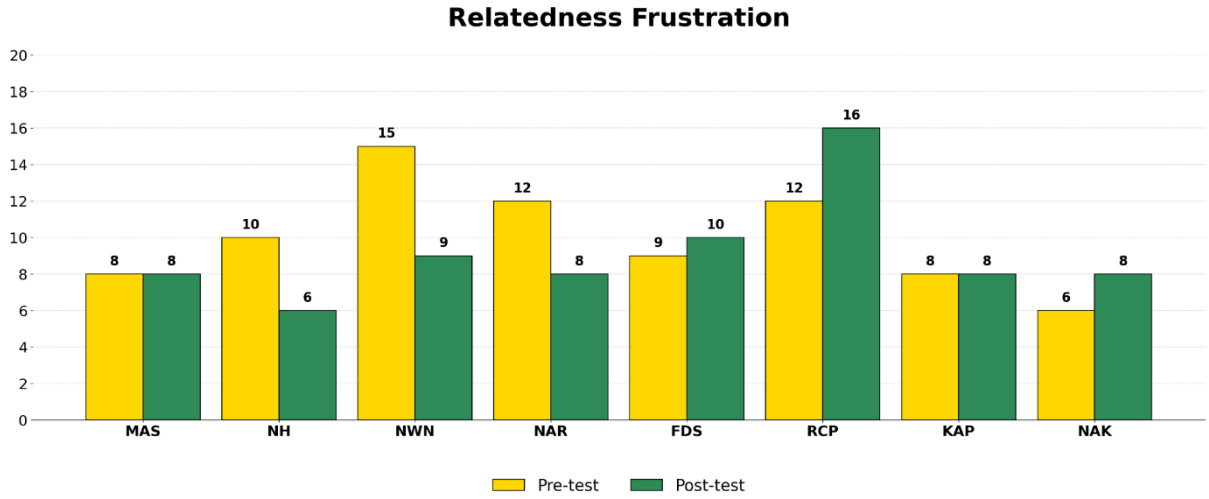
HASIL

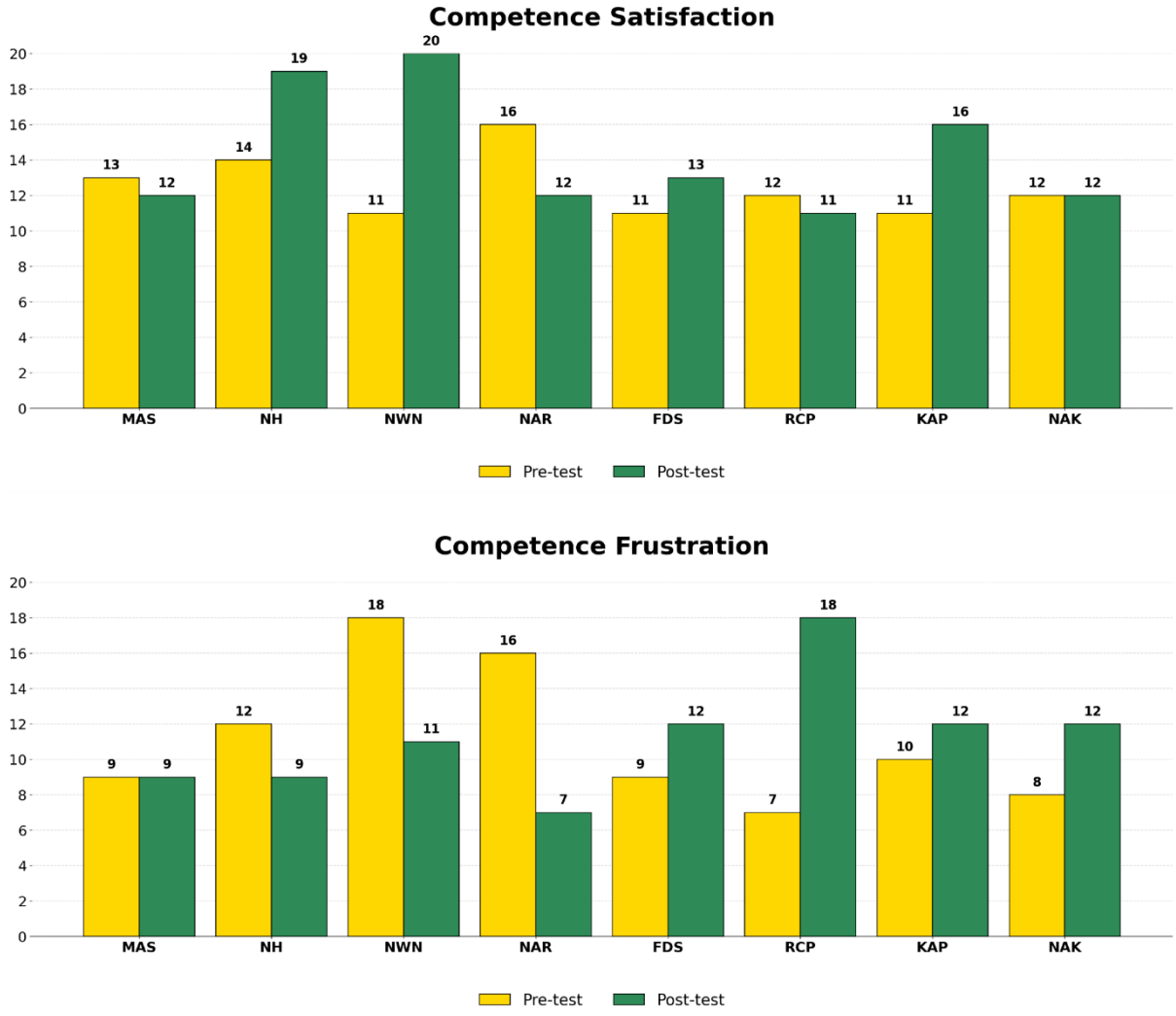
Pelaksanaan penelitian ini bertujuan untuk memahami dan membantu kebutuhan psikologis dasar remaja di Panti Asuhan X, khususnya pada aspek *autonomy*, *competence*, dan *relatedness*. Dalam pelaksanaannya, tim peneliti memberikan beberapa bentuk intervensi seperti "Mading Surat", *letter writing*, "*Content Creator Challenge*", "*Poster Challenge*", dan "Buku Mini Cita-Citaku". Asesmen dilakukan menggunakan *pre-test* dan *post-test* BPNSFS untuk melihat perubahan kondisi kebutuhan psikologis peserta sebelum dan sesudah mengikuti program intervensi selama kurang lebih lima minggu. Hasil perbandingan *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada gambar dan tabel di bawah ini:




Autonomy Frustration
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0
11
9
16
8
16
9
12
10
16
12
12
13
10
9
8
14
MAS
NH
NWN
NAR
FDS
RCP
KAP
NAK
Pre-test
Post-test


Relatedness Satisfaction
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0
12
11
10
13
11
17
17
13
12
13
7
18
9
13
10
14
MAS
NH
NWN
NAR
FDS
RCP
KAP
NAK
Pre-test
Post-test


Relatedness Frustration
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0
8
8
10
6
15
9
12
8
9
10
12
16
8
8
6
8
MAS
NH
NWN
NAR
FDS
RCP
KAP
NAK
Pre-test
Post-test



Gambar 1. Diagram Batang Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

Tabel 1. Rata-rata skor *pre-test*

Dimensi	Rata-Rata
Dimensi 1 (Autonomy Satisfaction)	**11,88**
Dimensi 2 (Autonomy Frustration)	**12,63**
Dimensi 3 (Relatedness Satisfaction)	**11**
Dimensi 4 (Relatedness Frustration)	**10**
Dimensi 5 (Competence Satisfaction)	**12,50**
Dimensi 6 (Competence Frustration)	**11,13**

Tabel 2. Rata-rata skor *post-test*

Dimensi	Rata-Rata
Dimensi 1 (Autonomy Satisfaction)	**13,25**
Dimensi 2 (Autonomy Frustration)	**10,50**
Dimensi 3 (Relatedness Satisfaction)	**14**
Dimensi 4 (Relatedness Frustration)	**9,13**
Dimensi 5 (Competence Satisfaction)	**14,38**
Dimensi 6 (Competence Frustration)	**11,25**

Deskripsi Perbandingan Data *Pre-Test* & *Post-Test*

Berdasarkan hasil evaluasi, MAS mengalami peningkatan pada aspek *Autonomy Satisfaction* sebesar 30% dari skor *pre-test* dan penurunan pada *Autonomy Frustration* sebesar 18,18%. Pada aspek *Relatedness Satisfaction*, MAS mengalami penurunan sebesar 8,33%, sedangkan *Relatedness Frustration* tetap berada pada angka 0% tanpa perubahan. Sementara itu, pada aspek *Competence Satisfaction* terjadi penurunan sebesar 7,69% dan *Competence Frustration* tetap stabil tanpa perubahan.

Pada NH, hasil evaluasi menunjukkan bahwa tidak terdapat perubahan pada aspek *Autonomy Satisfaction*, namun terjadi penurunan pada *Autonomy Frustration* sebesar 50% dari skor *pre-test*. Pada aspek *Relatedness Satisfaction*, NH mengalami peningkatan sebesar 30% yang diikuti dengan penurunan *Relatedness Frustration* sebesar 40%. Selain itu, pada aspek *Competence Satisfaction* terjadi peningkatan sebesar 35,71% dan penurunan pada *Competence Frustration* sebesar 25%.

Hasil evaluasi pada NWN menunjukkan adanya penurunan pada *Autonomy Satisfaction* sebesar 5,56% dan penurunan pada *Autonomy Frustration* sebesar 43,75% dari skor *pre-test*. Pada aspek *Relatedness Satisfaction*, NWN mengalami peningkatan sebesar 54,55% yang disertai dengan penurunan *Relatedness Frustration* sebesar 40%. Sementara itu, pada aspek *Competence Satisfaction* terjadi peningkatan sebesar 81,82% dengan penurunan *Competence Frustration* sebesar 38,89%.

Pada NAR, hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pada *Autonomy Satisfaction* sebesar 7,69% dan penurunan pada *Autonomy Frustration* sebesar 16,67%. Pada aspek *Relatedness Satisfaction*, NAR mengalami penurunan sebesar 23,53% yang diikuti dengan penurunan *Relatedness Frustration* sebesar 33,33%. Sementara itu, pada aspek *Competence Satisfaction* terjadi penurunan sebesar 25% dengan penurunan *Competence Frustration* sebesar 56,25%.

Hasil evaluasi pada FDS menunjukkan adanya peningkatan pada *Autonomy Satisfaction* sebesar 18,18% dan penurunan pada *Autonomy Frustration* sebesar 25%. Pada aspek *Relatedness Satisfaction*, FDS mengalami peningkatan sebesar 8,33%, namun diikuti dengan kenaikan *Relatedness Frustration* sebesar 11,11%. Selain itu, pada aspek *Competence Satisfaction* terjadi peningkatan sebesar 18,18% yang disertai dengan kenaikan *Competence Frustration* sebesar 33,33%.

Pada RCP, hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pada *Autonomy Satisfaction* sebesar 25% yang diikuti dengan peningkatan *Autonomy Frustration* sebesar 8,33%. Pada aspek *Relatedness Satisfaction*, RCP mengalami peningkatan sebesar 157,14%, namun disertai dengan kenaikan *Relatedness Frustration* sebesar 33,33%. Sementara itu, pada aspek *Competence Satisfaction* terjadi penurunan sebesar 8,33% dengan peningkatan *Competence Frustration* sebesar 157,14%.

Hasil evaluasi pada KAP menunjukkan adanya peningkatan pada *Autonomy Satisfaction* sebesar 20% dan penurunan pada *Autonomy Frustration* sebesar 10%. Pada aspek *Relatedness Satisfaction*, KAP mengalami peningkatan sebesar 44,44% dengan *Relatedness Frustration* yang tetap berada pada angka 0% tanpa perubahan. Selain itu, pada aspek *Competence Satisfaction* terjadi peningkatan sebesar 45,45% yang diikuti dengan peningkatan *Competence Frustration* sebesar 20%.

Pada NAK, hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pada *Autonomy Satisfaction* sebesar 11,11% yang diikuti dengan peningkatan *Autonomy Frustration* sebesar 75%. Pada aspek *Relatedness Satisfaction*, NAK mengalami peningkatan sebesar 40% yang disertai dengan kenaikan *Relatedness Frustration* sebesar 33,33%. Sementara itu, pada aspek *Competence Satisfaction* tidak mengalami perubahan dengan kenaikan sebesar 0%, namun terjadi peningkatan pada *Competence Frustration* sebesar 50%.

Nilai rata-rata hasil *pre-test* dan *post-test* juga menunjukkan adanya perubahan pada setiap aspek kebutuhan psikologis dasar. Pada aspek *Autonomy Satisfaction*, rata-rata skor mengalami peningkatan dari 11,88 pada *pre-test* menjadi 13,25 pada *post-test*. Sementara itu, rata-rata *Autonomy Frustration* mengalami penurunan dari 12,63 menjadi 10,50. Pada aspek *Relatedness Satisfaction*, rata-rata skor meningkat dari 11 menjadi 14, sedangkan *Relatedness Frustration* mengalami penurunan dari 10 menjadi 9,13. Selain itu, rata-rata *Competence Satisfaction* juga mengalami peningkatan dari 12,50 pada *pre-test* menjadi 14,38 pada *post-test*. Namun, pada aspek *Competence Frustration* terlihat adanya sedikit peningkatan dari 11,13 menjadi 11,25 pada hasil *post-test*.

Hasil *post-test* menunjukkan dinamika perubahan yang berbeda pada setiap peserta. Beberapa peserta, seperti NH dan NWN, mengalami peningkatan pada beberapa aspek *need satisfaction* sekaligus penurunan pada beberapa *need frustration*, yang menunjukkan bahwa intervensi cukup membantu peserta dalam pemenuhan beberapa kebutuhan psikologis dasar. Namun, terdapat juga peserta dengan pola hasil yang lebih kompleks. RCP mengalami

peningkatan yang sangat tinggi pada *relatedness satisfaction*, tetapi juga mengalami peningkatan pada *relatedness frustration* dan *competence frustration*. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa meningkatnya keterhubungan sosial belum tentu selalu diikuti dengan rasa nyaman atau keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Selain itu, meningkatnya interaksi sosial selama program intervensi kemungkinan juga membuat peserta lebih sensitif terhadap penilaian sosial, perbandingan dengan teman sebaya, maupun ekspektasi dari lingkungan sekitar. Pada peserta lain, seperti NAK, peningkatan pada *autonomy satisfaction* dan *relatedness satisfaction* juga disertai dengan peningkatan *frustration* pada seluruh aspek. Hal tersebut menunjukkan bahwa kesempatan untuk lebih bebas mengekspresikan diri dan mulai lebih aktif dalam lingkungan sosial belum tentu langsung membuat individu merasa nyaman secara psikologis. Sementara itu, MAS dan NAR menunjukkan adanya penurunan pada beberapa aspek *satisfaction* meskipun *frustration* pada beberapa dimensi juga ikut menurun. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa perubahan kebutuhan psikologis dasar pada remaja tidak selalu berjalan secara *linear* maupun seragam pada setiap individu. Perubahan tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengalaman personal, dinamika hubungan sosial, kondisi emosional, serta keterlibatan peserta selama mengikuti program intervensi.

PEMBAHASAN

1. Deskripsi Pelaksanaan Program

Pelaksanaan penelitian ini berlangsung pada tanggal 23 Februari 2026 sampai dengan 12 Juni 2026 di salah satu panti asuhan yang berada di wilayah Jakarta Barat. Tim peneliti mulai melakukan intervensi pada subjek pada tanggal 03 April 2026 sampai dengan 09 Mei 2026 yang bertujuan untuk membantu mendukung kebutuhan dasar dalam kerangka *Self-Determination Theory*, yaitu keterhubungan (*relatedness*), otonomi (*autonomy*), dan kompetensi (*competence*) pada remaja di Panti Asuhan X. Dalam program intervensi ini, tim peneliti mengajak enam subjek perempuan dan dua subjek laki-laki dengan rentang usia 14–16 tahun untuk menjadi peserta kegiatan. Seluruh peserta merupakan remaja yang tidak menetap di panti asuhan, tetapi masih berada di bawah pengawasan Panti Asuhan X karena termasuk dalam kategori anak yatim, piatu, yatim/piatu, maupun dhuafa. Selain itu, peserta juga aktif mengikuti berbagai kegiatan yang diselenggarakan oleh panti asuhan dalam aktivitas sehari-hari. Pemilihan peserta dilakukan berdasarkan hasil *pre-test* BPNSFS yang menunjukkan kondisi seperti tingginya frustasi kebutuhan (*need frustration*), rendahnya kepuasan kebutuhan

(*need satisfaction*), atau tingkat frustasi kebutuhan yang lebih tinggi dibandingkan kepuasan kebutuhan pada beberapa aspek kebutuhan psikologis dasar.

2. Deskripsi Data Intervensi Kegiatan "Mading Surat"

Kegiatan "Mading Surat" dilakukan dengan menyediakan sebuah media berbentuk mading yang berisi amplop dengan nama masing-masing peserta, pengurus panti, dan tim peneliti. Anak-anak diberikan kesempatan untuk menulis surat berisi pesan, perasaan, atau tanggapan kepada orang lain, kemudian memasukkan surat tersebut ke dalam amplop sesuai nama penerima. Mading surat dipasang sejak awal program intervensi dimulai hingga seluruh rangkaian kegiatan selesai dilaksanakan sehingga peserta dapat menggunakannya secara berkelanjutan selama kurang lebih lima minggu. Berdasarkan hasil observasi, beberapa peserta terlihat antusias dan langsung mencoba menulis surat kepada teman-teman mereka setelah kegiatan diperkenalkan. Namun, terdapat juga beberapa peserta yang masih terlihat ragu atau bingung mengenai isi surat maupun kepada siapa surat ingin diberikan pada awal kegiatan tersebut diperkenalkan. Selama program intervensi berjalan, NH terlihat menjadi salah satu peserta yang paling sering menulis dan memasukkan surat ke berbagai amplop teman-temannya, meskipun beberapa surat terlihat dibuat secara spontan dan terkadang dimasukkan secara acak. Selain peserta, pengurus panti juga ikut menulis surat kepada seluruh peserta pada awal pelaksanaan kegiatan. Intensitas pengisian mading surat terlihat cukup sering pada awal program intervensi, tetapi perlahan mulai berkurang seiring berjalannya waktu. Meskipun demikian, sebagian besar peserta tetap pernah menulis dan memasukkan surat ke dalam mading selama kegiatan berlangsung. Setelah seluruh rangkaian intervensi selesai dilaksanakan, surat kemudian dibagikan kepada masing-masing penerima dan peserta terlihat antusias ketika membuka surat yang mereka terima secara langsung di lingkungan panti.

3. Deskripsi Data Intervensi Kegiatan "*letter writing*"

Kegiatan "*letter writing*" dilakukan dalam dua sesi berbeda. Pada sesi pertama, peserta diminta menulis surat kepada orang yang mereka pedulikan, sayangi, atau merasa dekat dengan mereka. Pada awal kegiatan, beberapa peserta terlihat bingung mengenai apa yang ingin dituliskan di dalam surat, dan beberapa peserta seperti MAS dan FDS terlihat kurang bersemangat ketika diminta mulai menulis. Meskipun demikian, seluruh peserta tetap mengikuti kegiatan dan menyelesaikan surat yang mereka tulis. Selama proses menulis berlangsung, suasana kegiatan terlihat cukup ramai karena peserta beberapa kali mengobrol

dan bercanda dengan teman-temannya. Setelah kegiatan selesai, tim peneliti menanyakan apakah surat tersebut ingin diberikan kepada penerima atau disimpan sendiri. Hampir seluruh peserta memilih untuk menyimpan surat tersebut dan tidak memberikannya kepada penerima, kecuali RCP yang mengatakan ingin memberikan surat tersebut kepada penerima. Pada sesi kedua, peserta diminta menulis surat kepada dua pengurus panti yang selama ini sering berinteraksi atau memiliki kedekatan dengan mereka. Dibandingkan sesi sebelumnya, peserta terlihat lebih antusias dan menghabiskan waktu lebih lama ketika menulis surat kepada pengurus panti. Beberapa hari setelah kegiatan dilakukan dan surat telah diterima oleh pengurus panti, salah satu pengurus menyampaikan kepada tim peneliti bahwa peserta menulis surat dengan sungguh-sungguh dan sepenuh hati. Selain itu, berdasarkan hasil observasi, RCP terlihat menulis surat kepada orang yang sama pada kedua sesi kegiatan *letter writing*.

4. Deskripsi Data Intervensi Kegiatan "*Content Creator Challenge*"

Pada kegiatan "*Content Creator Challenge*", anak-anak diberikan kesempatan untuk membuat konten video dengan tema dan durasi yang bebas sesuai dengan minat masing-masing. Konten dibuat di luar sesi kegiatan, kemudian ditunjukkan dan didiskusikan bersama tim peneliti pada pertemuan berikutnya. Pada awal kegiatan, seluruh anak terlihat kebingungan ketika diberikan kebebasan untuk menentukan sendiri tema atau bentuk konten yang ingin dibuat. Ketika tim peneliti menanyakan ide konten yang ingin dibuat, sebagian besar anak mengaku belum mengetahui konten apa yang ingin mereka buat. Dalam sesi perkenalan kegiatan tersebut, NWN menyampaikan bahwa kebebasan yang terlalu luas justru membuat dirinya merasa bingung karena tidak terdapat arahan yang jelas mengenai jenis konten yang harus dibuat. Pada pertemuan berikutnya, tim peneliti melakukan sesi diskusi secara individual dengan setiap anak untuk melihat dan membahas hasil konten yang telah mereka buat. Pada sesi tersebut, anak-anak diminta menjelaskan isi konten, alasan memilih tema tertentu, dan proses ketika membuat video tersebut. Berdasarkan hasil observasi, RCP merupakan partisipan yang paling aktif selama kegiatan berlangsung. RCP membuat dua konten berbeda dan terlihat semangat, ceria, serta antusias ketika menjelaskan isi kontennya kepada tim peneliti. Sementara itu, NAR tidak membuat konten selama kegiatan "*Content Creator Challenge*" berlangsung meskipun tim peneliti sudah beberapa kali membujuk dan mengingatkan dirinya untuk mengikuti kegiatan tersebut. Ketika ditanyakan mengenai pembuatan konten, NAR beberapa kali memberikan jawaban seperti "nanti" atau mengatakan bahwa dirinya benar-benar tidak mengetahui konten apa yang ingin dibuat.

5. Deskripsi Data Intervensi Kegiatan "*Poster Challenge*"

Pada kegiatan "*Poster Challenge*", anak-anak dibagi ke dalam beberapa kelompok dan diminta membuat poster secara bersama-sama sesuai dengan tema yang telah ditentukan oleh tim peneliti. Pada awal pembagian kelompok, beberapa anak terlihat kurang bersemangat dan menunjukkan ekspresi kecewa karena terpisah dari teman-teman yang biasanya berada dalam kelompok pertemanan yang sama. Ketika kegiatan dimulai, setiap kelompok menunjukkan cara bekerja yang berbeda-beda. Terdapat kelompok yang dapat menyelesaikan poster dengan cukup cepat, terdapat kelompok yang terlihat lebih diam dan fokus selama proses pengerjaan, dan terdapat kelompok yang sebagian besar pengerjaannya dilakukan hanya oleh satu orang anggota. Pada salah satu kelompok, KAP terlihat lebih banyak mengerjakan poster seorang diri, sementara MAR yang berada dalam kelompok yang sama lebih sering bercanda dan mengobrol dengan anggota dari kelompok lain. Ketika tim peneliti menanyakan alasan dirinya tidak membantu proses pengerjaan poster, MAR beberapa kali memberikan alasan seperti tidak memiliki alat atau mengatakan bahwa KAP memang ingin mengerjakan poster tersebut sendiri. Walaupun proses pengerjaan antar kelompok terlihat berbeda-beda, seluruh kelompok tetap berhasil menyelesaikan poster mereka masing-masing. Berdasarkan penilaian subjektif dari tim peneliti dan pengurus panti, poster yang dibuat oleh setiap kelompok terlihat cukup baik dan memuaskan.

6. Deskripsi Data Intervensi Kegiatan "Buku Mini Cita-Citaku"

Pada kegiatan "Buku Mini Cita-Citaku", anak-anak diminta membuat sebuah buku mini yang berisi gambaran mengenai cita-cita, impian, serta langkah-langkah yang ingin mereka lakukan untuk mencapai tujuan tersebut. Berdasarkan hasil observasi, anak-anak perempuan cenderung terlihat lebih diam, fokus, dan menghabiskan waktu yang lebih lama selama proses pengerjaan buku mini. Sementara itu, MAR dan FDS terlihat lebih sering bercanda dan membuat suasana menjadi lebih ramai selama kegiatan berlangsung, tetapi keduanya tetap mengerjakan tugas yang diberikan oleh tim peneliti. Dibandingkan anak lainnya, MAR dan FDS juga terlihat menyelesaikan isi buku mini dengan waktu yang lebih cepat, tetapi keduanya menghabiskan lebih banyak waktu ketika menghias bagian sampul buku. Selain itu, seluruh anak menghias sampul buku mini mereka dengan cukup baik dan menarik sesuai kreativitas masing-masing. Namun, berdasarkan hasil pemeriksaan buku mini oleh tim peneliti, terdapat beberapa anak yang mengosongkan beberapa pertanyaan yang seharusnya dijawab dalam buku mini tersebut. Ketika tim peneliti menanyakan alasannya,

beberapa anak mengatakan bahwa mereka belum mengetahui jawabannya, belum kepikiran, atau merasa bingung mengenai apa yang harus dituliskan. Oleh karena itu, tim peneliti kemudian memberikan pendampingan dan membantu anak-anak melalui diskusi singkat hingga seluruh pertanyaan dalam buku mini dapat terisi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi berbasis *Self-Determination Theory* (SDT) mampu meningkatkan aspek *autonomy satisfaction*, *relatedness satisfaction*, dan *competence satisfaction* pada remaja di bawah pengawasan panti asuhan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Fraguela-Vale et al. (2020) yang menyatakan bahwa pemenuhan kebutuhan otonomi berkontribusi terhadap kesejahteraan dan perkembangan diri remaja. Selain itu, Sánchez-Miguel et al. (2020) juga menemukan bahwa pendekatan SDT efektif meningkatkan motivasi dan keterlibatan individu dalam berbagai aktivitas pengembangan diri.

Peningkatan aspek *relatedness satisfaction* dalam penelitian ini mendukung temuan Campbell et al. (2021) yang menjelaskan bahwa hubungan sosial yang positif berhubungan dengan kesejahteraan psikologis remaja. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Estévez et al. (2020) yang menunjukkan bahwa rendahnya pemenuhan kebutuhan keterhubungan berkaitan dengan meningkatnya masalah sosial pada remaja.

Pada aspek *competence satisfaction*, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Liga et al. (2020) yang menemukan bahwa kebutuhan kompetensi yang terpenuhi dapat meningkatkan kepercayaan diri dan penyesuaian psikologis individu. Kegiatan seperti *Poster Challenge* dan *Buku Mini Cita-Citaku* dalam penelitian ini memberikan kesempatan bagi remaja untuk mengenali serta mengembangkan kemampuan yang dimiliki.

Penelitian ini juga menunjukkan adanya penurunan pada beberapa aspek *need frustration*. Temuan tersebut mendukung penelitian Abidin et al. (2022) yang menyatakan bahwa pemenuhan kebutuhan psikologis dasar berhubungan dengan meningkatnya kesejahteraan emosional dan menurunnya tekanan psikologis pada remaja. Hasil serupa juga ditemukan oleh Nieto-Casado et al. (2024) yang menjelaskan bahwa frustrasi kebutuhan psikologis dasar berkaitan dengan berbagai masalah kesehatan mental remaja.

Penggunaan instrumen BPNSFS dalam penelitian ini sesuai dengan penelitian Abidin et al. (2021) yang membuktikan bahwa BPNSFS valid dan reliabel untuk mengukur kebutuhan psikologis dasar pada remaja Indonesia. Namun, penelitian ini menemukan bahwa perubahan kebutuhan psikologis tidak selalu berjalan secara linear pada setiap peserta. Temuan tersebut sejalan dengan Ryan dan Deci (2017) serta Vansteenkiste et al. (2020) yang

menjelaskan bahwa pemenuhan kebutuhan psikologis dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengalaman personal, kondisi emosional, dan lingkungan sosial.

Implikasi penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi berbasis *Self-Determination Theory* (SDT) berpotensi membantu meningkatkan pemenuhan kebutuhan psikologis dasar remaja, khususnya pada aspek *autonomy*, *relatedness*, dan *competence*. Temuan ini mengindikasikan bahwa program yang memberikan kesempatan bagi remaja untuk mengekspresikan diri, membangun hubungan sosial yang positif, dan mengenali potensi diri dapat diterapkan sebagai bagian dari pembinaan psikososial di lingkungan panti asuhan untuk mendukung perkembangan dan kesejahteraan psikologis remaja.

Batasan penelitian. Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, yaitu jumlah peserta yang relatif sedikit sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas. Selain itu, pelaksanaan intervensi berlangsung dalam waktu yang terbatas dan tidak menggunakan kelompok kontrol, sehingga perubahan yang terjadi pada peserta belum dapat dipastikan sepenuhnya berasal dari program intervensi yang diberikan. Faktor-faktor eksternal seperti kondisi keluarga, lingkungan sosial, dan karakteristik individu juga dapat mempengaruhi hasil penelitian.

KESIMPULAN

Pelaksanaan program intervensi berbasis *Self-Determination Theory* (SDT) pada remaja di bawah pengawasan Panti Asuhan X menunjukkan adanya perubahan pada kondisi kebutuhan psikologis dasar peserta, khususnya pada aspek *autonomy*, *relatedness*, dan *competence*. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* menggunakan BPNSFS, rata-rata skor *autonomy satisfaction*, *relatedness satisfaction*, dan *competence satisfaction* mengalami peningkatan setelah peserta mengikuti rangkaian kegiatan intervensi. Selain itu, beberapa aspek *frustration* juga menunjukkan penurunan pada sebagian peserta. Program intervensi dilakukan melalui berbagai kegiatan seperti "Mading Surat", *letter writing*, "*Content Creator Challenge*", "*Poster Challenge*", dan "Buku Mini Cita-Citaku" yang dirancang untuk memberikan ruang bagi peserta dalam mengekspresikan diri, membangun hubungan sosial yang positif, mengenali kemampuan diri, serta memahami tujuan pribadi mereka. Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan berlangsung, setiap peserta menunjukkan respons, keterlibatan, dan dinamika yang berbeda-beda selama mengikuti program intervensi. Meskipun hasil evaluasi menunjukkan adanya perubahan positif pada beberapa aspek kebutuhan psikologis dasar, perubahan

tersebut tidak muncul secara seragam pada seluruh peserta. Beberapa peserta menunjukkan peningkatan pada aspek *need satisfaction* yang disertai penurunan *need frustration*, sementara peserta lainnya menunjukkan pola perubahan yang lebih kompleks. Hal tersebut menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan psikologis dasar pada remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengalaman personal, kondisi emosional, dinamika hubungan sosial, serta keterlibatan peserta selama mengikuti program intervensi. Secara keseluruhan, program intervensi berbasis SDT ini dapat menjadi salah satu bentuk pendekatan yang dapat diterapkan untuk membantu mendukung kebutuhan psikologis dasar remaja di lingkungan panti asuhan. Selain itu, kegiatan ini juga memberikan gambaran mengenai pentingnya menciptakan lingkungan yang mendukung keterhubungan sosial, kesempatan mengekspresikan diri, dan pengembangan kemampuan pribadi pada remaja.

Penelitian ini memberikan kontribusi pada pengembangan kajian psikologi perkembangan dan psikologi pendidikan, khususnya terkait penerapan *Self-Determination Theory* pada remaja di lingkungan panti asuhan. Penelitian ini memperkaya bukti empiris mengenai pentingnya pemenuhan kebutuhan psikologis dasar dalam mendukung kesejahteraan remaja serta memberikan gambaran mengenai bentuk intervensi praktis yang dapat digunakan untuk meningkatkan aspek *autonomy*, *relatedness*, dan *competence* pada populasi remaja yang berada dalam pengasuhan lembaga sosial.

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah peserta yang lebih besar dan menggunakan kelompok kontrol agar efektivitas intervensi dapat diuji secara lebih akurat. Selain itu, penelitian dapat dilakukan dalam jangka waktu yang lebih panjang untuk melihat keberlanjutan dampak intervensi terhadap kebutuhan psikologis dasar remaja. Pengembangan variasi kegiatan intervensi serta pengkajian faktor-faktor lain yang mempengaruhi pemenuhan kebutuhan psikologis juga perlu dilakukan guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

Abidin, F. A., Joefiani, P., Koesma, R. E., Yudiana, W., & Siregar, J. R. (2021). The basic psychological need satisfaction and frustration scale: Validation in Indonesian adolescents. *Journal of Legal, Ethical and Regulatory Issues, 24*(1S), 1–8. https://www.abacademies.org/articles/the-basic-psychological-need-satisfaction-and-frustration-scale-validation-in-indonesian-adolescents-12482.html

Abidin, F. A., Yudiana, W., & Fadilah, S. H. (2022). Parenting style and emotional well-being among adolescents: The role of basic psychological needs satisfaction and frustration. *Frontiers in Psychology, 13*, Article 901646. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.901646

Ahmad, N. H., Rofiah, N., & Tamam, B. (2024). Nilai-Nilai Keikhlasan dalam Al-Qur'an untuk Pengembangan Etos Kerja: Perbandingan dengan Teori Self-Determination. *Al Furqan: Jurnal Ilmu Al Quran dan Tafsir, 7*(2), 300–316. https://doi.org/10.58518/alfurqon.v7i2.2865

Campbell, R., Vansteenkiste, M., Soenens, B., Vandenkerckhove, B., & Mouratidis, A. (2021). Toward a better understanding of the reciprocal relations between adolescent psychological need experiences and sleep. *Personality and Social Psychology Bulletin, 47*(3), 377–394. https://doi.org/10.1177/0146167220923456

Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E. L., Van der Kaap-Deeder, J., Duriez, B., Lens, W., Matos, L., Mouratidis, A., Ryan, R. M., Sheldon, K. M., Soenens, B., Van Petegem, S., & Verstuyf, J. (2015). Basic psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures. *Motivation and Emotion, 39*(2), 216–236. https://doi.org/10.1007/s11031-014-9450-1

Fraguela-Vale, R., Varela-Garrote, L., Carretero-García, M., & Peralbo-Rubio, E. M. (2020). Basic psychological needs, physical self-concept, and physical activity among adolescents: Autonomy in focus. *Frontiers in Psychology, 11*, Article 491. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00491

Legault, L. (2017). Self-determination theory. In V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (Eds.), *Encyclopedia of personality and individual differences* (pp. 1–9). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_1162-1

Liga, F., Ingoglia, S., Cuzzocrea, F., Inguglia, C., Costa, S., Lo Coco, A., & Larcan, R. (2020). The basic psychological need satisfaction and frustration scale: Construct and predictive validity in the Italian context. *Journal of Personality Assessment, 102*(1), 102–112. https://doi.org/10.1080/00223891.2018.1504053

Marisa, C., & Utami, S. (2021). Information services with cooperative methods to improve student's self autonomy. *Journal of Academia Perspectives, 1*(1), 1–10. https://doi.org/10.30998/jap.v1i1.371

Menéndez Santurio, J. I., Fernández-Río, J., Cecchini Estrada, J. A., & González-Víllora, S. (2020). Connections between bullying victimization and satisfaction/frustration of adolescents' basic psychological needs. *Revista de Psicodidáctica (English ed.), 25*(2), 119–126. https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2019.11.002

Nieto-Casado, F. J., Vansteenkiste, M., Brenning, K., & Soenens, B. (2024). Basic psychological needs and suicidal ideation: Testing an integrative model in referred and non-referred adolescents. *Current Psychology, 43*, 6438–6449. https://doi.org/10.1007/s12144-023-04816-6

Parombean, A. C., Novita, S., & Abidin, F. A. (2025). Kepuasan Kebutuhan Psikologis Dasar sebagai Mediator dalam Hubungan antara Penggunaan Aktif Instagram dan Kesejahteraan Psikologis Remaja. *Journal of Psychological Science and Profession, 9*(2), 144–160. https://doi.org/10.24198/jpsp.v9i2.64233

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press. https://www.guilford.com/books/Self-Determination-Theory/Ryan-Deci/9781462538966

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future

directions. *Contemporary Educational Psychology, 61*, Article 101860. https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860

Sánchez-Miguel, P. A., Vaquero-Solís, M., Sánchez-Oliva, D., Pulido, J. J., López-Gajardo, M. A., & Tapia-Serrano, M. A. (2020). Promoting healthy lifestyle through basic psychological needs in inactive adolescents: A protocol study from self-determination approach. *Sustainability, 12*(15), Article 5893. https://doi.org/10.3390/su12155893

Utomo, H. B., & Putri, R. D. (2026). *Perkembangan Motivasi Dewasa dalam Perspektif Teori Determinasi Diri*. CV Eureka Media Aksara. https://penerbiteureka.com/2025/11/21/perkembangan-motivasi-dewasa-dalam-perspektif-teori-determinasi-diri/

Vansteenkiste, M., Ryan, R. M., & Soenens, B. (2020). Basic psychological need theory: Advancements, critical themes, and future directions. *Motivation and Emotion, 44*(1), 1–31. https://doi.org/10.1007/s11031-019-09818-1

Wadi, H., & Mukminin, E. Z. (2025). Dukungan Interpersonal untuk Kebutuhan Psikologis Dasar dan Hubungannya dengan Motivasi, Kesejahteraan, dan Kinerja: Analisis Meta. *HARAPAN: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Psikologi, 1*(2), 61–70. https://doi.org/10.70115/harapan.v1i2.217