

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan peneliti maka dapat ditarik kesimpulan bahwa remaja dengan keluarga *broken home* memperlihatkan Dinamika resiliensi sebagai berikut :

1. Regulasi emosi

Regulasi emosi pada remaja yang menghadapi permasalahan keluarga *broken home* yang dilakukan dengan mencoba untuk fokus dan tenang dengan cara sebagai berikut : berdiam diri sementara waktu, merenungkan tentang permasalahan yang terjadi, pergi ke sebuah tempat yang nyaman dan berdoa.

2. Pengendalian Impuls

Permasalahan keluarga *broken home*, menimbulkan dorongan-dorongan pada remaja yaitu ketidakinginan berkomunikasi pada orang tuanya, pergi dari rumah, dan ingin melakukan kekerasan fisik kepada orang tuanya untuk menghentikan pertengkaran yang terjadi pada orang tuanya. Namun dalam mengendalikan dorongan-dorongan yang timbul dari permasalahan keluarga *broken home*, remaja mempertimbangkan tindakan yang ingin dilakukannya, menyesuaikan tindakannya dengan nilai-nilai agama yang diyakininya, dan berpikir positif.

3. Optimisme

Permasalahan keluarga *broken home* yang dialami remaja, membuat remaja ingin memiliki harapan yang baik dimasa depan tentang kehidupannya. Remaja

merasa harus memiliki kehidupan yang baik sebagai pembalasan takdir kehidupan yang dialaminya saat ini. Namun, terkadang remaja merasa ragu dengan dirinya untuk dapat mencapai impiannya dimasa depan, hal ini disebabkan trauma remaja tentang permasalahan keluarga *broken home*. Hal ini menimbulkan ketakutan untuk menikah dan berpikir jika dimasa depan akan mengalami hal yang serupa dengan keadaan keluarga *broken home* yang dialaminya saat ini.

4. Kemampuan menganalisis masalah

Remaja mengetahui penyebab permasalahan dalam keluarganya yaitu dari keributan pertengkaran kedua orang tuanya. Namun, remaja tidak selalu terfokus memikirkan permasalahan keluarga *broken home* yang sedang terjadi dalam keluarganya, sebab remaja menilai hal tersebut diluar kendalinya tetapi, remaja lebih fokus untuk mengarahkan dirinya untuk tidak terpuruk di dalam permasalahan keluarga *broken home* yaitu fokus dalam memperbaiki diri, misalnya dengan berdoa, fokus belajar, fokus pada kegiatan kampus dan mengalihkan pikiran dengan jalan-jalan bersama teman-teman.

5. Empati

Remaja mampu memahami kesulitan orang tuanya yang ditimbulkan dari permasalahan keluarga *broken home*. Misalnya perekonomian yang menurun, orang tua sedang jatuh sakit dan perasaan sedih orang tua saat menghadapi keluarga yang *broken home*. Remaja berusaha memahami kesulitan kedua orang tuanya, misalnya dengan tidak meminta uang lebih untuk membeli barang yang diinginkannya, bekerja untuk menambah biaya kuliah, dan membeli obat serta

membuat teh kepada orang tuanya yang sedang sakit tanpa disuruh atau pun diberi uang.

6. Efikasi diri

Remaja yakin dirinya mampu memecahkan permasalahan yang diakibatkan keluarga *broken home* yang dialaminya, yaitu perasaan sedih, marah, keadaan ekonomi yang menurun, dan mengatasi pikiran-pikiran yang kacau yang dirimbulkan dari permasalahan keluarga *broken home*. Remaja juga yakin dengan dirinya akan mampu mengatasi permasalahannya dirinya sendiri, misalnya perkuliahan dan hubungannya dengan teman-temannya. Namun terkadang ada keraguan yang timbul dalam diri remaja dan cenderung berserah diri kepada Tuhan tentang keadaan yang dialaminya. Hal ini disebabkan ada pemikiran tentang permasalahan yang dialaminya saat ini akan terus terjadi hingga di masa depan.

7. Peningkatan aspek positif

Permasalahan keluarga *broken home*, remaja mengambil hikmah dan pembelajaran bagi dirinya sebagai bekal untuk kehidupannya dimasa depan, yaitu menjadi terlatih dalam menyelesaikan permasalahan, lebih kuat, tegar dan spritual remaja menjadi lebih baik.

Selain tujuh kemampuan resiliensi, remaja juga memiliki sumber-sumber yang mendukung remaja untuk menjadi individu resiliens yaitu :

1. *I Have*

Ketika remaja menghadapi permasalahan keluarga *broken home*, lingkungan sekitar remaja turut membantu memberi dukungan kepada remaja.

Dukungan yang didapatkan remaja dari lingkungan dan segi spritual yaitu merasa ada sosok Tuhan yang mengasihi, sebagai panutan, mengerti dan menerima dirinya apa adanya menjadikan remaja kuat, tegar, dapat berpikiran positif, merasa kelegaan, selalu ingat dengan ajaran agama yang diyakininya sehingga menimbulkan sebuah harapan yang baik, dan bersemangat dalam menjalani hidup yang positif.

2. *I Am*

Ketika menghadapi permasalahan keluarga *broken home*, kekuatan yang ada dalam diri remaja juga memungkinkan remaja untuk dapat menjadi individu resiliens. Misalnya kemampuan mengarahkan diri untuk menjalani kehidupan dengan baik, berpikiran positif, tekun dan rajin dalam belajar serta kesabaran untuk tetap bertahan dalam keluarga *broken home* tanpa melampiaskan ke hal-hal yang bersifat negatif.

3. *I Can*

Remaja menyelesaikan permasalahan keluarga *broken home* yang dihadapinya yaitu dengan mengkomunikasikan permasalahan kepada orang yang dipercayainya untuk mendapatkan bantuan dan mengkomunikasikan secara langsung kepada individu yang menjadi sumber masalah untuk dapat menyelesaikan permasalahan. Misalnya, *sharing* kepada saudara, teman atau kakek/nenek tentang permasalahan keluarga *broken home*, meminta maaf terlebih dahulu kepada orang tua ketika melakukan kesalahan dan kepada teman-teman ketika mengalami konflik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

1. Saran untuk responden DS hendaknya membuka diri untuk berbagi dengan orang yang dipercaya supaya dapat meringankan beban dan mendapatkan dukungan. Untuk responden WA, lebih percaya diri dalam mengambil keputusan dan yakin dengan kemampuan dalam diri, sehingga akan merasa yakin dengan dirinya bahwa masalah yang terjadi saat ini bisa berubah berdasarkan kegigihan individu dalam mencari solusinya.
2. Kepada lingkungan remaja yaitu sekolah, dan komunitas keagamaan, untuk dapat menjadi sebuah wadah bagi remaja untuk *sharing* tentang dirinya serta menjadi wadah pengembangan diri remaja, sehingga diharapkan para remaja yang memiliki permasalahan *broken home* tidak merasa sendiri, ada wadah untuk berbagi serta ada kegiatan yang positif yang membangun, misalnya mengadakan kegiatan amal sosial di panti asuhan, berorganisasi, dan membuat *sharing* kelompok/konseling kelompok sehingga diharapkan dapat menambah pengetahuan, membangun motivasi remaja untuk menjadi individu yang lebih baik, meningkatkan kepercayaan diri, kemampuan dalam pemecahan permasalahan, optimis dan efikasi dalam diri remaja.
3. Kepada peneliti selanjutnya, untuk meneliti tentang dinamika resiliensi pada remaja yang lebih muda, untuk mengetahui apakah ada perbedaan dinamika resiliensi pada remaja awal, tengah dari pada remaja akhir. Penelitian keluarga *broken home* dapat dilanjutkan dari sisi orang tua laki-laki yaitu

ayah, peneliti selanjutnya bisa meneliti bagaimana sosok ayah dalam menjalani keadaan keluarga yang *broken home*, berdasarkan penelitian ini ayah dianggap sebagai penyebab utama dalam penyebab terjadi permasalahan keluarga *broken home*. Peneliti selanjutnya untuk meneliti keluarga *broken home*, lebih menguasai tehnik wawancara, dan konseling agar proses pengalian data lebih mendalam serta responden merasa dirinya tidak hanya diwawancara tetapi merasa dimengerti dan dihargai sebagai partisipan.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriawal, J. 2012. Resiliensi Pada Karyawan yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja (PHK). *Emphaty : jurnal Fakultas Psikologi* Vol.I No.1 Desember 2012. <http://jogjapress.com/index.php/EMPATHY/article/-view/1416/800>. Diakses Pada tanggal 20 Maret 2017.
- Bandura, A. 1997. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Creswell, J. 2016. *Research Design. Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*, Yogyakarta:Pustaka Belajar.
- Chaplin, C.P. 2005. *Kamus Lengkap Psikologi. Alih Bahasa : Kartini Kartono*. Jakarta: Raja Grafindo Pustaka.
- Gunarsa, Singgih D. 2008. *Psikologi praktis, remaja, anak dan keluarga*. Jakarta: BPK Gunung Mulya.
- Darokah dan Safaria. 2005. Perbedaan Tingkat Religiusitas, kecerdasan emosi, dan keluarga Harmonis pada kelompok pengguna Napza dengan kelompok non-pengguna. *Jurnal Humanitas:Indonesian Psychological Journal* Vol. 2 No. 2. <http://jogjapress.com/index.php/HUMANITAS/article/view/734>. Di akses pada tanggal 23 November 2016.
- Fatimah, E. 2010. *Psikologi perkembangan*, Bandung : CV Pustaka Setia
- Grotberg. 1999. *Tapping your inner strenght (How to find the resilience to deal with anything)*. Canada: New harbinger
- Hadi, S. 2004. *Metodelogi research*. Yogyakarta:Andi Offsset.
- Hurlock,B. 2002. *Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan sepanjang Rentang kehidupan*, Edisi Kelima, Penerjemah: Istiwidayanti dan Soedjarwi, Jakarta: Erlangga.
- Irmawati dan Simatupang, H, M. 2006. Dinamika Faktor-faktor Psikososial Pada Residivis Remaja Pria (*Studi kasus Residivis Remaja Pria di Lembaga Per-masyarakatan Anak Tanjung Gusta Medan*).*Psikologia Volume 2 No 1*. Medan: Universitas Sumatra utara <http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/16029/08E00548.pdf;jsessionid=5FF430>

1019539B0EB0536EAF06B8672D?sequence=1. Diakses pada tanggal 20 November 2016

Kw, Suzono & Utami, 2016. Pengaruh *Broken Home* terhadap Perilaku Agresif. *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan dan konseling*, Vol. 2, No. 1, Januari 2016. <http://irpp.com/index.php/-jptbk/article/view/419/409>. Diakses pada tanggal 23 November.

Kusdiyati, S. & Fahmi, I. 2015. *Observasi*. Bandung PT Remaja Rosdakarya

Lestari, S. 2016. *Psikologi keluarga*. Jakarta: Prenadamedia Group

Masna, 2013. Resiliensi pada remaja penyandang Tunanetra pada SLB A Ruhui Rahayu di Samarinda. *Jurnal psikologi, Ejournal Psikologi FISIP UNMUL*. Samarinda:: Universitas Mulawarman. [http://ejournal.psikologi.fisipunmul.ac.id/site/wpcontent/uploads/2013/04/MASNA%20\(04-03-13-04-07-11\).-pdf](http://ejournal.psikologi.fisipunmul.ac.id/site/wpcontent/uploads/2013/04/MASNA%20(04-03-13-04-07-11).-pdf). Diakses pada 29 oktober 2016.

Markam & Markam. 2015. *Psikologi Klinis*. Jakarta:Universitas Indonesia

Mighwar, M. 2006. *Psikologi remaja*. Bandung: Pustaka Setia Bandung

Muniroh, M. 2010. *Dinamika Resiliensi Orang Tua anak Autis*. Indonesian Psychological Journal Vol. 2 No. 2.Pekalongan: STAIN

Mulyana, D. 2003. *Metodelogi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Purnamasari dan Haesti, 2010. Hubungan antara harga diri dengan sikap terhadap Perilaku seksual pranikah pada remaja dari keluarga *Broken home*. *PSYCHO IDEA, Tahun 8 No.2, Juli 2010 ISSN 1693-1076*.

Resiliency Center, “*Resiliency individuals, families & communities: Overall concept*”,[://www.resiliencycenter.com/welcome.shtml](http://www.resiliencycenter.com/welcome.shtml)., 2005. diakses 13 November 2016 16:56 http

Reivich, K. & Shatte, A. 2002. *The resilience faktor*. New york: BroadwayBook.

Sarwono, S. 2016. *Psikologi remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo persada

Safaria, T. 2007. *Optimistic Quentient*. Yogyakarta: Pyramid Publisher

- Santrock, J.W. 2003. *Adolescence* : Perkembangan Remaja. Alih Bahasa : Adelar S.B. & Saragih, S. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Santrock, J. 2007. *Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Sarwono, S. 2016. *Psikologi remaja*. Jakarta: PT RajaGrafindo persada
- Setyoso, T. 2013. *Bukan arek Mbeling*. Yogyakarta: Indie Book Corner. https://books.google.co.id/books?id=3bEdBQAAQBAJ&dq=resiliensi&hl=id&source=gbs_navlinks_s. Diakses pada tanggal 13 November 2016.
- Sisca dan Moningka, 2008. Resiliensi Perempuan Dewasa Muda yang Pernah Mengalami Kekerasan Seksual di Masa Kanak-Kanak. *Jurnal Psikologi*, Jakarta : Fakultas Psikologi Universitas Kristen Krida Wacana
- Soeharto dan Nastiti, 2013. Kontribusi Keharmonisan Hubungan dalam Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Peserta Didik Kelas VIII Di SMPN 5 Surakarta Tahun 2013/ 2014. *Surakarta :FKIP Bimbingan konseling*, UNS. <https://www.google.co.id/search?q=Soeharto+dan+nastiti+2013&oeq=s+oeharto+dan+nastiti&aqs=chrome.1.69i57j69i59.11046j0j9&sourceid=chrome&ie=UTF8#q=Soeharto+dan+nastiti+2013+keharmonisan+keluarga>. Diakses pada tanggal 13 November 2016
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: ALFA BETA CV
- Swastika, 2012. Resiliensi pada remaja yang mengalami Broken Home. *Skripsi*. Depok: Universitas Gunadarma. www.Publication.gunadarma.ac.id, diakses tanggal 26 Oktober 2016
- VanBrenda, A, D. 2001. *A Literature review with special chapters on deployment resilience in military families*. South African Military Health Service, Military Psychological Institute, Social Work Research & Development, resilience theory in social work.
- Widuri, E. 2012. Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun pertama. *Jurnal Humanitas*, Vol. IX No.2 Agustus 2012.
- Wilis, S. 2009. *Konseling keluarga*. Jakarta: Alfa Beta
- Wolin, SJ. & Wolin, S. 2010. *The resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity*. Random House LCC.

- Yin, R. K. 2011. *Studi Kasus: Desain dan Metode*. Edisi ke-1. Diterjemahkan oleh: M. Djauzi Mudzakir. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Yusuf, S. 2004. *Psikologi perkembangan anak & Remaja*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset-Bandung.