

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Keluarga merupakan struktur sosial yang penting dalam masyarakat. Menurut Hills (Lestari, 2016) keluarga adalah kumpulan orang yang berkaitan dengan darah atau pernikahan, atau keluarga yang menyediakan fungsi ekspresif keluarga kepada anggota lainnya. Namun ada hal-hal yang mungkin terjadi jika keluarga mengalami kehancuran. Muttaqin dan Sulistyو (2019) menyatakan bahwa dalam hal komunikasi, mental, psikologi dan pendidikan anak, konsekuensi dari kehancuran keluarga pasti berdampak besar pada hubungan antara orang tua dan anak. Ketika hubungan orang tua dan anak baik, maka kebahagiaan anak akan terpenuhi.

Hubungan yang baik antara orang tua dan anak membutuhkan peran orang tua didalamnya. Menurut Sarbini dan Wulandari (2014) peran orang tua sangat penting dalam menjaga keharmonisan keluarga guna menjaga kestabilan psikologis anak. Namun, anak akan mengalami penurunan secara psikologis jika orang tua tidak lagi harmonis dan bercerai.

Saat ini sudah banyak kasus perceraian yang terjadi sehingga membuat kedua orang tua harus berpisah rumah. Berdasarkan data yang dikutip Dialeksis.com dari Badan Pusat Statistik (BPS) melalui Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS), Pada tahun 2022 jumlah kasus perceraian di Indonesia mencapai 516.334 kasus. Angka ini meningkat 15,31% dibandingkan 2021 yang mencapai 447.743 kasus.

Jumlah kasus perceraian di Tanah Air pada tahun lalu bahkan mencapai angka tertinggi dalam enam tahun terakhir (Khalilullah, 2023).

Perceraian tidak hanya berdampak pada orang tua saja melainkan anak juga akan merasakan dampaknya. Menurut Dewi dan Hendriani (2014) perilaku yang buruk pada anak saat berada disekolah merupakan salah satu akibat dari perceraian. Selain itu, perceraian juga mengakibatkan kesedihan, ketakutan, kecemasan, merasa ditinggalkan dan kemarahan (Altundag & Bulut, 2014). Menurut Amato dan Sobolewski (2001), remaja yang pernah mengalami perceraian orang tua seringkali merasa tidak bahagia, memiliki pengendalian diri yang rendah, dan tidak puas dengan kehidupan.

Sativa dan Helmi (2013) mengatakan bahwa tercapainya kebahagiaan pada remaja dapat memberikan manfaat yang bisa diterapkan didalam keseharian. Kebahagiaan dapat memberikan motivasi, semangat, dan dukungan bagi remaja dalam menjalani berbagai kegiatan baik di sekolah maupun diluar sekolah. Kebahagiaan merupakan hal yang penting bagi remaja sesuai dengan hasil survei yang ditemukan di berbagai negara, salah satunya di Indonesia (Diener & Oishi, 2002).

Oetami dan Yuniarti (Maharani, 2015) penelitiannya mengungkapkan bahwa kejadian yang paling membahagiakan adalah yang berkaitan dengan segala hal tentang keluarga dan prestasi. Lingkungan yang dimiliki anak muda biasanya masih kecil, sehingga peran keluarga dalam membahagiakan remaja membuatnya menjadi besar. Harapannya meskipun kedua orang tua telah bercerai remaja tetap dapat merasakan kebahagiaan.

Kebahagiaan remaja adalah topik yang relevan untuk dibicarakan karena mereka lebih rentan mengalami ketidakpuasan karena tantangan pertumbuhan dan perkembangan. (Jones & Meredith, 2000). Hal ini diperkuat oleh Csikszentmihalyi dan Hunter (Hartati, 2017) yang meyakini bahwa masa remaja adalah masa kebahagiaan yang paling rendah. Adanya faktor resiko yang harus dihadapi membuat remaja rentan mengalami masalah perilaku, seperti karakteristik individu, keluarga, remaja, dropout dari sekolah, dan kekerasan (Hawkins & Catalano, 1992).

Masalah perkembangan kehidupan, seperti masalah akademik dan masalah perkembangan kepribadian lebih banyak berpotensi pada anak yang ada dalam keluarga yang *broken home* (Astuti & Anganthi, 2016). Desiani (2018) dalam Tribun-Bali.com memaparkan bahwa siswa 16 tahun memilih untuk berhenti sekolah dan mengonsumsi narkoba karena merasa frustrasi setelah perceraian kedua orang tuanya. Sejalan dengan Mirsan (2020) dalam Fajar.co.id yang memaparkan bahwa remaja berusia 16 tahun memilih menggantung dirinya karena depresi setelah perceraian orang tuanya.

Sarbini dan Wulandari (2018) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa anak merasakan kondisi psikologis seperti merasa tidak aman, merasa ditolak keluarga, marah, sedih berkepanjangan, kesepian dan menyalahkan diri sendiri setelah perceraian orang tuanya. Hal yang dialami remaja seperti kasus-kasus yang telah dipaparkan dapat menunjukkan perilaku ketidakbahagiaan pada remaja. Menurut Rostiana dan Nisfiannor (Herawaty, 2015) pada umumnya individu yang memiliki tingkat kebahagiaan atau *subjective well being* yang tinggi memiliki kualitas hidup yang baik seperti: dapat mengontrol emosi dengan baik, mampu

menghadapi peristiwa dalam hidupnya dengan baik dan tidak mengatasinya dengan perilaku yang menyimpang. Kebahagiaan dapat membuat individu terhindar dari permasalahan dan perilaku menyimpang yang serius (Suardiman dalam Herawaty, 2015).

Menurut Seligman (2002) kebahagiaan adalah suatu keadaan dimana orang mengingat kejadian yang lebih menyenangkan daripada yang sebenarnya terjadi, sedangkan remaja melupakan lebih banyak kejadian buruk. Sejalan dengan Veenhoven (2012) mengatakan bahwa kebahagiaan seperti keseluruhan kepuasan hidup dan tingkat kualitas kehidupan yang menyenangkan bagi setiap individu serta afek positif yang lebih dominan dibandingkan dengan afek negatif. Setiadi (2016) mengatakan kebahagiaan adalah tujuan akhir dari segala aktifitas, segala daya upaya dan perjuangan dalam hidup ini. Menurut Seligman (2002) ada 5 aspek utama dalam kebahagiaan yaitu : terjalinnya hubungan yang positif, keterlibatan penuh, penemuan makna dalam keseharian, optimisme yang realistis dan resiliensi.

Hasil dari wawancara daring yang telah dilakukan oleh peneliti pada 28 maret 2021 kepada 5 remaja yang orang tuanya sudah bercerai. Kelima remaja ini menunjukkan kebahagiaan cenderung rendah dilihat dari aspek-aspek kebahagiaan menurut Seligman (2002). Pada aspek hubungan positif dengan orang lain, 3 subjek menunjukkan bahwa remaja sulit menjalin hubungan dengan orang lain karena remaja merasa orang lain tidak mengerti kesedihan yang remaja alami. Pada aspek keterlibatan penuh, 4 remaja menunjukkan bahwa remaja merasa kesulitan untuk terlibat dalam kegiatan sekolah karena perpisahan kedua orang tuanya membuat

subjek merasa sedih sehingga kurang dapat untuk fokus pada pelajaran maupun kegiatan lainnya.

Pada aspek makna dalam keseharian, 5 subjek merasa belum dapat menemukan makna dari kesehariannya subjek hanya fokus menjalani hidup, masih mencari hal-hal yang membuat remaja merasa lebih senang dan melupakan permasalahan remaja. Pada aspek optimisme yang realistis 3 subjek merasa kurang optimis dalam hidupnya, subjek terlihat murung dan tidak percaya diri saat membicarakan tentang hidupnya, subjek merasa takut pada perpisahan dan takut tidak mendapatkan perhatian dari orang tuanya, sedangkan 2 subjek sudah merasa optimis pada hidupnya karena sudah pernah merasakan sakitnya perpisahan kedua orang tuanya. Pada aspek resiliensi, 3 subjek merasa belum mampu beradaptasi dengan keadaannya saat ini sehingga sulit untuk mengontrol emosi pada dirinya dan selalu merasakan kesedihan.

Menurut Yusuf (2014) anak sekolah dasar dan remaja memiliki dampak yang besar pada perkembangan psikologis dan pendidikan akibat dari perceraian. meskipun tidak terjadi pada semua kasus, namun sebagian besar akan berdampak negatif terhadap perkembangan psikologis anak dan akan mempengaruhi proses pendidikan anak itu sendiri. Melissa, dkk (2015) mengatakan bahwa remaja mendefinisikan diri sebagai korban dari orang tua yang tidak harmonis dan seringkali menganggap dirinya sebagai anak yang tidak dapat memilih kebahagiaan di dalam keluarga.

Ramadhani dan Krisnani (2019) menyatakan bahwa anak dari keluarga yang bercerai kurang mendapat perhatian dan kasih sayang dari orangtuanya, sehingga

anak merasa tidak aman, mudah tersinggung, sering merasa tertekan (frustasi), berperilaku kejam dan mengganggu teman sebaya atau bahkan yang lebih tua darinya. Remaja yang merasa tertekan, mudah tersinggung, tidak puas dengan hidupnya, rendah diri, pendiam, terlalu nakal dan merasa tersesat. Kondisi ini mengidentifikasi bahwa remaja tidak bahagia.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa remaja yang orang tuanya bercerai belum memenuhi aspek-aspek kebahagiaan, ini menunjukkan bahwa remaja yang orang tuanya bercerai belum mencapai kebahagiaan. Remaja yang orang tuanya bercerai masih kurang mampu untuk menjalin hubungan yang positif dengan orang lain, terlibat pada pelajaran dan kegiatan sekolah secara penuh, mengontrol kesedihan yang dialaminya, menerima keadaan perceraian kedua orang tuanya, dan belum dapat beradaptasi pada keadaan yang sulit ini. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk meneliti kebahagiaan pada remaja yang orang tuanya bercerai.

Menurut Seligman (2002) ada dua faktor kebahagiaan yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yaitu: budaya, kehidupan sosial, usia, pernikahan, dukungan sosial, dan uang. Faktor internal yaitu: kepuasan terhadap masa lalu, optimism terhadap masa depan dan kebahagiaan pada masa sekarang. Sedangkan menurut Hurlock (2004) salah satu faktor yang berperan terhadap kebahagiaan yaitu penerimaan diri atau *self acceptance*. Sejalan dengan yang diungkapkan Bernand (2013) bahwa penerimaan diri merupakan kekuatan karakter yang penting terkait kebahagiaan dan kesejahteraan.

Brickman, Coates, dan Bullman (Tuzzahra & Handari, 2013) di dalam penelitiannya menunjukkan bahwa untuk mencapai kebahagiaan, seseorang harus terlebih dahulu menerima keadaan mereka saat ini. Marinic (Tuzzahra & Handari, 2013) dalam penelitiannya menyatakan bahwa individu dapat mencapai kebahagiaan jika mereka merasa puas dengan diri mereka sendiri dan penerimaan atas diri mereka yang mereka terima dari lingkungan sosial mereka.

Berdasarkan faktor-faktor diatas peneliti memilih penerimaan diri sebagai variabel bebas yang mempengaruhi kebahagiaan di dalam penelitian ini. Hal tersebut didukung dari hasil wawancara yang telah dilakukan mengarah pada indikasi tersirat bahwa remaja masih belum dapat menerima perceraian kedua orang tuanya dan hasil penelitian oleh Juniar (2018) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan kebahagiaan pada remaja panti asuhan di purwokerto, berdasarkan hasil penelitiannya diketahui bahwa penerimaan diri memberi sumbangan efektif sebesar 43,8% terhadap kebahagiaan remaja panti asuhan di purwokerto.

Penerimaan diri sebagai suatu keadaan dimana seseorang memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk yang ada pada diri dan memandang positif terhadap kehidupan yang telah dijalani (Ryff, 1989). Menurut Supratiknya (1995) ada 3 aspek dalam penerimaan diri, yaitu keterbukaan diri, penerimaan orang lain dan kesehatan psikologis..

Remaja akan memiliki sikap dan emosi positif yang akan memudahkannya untuk mencapai kebahagiaan jika remaja memiliki penerimaan diri yang baik. hal

ini diperkuat oleh Hurlock (2009) yang menyatakan bahwa penerimaan adalah salah satu hal yang berkontribusi bagi setiap individu dalam mencapai kebahagiaan yang ditandai dengan sikap optimis, yakin dengan potensi diri, serta bebas dari kekhawatiran yang kemudian akan menghambat optimalisasi perkembangan khususnya pada remaja.

Menurut Prihadhi (Wulan & Ediati, 2019) individu tidak merasa rendah diri terhadap apa yang ada pada dirinya, tidak dibutakan oleh kelebihan orang lain dan dapat fokus terhadap usaha mengoptimalkan peluang yang ada pada dirinya untuk mencapai keberhasilannya. Oleh karena itu, remaja yang orang tuanya bercerai membutuhkan penerimaan yang baik untuk dirinya. Nender Dkk (2013) mengatakan Jika penerimaan diri yang dimiliki remaja positif setelah orang tuanya bercerai, maka remaja akan mampu menumbuhkan rasa percaya diri dalam masyarakat, sehingga dapat memaksimalkan potensinya tanpa harus mengalami kesulitan akibat status keluarga orang tua yang bercerai. Menurut Rogers (Bernand, 2013) Bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri memengaruhi pikiran, emosi, dan perilakunya. Oleh karena itu, jika individu dapat menerima dirinya sendiri, maka individu akan merasa puas dan terbebas dari emosi negatif.

Ada beberapa penelitian dengan variabel yang sama yaitu penerimaan diri dengan kebahagiaan, seperti penelitian Khoiriyah (2018) penelitiannya berjudul penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja panti asuhan Nurul Abyadh Malang dengan jumlah subjek sebanyak 31 orang. Lestianti (2016) juga melakukan penelitian dengan jumlah subjek sebanyak 80 orang karyawan yang membahas tentang hubungan penerimaan diri dan kebahagiaan pada karyawan.

Selanjutnya, penelitian Ananda (2015) yang berjudul hubungan antara penerimaan diri dan kebahagiaan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus ditinjau dari jenis kelamin. Jumlah subjek ada 152 orang yaitu 64 subjek laki-laki dan 88 subjek perempuan dengan rentang usia 35-60 tahun, hasil penelitiannya terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan kebahagiaan tetapi tidak memiliki pengaruh terhadap jenis kelamin.

Perbedaan penelitian sebelumnya yang telah dipaparkan diatas dengan penelitian ini adalah pada subjeknya. Penelitian ini mengangkat subjek remaja yang diperkecil lagi menjadi remaja yang orang tuanya bercerai. Oleh karena itu, melihat dari fenomena atau peristiwa yang dipaparkan peneliti bertujuan untuk mengkaji lebih dalam lagi hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja yang orang tuanya bercerai. Adapun rumusan masalah yang diajukan peneliti adalah : apakah ada hubungan antara penerimaan diri terhadap perceraian dengan kebahagiaan pada remaja yang orang tuanya bercerai ?

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah maka penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri terhadap perceraian dengan kebahagiaan pada remaja yang orang tuanya bercerai.

### **2. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis maupun manfaat praktis . adapun manfaat tersebut adalah :

a. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi kedepan, khususnya dalam bidang ilmu psikologi positif yang berhubungan dengan kebahagiaan.

b. Manfaat praktis

Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan pemahaman bagi para remaja yang orang tuanya bercerai agar mendapatkan kebahagiaan dengan penerimaan diri yang baik.





UNIVERSITAS  
**MERCU BUANA**  
YOGYAKARTA