

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Perceraian adalah ketika salah satu atau kedua pasangan keluarga memutuskan untuk meninggalkan satu sama lain karena mereka tidak lagi bertanggung jawab sebagai suami istri atau meninggalkan hubungan perkawinan (Rahmatia, 2019). Menurut Lestari (2016), Situasi di mana salah satu atau kedua pasangan memutuskan untuk hidup terpisah dan meninggalkan satu sama lain dapat dikenali sebagai perceraian dalam konteks hubungan keluarga.

Menurut penelitian Azizah (2017), perceraian merupakan isu besar bagi remaja, karena pada usia ini anak tetap membutuhkan afeksi dan perhatian dari orang tua mereka. Pengaruh paling besar yang dirasakan anak adalah terhadap perkembangan psikologisnya, karena perkembangan psikologis anak yang orangtuanya bercerai sangat terganggu. Hal ini mempengaruhi pendidikan anak karena lingkungan mereka tidak nyaman untuk belajar di lingkungannya.

Dalam studi Bumpass dan Rindfuss menyebutkan bahwa anak-anak yang berlatar belakang dari keluarga yang mengalami perceraian memiliki kecenderungan untuk mengalami prestasi pendidikan yang lebih rendah dan menghadapi situasi ekonomi yang kurang baik, sekaligus mengalami ketidakstabilan dalam hubungan pernikahan mereka. Psikolog, Philip M. Stahl, menguraikan beberapa kasus remaja yang berasal dari keluarga dengan kondisi perceraian orang tua, ditemukan bahwa remaja memiliki risiko tinggi mengalami

berbagai dampak negatif, seperti kegagalan akademis, gangguan pola makan dan tidur, depresi, perilaku bunuh diri, penyalahgunaan narkoba, perilaku kenakalan remaja, kurangnya tanggung jawab, pematangan emosional yang terlalu cepat, dan seringkali merasakan perasaan bersalah yang berujung pada ekspresi kemarahan (Aminah, 2011).

Dalam *website* resmi kementerian agama DIY (2022), terjadi 5.001 kasus perceraian yang terjadi di Yogyakarta, sedikit turun dari tahun 2021 lalu yakni sebanyak 5.942 kasus. Ibnu, anggota DPR RI Dapil DIY mengungkapkan apresiasi pada Kementerian Agama yang sudah melaksanakan pembekalan perkawinan pada calon pengantin, karena hal tersebut menjadi sangat penting untuk mempersiapkan kedua mempelai untuk menempuh kehidupan baru sebagai pasangan suami istri.

Pada penelitian yang dilakukan Azizah (2017), konsekuensi dari perceraian orang tua terhadap kesejahteraan emosional anak mengakibatkan disrupsi pada tingkat emosional mereka, dengan kondisi psikologis yang tertekan dan menderita, munculnya perasaan malu terhadap lingkungan serta perasaan bersalah dapat memicu konflik batin. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Handianti, Nurwati & Darwis (2017) ini menguraikan bahwa dalam konteks perceraian orang tua, anak-anak menunjukkan respons emosional yang umum dialami oleh anak-anak dari berbagai rentang usia, yang meliputi perasaan kesedihan, ketakutan, depresi, kebingungan, dan bahkan ekspresi amarah.

Berdasarkan penelitian studi awal yang dilakukan oleh Sari dan Utami (2022), dalam kaitannya dengan aspek harga diri pada remaja yang mengalami dampak perceraian, dapat diamati remaja yang mengalami dampak perceraian

orang tua memiliki kecenderungan menunjukkan tingkat harga diri yang lebih rendah, tetapi setelah dilakukan Gratitude Cognitive Behavior Therapy remaja tersebut memiliki peningkatan harga diri. Hal tersebut didukung oleh Wangge (2013) menguraikan bahwa remaja yang mengalami dampak dari perceraian keluarga menunjukkan tingkat harga diri yang lebih rendah apabila dibandingkan dengan remaja yang berlatar belakang dari keluarga yang tidak bercerai.

Harga diri adalah evaluasi individu yang terpengaruh oleh dinamika interaksi, penghargaan, dan penerimaan dari orang lain terhadap diri seseorang. Peran orang tua memegang signifikansi dalam proses pembentukan harga diri pada remaja, orang tua akan dijadikan panutan atau contoh pertama dari proses peniruan anak, dan akan menilai dirinya sendiri bagaimana orang tua menilai dirinya (Coppersmith, 2007). Dalam Baron & Byrne (2012), Harga diri merupakan penilaian internal yang dilakukan oleh setiap individu terhadap dirinya sendiri, mencakup respons individu terhadap dirinya dalam skala dimensi yang melibatkan aspek positif dan negatif. Menurut Tafarodi dan Swan (2001), aspek harga diri meliputi *self-competence* dan *self-liking*.

Penulis melakukan wawancara pada beberapa remaja yang orang tuanya bercerai, yaitu inisial ET menyatakan bahwa harga dirinya rendah karena ia memiliki rasa malu ketika berada di lingkungan luar, merasa dirinya orang yang gagal ketika tidak dapat meraih apa yang diinginkan, hal tersebut juga mengganggu kehidupan ET, menjadi susah belajar dan murung. Selanjutnya, inisial ZR menyatakan bahwa masalah tersebut membuat ZR memiliki emosi yang tidak stabil, memiliki harga diri yang cukup rendah saat berada di luar rumah karena

sering merasa kurang berguna bagi sesama, dan merasa tidak percaya diri. Selanjutnya, inisial NL menyatakan bahwa perceraian orangtuanya membuat NL merasa sangat kecewa terhadap kedua orang tuanya terutama pada ayahnya, sulit mengontrol emosi dan terkadang memiliki rasa iri terhadap teman-teman yang memiliki keluarga utuh, NL merasa tidak percaya diri dan sering menganggap dirinya gagal ketika melakukan suatu pekerjaan dengan tidak baik. Terakhir, inisial PA menyatakan bahwa kejadian tersebut membuat ia nakal sehingga mengenal narkoba dan juga mengonsumsi minum-minuman beralkohol, PA juga mengungkapkan bahwa ia sering tidak fokus ketika belajar maupun menyelesaikan pekerjaan, serta menunjukkan kurangnya keyakinan diri ketika berinteraksi dalam lingkungan luar

Dari wawancara tersebut, penulis membuat kesimpulan bahwa perceraian orang tua dapat menyebabkan mereka memiliki harga diri yang rendah, sehingga ia menjadi kurang percaya diri, sulit untuk menyelesaikan suatu pekerjaan, terjerumus pada hal negatif, dan menjadi sensitif serta susah mengontrol emosinya. Hal ini didukung oleh temuan dari penelitian yang dilakukan Papalia, Olds, dan Feldman (2009), konsekuensi yang mungkin timbul pada remaja yang memiliki orang tua yang bercerai sebagian besar bersifat psikologis, seperti perasaan malu, kepekaan berlebihan, dan kurangnya rasa percaya diri. Hal ini menyebabkan remaja kesulitan menerima diri sendiri dan cenderung untuk menghindar dari interaksi sosial.

Baron & Byrne (2004), menguraikan bahwa harga diri memiliki peranan penting dalam fungsi individu, mengingat manusia cenderung memberikan perhatian terhadap aspek-aspek pribadi mereka, termasuk identitas personal,

penilaian positif atau negatif terhadap diri sendiri, dan bagaimana citra diri dipresentasikan kepada orang lain. Harga diri merupakan sesuatu yang penting, dan apabila terpenuhi secara optimal, diperkirakan remaja akan mencapai keberhasilan dalam perilaku sosialnya dan dapat tampil dengan keyakinan diri karena merasa bernilai di dalam lingkungan sosialnya (Khoo & Lee, 2009). Sugiyarlin (2008) menyatakan bahwa memiliki tingkat harga diri yang tinggi merupakan faktor kunci yang berkontribusi pada keberhasilan remaja, serta memberikan pengaruh pada sikap optimis, semangat, ketekunan, dan kemampuan remaja dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

Fathonah, Hendriana & Rosita (2020) melakukan penelitian yang menggambarkan harga diri remaja yang memiliki keluarga *broken home* dengan menggunakan metode deskriptif, temuan menunjukkan bahwa remaja menunjukkan tingkat harga diri yang rendah, terutama terlihat dalam dimensi kekuasaan, makna hidup, kebajikan, dan kompetensi. Penelitian yang dilakukan Sahraeni (2023) menunjukkan harga diri remaja yang memiliki orang tua bercerai dengan menggunakan metode kuantitatif, temuan menunjukkan bahwa tingkat harga diri remaja tersebut terbilang rendah, sesuai dengan aspek keberartian, kekuasaan, kebajikan dan kemampuan.

Baldwin dan Hoffman (Guindom, 2010) mengungkapkan bahwa remaja yang mengalami penurunan harga diri sejak masa kanak-kanak akan menghadapi berbagai kesulitan selama masa remaja, serta mengalami perasaan tidak mampu dalam berbagai aspek. McClure (2010) juga mengindikasikan bahwa remaja yang memiliki tingkat harga diri yang rendah, memiliki kecenderungan untuk

menunjukkan perilaku dengan mencari perhatian dari individu lain. Beberapa penelitian telah mengungkapkan bahwa tingkat harga diri yang rendah berkaitan dengan gangguan psikopatologis pada remaja, termasuk depresi, kecemasan, dan gangguan makan. (Bos, Muris, Mulkens & Schaalma, 2006).

Coopersmith (1967) menguraikan faktor-faktor yang berpengaruh terhadap tingkat harga diri, antara lain: a) jenis kelamin, Coopersmith membuktikan bahwa wanita memiliki tingkat harga diri yang lebih rendah dibandingkan pria, b) intelegensi, individu dengan tingkat harga diri yang tinggi cenderung mencapai prestasi akademik yang lebih tinggi daripada individu dengan tingkat harga diri yang rendah, c) kondisi fisik, dimana penampilan fisik yang menarik berkorelasi dengan tingkat harga diri yang lebih positif dibandingkan dengan penampilan fisik yang kurang menarik, d) lingkungan keluarga, dimana perilaku yang adil dan pendidikan yang demokratis dari orang tua ke anak dapat membentuk harga diri yang positif pada anak, dan e) lingkungan sosial, di mana tingkat harga diri dapat tercermin melalui proses interaksi di lingkungan sosial, termasuk penghargaan diri, penerimaan sosial, dan perlakuan orang lain terhadap individu tersebut.

Rogers (1987), menyampaikan bahwa ketika individu diperlakukan dengan cara yang positif oleh orang lain, kemungkinan besar individu tersebut akan mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri dan mengalami penerimaan diri yang lebih baik. Selain itu, dorongan untuk meraih penghargaan pada tingkat diri sendiri dapat memperkuat perasaan penerimaan diri, sehingga individu tersebut dapat menyadari bahwa mereka dihargai oleh lingkungan sosial. Hal ini merupakan salah satu faktor psikologis yang signifikan dalam membantu individu mengatasi

dan mengabaikan aspek-aspek negatif dalam kehidupan mereka, dan membentuk pola pikir positif terhadap lingkungan sekitarnya. (Clark, 2005).

Penerimaan diri merupakan kemampuan seseorang untuk mempertahankan sikap positif terhadap dirinya sendiri, mengakui, dan menerima berbagai aspek pribadi, termasuk pandangan positif terhadap kehidupan serta kualitas baik maupun buruk yang dimiliki oleh dirinya. (Ryff, 1989). Kubber Rose dan Tom (2008) mengungkapkan bahwa penerimaan diri terwujud ketika individu mampu mengakui dan mengatasi realitas yang ada, daripada menyerah atau kehilangan harapan. Menurut Caplin (2011) penerimaan diri merupakan sikap kepuasan terhadap diri sendiri, kualitas, dan bakat yang dimiliki pada diri sendiri. Remaja yang mampu menerima diri cenderung tidak mengalami konflik internal dan lebih mungkin berinteraksi secara positif dengan lingkungan sekitarnya.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Wangge dan Hartini (2013), dijelaskan bahwa penerimaan diri memiliki dampak signifikan pada tingkat harga diri remaja setelah mengalami perceraian orang tua. Apabila remaja mampu menerima kondisi perceraian orang tua dengan baik, hal tersebut berkorelasi dengan tingkat harga diri yang tinggi dan kemampuan remaja tersebut untuk mengatasi situasi yang tidak diinginkan. Temuan serupa juga terdapat dalam penelitian yang dilakukan oleh Puspita (2008), yang menunjukkan bahwa penerimaan diri dan penilaian positif dari lingkungan sekitar berperan dalam membentuk tingkat harga diri yang positif. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri remaja memainkan peran penting dalam pembentukan harga diri, yang pada gilirannya, akan meningkatkan rasa percaya diri dan semangat individu. Rasty (2015), yang

menyatakan bahwa penerimaan diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat harga diri, karena memiliki harga diri yang baik melibatkan kemampuan untuk menilai secara obyektif kelebihan dan kelemahan individu.

Ellis (dalam Chamberlain & Haaga, 2001; Bernard, 2013) menyarankan solusi untuk menangani masalah penilaian diri dan rendahnya harga diri, melalui penerimaan diri. Penerimaan diri memungkinkan individu untuk menjadi autentik, menunjukkan kesadaran diri, dan menghindari upaya untuk mengecoh diri sendiri dengan menampilkan citra diri yang positif, yang dapat berujung pada kegagalan dalam meningkatkan harga diri (Carson & Langer, 2006). Sebaliknya, individu yang mampu menerima diri mereka mencerminkan individu dengan tingkat harga diri dan kepercayaan diri yang lebih tinggi. (Hurlock, 1976).

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah diuraikan di atas, dapat dirumuskan dalam penelitian ini adalah, apakah terdapat korelasi antara penerimaan diri dan tingkat harga diri pada remaja yang menjadi korban perceraian orang tua?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja yang mengalami perceraian orang tua. Sedangkan manfaat dari penelitian ini yaitu :

1. Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini ditujukan agar dapat meningkatkan wawasan serta informasi bagi pembaca terkait ilmu psikologi. Selain itu,

juga diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai bagaimana perkembangan harga diri pada remaja dengan keluarga bercerai, serta seberapa besar pengaruh dari penerimaan diri yang dimiliki remaja korban perceraian.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat berguna dan dapat diaplikasikan kepada orangtua dan remaja. Bagi para remaja, penelitian ini dapat membantu mereka dalam menyikapi setiap masalah dan memiliki pandangan positif terhadap dirinya maupun orang lain dengan bersyukur atas segala hal yang sudah dilalui dalam hidupnya. Bagi para orang tua, hal ini dapat mengetahui dan memahami bagaimana harga diri yang dimiliki oleh remaja dengan keluarga bercerai.