

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Keluarga merupakan beberapa individu yang berkumpul dipersatukan oleh pernikahan, memahami, dan merasakan satu kesatuan secara khusus, serta saling memperteguh hubungan untuk mencapai kedamaian, kebahagiaan, dan kesejahteraan bagi seluruh anggota keluarga hal ini disampaikan oleh Safrudin (2015). Willis (2017) dalam jurnal yang berjudul "*Family Counselling*" mengatakan adanya lingkungan keluarga yang harmonis merupakan keluarga yang saling menghormati, menyayangi, menerima, mempercayai, menghargai, dan mengasihi satu sama lain. Hal ini yang menyebabkan setiap anggota keluarga dapat memerankan sesuai dengan perannya dengan penuh kedewasaan sikap, sehingga dapat menciptakan kepuasan secara mental untuk terbentuknya keluarga yang bahagia (Willis, 2017). Menurut Munandar, Purnamasari, dan Peristianto (2020) yang dikatakan dalam jurnal berjudul "*Psychological well-being pada keluarga broken home*" semua keluarga belum tentu merupakan keluarga yang ideal, sehingga berakibat banyaknya perilaku dalam menghadapi keluarga yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan.

Willis (2017) memberikan pendapat bahwa *broken home* mempunyai arti keluarga yang retak, yaitu kondisi hilangnya perhatian atau kurang kasih sayang dari orang tua yang ada disebabkan oleh beberapa alasan, baik berupa orang tua yang sibuk sehingga anak hanya tinggal bersama satu orang tua kandung atau

dikarenakan perceraian. *Broken home* terdiri dari dua kata, pertama *broken* yang berarti pecah atau rusak dan *home* yang berarti rumah, sehingga arti dari *broken home* adalah keluarga yang mengalami disharmoni atau tidak bahagia akibat perpisahan dan perceraian hingga peran dalam keluarga sudah tidak berfungsi sebagaimana mestinya (Awaru, 2021). *Broken home* dapat dilihat dari dua aspek yaitu, karena salah satu orang tua meninggal (cerai mati) atau perceraian semasa hidup (Hurlock, dalam Ariyanto, 2023). Pada penelitian ini akan berfokus pada *broken home* yang disebabkan oleh perceraian orang tua semasa hidup, karena menurut Hurlock (dalam Ariyanto, 2023) pertengkaran yang mengakibatkan perceraian kedua orang tua akan berdampak negatif pada psikis anak.

Menurut survei yang dilakukan *divorce.com* pada 15 Juli 2024 di Asia yang meliputi beberapa negara yang meliputi Kazakstan sebesar 2,7% dengan presentasi tertinggi, negara Cina dengan persentase paling tinggi kedua sebesar 2% dari penduduknya, selanjutnya negara Korea Selatan sebesar 1,8%, sedangkan negara Indonesia dengan presentasi 1,6% dari jumlah penduduk di Indonesia itu sendiri. Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik Indonesia, pada *website* resminya *Badan Pusat Statistika.go.id* (2023), pada tahun 2021 perceraian yang terjadi di Indonesia sebanyak 447.743 kasus, dan terjadi peningkatan kasus perceraian mencapai 448.126 kasus pada 2022. Selain itu, bersumber dari data resmi Direktorat Mahkamah Agung Republik Indonesia pada *website putusan3.mahkamahagung.go.id*, negara Indonesia pada tahun 2024 memiliki jumlah kasus perceraian sebanyak 232.935 kasus dan data ini menunjukkan jumlah perceraian yang terjadi pada bulan Januari 2024 hingga Juli 2024.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sakia (2017) dengan berjudul “*broken family: its causes and effects on the development of children*” memaparkan bahwa perceraian yang dilakukan oleh orang tua merupakan salah satu penyebab keluarga *broken home*. Ardini, Utoyo, dan Juniarti (2019) dalam penelitian yang dilakukan mengatakan keluarga yang dikatakan tidak utuh atau keluarga *broken home* punya pengaruh terhadap perkembangan anak. Keluarga memiliki peran sebagai tempat yang penting untuk perkembangan anak secara mental, fisik, sosial, dan spiritual (Ardini, Utoyo, dan Juniarti, 2019). Penelitian yang dilakukan Rahmatia (2019) memaparkan anak yang mengalami tidak berjalannya fungsi keluarga dengan baik atau anak yang tumbuh di keluarga *broken home* memiliki risiko lebih tinggi mempunyai gangguan perkembangan kepribadian seperti gangguan mental emosional, gangguan mental psikososial, ataupun gangguan mental intelektual. Astuti dan Rachmah (2015) dalam penelitiannya mengatakan hal serupa bahwa perceraian dapat berpengaruh pada mental dan berdampak psikis anak terlebih lagi pada usia remaja yang sedang mengalami proses perkembangan menuju dewasa. Hasil penelitian yang lain juga dalam jurnal Afina dan Hasanah (2019) mengungkapkan adanya perceraian orang tua akan menyebabkan anak dan remaja akan memiliki rasa tidak percaya diri akan kemampuan dan kedudukannya sehingga anak dan remaja merasa malu dan susah bergaul untuk berinteraksi sosial. Nikmah dan Sa’adah (2021) dalam jurnal penelitian memaparkan bahwa selain itu, masa remaja juga sedang berada dalam masa anak mulai beranjak dari masa kanak-kanak yang masih tergantung orang tua dan dalam masa mencari jati diri serta menciptakan tempatnya di dunia ini. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan

Fatonah, Hendriana, dan Rosita (2020) keberadaan orang tua sangat penting untuk panutan dan teladan bagi remaja serta perkembangan remaja yang utamanya untuk perkembangan emosi dan psikis, sehingga adanya orang tua akan menjadi contoh atau *role model* bagi remaja itu sendiri.

Definisi remaja menurut Santrock (2003) didefinisikan sebagai masa perkembangan dan transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa baik secara kognitif, biologis, dan sosial-emosional. Sakia (2107) mengatakan anak dan remaja cenderung mengalami kesulitan dalam perubahan, dengan kurangnya kasih sayang atau perginya salah satu orang tua yang mengakibatkan anak merasa tidak dipenuhinya kebutuhan emosional yang menyebabkan anak mungkin mengekspresikan perasaan marah, cemburu, kesal, dan bingung. Ketika orang tua kesal, dingin, acuh tak acuh, dan mengecilkan hati yang menyebabkan anak akan merasa dirinya tidak mempunyai harga diri (Rosenberg, 2015). Pengekspresian yang dilakukan anak akibat *broken home* ini akan menyebabkan terjadinya *loneliness*, depresi, isolasi, depresi, dan rendahnya *self-esteem* (Sakia, 2017).

Harga diri atau yang juga dikenal dengan istilah *self-esteem* merupakan suatu evaluasi positif maupun negatif terhadap diri sendiri (Rosenberg, 1965). Sedangkan, menurut Coopersmith (1965) *self-esteem* didefinisikan berupa evaluasi yang dilakukan individu memandang dirinya sendiri dengan penerimaan atau penolakan yang diekspresikan pada sikap pada diri sendiri, dan meyakini akan kemampuan yang dimiliki dalam penilaian personal mengenai sikap-sikap dan perasaan berharga. *Self-esteem* ini terdiri dari dua aspek yaitu *self-competence* yang merupakan penilaian terhadap diri sendiri yang menganggap dirinya mampu,

memiliki potensi, efektif dan dapat dikontrol serta diandalkan, dan *self-liking* yang merupakan perasaan berharga individu akan dirinya sendiri dalam lingkungan sosial, tentang bagaimana dirinya merupakan seorang yang baik ataukah seorang yang buruk (Rosenberg, 1965). Mruk (2019) mengatakan *self-esteem* juga berpengaruh kepada genetik, usia jenis kelamin, keluarga, dan lingkungan, hal ini dikarenakan lingkungan memiliki peran penting dalam penerimaan dan pengembangan dalam hal dalam pembelajaran nilai sosial seperti pendidikan, keluarga dan adanya hubungan antar teman sebaya.

Hal ini selaras dengan hasil penelitian dari Indari, dkk (2023) yang mengatakan bahwa *self-esteem* bukan faktor bawaan sehingga *self-esteem* dapat berkembang dan dipelajari yang terbentuk selama pengalaman hidup. Remaja yang berada dalam masa pertumbuhan dan perkembangan membutuhkan *self-esteem* karena *self-esteem* mencapai puncaknya pada masa remaja (Shahrazad, Fauziah, Bee, & Ismail, 2012). Dalam hasil penelitian Laumi dan Adiyanti (2013) *self-esteem* yang tinggi pada remaja dikaitkan dengan suasana hati yang positif, kebahagiaan, kepuasan hidup, kesehatan fisik, perilaku yang berhubungan dengan kesehatan yang baik, prestasi akademik, ketahanan yang baik dalam menghadapi *stress* dan kecemasan, dan kerja sama tim yang baik serta perilaku positif, inisiatif, gigih, mandiri, prososial, dan tangguh. Rosenberg (2015) menyatakan bahwa individu yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan menghormati dirinya dan menganggap dirinya sebagai individu yang berguna, sedangkan individu yang memiliki *self-esteem* yang rendah tidak dapat menerima dirinya dan menganggap dirinya tidak berguna dan serba kekurangan.

Namun demikian, *self esteem* dari keluarga *broken home* cenderung rendah . Hal ini berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Indari dkk., (2023) kepada 84 responden remaja yang mengalami *broken home* mendapatkan hasil bahwa sebesar 65 responden (77,4%) mempunyai *self-esteem* yang rendah, 17 responden (20,2%) mempunyai *self-esteem* sedang, dan dua responden (2,4%) mempunyai *self-esteem* tinggi. Selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Gina (2017) menunjukkan hasil 52 responden (80%) remaja *broken home* dari 65 responden memiliki *self-esteem* yang rendah dan 13 responden (20%) mempunyai *self-esteem* yang tinggi.

Pernyataan diatas didukung dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti 22 Oktober 2024 dengan 10 orang remaja yang mengalami *broken home*, para remaja ini merasa tidak pantas berinteraksi dengan lingkungan sekitar, merasa mempunyai banyak kekurangan, dan merasa tidak berguna dalam keluarga karena tidak bisa mengubah keadaan. Sembilan remaja merasa malu untuk membangun hubungan sosial, merasa tidak pantas dicintai, merasa tidak ada yang bisa dibanggakan dalam diri, dan merasa selalu gagal dalam kehidupan. Para remaja ini pendapat yang sama dan sepakat bahwa hal ini disebabkan oleh perceraian dari kedua orang tua yang dialami. Wawancara yang dilakukan mengacu aspek-aspek *self-esteem* yang dikemukakan oleh Rosenberg (1965), yaitu *self-competence* dan *self-liking*.

Sejalan dengan hasil penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Fatonah, Hendriana, dan Rosita (2020) menyatakan remaja *broken home* memiliki *self-esteem* rendah serta menunjukkan rendahnya kekuatan, kebijakan, signifikansi, dan kompetensi yang rendah. Menurut Coopersmith (dalam Meisyah & Cahyanti, 2022)

dampak remaja yang mempunyai *self-esteem* rendah akan susah beradaptasi karena remaja menjadi menyendiri, sulit mengungkapkan apa yang dipikirkan atau susah mengungkapkan pendapat, dan kesepian. Didukung dengan pendapat dalam jurnal Nugroho dkk., (2021) adanya dampak negatif terhadap kasus remaja yang memiliki *self-esteem* yang rendah yang dapat menyebabkan kecemasan berlebihan, individu takut akan penolakan, dan takut mengalami kegagalan serta merasa rendah diri ketika berhadapan dengan orang lain.

Menurut Santrock (2011) bahwa remaja yang berasal dari keluarga *broken home* tidak semua mengalami *self-esteem* yang rendah, beberapa remaja tersebut menunjukkan tingkat *self-esteem* yang tinggi karena faktor-faktor protektif seperti adanya dukungan sosial dari teman sebaya, peran figur pengganti (seperti guru atau kerabat), serta kemampuan *coping stress* yang baik. Sejalan dengan hasil penelitian kualitatif Febrita (2017) menunjukkan hasil remaja yang memiliki latar belakang keluarga *broken home* memiliki *self-esteem* yang tinggi dikarenakan mampu mengontrol tingkah laku, menerima kasih sayang dari orang lain, memiliki kepatuhan terhadap kode etik, dan mengetahui potensi dalam diri. Diperkuat dengan hasil penelitian oleh Afrina dan Hasanah (2019) menyatakan remaja berasal dari keluarga *broken home* memiliki *self-esteem* yang tinggi dikarenakan adanya faktor-faktor yang mempengaruhi dari dalam diri subjek seperti memiliki perasaan dicintai dan mampu mencitai orang lain, menjalin hubungan dengan orang lain serta mampu berempati, sedangkan dari luar diri subjek seperti mendapatkan hubungan positif dari orang-orang disekitar dan hubungan baik dengan kedua orang tuanya.

Self-esteem yang ada pada diri seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor penerimaan dan penghargaan terhadap diri sangatlah lekat kaitannya dengan *self-compassion* (Stoic & Antika, 2023). Menurut Stoic dan Antika (2023) *self-compassion* merupakan salah satu faktor paling penting yang mempengaruhi harga diri seseorang. Hal ini ditegaskan oleh Coopersmith (dalam Stoic & Antika, 2023) bahwa *self-compassion* merupakan faktor yang mempengaruhi *self-esteem*. Menurut Neff (2011) hal ini yang menyebabkan adanya hubungan positif antara *self-compassion* dengan *self-esteem*. Menurut hasil penelitian yang dilakukan Stoic dan Antika (2023) bahwa *self-compassion* memberikan kontribusi pada *self-esteem* sebesar 36,1% dengan jumlah 837 subjek.

Self-compassion merupakan keterbukaan individu pada penderitaan yang dialami sehingga menimbulkan kepedulian dan kebaikan pada diri, memahami, dan tidak menghakimi kekurangan secara berlebihan, serta dapat melihat kondisi diri sebagai pengalaman yang telah dialami (Neff, 2003). Neff (2003) juga menyatakan bahwa salah satu bentuk penataan emosi yang sangat efektif menghindarkan *stress* dan depresi dari individu adalah *self-compassion* (mengasihi diri) atau biasa disebut welas diri. *Self-compassion* atau welas asih adalah sikap sadar dan peka terhadap penderitaan yang dialami diri dan responnya dengan pemahaman tanpa penghakiman, penerimaan tak bersyarat, kehangatan, dan kepedulian terhadap diri sendiri (Neff, 2016). Menurut Neff (2003) *self-compassion* terdiri dari beberapa aspek antara lain; Pertama *self kindness vs self judgment*, yaitu berbaik hati pada diri sendiri, berlawanan dengan penolakan terhadap perasaan, pikiran, tindakan, dan nilai diri yang menyebabkan individu merespon sesuatu cara

berlebihan; Kedua, *sense of common humanity vs isolation* yaitu kemampuan individu untuk memahami bahwa semua orang wajar bila berbuat kesalahan dan kegagalan, berlawanan dengan individu yang memandang ketidaksempurnaan adalah suatu kegagalan yang hanya dialami oleh dirinya sendiri; Ketiga, *mindfulness vs overidentification*, yaitu kemampuan individu untuk menyadari realitas yang terjadi, tanpa menanggapi berlebihan tentang suatu kegagalan atau penderitaan diri sendiri, berlawanan dengan individu yang melebih-lebihkan penderitaan diri sendiri yang tengah terjadi.

Menurut Stoic dan Antika (2023) juga menyatakan bahwa meningkatkan *self-compassion* merupakan cara terbaik untuk meningkatkan *self-esteem* individu. Menurut Leary dkk. (2007) mengatakan bahwa individu yang memperlakukan diri dengan penuh perhatian, kebaikan, dan penuh kasih sayang (*self-compassion*) cenderung memiliki *self-esteem* lebih tinggi dibandingkan individu yang kritis terhadap diri sendiri. Leary dkk. (2007) juga berpendapat individu yang mempunyai *self-compassion* cenderung mempunyai keinginan merawat diri sendiri, hal ini dikaitkan dengan *self-esteem* yang merupakan penilaian positif terhadap diri sendiri. Hal ini selaras dengan pendapat Neff (dalam Leary dkk., 2007) mengatakan *self-compassion* membantu individu mengurangi kritis terhadap diri sendiri secara berlebihan yang dapat membantu individu merasa lebih berharga. Hasil penelitian dari Perdede, Simanjuntak, dan Syahdi (2021) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-compassion* dengan harga diri seseorang. Ketika *self-compassion* rendah maka akan memengaruhi tingkat *self-esteem* pada individu ikut menjadi rendah (Abidin, 2020). Menurut Abidin (2020) juga mengatakan bahwa

self-compassion dengan *self-esteem* mempunyai hubungan satu sama lain. Tingkat *self-compassion* yang rendah dapat menurunkan tingkat *self-esteem* individu (Abidin, 2020). Selain itu, Neff dan Vonk (2009) juga berpendapat bahwa *self-compassion* mempunyai hubungan positif terhadap *self-esteem* seseorang.

Berdasarkan uraian panjang diatas maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih jauh apakah ada hubungan antara *self-compassion* dengan *self-esteem* pada remaja yang mengalami *broken home*?

B. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *self-compassion* dengan *self-esteem* pada remaja yang mengalami *broken home*.

2. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat pengetahuan dan menyumbangkan penelitian pada bidang keilmuan psikologi klinis agar kedepannya menjadi lebih berkembang kearah yang lebih baik, dan diharapkan akan banyak penelitian yang lanjutan yang berhubungan dengan *self-compassion* dan *self-esteem*, pada remaja yang mengalami *broken home*.

3. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat sebagai referensi pengetahuan, sarana untuk meningkatkan kesadaran

masyarakat khususnya para orang tua dan calon orang tua tentang bahaya dari dampak *broken home* bagi perkembangan dan pembentukan karakter pada anak.