# BAB I

# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

Adalah hakekat seorang anak, bahwa dalam pertumbuhan dan perkembangannya, ia membutuhkan uluran tangan dari kedua orang tuanya. Orang tualah yang bertanggung jawab dalam memperkembangkan keseluruhan eksistensi anak; termasuk di sini kebutuhan fisik dan psikis, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang ke arah kepribadian yang harmonis dan matang Besar kecilnya pengaruh dan uluran tangan orang tua tergantung dari hubungan emosional antara anggota keluarga tersebut dengan sang anak (Gunarsa, 2008).

Hill (Lestari, 2012) mengemukakan bahwa keluarga adalah rumah tangga yang memiliki hubungan darah atau perkawinan atau menyediakan terselenggarnya fungsi-fungsi instrumental mendasar dan fungsi-fungsi ekspresif keluarga bagi para anggotanya yang berada dalam suatu jaringan.

Perasaan tertekan, kekecewaan, tersakiti, ketegangan, dan perasaan ketidak puasan dengan kondisi keluarganya. Ketidakharmonisan tersebut dapat terjadi karena dipicu oleh konflik berupa pertengkaran atau perselisihan antar suami istri yang berkepanjangan. Ketidak harmonisan dalam keluarga merupakan wujud dari keluarga yang tidak bahagia. Menurut Gunarsa (2001), keluarga yang tidak bahagia adalah keadaan dimana anggota keluarga atau salah satunya mengalami ketegangan, kekecewaan, atau tidak merasa puas dan bahagia dengan keadaan atau keberadaanya terhambat kehidupannya. Keadaan keluarga yang tidak bahagia

akibat dari pertengkaran atau perselisihan dapat menjadi salah satu penyebab kehancuran rumah tangga yang berakhir dengan perceraian, hal ini populer dengan istilah *broken home.*

Perceraian merupakan pemutusan hubungan dalam perkawinan (Lasswell & Lasswell, 1987). Berdasarkan data dari Kementrian Agama, angka perceraian di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun 2009 hingga tahun 2016 yaitu mencapai 16-20 persen. Data menunjukkan pada tahun 2009, terjadi angka perceraian sebanyak 216.286 peristiwa. Sementara, pada tahun berikutnya, yaitu tahun 2010, peristiwa perceraian meningkat tiga persen dari tahun sebelumnya yakni berjumlah 285.184 peristiwa. Pada tahun 2011, terjadi peristiwa cerai sebanyak 158.119 peristiwa dan pada tahun 2012 angka perceraian kembali meningkat menjadi 372.577 peristiwa.

Wati (2010) memberikan gambaran lebih jelas terkait karakteristik remaja yang mengalami broken home dalam penelitiannya yang dilakukan pada tiga remaja. Meskipun terdapat dampak positifnya, namun hasil penelitian menunjukkan kecenderungan lebih banyak berdampak negatif. Pada subjek I, dampak positifnya adanya kemandirian, sedangkan dampak negatifnya yaitu tidak mampu melepaskan diri dari konflik kedua orangtua, merasa kehilangan kedua orangtua dan masa anak-anak, rasa marah, kesedihan, rasa malu, penyangkalan dan kurangnya kedisiplinan dari kedua orangtua. Pada subjek II, dampak positifnya maturitas lebih besar dan kemandirian, namun dampak negatifnya yaitu merasa cemas, kesedihan, rasa malu, dan menarik diri dari keluarga dan teman-teman. Sedangkan pada subjek III dampak positifnya yaitu berupa kemandirian,

dan dampak negatifnya meliputi tidak mampu melepaskan diri dari konflik kedua orangtua, merasa kehilangan kedua orangtua dan masa anak-anak, rasa marah, kesedihan, rasa malu, menarik diri dari keluarga dan teman-teman, dapat terlibat dalam perilaku meledak-ledak, terganggunya konsep seksualitas, hilangnya hubungan kasih sayang orangtua, kurangnya penerapan kedisiplinan dari kedua orangtua dan hilangnya kasih sayang dari kedua orangtua.

Tidak hanya pada masa kanak-kanak, perceraian orangtua juga memiliki dampak bagi perkembangan anak ketika menginjak masa remaja. Masa remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa dan di dalamnya terjadi proses pencarian jati diri. Sebuah pandangan dikemukakan oleh G. Stanley Hall (dalam Aghniacakti, 2016) yang menganggap bahwa remaja adalah masa yang penuh dengan "badai dan tekanan jiwa", yaitu masa di mana terjadi perubahan besar secara fisik, intelektual dan emosional pada seseorang yang menyebabkan kesedihan dan kebimbangan (konflik) pada yang bersangkutan, serta menimbulkan konflik dengan lingkungannya (Seifert & Hoffnung, 1987). Oleh karenanya, orangtua berperan penting dalam membimbing remaja untuk menghadapi konflik dalam hidupnya serta menemukan jati dirinya. Namun sayangnya, perhatian dan dukungan orangtua belum tentu didapatkan oleh remaja dari keluarga yang bercerai.

Remaja yang mengalami perceraian orangtua cenderung tidak memiliki kepuasan dalam hidup, lemahnya kontrol diri, dan tidak ada kebahagiaan (Amato & Sobolewski, 2001). Ditambah lagi masa remaja merupakan masa pembentukan identitas diri, sehingga tidak mudah bagi remaja untuk mengatakan pada orang-

orang di sekitarnya bahwa dirinya berasal dari kelurga yang bercerai. Remaja akan cenderung malu untuk bertemu dengan teman-temannya dan bersembunyi dari kenyataan bahwa dirinya memiliki orangtua yang bercerai. Efek negatif dari perceraian orangtua muncul karena adanya kebutuhan anak yang tidak terpenuhi akibat dibesarkan dalam keluarga yang tidak utuh, terutama ketika anak tersebut menginjak masa remaja. Hal ini secara tidak langsung akan menghambat remaja tersebut dalam menjalankan tugas perkembangannya, membina hubungan dengan orang lain dan menjalankan perannya di masyarakat sehingga akan berujung pada *psychological well-being* yang rendah. Kondisi keluarga yang penuh konflik dan pertengkaran orangtua yang berakhir pada perceraian dapat menimbulkan kecemasan dan rasa ketidakmampuan menjalani kehidupan pada anak. Anak menjadi sedih karena kehilangan anggota keluarga, sakit hati, marah, menyalahkan diri sendiri, dan pada akhirnya dapat mengancam kondisi *psychological well-being* mereka. Anak menjadi tidak dapat menerima keadaan apa adanya serta tidak memiliki tujuan hidup yang sesuai dengan kebutuhan hidupnya (Dariyo, 2007).

Seorang anak yang tinggal dalam keluarga dengan orang tua bercerai akan mengalami kondisi psikologis yang fluktuatif sepanjang masa perkembangannya yang disebabkan oleh berbagai kebutuhan yang tidak dapat terpenuhi. Hal ini berkaitan dengan *psychological well being.*

Menurut Ryff (1989), *Psychological well being* merujuk pada perasaan seseorang mengenai aktifitas hidup sehari-hari dimana dalam proses tersebut kemungkinan mengalami fluktuasi perasaan yang dimulai dari kondisi mental

negatif sampai pada kondisi mental positif. Terdapat enam dimensi yang membentuk *psychological well being* yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with other*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*) dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*). faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat *psychological well being* dalam penelitian Ryff (1995) yaitu jenis kelamin, usia dan *personal traits*. Ada berbagai faktor yang mempengaruhi tingkat *psychological well-being* pada masa remaja. Selain itu, evaluasi dan penghayatan terhadap pengalaman merupakan faktor yang sangat mempengaruhi pembentukan *psychological well-being.*

Berdasarkan pernyataan di atas, peneliti telah melakukan wawancara dengan salah satu remaja dengan orang tua yang bercerai yang berinisial TE. TE adalah seorang pelajar perempuan di salah satu sekolah di Yogyakarta dan berusia 19 tahun. Dari wawancara antara peneliti dengan TE diperoleh informasi bahwa perceraian orang tua TE memberikan dampak yang sangat besar baginya. TE mengalami trauma dan menarik diri dari lingkungannya. Perasaan stres, sedih, dan malu masih dirasakannya sampai sekarang serta ia masih merasakan perasaan ditinggalkan dan tidak dipedulikan lagi oleh orang tuanya. Perasaan negatif yang di alami oleh TE membuatnya menjadi tidak nyaman dan hal tersebut juga berdampak pada masa depannya yang masih bingung untuk menentukan apa yang ingin dia lakukan setelah lulus sekolah nanti.

Kemudian peneliti juga melakukan wawancara dengan salah satu mahasiswa perguruan tinggi di Yogyakarta yang berumur 19 tahun yang berinisal

DJ. DJ merupakan seorang remaja dengan orang tua bercerai. Dia adalah anak pertama dari 3 bersaudara. DJ adalah anak yang aktif dalam organisasi kampus dan setelah dilakukan wawancara, peneliti menemukan bahwa kedua orang tua DJ telah bercerai saat dia duduk bangku SMA dan kejadian itu masih memberikan perasaan trauma dan tertekan baginya. Sebenarnya DJ masih belum yakin dengan masa depannya meskipun ia sangat aktif di kegiatan organisasi kampus dikarenakan ia merasa tidak percaya diri dengan kemampuannya. Tujuan hidupnya masih belum jelas dan ia mengatakan bahwa ia masih berfokus dengan saat sekarang dan belum memikirkan akan masa depannya

Remaja dengan orangtua yang bercerai lebih mungkin untuk terlibat dalam pengasuhan yang tidak kompeten yang meliputi perilaku yang tidak konsisten dan kasar kurangnya pengawasan, dan adanya rasa benci terhadap anak. Di sisi lain, pernyataan Ryff (1995) yang menyebutkan bahwa evaluasi dan penghayatan terhadap pengalaman merupakan faktor yang sangat mempengaruhi pembentukan *psychological well-being*. Menurutnya, untuk dapat memahami *psychological well-being* seseorang, perlu melihat bagaimana individu tersebut dalam mengevaluasi serta menghayati pengalamannya di masa lalu. Proses serta cara tiap individu dalam mengevaluasi dan menghayati pengalamannya di masa lalu dapat berbeda-beda, sehingga mungkin saja ditemukan perbedaan gambaran *psychological well-being* pada individu-individu yang memiliki pengalaman sama, yang dalam konteks kali ini adalah pengalaman dibesarkan dalam keluarga yang bercerai.

Menurut Wilhelmina & Jaarveld (2007) perceraian bagi anak adalah tanda kematian keutuhan keluarganya, rasanya separuh diri anak telah hilang, hidup tak akan sama lagi setelah orangtua mereka bercerai dan mereka harus menerima kesedihan dan perasaan kehilangan yang mendalam, perasaan kehilangan, penolakan dan ditinggalkan akan merusak kemampuan anak berkonsentrasi di sekolah. Dampak yang bisa terjadi pada anak remaja dari pasangan bercerai, biasanya dari segi psikis. Seperti perasaan malu, sensitif, rendah diri. Sehingga perasaan tersebut dapat membuat remaja menarik diri dari lingkungan Remaja yang menarik dirinya dari lingkungan sekitarnya dianggap tidak mampu menyesuaikan dirinya terhadap kondisi dan situasi yang terjadi pada dirinya.

Kegagalan dalam penyesuaian diri anak remaja yang menjadi korban perceraian orangtua menyebabkan remaja mendapat kesulitan dalam menyesuaikan dirinya pada suatu kondisi yang baru, akhirnya di dalam dirinya timbul perasaan kegelisahaan, sedih, marah dan konflik bathin yang hal ini termanifestasi dalam bentuk perbuatanya seperti tidak dapat memusatkan perhatian, kurang semangat disebabkan oleh perceraian orang tua. Peristiwa ini dapat mengganggu kehidupannya, maka ia takut menjalin persahabatan, takut berusaha keras di sekolah, sehingga mengakibatkan kesulitan dalam belajar yang mempengaruhi prestasinya di sekolah (Utama, 2011). Fokus dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran yang lebih utuh mengenai *psychological well-being* pada remaja dari keluarga yang bercerai dan untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang dapat menghambat atau mendukung *psychological well-being* remaja yang dibesarkan dari keluarga yang bercerai

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah penelitian di atas adalah :

Bagaimana proses dinamika *psychological well-being* pada remaja yang dibesarkan dari keluarga yang bercerai.

## B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui proses dinamika *psychological well being* pada remaja dengan orang tua yang bercerai.

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat baru yaitu berupa manfaat teoritis dan manfaat praktis :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian ilmu Psikologi, terutama Psikologi klinis dan psikologi perkembangan mengenai gambaran psychological well being dan faktor-faktor penghambat maupun pendukung pada remaja dengan orang tua yang bercerai.

2. Manfaat praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu tolak ukur bagi kedua orangtua, untuk selalu berupaya mempertahankan kehidupan pernikahan. Bagi orangtua dalam keluarga utuh maupun yang telah mengalami perceraian untuk selalu memperhatikan kebutuhan-kebutuhan psikologis anak. Dan juga bagi sebagian anak yang juga mengalami

perceraian kedua orangtuanya sehingga dapat menjadi inspirasi tentang bagaimana menghadapi permasalahan-permasalah yang dialami. Sehingga tetap memiliki kehidupan ke arah yang positif dan bermanfaat.