***Psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) pada usia dewasa awal dari keluarga *broken home***

**Aris Munandar**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Jl. Padjajaran (Ring Road Utara), Condong Catur, Depok, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

*e-mail*: Arismun1993@gmail.com

*Abstract*

*Psychological well-being (psychological well-being) should be a source of resilience in facing difficulties and reflecting positive functions, personal strengths, and mental health for each individual. However, disharmony in a broken home has an impact on the level of psychological well-being to early adulthood. The purpose of this study is to see a picture of psychological well-being in early adulthood who has experienced a broken home. The data in this study were obtained using qualitative methods with phenomenological design. Subject selection using purposive sampling technique. Respondents in this study were male early adulthood individuals who experienced broken home since childhood. Collecting research data by in-depth interviews and participant observation. The results of this study indicate the results of subjects having their own characteristics in living life and with different dimensions of dominance factors.*

***Keywords****: Psychological well-being, broken home, early adult, qualitative research*

**Abstrak**

*Psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) seharusnya menjadi sumber *resiliensi* dalam menghadapi kesulitan dan mencerminkan fungsi positif, kekuatan personal, dan kesehatan mental bagi setiap individu. Namun, ketidakharmonisan dalam suatu keluraga (*broken home*) berdampak pada tingkat kesejahteraan psikologis sampai tingkat usia dewasa awal. Tujuan dari penelitian ini adalah untu melihat gambaran kesejahteraan psikologis pada usia dewasa awal yang mengalami *broken home*. Data pada penelitian ini diperoleh dengan menggunakan metode kualitatif dengan desain fenomenologi. Pemilihan subyek menggunakan teknik *purposive sampling*. Responden pada penelitian ini merupakan individu usia dewasa awal laki-laki dari keluarga *broken home* sejak masa kecil. Pengumpulan data penelitian dengan cara wawancara mendalam dan observasi partisipan. Hasil penelitian ini menunjukkan hasil subyek memiliki ciri khas masing-masing dalam menjalani kehidupan dan dengan dominasi dimensi yang berbeda.

**Kata kunci**: *Psychological well-being* (kesejahteraan psikologis), *broken home*,

dewasa awal, penelitian kualitatif

**Pendahuluan**

Masa beranjak dewasa atau dewasa awal merupakan sebuah istilah yang kini digunakan untuk merujuk masa transisi dari remaja menuju dewasa. Rentang usia masa dewasa berkisar antara 18 hingga 25 tahun. Transisi dari masa remaja menuju masa dewasa diwarnai dengan perubahan yang berkesinambungan. Individu akan mencoba dan memilih peran apa yang mereka mainkan dalam hidup mereka. Sekali seseorang menemukan pola hidup yang diyakininya dapat memenuhi kebutuhannya, ia akan mengembangkan pola-pola perilaku sikap dan nilai-nilai yang cenderung akan menjadi kekhasan selama sisa hidupnya (Santrock, 2011). Hal tersebut diperkuat oleh King (2014) bahwa masa usia dewasa dengan segala kemungkinan, masa dimana individu memiliki kesempatan untuk mengubah hidup mereka.

Perubahan pada masa dewasa bermula sejak pembuahan, yang berlanjut sepanjangrentang hidup. Selain itu melibatkan perkembangan, pertumbuhan, dan penuaan. Perkembangan pada masa dewasa awal meliputi tiga aspek, yaitu fisik, mental-psikologi, dan sosial. Perkembangan fisik dapat dilihat melalui pertumbuhan tulang, otot-otot, sistem syaraf serta organ-organ tubuh (Berk, 2010).Sebagian besar orang dewasa mencapai puncak perkembangan fisik mereka pada usia 20-an dan usia tersebut merupakan masa seseorang berada di puncak kesehatannya.

Dalam tahun-tahun awal masa dewasa banyak masalah baru yang harus dihadapi seseorang. Kebebasan baru yang diperoleh seseorang pada masa ini akan menimbulkan masalah-masalah yang tidak dapat diramalkan. Penyesuaian diri terhadap masalah-masalah masa dewasa dini menjadi lebih intensif dengan di perpendeknya masa remaja sebab masa transisi untuk menjadi dewasa menjadi sangat pendek sehingga anak-anakb muda hampir tidak mempunyai waktu untuk membuat peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Santrock, 2011).

Masa dewasa awal adalah masa penyesuaian diri dengan lingkunganya, sehingga seseorang akan rentan mengalami ketegangan emosional. Sekitar awal atau pertengahan 30-an, kebanyakan orang muda telah mampu memecahkan masalah-masalah mereka dengan cukup baik sehingga menjadi lebih stabil dan tenang secara emosional. Apabila seseorang merasa tidak mampu mengatasi masalah-masalah utama dalam kehidupan mereka, mereka sering sedemikian terganggu secara emosional. Saat seseorang memasuki tahap dewasa awal, akan menghadapi dunia kerja, relasi, pencarian identitas dan tujuan. Seseorang dapat menemukan tujuan atau tidak, ditentukan salah satunya oleh sikap proaktif mengeksplor dunianya (McKnight dan Kashdan, 2009) dan dukungan dari lingkungan eksternalnya (Bronk, 2014).

Jung (dalam Wilcox, 2014) mengatakan pada masa pertumbuhan dan perkembangannya seseorang akan mengalami banyak masalah utama yang mencakup konflik, adaptasi dan tuntutan-tuntutan dari lingkungannya.Tugas-tugas tersebut menuntut kesadaran penuh dimana individu pada masa ini umumnya merasa sebagai seorang pribadi yang antusias dan penuh gairah. Lestari (2012) menyatakan bahwa keluarga memiliki peran utama dalam penanaman nilai-nilai kepada anak, melalui interaksi tersebut maka orang tua melakukan sosialisasi nilai, sikap, dan budaya yang dipandang penting untuk dimiliki oleh anak.

Keluarga adalah bagian dari masyarakat besar yang terdiri dari ibu bapak dan anak-anaknya (KBBI, 2013). Murdock (dalam Lestari, 2012) menguraikan bahwa keluarga merupakan kelompok sosial yang memiliki karakteristik tinggal bersama, terdapat kerja sama ekonomi, dan terjadi proses reproduksi.Reiss (dalam Lestari, 2012) mengatakan bahwa keluarga merupakan suatu kelompok kecil yang terstruktur dalam pertalian keluarga dan memiliki fungsi utama berupa sosialisasi pemeliharaan terhadap generasi baru secara harmonis. Setiap keluarga selalu mendambakan sebuah keluarga yang utuh dan harmonis, jauh dari pertengkaran atau perpecahan.

Keharmonisan merupakan keadaan (harmonis) keselarasan, keserasian, didalam rumah tangga, KBBI. Keharmonisan yang dimaksud adalah keharmonisan yang terdapat didalam pasangan yang melakukan pernikahan yaitu adanya keselarasan, keserasian, dalam keluarga. Keharmonisan adalah keadaan yang sinergis antara suami isteri dengan terciptanya iklim saling menghormati, saling menerima, saling menghargai, saling mempercayai, dan saling mencintai antar pasangan sehingga dapat menjalankan peran-perannya dengan penuh kematangan sikap, serta dapat melalui kehidupan dengan penuh keefektifan dan kepuasan batin dengan tujuan agar terbentuknya keluarga yang bahagia, Willis (2017). Tetapi ada juga keluarga yang tidak sesuai harapan, dan bermacam-macam sikap individu dalam menghadapinya.

Keluarga akan mendapatkan berbagai tantangan dan tekanan dari luar maupun dalam dirinya sehingga dituntut untuk dapat bertahan (*survive)* dan menyesuaikan diri untuk menjaga eksistensi keluarga dan anggotanya.Setiap keluarga memiliki masalah dan permasalahan tidak datang begitu saja, tetapi ada berbagai penyebabnya. Penyebab utama terjadinya *broken home*, yaitu: (a) perceraian, terjadi akibat disorientasi antara suami istri dalam membangun rumah tangga; (b) kebudayaan bisu, ketika tidak adanya komunikasi dan dialog antar anggota keluarga; (c) ketidakdewasaan sikap orangtua, karena orangtua hanya memikirkan diri mereka daripada anak; dan (d) orangtua yang kurang rasa tanggung jawab dengan alasan kesibukan bekerja. Masing-masing hanya terfokus pada materi yang akan didapat dibandingkan dengan melaksanakan tanggung jawab di dalam keluarga (Lestari, 2012).Konflik-konflik dalam keluarga mulai bermunculan seperti pertengkaran orang tua, kesibukan orang tua,maupun masalah ekonomi yang mengancam keharmonisan keluarga. Kondisi keluarga yang seperti ini akan memicu terjadinya keretakan dalam keluarga atau yang biasa disebut dengan istilah *broken home*, Willis (2017).

Keluarga retak (*broken home*) dapat dilihat dari 2 aspek yaitu karena strukturnya tidak utuh lagi dimana salah satu kepala keluarga meninggal atau bercerai, atau tidak bercerai namun struktur keluarganya tidak utuh lagi dimana orang tua sering tidak di rumah atau tidak menunjukkan kasih sayang lagi dalam keluarga, misalnya orang tua sering bertengkar sehingga keluarga tidak sehat secara psikologis (Wilis, 2011).

Di Indonesia kasus perceraian telah mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Berdasarkan berita yang dilansir dari Baiquni (Dream.news.co.id, 2016) menyatakan jumlah kasus perceraian yang diputus Pengadilan Tinggi Agama seluruh Indonesia pada tahun 2014 yang mencapai 382.231 kasus, naik sekitar131.023 dibanding tahun 2010 sebanyak 251.208 kasus perceraian yang ditangani Pengadilan Agama Kota Yogyakarta mengalami peningkatan. Menurut data dari Pengadilan Agama Kota Yogyakarta, tahun 2017 tercatat 648 kasus percerian.

Sementara untuk tahun 2018 hingga Agustus 2018 tercatat 571 kasus perceraian. Kasus perceraian di Kabupaten Bantul tertinggi di DIY. Data di Kantor Kementerian Agama (Kemenag) Bantul, selama 6 tahun sejak 2013 hingga 2018 terjadi 572 kasus pernikahan dini. Data selengkapnya, tahun 2013 angka pernikahan dini mencapai 148 kasus, 2014 sebanyak 102 kasus, 2015 mengalami penurunan menjadi 95 kasus, 2016 turun lagi menjadi 66 kasus, 2017 kembali naik menjadi 80 kasus, dan 2018 masih terjadi 81 kasus (krjogja.com, 2019).

Disamping itu banyak diantara suami-istri yang menyalahkan diri atas masalah yang menimpa keluarganya dan merasa tidak pantas mendapatkan kebahagiaan. Seperti hasil penelitian oleh Melissa Ribka Santi, dkk (2015) yang menyatakan bahwa individu menilai diri mereka sebagai korban dari ketidakharmonisan orang tua dan cenderung memiliki persepsi bahwa mereka .adalah anak-anak yang tidak memiliki pilihan untuk bisa merasakan kebahagiaan di dalam keluarga. Bisono (2009) menyatakan bahwa sosok individu yang telah mengalami *broken home* merupakan pihak yang patut diperhatikan dan diawasi pertumbuhannya karena pada dasarnya individu tidak sama dengan anak-anak lain dari keluarga normal. Individu menjadi lebih rentan terhadappengaruh-pengaruh buruk dari luar, apalagi pergaulan anak muda. Selain itu individu yang mengalami *broken home*, memiliki sifat yang berbeda dengan anak-anak dari keluarga yang harmonis, sepertisensitivitas, kedewasaan serta kemandirian.

Dampak paling utama yang akan melekat sampai usia dewasa awal adalah dampak psikologis. Seorang anak dapat berkembang dengan baik jika kebutuhan psikologisnya juga baik. Secara umum anak yang mengalami *broken home* memiliki: (a) ketakutan yang berlebihan, (b) tidak mau berinteraksi dengan sesama, (c) menutup diri dari lingkungan, (d) emosional, (e) sensitif, (f) temperamen tinggi, dan (g) labil. dampak perceraian terhadap anak yaitu penyangkalan, rasa marah, rasa takut, kesedihan, dan rasa malu. Senada dengan Erikson (dalam Sumanto, 2014) mengatakan bahwa seseorang yang digolongkan dalam usia dewasa awal berada dalam tahap hubungan hangat, dekat, dan komunikatif, baik dengan atau tidak melibatkan kontak seksual. Bila gagal dalam bentuk keintiman maka ia akan merasa tersisihkan dari orang lain, kesepian, bahkan menyalahkan dirinya sendiri.

Individu memiliki kehidupan yang berbeda-beda yang dimana tingkat kesejahteraannya pun berbeda-beda pula. Salah satu kesejahteraan yang harus diperhatikan adalah kesejahteraan psikologis. Raudatussalamah dan Susanti (2014) menyatakan kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* adalah suatu kondisi individu menjadi sejahtera dengan menerima diri, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terusbertumbuh secara personal. Sejahtera secara psikologis bukan hal yang mudah untuk dicapai, individu tidak hanya sehat secara fisik akan tetapi harus sehat secara psikologis. Padahal sebenarnya, pengalaman dalam kehidupan yang beragam dan unik akan memberikan pengaruh terhadap kondisi kesejahteraan psikologis secara terus-menerus (Harimukhti dan Dewi, 2014).

Setiap orang menginginkan kesejahteraan di dalam hidupnya, tak terkecuali para individu yang terkena dampak *broken home*.Aristoteles (dalam Ningsih, 2013) menyebutkan bahwa kesejahteraan merupakan tujuan utama dari eksistensi hidup manusia. WHO menyatakan *psychological well-being* adalah sebuah appraisal subyektif fungsi seorang individu dalam realisasi-diri (Keyes, 2013). Selain itu, Handayani (dalam Megawati dan Herdiyanto, 2016) menyatakan bahwa individu yang mencapai kesejahteraan psikologis dapat meningkatkan kebahagiaan, kesehatan mental yang positif, dan pertumbuhan diri.

Dalam konteks dunia pendidikan, Misero dan Hawadi (2012) menemukan bahwa individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik mampu merasakan kesenangan, mampu terhindar dari stress, efektif dalam memecahkan masalah, dan berkomitmen terhadap pencapaian di bidang akademis. Bordbar dkk (dalam Rahmayani dan Nugraha, 2015) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa berhubungan positif dengan performansi akademik. Kehadiran kesejahteraan psikologis dalam diri seseorang membuat ia mampu untuk menjalankan fungsi psikologisnya dengan lebih baik, termasuk dalam hal belajar dan pencapaian prestasi. Kesejahteraan psikologis yang baik pada remaja tampak dari keberfungsian yang optimal pada seluruh aspek perkembangan psikologis, yaitu perasaan dan emosi yang positif mengenai diri sendiri, mampu menyelesaikan masalah, dan juga adanya keterhubungan secara sosial (Savitri dan Listiyandini, 2017).

Heiman dan Kariv (dalam Safaria, 2012) menhatakan kesejahteraan psikologis yang rendah berdampak pada kognitif, emosi, fisiologis, dan perilaku. Dampak kognitif seperti kesulitan berkonsentrasi, sulit mengingat pelajaran, dan sulit memahami bahan pelajaran. Dampak secara emosional seperti sulit memotivasi diri, cemas, sedih, marah, dan frustasi. Dampak fisiologis seperti gangguan kesehatan, daya tahan tubuh menurun, pusing, badan lesu dan lemah, serta kesulitan tidur nyenyak. Oleh karena itu, individu seharusnya lebih memperhatikan kesejahteraan psikologis yang dimilikinya meski menghadapi situasi yang sulit dan penuh tekanan sekalipun.

Mills (2010) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan indikator keseimbangan antara dampak negatif dan positif dari suatu kondisi yang dialami individu. Selain itu, kesejahteraan psikologis penting karena memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi akan mendukung kesehatan yang lebih baik, memperpanjang umur, meningkatkan usia harapan hidup, dan menggambarkan kualitas hidup dan fungsi individu (Diener dkk, 2009).

Berdasarkan wawancara awal di bulan Desember 2018 WM (usia 23tahun) menjelaskan semasa pertumbuhan dan sekolah merasa minder kepada teman-temannya,sering merasa iri jika melihat teman sebayanya bisa berkumpul dengan keluarganya masing-masing, keadaan bingung saat sendiri, merasa stres karena tidak mendapat perhatian,bimbingan maupun dukungan dari orang terdekat. OD (usia 22 tahun),semasa sekolah sering merasa kesulitan saat menerima pelajaran dikelas karena mejadi kesulitan dalam berkonsentrasi dan sempat berhenti sekolah dikarenakan kesulitan mengikuti peraturan dan tidak bisa mengontrol diri saat dikelas sehingga teman-temannya merasa terganggu dengan perilakunya. Sedangkan wawancara awal dibulan Maret 2019 RY (usia 23 tahun) menjelaskan semasa sekolah sering membolos, melawan guru dan suka berkelahi sehingga putus sekolah ditengah jalan.

Dari penjelasan sebelumnya kondisi kesejahteraan psikologis sangat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan pada individu yang terkena dampak *broken home*. Oleh sebab itu tujuanini adalah menjelaskan mengenai gambaran *Psychological Well-Being* (kesejahteraan psikologis) pada usia dewasa awal yang mengalami *broken home.*

***Psychological well-being* (kesejahteraan psikologis)**

Ryff pakar *psychological well-being*, berpendapat bahwa *psychologicalwell-being* seharusnya menjadi sumber resiliensi dalam menghadapi kesulitan dan mencerminkan fungsi positif, kekuatan personal, dan kesehatan mental (Baumgardner dan Crothers, 2009). *Psychological well-being* adalah pemenuhan dan perwujudan diri seseorang yang menjadi sumber resiliensi atau ketahanan diri dalam menghadapi kesulitan dan mencerminkan fungsi positif, kekuatan personal, dan kesehatan mental (Ryff, 2014).

*Psychological well-being* merupakan sebutan bagi kesejahteraan *(well-being*) psikologis manusia. Synder, Lopez, dan Pedrotti (dalam Preventi, 2015) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai tingkat kesejahteraan manusia yang dikarekteristikan oleh penerimaan diri (*self-acceptance),* perkembangan diri *(personal growth*), memiliki tujuan hidup (*purpose in life),* penguasaan lingkungan (*environmental mastery)*, kemandirian (*autonomy*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others).*

***Broken Home***

*Broken home* diartikan dengan kondisi keluarga yang tidak harmonis dan tidak berjalan layaknya keluarga yang rukun, damai, dan sejahtera karena sering terjadi keributan serta perselisihan yang menyebabkan pertengkaran dan seling berkahir dalam perceraian. Secara etimologis broken home diartikan sebagai keluarga retak. Faktor yang mempengaruhi keluarga retak tersebut yaitufaktor kematian, faktor ekonomi, perbedaan pendapat, kurangnya komunikasi dan terlalu mementingkan ego (Lestari, 2012).

*Broken home* akhirnya sering dikaitkan dengan krisis keluarga, yaitu kondisi yang sangat labil dalam keluarga, dimana komunikasi dua arah dalam kondisi demokratis sudah tidak ada. *Broken home* atau dengan arti kata lain perpecahan dalam keluarga merupakan salah satu masalah yang kerap terjadi dalam kehidupan rumah tangga.

**Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif atau naturalistik karena dilakukan pada kondisi yang alamiah. Sugiyono (2013) mengemukakan bahwa metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara *triangulasi* (gabungan), analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi.

Obyek alamiah yang dimaksud oleh Sugiyono (2013) adalah obyek yang apa adanya, tidak dimanipulasi oleh peneliti sehingga kondisi pada saat peneliti memasuki obyek, setelah berada di obyek dan setelah keluar dari obyek relatif tidak berubah. Jadi selama melakukan penelitian mengenai *psychological well-being* pada usia dewasa awal yang mengalami *broken home* ini peneliti sama sekali tidak mengatur kondisi tempat penelitian berlangsung maupun melakukan manipulasi terhadap variabel.

Keabsahan data penelitian melalui dua tahap, yaitu : *Triangulasi* dalam pengujian kredibilitas ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Dengan demikian terdapat triangulasi sumber, triangulasi teknik pengumpulan data, dan waktu. Dalam penelitian ini hanya digunakan *triangulasi* sumber sebagai teknik keabsahan data. Triangulasi sumber untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber

*Member check* adalah proses pengecekan data yang diperoleh peneliti kepada pemberi data dengan tujuan agar informasi yang diperoleh dan akan digunakan dalam penulisan laporan sesuai dengan apa yang dimaksud sumber data atau informan (Sugiyono, 2013). Dengan melakukan member check, peneliti dapat mengetahui seberapa jauh data yang diperoleh sesuai dengan apa yang diberikan oleh pemberi data.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, jenis fenomenologi. Pemilihan subyek dengan teknik purposive sampling dengan kriteria Adapun kriteria subyek karena strukturnya tidak utuh sebab salah satu dari kepala keluarga meninggal dunia atau telah bercerai dan tidak memperlihatkan hubungan kasih sayang selama masa pertumbuhan dari kanak-kanak sampai beranjak dewasa awal. Suyek penelitian berjumlah 3 orang responden yaitu rentang usia masa dewasa awal berkisar antara 21 hingga 25 tahun jenis kelamin laki-laki yang mengalami *broken home*dan informan dalam penelitian ini berjumlah 3 orang.

Data diperoleh melalui wawancara secara mendalam dan dengan metode observasi-partisipan. Data yang terkumpul dibuat dalam bentuk verbatim sesuai dengan hasil rekaman. Verbatim tersebut kemudian ditulis secara naratif.

**Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Hasil penelitian dengan menggunakan wawancara dan observasi yang melibatkan tiga orang responden utama untuk menemukan gambaran *psychological well-being* pada individu usia dewasa awal dari keluarga *broken home.* Ketiga responden adalah individu yang mengalami *broke home.* Menjadi individu yang mengalami *broken home* tentu tidak mudah. Dalam kehidupannya, mengalami *broken home* menghadpi banyak masalah, baik akademik, kesejahteraan psikologis dan sosial. Masalah yang dihadapi oleh individu yang mengalami *broken home* merupaka tantangan bagi mereka, sebab dalam kehidupan sehari-hari setiap individu mempunyai tingkat kesejahteraan masing-masing yang bersumber dari dalam diri mereka sendiri, lingkungan, dan dari keluarga sendiri. Melissa, Ribka, Santi dkk (2015) menyatakan bahwa individu menilai diri mereka sendiri sebagai korban dari ketidakharmonisan orang tua dan cenderung memiliki persepsi bahwa mereka adalah anak-anak yang tidak memiliki pilihan untuk merasa kan kebahagiaan didalam keluarga. Oleh sebab itu dibutuhkan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) untuk menyesuaikan diri dan bertahan mengadapi tantangan. Diener, dkk (2019) menyatakan penting memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi untuk mendukung kesehatan yang lebih baik, memperpanjang umur, meningkatkan usia harapan hidup, dan menggambarkan kualitas hidup dan fungsi ndividu.

Di dalam penerapannya, ketiga responden menggunakan kesejahteraan psikologisnya untuk menghadapi permasalahan yang dialaminya. Keadaan dalam masa pertumbuhan membuat ketiga responden mengalami penyesuaian diri yang kurang baik, malas belajar, suka menentang orang tua, bahkan minum-minuman keras untuk mencari kepuasan. Responden OD mencari kepuasan dengan minum-minuman keras serta membuat tatto dileher dan kaki sebelah kanan sebagai wujud kebebasan dan enggan di atur. Kedua responden RY dan OD memilih mengakhiri pendidikannya sampai tingkat SMP karena rendahnya harapan dan tujuan hidup, malas belajar sehingga rendahnya prestasi bidang akademik rendahnya penguasaa lingkungan hingga sampai sekarang responden OD masih minum-minuman keras dan tak jarang mengkonsumsi obat terlarang. Responden WM berbeda dengan kedua responden lainnya karena semasa sekolah tetap melanjutkan pendidikannya sampai tingkat SMK. WM lebih berani dalam pertumbuhan dan perubahan diri.

Dalam penerimaan diri ketiganya tidak sama, masih merasa kurang dan menganggap belum cukup baik ataupun positif. RY merasa sebagai individu yang beruntung, OD menganggap dirinya biasa saja, sedangkan WM memandang dirinya sendiri sebagai perubahan yang terus menerus menjadi lebih baik lagi. WM menjelaskan jika masa lalu yang buruk mampu diubahkab menjadi sesuatu yang baik jika belajar intropeksi diri dan evaluasi diri yang terus menerus.

Dalam hubungan positif terhadap orang lain RY menganggap orang lain adalah sama dengan dirinya, yaitu apabila ditolong pasti senang. RY menolong orang lai n karena memang hidup ini selalu berkaitan antara menolong dan ditolong, terlebih ketika berada dimasa sulit. RY mempunyai hubungan yang hangat dengan keluarga meskipun didalam keluarga Pakdhenya selalu komunikasi dengan cara yang dianggap RY kurang tepat, tetapi RY menerima karena mengerti maksud serta tujuannya. Responden OD memiliki hubungsan hangat dengan orang tua dan sangat mempercayai ibunya, untuk teman akrab OD tidak punya, hanya bias-biasa saja. Berbeda dengan kedua reponden, Responden WM lebih percaya pada saat ini kepada kakak perempuannya, WM tidak mempunyai teman akrab. Responden WM mempunyai hubungan yang hangat dengan keluarga terutama nenek yang tinggal serumah dengan WM.

Responden RY untuk sekarang ini mampu mengarahkan diri sendiri serta mencapai tujuannya dengan tekun dan giat, baik untuk diri sendiri maupun untuk keluarga kecilnya. RY sudah bisa memilih dan memilah hal-hal yang baik dan buruk. Sedangkan responden OD masih dalam keadaan labil, OD masih sering ikut-ikutan lingkungan sekitar dan belum bisa mengarahkan diri sendiri. Responden OD bahkan masih begadang sampai larut malam, mengakibatkan kerjanya bolong-bolong dan minum-minman kerasbersama teman-temannya. Responden WM lebih matang dan mengerti tanggung jawab, WM mampu mengarahkan diri sendiri dan merubah diri sendiri dengan baik, berhenti merokok untuk kesehatan dan uangnya buat membeli motor. Ketiga responden memiliki sikap sama dalam menghadapi tekanan sosial, baik dari masyarakat maupun keluarga, yaitu dengan santai, tidak ambil pusing karena pernah mengalami posisi seperti itu dan terus-terusan belajar bagaimana harus bersikap sehingga tidak mempengaruhi kehidupannya lagi serta mendapat banyak pengalaman.

Responden RY dalam lingkungannya cukup tenang dan dapat bersikap baik di tempat kerja yang baru dan kerja sampingan. RY mampu mengatur waktu dengan baik, baik untuk kerja pokok, kerja sampingan, dan membagi waktu untuk keluarga kecilnya. Responden RY juga terbiasa dilingkungan kerja maupun dilingkungan masyarakat. Responden OD belum mampu mengatur lingkungan secara maksimal, OD sering begadang dan bolos kerja karena kurang bisa mengontrol diri saat bersama teman-temannya. Responden OD juga masih terbawa oleh lingkungan dimana OD berada, OD masih sungkan menolak permintaan dari orang lain meski OD sadar itu kurang baik. OD juga masih ikut-ikutan lingkungan dimana OD berada, minu-minuman, bermain sampai larut malam serta boros dalam masalah keuangan. Responden WM mampu mengatur waktu serta lingkungannya. WM bekerja dari pagi sampai sore, terkadang juga lembur. WM bisa mengontrol diri ditempat kerja dengan rekan kerja WM, sehingga rekan kerja WM senang dan terbuka dengan responden WM. WM lebih banyak memilih dan memilah sikap atau karakter dilingkungannya, apabila kurang baik, WM terlihat cuek dan lekas koreksi diri sendiri memilih yang bermanfaat bagi responden WM.

Responden RY menganggap kesempatan adalah sesuatu yang perlu di jalani. RY akan menggunakan kesempatan dengan baik, RY menilai saatnya untuk berjuang dengan gigih dan dengan sekuat tenaga, supaya menghasilkan sesuatu yang lebih baik dari sebelumnya, terutama untuk orang-orang yang disayangi. Responden OD menyatakan akan mempergunakan kesempatan sebagai peluang emas, sesuatu yang harus diambil dan dijalani untu berubah ke arah yang lebih baik lagi untuk pekerjaan dan orang terdekat. Sedangkan responden WM menganggap kesempatan adalah saatnya untuk belajar, berbenah dan mengevaluasi diri. Kesempatan dianggap WM sebagai langkah untuk merubah kehidupan, dimulai dari diri sendiri dengan konsisten dan disiplin.

Responden RY mampu memilah dan memilih kebutuhan dan nilai-nilai pribadi. RY gigih memenuhi kebutuhan diri sendiri maupun kebutuhan keluarga kecilnya dengan bekerja keras, tekun dan mengatur waktu untuk keluarga kecilnya maupun untuk pekerjaannya. RY tidak mudah terpengaruh dengan lingkungan yang keras, baik komunikasi maupun hal-hal yang kurang baik seperti minum-minuman. Responden OD kurang cukup memilah dan memilih kebutuhan dan nilai pribadi, di dalam pekerjaan seringkali tidak masuk karena kesiangan bangun, kelelahan begadang, dan di lingkungan masih ikut-ikutan sama seperti yang orang lain lakukan, minum-minuman, obat-obatan, meski sekarang sudah mulai mengurangi sedikit demi sedikit. Responden OD bisa memenuhi kebutuhan diri untuk melunasi motor, tetapi belum bisa menabung dan menyisihkan uang. Sedangkan responden mampu memilah dan memilih kebutuhan dan nilai pribadi. WM mampumenabung, melunasi motor, dan memberi sedikit uang untuk nenek WM. WM bekerja keras untuk mendapatkan uang bahkan sampai lembur dalam bekerja. Respnden WM tidak mudah ikut-ikutan lingkungan yang kurang baik. WM bisa bertanggung jawab, apabila waktunya bekerja, WM tidak begadang atau tidak main ikut-ikutan teman lainnya sehingga bisa bangun pagi dan bekerja dengan baik.

Tentang arah dan tujuan hidup ketiga responden menjawab hampir sama. Responden RY memiliki arah dan tujuan hidup membahagiakan keluarga yang merawat serta yang membesarkan dimasa pertumbuhan selama ini, dan membahagiakan keluarga kecilnya, yang akan menyambut kelahiran anaknya yang pertama. Responden OD ingin membahagiakan orang tua (ibu) dengan cara member i uang untuk kebutuhan sehari-hari. OD berniat membuka pekerjaan sendiri untuk rencana kedepan, angkringan atau budidaya ikan yang dianggap sangat menguntungkan dari pada kerja ikut oarang terus. Sedangkan responden WM ingin membahagiakan nenek yang setia merawat dan membesarkan sampai sekaramng ini, dengan memberi uang setiap WM gajian dan dengan merubah kehidupan WM maupun orang terdekatnya supaya lebih baik lagi dari masa lalu.

Responden RY memaknai kegiatan sehari-hari sebagai suatu perjuangan yang harus dilakukan dengan semangat, gigih dan kerja keras. RY kerja siang dan malam demi orang-orang yang dikasihi dan dicintai, baik keluarga kecil maupun keluarga besarnya dengan kerja di produksi kerajinan kulit dari pagi sampai sore dan sore sampai malam hari manambang pasir. RY melakukan dengan ikhlas dan niatan hati yang baik bagi kaluarga. Responden OD memaknai kegiatan sehari-hari dengan santai dan nampak tenang. OD tidak terlalu pusing dengan omongan orang, OD berprinsip selama hidup harus berjuang tekun dan menambah pengalaman-pengalaman supaya dihargai oleh orang lain. OD menjalani aktivitasnya dengan santai, namun harus konsisten dengan pilihannya. Sedangkan reponden WM menilai bahwa setiap hari adalah proses untuk belajar, membenahi diri sendiri. WM belajar disiplin dan menjalani hidup dengan perubahan-perubahan yang dilakukan.

Dalam pengembangan potensi diri ada kesamaan kedua subyek, RY sudah tidak seperti dahulu yang bisa berekspresi dan menggunakan banyak waktu yang luang untuk mencari kesenangan atau hobi. Saat ini responden RY sudah memiliki tanggung jawab baru yaitu keluarga kecil, sehingga waktu yang dimiliki sangat terbatas dan tidak mampu mengembangkan potensinya lagi. Responden OD tidak mampu mengembangkan potensi diri karena sudah tidak mampu mengontrol diri yang terjerumus dalam lingkungannya, baik kesehatan, suara maupun kemampuan lain yang sudah terhambat untuk bernyanyi seperti dahulu sebelum kecanduan obat-obatan maupun minum-minuman. Responden OD sudah jauh dari agama dan menjadi bimbang. Sedangkan responden WM berbeda dengan responden yang lain, WM mampu mengubah masa lalu yang sempat menghambat dalam keadaan stres, sedih dan merasa tidak diperhatikan menjadi sesuatu pelajaran yang berharga. WM masih banyak belajar untuk mengembangkan potensi diri, teta[pi WM lebih terfokus untuk berbenah diri, karena WM menganggap pengembangan potensi diri itu berkaitan tentang perubahan hidup yang negatif menjadi positif.

**Simpulan dan Saran**

**Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) pada usia dewasa awal dari keluarga *broken home* dapat ditarik kesimpulan bahwa masing-masing responden memiliki permasalahan dan tingkat kesejahteraan psikologis yang berbeda-beda serta memiliki ciri yang khas dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Pada responden RY di dominasi oleh faktor eksternal dalam meningkatkan kesejahteraan psikologisnya, dari faktor keluarga kecil yang mengubah penerimaan diri dan tujuan hidup sehingga faktor internal menjadi meningkat, sehingga memiliki rasa juang yang tinggi. Responden OD di dominasi oleh faktor eksternal, lingkungan dan teman sebaya berperan besar dalam mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis yang dimilikinya. Sedangkan responden WM dalam meningkatkan kesejahteraan psikologisnya didorong oleh faktor internal. Kesadaran penuh dalam diri WM membuat WM berpandangan tentang pentingnya intropeksi diri, evaluasi diri sehingga dalam menjalani kehidupan semakin baik dan berdampak positif bagi dirinya sendiri maupun orang lain.

**Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan, peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan di dalamnya. Untuk itu, peneliti memberikan beberapa saran untuk bahan pertimbangan sebagai penyempurnaan penelitian selanjutnya:

1. Bagi responden penelitian

Dari hasil penelitian terkait responden yang mengalami *broken home,* diharapkan agar responden mengenali usaha-usaha yang sudah dilakukan. Para responden hendaknya tetap meningkankan *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) yang dirasakan dapat membantu mengurangi tekanan maupun permasalahan yang dihadapi dalam hidupnya.

1. Bagi keluargadan masyarakat

Hendaknya keluarga menjadi pendidik yang pertama serta menanamkan pondasi kuat dalam pendidikan, agama dan memaksimalkan peran sebagai orangtua maupun keluarga yang positif. Hendaknya pula masyarakat member dukungan dalam sosialdan moral sehingga bias menjadi tauladan bagi banyak orang.

1. Bagi penelitian selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema yang samadiharapkan dapat saling melengkapi dan mendapatkan gambaran lebih menyeluruh mengenai *psychological well-being* pada usia dewasa awal yang mengalami *broken home.*

**DAFTAR PUSTAKA**

Alwisol (2009). Psikologi

Kepribadian. Malang: UMM

Press

Az-Zhecolany, Ali Hasan (2011).

Kesalahan-kesalahan Orang

Tua PenyebabAnak Tidak

Shalih. Yogyakarta: Diva

Press

Dr. Sumanto, MA (2014). Psikologi

Perkembangan: Fungsi dan

Teori.Yogyakarta: CAPS

(*Center of Academic*

*Publishing Service*)

Hurlock (2014). Psikologi

Perekembangan. Jakarta:

Erlangga

Krjogja.com terbitan Rabu, 13

Februari 2019, Pukul 15.50 WIB

Lestari, Sri (2018). Psikologi

Keluarga: Penanaman Nalai

dan PenangananKonflik dalam Keluarga. Jakarta: Kencana Prenada Media Group

Ryff C. D (2014). *Psychological*

*well-being revisited:*

*Advances in the scienceand*

*practice of eudaimonia.*

*Psychotherapy and*

*Psychosomatics*, 83, 1028.

Doi: 10.1159/000353263

Santrock, J. W (2014). *Life-Span*

*Development* (Perkembangan

Masa Hidup).Jakarta:

Rosdikarya

Schultz, D (2010). Psikologi

Pertumbuhan: Model-model

Kepribadian Sehat(*Growth*

*psychology: Models of*

*healthy personality*). Terj.

Yustinus.Yogyakarta:

Kanisius (Karya asli terbit

1977)

Sofyan S. Willis (2011). Konseling

Keluarga (*Family*

*Counseling*). Bandung:

Alfabeta

Sugiyono (2013). Metode Penelitian

Pendidikan Pendekatan,

Kuantitatif,Kualitatif, dan

R&D. Bandung: Alfabeta

TRIBUNJOGJA. Terbitan Selasa ,

25 September 2019. Pukul

17.22 WIB