

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Masa dewasa awal merupakan masa dimana pencarian kemantapan dan masa reproduktif, yaitu suatu masa yang penuh dengan masalah dan ketegangan emosional, periode isolasi sosial, periode komitmen, serta masa ketergantungan, perubahan nilai-nilai, kreativitas dan penyesuaian diri pada pola hidup baru (Agus Dariyo, 2018). Individu pada tahap dewasa awal mulai menyadari adanya perbedaan pendapat dan berbagai perspektif yang dipegang oleh individu lainnya. Individu akan mulai berubah dari mencari pengetahuan, menerapkan apa yang diketahui untuk mengejar karir serta membentuk keluarga (Santrock, 2002). Santrock (2002) juga mengungkapkan bahwa masa dewasa awal merupakan masa peralihan dari masa remaja, rentang usia dewasa awal dimulai dari usia 18 tahun sampai dengan usia 40 tahun secara umum. Hal ini senada dengan pendapat E. B. Hurlock (1980), yang menyatakan bahwa usia yang tergolong dewasa ialah mereka yang telah memasuki usia 20-40 tahun.

E. Hurlock (1980) menyatakan bahwa dewasa awal merupakan suatu masa penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan yang baru dan harapan-harapan sosial yang baru. Jung (dalam Wilcox, 2014) menyatakan bahwa pada masa pertumbuhan serta perkembangannya individu akan mengalami banyak masalah utama yang mencakup konflik, adaptasi dan tuntutan-tuntutan dari lingkungannya. Individu memasuki jenjang usia di mana tahap perkembangan seseorang sedang berada pada puncaknya, peningkatan yang terjadi dimanifestasikan melalui berbagai macam hal, seperti sosialisasi yang luas, penelitian karir, semangat hidup yang tinggi,

perencanaan yang jauh ke depan, dan sebagainya. Berbagai keputusan penting yang mempengaruhi kesehatan, karir, dan hubungan antar pribadi diambil pada masa dewasa awal (Iriani & Ninawati, 2005).

Tugas-tugas perkembangan yang akan dilalui individu menuntut kesadaran penuh dimana pada masa dewasa awal umumnya individu merasa sebagai pribadi yang antusias dan penuh gairah. Keluarga memiliki peran utama dalam penanaman nilai-nilai anak, melalui interaksi maka orangtua melakukan sosialisasi nilai, sikap serta budaya yang dipandang penting untuk dimiliki anak (Karyono, 2009).

Keluarga adalah sekelompok individu yang dihubungkan oleh ikatan pernikahan, darah atau adopsi dan saling berinteraksi serta berkomunikasi dalam peran sosial timbal balik, antara anggota keluarga itu sendiri, dan menciptakan serta memelihara suatu budaya yang sama. Keluarga terdiri atas unit-unit yang lebih kecil atau subsistem (setiap individu anggota keluarga), yang secara menyeluruh membentuk sistem keluarga (Shafanisa, 2017). Keluarga inti (*nuclear family*) adalah suatu wadah dimana anak berkembang dan bertumbuh, baik secara fisik maupun psikologis (Astuti, 2015).

Keluarga terdiri dari ayah, ibu dan anak-anak sebagai keluarga inti (Gunarsa, 2008). Syarat utama untuk terlaksananya keluarga yang baik adalah berfungsinya peran keluarga. Suasana keluarga yang Bahagia remaja dapat mengembangkan dirinya dengan bantuan orang tua serta saudara-saudaranya (Gunarsa, 2008). Keluarga yang Bahagia adalah hal yang sangat penting dalam perkembangan emosi para anggotanya, khususnya anak. Karena, kebahagiaan dapat diperoleh apabila keluarga tersebut mampu memperankan fungsinya dengan baik.

(Yusuf,2004). Mengikut Laver & Laver (2000), keluarga telah membentuk kepribadian seseorang sejak kecil dan terus memberikan pengaruh yang amat besar kepada tingkah laku, sikap dan pemikiran seseorang dalam alam dewasa. Hal tersebut juga sejalan dengan pendapat Kartono (2010), yang menyatakan bahwa keluarga memegang peranan yang sentral dalam perkembangan sosial anak, keluarga merupakan kelompok yang pertama dalam kehidupan manusia dan merupakan tempat anak-anak belajar dan menyatakan diri sebagai manusia sosial dalam hubungan interaksi dengan kelompoknya.

Suasana keluarga merupakan hal yang penting untuk perkembangan kepribadian remaja karena anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang harmonis dan agamis, serta orang tua yang memberi curahan kasih sayang perhatian serta bimbingan dalam kehidupan berkeluarga, cenderung memberikan dampak perkembangan kepribadian yang positif. Namun, tidak semua individu dibesarkan di keluarga yang utuh serta berjalan sesuai dengan fungsinya. Ada kalanya orang tua tidak dapat memenuhi perannya secara optimal sebagaimana orang tua pada umumnya yang dapat memenuhi segala kebutuhan anaknya secara afeksi, emosional, dan finansial. Hal ini dikenal dengan istilah *broken home*.

Yusuf (2004) memaparkan ciri-ciri keluarga yang mengalami disfungsi (*broken home*) yaitu : (1) kematian salah satu atau kedua orang tua;(2) kedua orang tua berpisah (bercerai);(3) hubungan kedua orang tua tidak baik;(4) hubungan orang tua dengan anak tidak baik;(5) suasana rumah tangga yang tegang dan tanpa kehangatan;(6) orang tua sibuk dan jarang berada di rumah;(7) salah satu atau kedua orang tua memiliki gangguan kepribadian atau gangguan kejiwaan.

Perceraian adalah terputusnya sebuah keluarga karena salah satu atau kedua pasangan memutuskan untuk saling meninggalkan dan dengan demikian maka berhenti melaksanakan kewajiban ataupun perannya sebagai suami isteri. (Anik Farida, 2007). Hal senada diungkapkan oleh Dariyo (2004), yang mengungkapkan bahwa perceraian (*divorce*) merupakan suatu peristiwa perpisahan secara resmi antara pasangan suami-istri dan mereka berketetapan untuk tidak menjalankan tugas dan kewajiban sebagai suami-istri.

Berbagai penelitian menyebutkan bahwa pada umumnya perceraian akan membawa resiko yg besar pada anak, baik dari sisi psikologis, kesehatan maupun akademis (Rice & Dolgins, 2002). Dariyo (2004) memaparkan faktor-faktor penyebab perceraian, yaitu: a) kekerasan verbal, b) masalah ekonomi finansial, c) keterlibatan dalam perjudian, d) perselingkuhan, e) penyalahgunaan narkoba f) Pengalaman sebelum dan menjelang perceraian.

Yusuf (2004) juga menegaskan bahwa suasana keluarga yang tidak harmonis adalah faktor penentu perkembangan kepribadian anak yang tidak sehat. Kartono (2010) menambahkan sebagai akibat keluarga yang kurang harmonis, anak menjadi tidak mendapatkan kebutuhan fisik ataupun psikis, anak menjadi risau, sedih, sering diliputi perasaan dendam, benci, sehingga anak menjadi kacau dan nakal. Maramis (2000) juga mengungkapkan bahwa akibat sikap orang tua yang kurang memperhatikan anak, individu yang bersangkutan merasa ditolak dan tidak dicintai, mereka mempunyai hasrat untuk membalas dendam dan disertai dengan perasaan yang tidak bahagia serta agresif karena individu merasa dengan kelakuan yang baik mereka tidak mendapatkan perhatian dan kasih sayang maka individu tersebut mencari jalan lain untuk mendapatkan perhatian di luar rumah

dengan cara yang negatif dan mengganggu orang lain. Individu merasa tidak bahagia serta dipenuhi konflik batin, pada akhirnya mereka mengalami frustrasi, menjadi agresif, dan nakal

Menurut Dagun (2002) peristiwa perceraian menimbulkan ketidakstabilan emosi, rasa cemas, tertekan, dan sering marah-marah. Ia juga berpendapat bahwa tingkah laku anti sosial turut dikaitkan dengan tingkah laku dan struktur keluarga itu sendiri. Dagun (2002) juga menyatakan bahwa jika perceraian dalam keluarga itu terjadi pada saat anak menginjak usia remaja, mereka akan mencari ketenangan, entah ditetangga, sahabat atau teman sekolah. Anak yang mengalami perceraian orang tua di usia yang relative dewasa cenderung tidak menyalahkan diri sendiri atas kejadian yang dialaminya, namun anak mempunyai rasa takut akan perubahan satiasi keluarga. Sebagian anak merespon masalah perceraian orangtuanya dengan cara yang positif seperti menjadi motivasi untuk berprestasi, atau menyalurkan emosi kepada hobi yang positif. Namun adapula remaja yang merespon perceraian orangtuanya tersebut dengan cara yang negatif seperti menjadi nakal, sering berkelahi, atau berbagai hal negatif lainnya. Memiliki respon yang positif di tengah situasi yang sulit yang dialami oleh remaja pada fase dewasa awal dipengaruhi oleh kesejahteraan psikologis individu tersebut.

Kesejahteraan psikologis adalah suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan individu mengenai aktivitas yang terjadi dalam kehidupannya sehari-hari. Kesejahteraan psikologis merupakan konstruksi dasar yang menyampaikan informasi tentang bagaimana individu mengevaluasi diri-sendiri dan kualitas serta pengalaman hidup. Kesejahteraan psikologis merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan

pemenuhan kriteria fungsi psikologis positif (Ryff, 1995). Ryff (1998) juga menambahkan *psychological well-being* merupakan pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang dan suatu keadaan dimana individu telah dapat menerima kekurangan dan kelebihan diri apa adanya, mempunyai tujuan hidup, dapat mengembangkan relasi positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, serta mampu mengendalikan lingkungan dan terus bertumbuh secara personal.

Ramos (2017) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan kebaikan, keharmonisan serta menjalin hubungan baik dengan orang lain baik dengan orang lain, individu ataupun kelompok. *Psychological well-being* berhubungan dengan kepuasan pribadi, engagement, harapan, rasa syukur, stabilitas suasana hati, pemaknaan terhadap diri, harga diri, kegembiraan, kepuasan serta optimisme dan mengenali kekuatan, mengembangkan minat bakat yang dimiliki. Kesejahteraan psikologis memimpin individu dalam menjadi pribadi yang kreatif, serta memahami apa yang sedang dilaksanakannya (Batram & Boniwell, 2007).

Psychological well-being tidak hanya tentang kepuasan hidup serta keseimbangan antara afek positif dan afek negatif, namun juga melibatkan tentang persepsi terhadap keterlibatan dengan tantangan-tantangan selama hidup (Keyes, Shomotkin & Ryff, 2002). *Psychological well-being* merujuk tentang perasaan seseorang mengenai aktifitas hidup sehari-hari, yang dapat berkisar dari kondisi mental negatif, misalnya ketidakpuasan hidup, kecemasan, perasaan tertekan, rasa percaya diri yang rendah, sering berperilaku agresif sampai pada kondisi mental positif, seperti realisasi potensi dan aktualisasi diri (Bradbrun dalam Liwartri, 2013). Schultz mendefinisikan kesejahteraan psikologis (*psychological*

well-being) sebagai fungsi positif individu, dimana fungsi positif individu merupakan arah atau tujuan yang diusahakan untuk dicapai oleh individu yang sehat. Selanjutnya Snyder mengatakan kesejahteraan psikologis bukan hanya merupakan ketiadaan penderitaan, namun kesejahteraan psikologis meliputi keterikatan aktif dalam dunia, memahami arti dan tujuan hidup, dan hubungan seseorang dalam obyek ataupun orang lain.

Dalam teorinya Ryff (1989), mengungkapkan fakto-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis diantaranya 1) Faktor demografis yaitu usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi dan budaya. 2) Dukungan sosial yang diartikan sebagai rasa nyaman, perhatian, penghargaan, atau pertolongan yang individu peroleh dari berbagai sumber diantaranya pasangan, keluarga, teman, rekan kerja maupun organisasi sosial. 3) Evaluasi terhadap pengalaman hidup dalam berbagai periode kehidupan yang memiliki pengaruh penting terhadap kesejahteraan psikologis individu. 4) *Locus of control* yang didefinisikan sebagai ukuran harapan individu mengenai control terhadap penguatan yang mengikuti perilaku tertentu.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Tia Ramadhani (2016), mengenai kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) siswa yang orangtuanya bercerai di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta diperoleh hasil bahwa siswa yang orangtuanya bercerai di SMKN 26 Pembangunan Jakarta memiliki tingkat kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang rendah.

Senada dengan hasil penelitian Wati (2010), yang berjudul *Dampak Psikologis Perceraian Orang Tua pada Remaja Awal* yang dilakukan menggunakan tiga subjek penelitian memperoleh hasil yang menunjukkan

kecenderungan lebih banyak berdampak negatif. Pada subjek penelitian pertama, menunjukkan dampak positif yaitu adanya kemandirian, sedangkan dampak negatifnya subjek 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 kedua, dampak positif yang diperoleh adalah maturitas lebih besar dan kemandirian, namun dampak negatifnya yaitu rasa cemas, kesedihan, rasa malu, dan menarik diri dari keluarga serta teman-teman. Sedangkan pada subjek ketiga, dampak positif yang diperoleh 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.

Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Indriani (2008) yang berjudul Dampak Psikologis Perceraian Orang tua Terhadap Anak yang dilakukan melalui pendekatan kualitatif diperoleh hasil bahwa dampak perceraian orang tua terhadap anak yaitu penyangkalan, rasa marah, rasa takut, kesedihan, dan rasa malu. Meskipun berbagai efek negatif muncul namun anak menjadi lebih mandiri dan merasakan kehidupan yang lebih indah.

Hasil dari penelitian-penelitian di atas juga senada dengan pernyataan Gerungan (2002) yang menyatakan bahwa peranan umum dari keluarga sebagai kerangka sosial utama bagi anak terdapat peranan-peranan tertentu di dalam

keadaan keluarga dapat mempengaruhi perkembangan individu yang salah satunya berasal dari keutuhan/ketidakutuhan keluarga. Pengaruh tersebut akan berkelanjutan hingga masa-masa perkembangan selanjutnya karena peran dan tugas perkembangannya tidak terpenuhi

sementara itu, Individu dituntut untuk dapat berkembang secara berproses dan terus menerus. Hal ini menyebabkan munculnya pendekatan normo-psikologis Wijngaarden (1935), menggambarkan tugas perkembangan bagi orang dewasa sebagai sebuah sikap menerima kehidupan dalam masa perkembangannya.

Untuk memperkuat teori diatas, peneliti juga melakukan *preliminary* dengan mewawancarai subjek yang sesuai dengan kriteria dalam penelitian ini. Berdasarkan data studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan April tahun 2020 dengan subjek AD seorang mahasiswa tingkat akhir dengan latar belakang orang tua yang bercerai sejak AD duduk di bangku Sekolah Dasar. AD melalui masa-masa perkembangannya bersama dengan tinggal bersama keluarga Paman dari Ayah AD. Ayah AD telah menikah kembali dan Ibunya pindah ke luar kota dan fokus pada pekerjaannya. Dengan keadaan demikian, AD tetap menunjukkan perilaku yang positif. AD merupakan individu yang mudah bergaul dan memiliki rasa optimis terhadap masa depan yang ia inginkan.

Berdasarkan hasil studi *preliminary* diatas, menimbulkan rasa keingintahuan peneliti dalam mengangkat penelitian ini agar nantinya diharapkan hasil penelitian dapat menjadi acuan dan menyumbangkan kontribusi positif bagi pembaca yang mengalami hal serupa dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis serta dapat menjadi acuan bagi orangtua dalam keluarga utuh maupun yang telah

mengalami perceraian untuk selalu memperhatikan kebutuhan kebutuhan psikologis anak.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat dirumuskan masalah penelitian “Faktor- faktor apa sajakah yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada individu usia dewasa awal yang memiliki orang tua bercerai?”

B. Tujuan & Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjelasan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada individu dewasa awal yang memiliki orang tua bercerai

2. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman psikologis mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada usia dewasa awal dari orang tua yang bercerai.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pembaca

Dengan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada usia dewasa awal dari orang tua yang bercerai, maka dapat menjadi pelajaran serta penyemangat bagi pembaca dengan kondisi dan keadaan yang kurang lebih sama.

b. Bagi Subjek

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis baik pada orang tua, keluarga serta partisipan penelitian.