**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA USIA DEWASA AWAL DARI ORANG TUA YANG BERCERAI**

****

*OLEH:*

*LUH PUTU PICANANDA APRILIA*

*16081361*

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCUBUANA YOGYAKARTA**

**2020**

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA USIA DEWASA AWAL DARI ORANG TUA YANG BERCERAI**

***FACTORS THAT AFFECTED PSYCHOLOGICAL WELL BEING ON EARLY AGE FROM DIVORCED PARENTS***

Luh Putu Picananda Aprilia

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[picanandaaprilia@gmail.com](mailto:picanandaaprilia@gmail.com)

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada individu usia dewasa awal yang memiliki orang tua bercerai. Subjek pada penelitian ini adalah 3 orang usia dewasa awal didukung 3 orang *significant other.* Teknik pengambilan subjek dalam penelitian ini adalah wawancara secara mendalam dan observasi yang meliputi observasi ketika wawancara dan observasi dokumen. Berdasarkan keseluruhan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang baik, mengacu pada aspek-aspek menurut Ryff (1989), yang dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial, faktor budaya dan faktor religiusitas. Faktor dukungan sosial mempengaruhi ketiga subjek dalam menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, memiliki kemandirian, mampu menguasai lingkungannya, memiliki tujuan hidup dan mengembangkan potensi diri dari waktu ke waktu. Faktor budaya mempengaruhi subjek 1 dan 2 dalam menerima keadaan diri dan masa lalunya dengan baik, sedangkan faktor religiusitas terungkap pada subjek ke 3 dalam mengambil nilai-nilai positif dalam setiap kejadian buruk yang terjadi dalam kehidupan subjek.

**Kata kunci** :kesejahteraan psikologis,dewasa awal, orang tua bercerai.

***Abstract***

*This study aims to uncover the factors that affected psychological well-being on the early adulthood from divorced parents. The subjects in this study were 3 early adults supported by 3 significant other people. The subject taking techniques in this study are in-depth interviews and observations which include observations when interviewing and observing documents. Based on the overall discussion it can be concluded that all three participants have a high level of psychological well-being, referring to aspects according to Ryff (1989), which are influenced by social support factors, cultural factors and religiosity factors. The factor of social support influences the three subjects in establishing good relationships with others, having independence, being able to master their environment, having life goals and developing their potential over time. Cultural factors affect subjects 1 and subjects 2 in accepting the state of self and its past well, while the religiosity factor is revealed on the third subject in taking positive values in every bad event that happens in the subject's life.*

***Keywords****: psychologicall well being,early adulthood, divorced parents*

**PENDAHULUAN**

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). 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. 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).

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 finasial. Hal ini dikenal dengan istilah broken home.

Perceraian adalah terputusnya sebuah keluarga karena salah satu atau kedua pasangan memutuskan untuk saling meninggalkan dan dengan demikian maka berhenti melaksanankan 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.

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 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). 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.

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.

Menurut hasil penelitian Wati (2010), yang berjudul Dampak Psikologis Perceraian Orang Tua pada Remaja Awal yang dilakukan menggunakan tiga subjek penelitian memperoleh hasil yang menunjukan 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.

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.

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

**METODE PENELITIAN**

Menurut Subadi (2006) pendekatan fenomenologi merupakan pendekatan yang digunakan untuk memahami suatu fenomena berdasarkan pengalaman dan pemahaman para partisipan yang terlibat dalam fenomena tersebut. Pendekatan fenomenologi dalam penelitian ini digunakan untuk mampu merasakan dan memahami fenomena suatu masalah sehingga mampu melihat kejadian yang terjadi di dalam lingkungan dalam penelitian serta mampu mengkaji fenomena yang pernah terjadi.

Fenomenologi berupaya untuk memahami makna yang sesungguhnya atas suatu pengalaman dan menekankan pada kesadaran yang disengaja (intentionallity of consciousness) atas pengalaman, karena pengalaman mengandung penampilan keluar dan kesadaran didalam, yang berbasis pada ingatan, gambaran dan makna.

Pendekatan fenomenologi ini akan digunakan dalam penelitian untuk mengungkap faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada usia dewasa awal dari orang tua yang bercerai.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian dengan menggunakan wawancara dan observasi yang melibatkan 3 orang partisipan utama menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada usia dewasa awal dari orang tua yang bercerai, Ryff 1989 mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis diantaranya a) faktor dukungan sosial b) faktor budaya c) jenis kelamin d) religiusitas e) usia. Dalam penelitian ini, peneliti berfokus pada faktor budaya dan dukungan sosial agar hasil penelitian tidak meluas.

ANI adalah seorang wanita berusia 21 tahun. ANI merupakan mahasiswa aktif di salah satu perguruang tinggi swasta di Yogyakarta. Saat ini ANI sedang aktif menyusun tugas akhir. Selain berkuliah, ANI terkadang menerima pesanan berbagai macam snack sebagai pekerjaan sampingan. ANI memiliki seorang adik perempuan. ANI menjalin hubungan dekat dengan teman-temannya dikampus maupun di luar lingkungan kampus, karena berasal dari Yogyakarta, hingga saat ini ANI masih menjalin hubungan akrab dengan teman-teman masa SMA nya. ANI memiliki hubungan dekat dengan salah satu teman SMA nya, BAG.

Kedua orang tua ANI berpisah sejak ANI berusia .. tahun. Namun, baru resmi bercerai Ketika ANI memasuki usia .. tahun. ANI menjelaskan ketika ia memasuki bangku sekolah dasar, ayah dan ibunya mulai sering bertengkar. Setelah kedua orang tuanya berpisah, ANI dan adiknya tinggal bersama paman dan bibinya. Setelah resmi bercerai Ayah ANI pulang ke kota kelahiranya sedangkan Ibu ANI merantau ke luar kota untuk bekerja. Selama tinggal dengan Bibi dan Pamannya ANI merasa mendapatkan kasih sayang dan perhatian yang penuh, karena pada saat ANI duduk dibangku SD-SMP Paman dan Bibi ANI belum memiliki keturunan sehingga menurut ANI kasih sayang mereka sepenuhnya diberikan pada ANI dan adiknya. Selama menjalani masa SD-SMA, ANI tidak pernah merasa malu dengan kondisi kedua orang tuanya, ANI selalu mengatakan kondisi keluarganya dengan jujur apabila ada temannya yang bertanya. ANI merasa perceraian kedua orang tuanya bukanlah hal yang seharusnya ia tutupi, karena meskipun kedua orang tuanya berpisah ANI masih berhubungan baik dengan Ayah dan Ibunya. Meskipun Ayah ANI sudah menikah lagi ketika ANI memasuki semester awal kuliahnya, Ayah ANI masih menafkahinya hingga saat ini. Ibu ANI sendiri sudah memiliki pasangan, namun ANI mengungkapkan bahwa hubungan ANI dengan ibunya masih sangat dekat, ANI sering kali bercerita tentang hari-harinya pada Ibunya.

Hasil wawancara mengungkapkan partisipan ANI merasa beruntung selalu dikelilingi teman-teman yang sangat mendukungnya, memasuki bangku SMA, ANI bertemu dengan ke enam sahabatnya yang hingga saat ini masih menjalin hubungan baik dengannya. ANI merasa masa SMA nya sangat menyenangkan, meskipun sempat beberapa kali mendapat peringatan dari sekolah karena membolos dengan ke enam sahabatnya kedua orang tua ANI selalu mempercayai keenam sahabat ANI. ANI berpendapat orang tuanya dapat mengerti kenakalan masa SMA nya adalah bagian dari masa remaja, asalkan tidak melewati batas. Ketika duduk di kelas dua SMA, ANI menjalin hubungan dekat dengan teman sekelasnya BAG. ANI merasa BAG membawa banyak pengaruh positif baginya. melalui BAG, ANI belajar banyak hal seperti berbisnis. ANI juga mengatakan BAG adalah orang yang bisa diandalkan baginya, BAG selalu ada disaat ANI membutuhkan seseorang untuk mendukungnya, ANI juga mengatakan bahwa BAG selalu berusaha membuat AD merasa bahagia dan nyaman. menurut AD, BAG merupakan pribadi yang sabar dan selalu mengalah maka dari itu hubungan yang mereka jalin bertahan hingga saat ini.

Sementara itu, hasil wawancara dengan partisipan kedua HAN adalah seorang mahasiswa aktif perguruan tinggi di salah satu universitas swasta Yogyakarta. Saat ini HAN berusia 23 tahun dan sedang menyusun tugas akhir. HAN merupakan anak sulung dari tiga bersaudara. Kedua orang tua HK memutuskan untuk bercerai pada saat HAN duduk di bangku kelas tiga SMP, HAN mengakui pada saat itu ia belum bisa menerima perpisahan kedua orang tuanya karena HAN tinggal di kota yang berbeda dengan kedua orang tuanya dan kedua adiknya. Kondisi tersebut membuat HAN belum mengerti sepenuhnya apa yang terjadi sehingga kedua orang tuanya berpisah, namun seiring waktu Ibu HAN selalu memberi pengertian sehingga HAN mulai memahami duduk permasalahan dimana sikap ayah HAN berubah drastis dan tidak mempedulikan keluarganya, sehingga HAN mulai memahami dan mengikhlaskan perceraian kedua orang tuanya.

HAN merasa beryukur atas pribadinya sekarang, ia merasa menjadi orang yang lebih mandiri dan kuat berkat apa yang terjadi di masa remajanya, dimana ia harus menghadapi perceraian kedua orang tuanya. Hal ini tidak lepas dari peran Ibu HAN yang selalu membimbingnya untuk menjadi pribadi yang dewasa. HAN mengakatan Ibunya selalu menanamkan nilai-nilai agama yang kuat dalam dirinya, ia selalu mengingat perkataan Ibunya yang selalu berpesan untuk jangan pernah melupakan Allah dalam hidup HAN. HAN selalu berusaha melihat sisi positif dari setiap kejadian yang tidak menyenangkan yang terjadi di dalam hidupnya termasuk perceraian kedua orang tuanya. HAN menyakini bahwa perceraian kedua orang tuanya adalah jalan terbaik untuk keluarga mereka. HAN mengambil hikmah positif dimana HAN, kedua adiknya dan Ibunya bisa menjalani hidup baru yang lebih baik tanpa Ayah HAN. HAN juga merasa sebagai anak sulung ia mempunyai tanggung jawab untuk menjadi pribadi yang mandiri, ia ingin menjadi contoh bagi kedua adiknya dan nantinya bisa menjadi pribadi yang sukses n dan membantu Ibunya.

Setelah lulus SMA, HAN melanjutkan kuliah di kota Yogyakarta. Selama merantau di Yogyakarta, HAN menjalin hubungan dekat dengan salah satu teman masa SMP nya, DPA. HAN mengakui DPA selalu menemani HAN dan DPA adalah orang yang dapat ia percaya sejak awal HAN merantau hingga saat ini. DPA juga sudah dikenal baik oleh keluarga besar HAN sehingga Ibunya sudah mempercayai DPA. Di universitas tempat HAN kuliah, HAN juga menemukan orang-orang yang sejalan dengannya hingga ia merasa memiliki sahabat baru yang dapat ia percaya dan andalkan selama di perantauan.

HAN merasa bersyukur dengan kehadiran DPA sebagai pasangannya saat ini serta kehadiran teman-temanya di perantauan. HAN merasa ia memiliki tempat untuk bercerita segala keluhannya, dimana teman-temannya selalu bisa menerima segala kekurangan HAN. HAN juga merasa ia memiliki tempat untuk berdiskusi apabila ia dihadapi dengan permasalahan yang membuatnya harus memilih. Meskipun HAN tetap meminta pendapat Ibunya namun HAN merasa terkadang tidak semua permasalahan yang ia hadapi bisa ia ceritakan dengan Ibunya, saat itulah ia mengandalkan pasangan dan teman-temannya untuk berdiskusi.

Hasil wawancara dengan partisipan ketiga DAY mengungkapkan DAY memiliki dua orang adik laki-laki yang tinggal bersama DAY dan ibu dan ayah sambungnya sedangkan adik laki-laki lainnya tinggal bersama ayah dan ibu sambung DAY. Saat ini DAY berstatus mahasiswa tingkat akhir di salah satu universitas swasta di Yogyakarta, selain berkuliah DAY bekerja sebagai asisten HRD di salah satu perusahaan minuman di kota Yogyakarta. Meskipun DAY sudah bekerja, ia mengaku bahwa masih tetap fokus pada tugas akhir yang sedang ia kerjakan sembari bekerja. DAY mengungkapkan keputusannya untuk bekerja adalah untuk meringankan beban Ibunya selama wabah covid 19 yang membuat keluarganya mengalami kesulitan dalam masalah perekonomian.

Ayah dan Ibu DAY bercerai saat DAY duduk di bangku SMP, semenjak kedua orang tuanya bercerai DAY tinggal bersama Ibu, sedangkan adik laki-lakinya tinggal bersama Ayah DAY. Baik Ayah dan Ibu DAY saat ini sudah sama-sama menikah lagi, namun DAY mengakui bahwa Ayah DAY sangat jarang menafkahinya, DAY juga merasa tidak terlalu dekat dengan Ayahnya sehingga ia cukup jarang berkomunikasi dengan sang ayah. DAY hanya tetap berkomunikasi dengan adik kandungnya yang tinggal bersama ayah DAY. Ia selalu memastikan bahwa adiknya berada dalam keadaan baik karena menurut DAY ibu sambungnya bukan sosok yang baik, DAY mengungkapkan bahwa meskipun ia dan ibunya sudah berulang kali meminta hak asuh adiknya untuk tinggal bersama DAY dan ibunya namun ayahnya tetap melarang.

Selama di kampung halamannya, DAY tinggal bersama ibu dan ayah tirinya. Dari pernikahan kedua ibu DAY sudah memiliki seorang anak laki-laki dan di pernikahan sebelumnya, ayah tiri DAY juga sudah memiliki seorang anak laki-laki yang usianya lebih tua dari DAY. DAY mengaku merasa nyaman tinggal dengan ayah dan saudara tirinya. Meskipun DAY masih tetap menyebut ayah sambungnya sebagai “om” namun menurut DAY ayah tirinya adalah sosok yang sabar dan bisa menjadi kepala rumah tangga yang baik.

DAY mengungkapkan bahwa ia sudah sepenuhnya dapat mengikhlaskan perceraian kedua orang tuanya, karena menurut DAY perceraian adalah jalan keluar terbaik bagi keluarganya. DAY mengaku senang melihat Ibunya kini bisa hidup lebih bahagia dibandingkan dengan pernikahan sebelumnya, DAY juga merasa menemukan keluarga baru bersama ayah dan saudara tirinya. DAY mengungkapkan tidak selamanya perceraian merupakan hal yang buruk, justru baginya dari perceraian ia menemukan hidup baru yang lebih baik bersama sang ibu.

Meskipun emosi DAY kerap kali terpancing oleh perlakuan ayah dan ibu sambungnya, DAY bersyukur sang ibu masih selalu sabar mengingatkan DAY untuk tetap menjaga sopan santun terhadap ayahnya. DAY selalu terinspirasi dari sikap sabar dan lemah lembut sang ibu sehingga hingga saat ini ia bisa menerima segala hal berat yang ia lalui. Melalui sikap sabar serta nerimo yang selalu ditanamkan oleh ibunya, DAY perlahan mampu untuk menerima perceraian orang tuanya. Selain sang ibu, DAY mengaku bahwa teman-teman di kota perantauan yang mampu membuat DAY menjadi pribadi yang lebih dewasa, ia merasa selama berada di perantauan ia banyak mengenal pribadi baru yang membuatnya belajar untuk menjadi pribadi yang lebih sabar dan mampu bersikap dewasa. DAY mengungkapkan tak jarang teman-temannya mengingatkan DAY untuk selalu bersyukur apabila DAY mengeluhkan keadaannya baik dalam kehidupan sehari-hari ataupun masalah keluarganya.

Berdasarkan keseluruhan pembahasan ketiga partisipan diatas, dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang baik, pada masa dewasa awal ketiga partisipan mampu melaewati fase perkembangannya dengan baik meskipun ketiga partisipan sama-sama memiliki latar belakang orang tua yang bercerai. Namun, ketiga partisipan mampu memenuhi aspek-aspek kesejahteraan psikologis yang dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti faktor dukungan sosial yang diperoleh melalui teman dekat, pasangan dan keluarga sehingga menjadikan ketiga partisipan menguasai lingkungan dengan baik, mampu membangun hubungan positif dengan orang lain dan menjadikan partisipan sebagai pribadi yang mandiri dan bertanggung jawab.

Faktor budaya juga mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis partisipan, melalui faktor budaya yang diturunkan oleh keluarga, partisipan mengikhlaskan segala kejadian yang kurang menyenangkan di masa lalu termasuk perceraian orang tua sehingga partisipan mampu menerima dirinya secara positif, mengembangkan diri, dan memiliki tujuan dalam hidup.

Temuan dalam penelitian ini adalah faktor religiusitas, faktor raligiusitas muncul dari faktor eksternal yang mempengaruhi partisipan dalam meyakini segala sesuatu yang terjadi merupakan kehendak Tuhan Yang Maha Esa, sehingga partisipan selalu mampu untuk berpikir secara positif atas segala hal yang terjadi dalam hidup partisipan.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan keseluruhan pembahasan dari ketiga partisipan, dapat disimpulkan bahwa masing-masing partisipan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang oleh faktor-faktor yang terungkap dalam wawancara diantaranya, faktor internal dan faktor eksternal.

Dalam penelitian ini, partisipan memiliki faktor eksternal yang diperoleh melalui dukungan sosial seperti teman dan keluarga yang mendukung partisipan secara positif. Faktor eksternal berperan penting untuk membantu partisipan menerima perceraian, belajar mengikhlaskan serta tetap berperan sebagai orang tua partisipan. Sedangkan, teman dekat dalam penelitian ini berperan dalam membantu partisipan dalam berdiskusi, serta menjadi tempat untuk bercerita keluhan partisipan sehingga partisipan tidak merasa sendirian.

Selain faktor eksternal, faktor internal juga mempengaruhi kesejahteraan psikologis partisipan. Faktor internal muncul dalam diri partisipan dalam bentuk rasa ikhlas, menerima keadaan dan mampu menerima diri secara positif . faktor internal menjadikan partisipan memiliki kecenderungan dalam menerima segala sesuatu yang partisipan peroleh dalam keadaan apapun.

Temuan dalam penelitian ini adalah faktor religiusitas yang diperoleh dari keluarga, melalui faktor religiustias partisipan memegang nilai agama yang ditanamkan serta meyakini, dalam setiap kejadian buruk dalam hidup terdapat nilai-nilai positif , hikmah yang dapat dipetik dan disyukuri oleh partisipan.

**SARAN**

Dari hasil penelitian yang diperoleh, maka saran yang dapat diberikan adalah:

1.Bagi usia dewasa awal dari orang tua yang bercerai

a. Untuk dapat menjalin hubungan baik dengan orang tua, keluarga dan teman

b. Untuk dapat menjadikan perceraian orang tua sebagai sebuah pengalaman dan memetik sisi positif dari perceraian orang tua

2. Bagi subjek

Untuk dapat menjaga hubungan baik dengan keluarga, teman ataupun pasangan. Partisipan juga diharapkan lebih mampu mengelola emosi dengan baik dan tidak terburu-buru dalam mengambil sebuah keputusan

3.Untuk penelitian selanjutnya,

Diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada dewasa awal dari orang tua yang bercerai, seperti faktor usia dan jenis kelamin.

**DAFTAR PUSTAKA**

Amawidyati, S. A. G., Utami, M. S. (2007). Religiusitas dan Psychological Well‐Being Pada Korban Gempa. *Jurnal Psikologi*.

Aini, Siti Nur., & Asiyah, Siti Nur. (2013). Psychological Well-Being Penyandang Gagal Ginjal. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 35-45

Aspinwall, L.G. (2002). A psychology of Human Strengths. Washington: American Psychological Association

Astuti Yuli, N. R. N. A. (2015). Subjective Well‐Being Anak Dari Orang Tua Yang Bercerai. Jurnal Psikologi.

Bartram, D., & Boniwell, L. (2007). “The Science of Happiness: Achieving Sustained Psychological Wellbeing. “Positive Psychology in Practice”

Basri, Hasan. 1996. Remaja Berkualitas, Problematika Remaja, dan Solusinya. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Berk, Laura E. (2010). Development Trough the Lifespan: Dari Dewasa Awal Sampai Menjelang Ajal. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Creswell John.W. (2014). Penelitian Kualitatif & Desain Riset. Yogyakarta: PustakaPelajar.

Dariyo, A. (2004). Memahami Psikologi Perceraian dalam Kehidupan Keluarga. *Jurnal Psikologi*.

Dariyo, A. (2006) Perkembangan Dewasa Muda,Jakarta: Grasindo.

Gerungan. (2002). Psikologi Sosial. Bandung: Eresco

Gunarsa, S.D., Yulia Singgih. (2004). Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga. Jakarta: Gunung Mulia”

Hurlock, E.B. (1974). Personality development. New Delhi: McGrawHill. Inc

Hurlock, E. (1980). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Penerbit Erlangga. In Erlangga.

Hurlock, E. B. (1980). Hurlock, E. B. (1980). Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang masa Edisi Kelima. Terjemahan Istiwidayanti & Soedjarwo. Terjemahan Istiwidayanti & Soedjarwo.

Indriani, Fransisca Nanik. (2008). Dampak psikologis perceraian orang tua terhadap anak. Skripsi

Iriani, F., & Ninawati. (2005). Gambaran kesejahteraan psikologis pada dewasa muda ditinjau dari pola attachment. *Jurnal Psikologi*.

Kartono, K. (2010). Psikologi wanita jilid 2: mengenal wanita sebagai Ibu dan Nenek. Bandung: Mandar Maju

Karyono, K., Dewi, K. S., & TA, L. (2009). Penanganan stres dan *kesejahteraan psikologis*. 43(18), 102–105.

Koentjaraningrat. (1997). Pengantar antopologi pokok-pokok etnografi II, Jakarta: Rineka Cipta.

Koentjaraningrat.(2007). Manusia dan kebudayaan di Indonesia. Jakarta : Djambatan

Maramis W.F. (2000). Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa. Surabaya: Airlangga University Press

Ramadhani, T., Djunaedi, D., & Sismiati S., A. (2016). Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) siswa yang orangtuanya bercerai (Studi deskriptif yang dilakukan pada siswa SMK Negeri Pembangunan Jakarta). Insight: jurnal bimbingan konseling. https://doi.org/10.21009/insight.051.16

Rice, F. P; & Dolgin, K. G. 2002. The adolescent: Development, relationship and the culture, 10th edition. USA: Allyn & Bacon Company

Ryff, Carol D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of personality and social psychology, 57(6), 1069-1081

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*. https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719

Santrock, J. (2002). Life-span development perkembangan hidup jilid 1 edisi kelima. Jakarta: Erlangga.

Sarafino. (1994). Health psychology: Biopsychosocial interaction. John willey and sons: United States of America: John Willey & Sons Inc.

Shafanisa, A. T., Azizah, E., & Victoria, E. E. (2017). Hubungan antara dimensi fungsionalitas keluarga dan subjective well-being (SWB) pada Ibu yang memiliki anak disabilitas intelektual di SLB – C Bandung.Humanitas.*Jurnal Psikologi*.

Simanjuntak, P.N.H. 2007. Pokok-pokok hukum perdata Indonesia. Jakarta: Pustaka Djambatan

Smet, B. (1994). Psikologi Kesehatan. Jakarta: PT. Gramedia Widia Sarana

Indonesia.

Smith, D.W.(2013) Husserl ( second edition). London: Routledge

Smith, J.A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009).Interpretative phenomenological analysis. London: Sage

Stevenson, M. R & Black, K. N. 1995. How Divorce Affect Offspring: A Research Approach. USA: Brown & Benchmark, Inc

Sugiyono.(2013). Memahami Penelitian Kualitatif. Bandung: Alfabeta.

Wahyuningsih, Agustin., & Surjaningrum, Endang R. (2013). Kesejahteraan psikologis pada orang dengan lupus (odapus) wanita usia dewasa awal berstatus menikah. Jurnal psikologi klinis dan Kesehatan mental, 2(1)

Wati, Theodora Wanti Lestari. (2010). Dampak psikologis perceraian orang tua pada remaja awal. Skripsi

Werdyaningrum, Puri. (2013). Psychological Well Being pada Remaja yang orang tua bercerai dan yang tidak bercerai (utuh). *Junal online psikologi*, 1(2)

Yin, Robert K. 2011. Studi Kasus: Desain dan metode. Jakarta :Rajagrafindo Persada.