

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Keluarga dibangun melalui sebuah ikatan perkawinan antara laki-laki dengan wanita yang saling memiliki komitmen untuk hidup bersama. Dalam konteks keluarga, Rizyana (2018) mendefinisikan keluarga sebagai sekumpulan individu yang tinggal dalam satu rumah dan memiliki hubungan darah melalui perkawinan atau kelahiran, yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak-anak. Friedman (2013) mendefinisikan keluarga sebagai sekumpulan orang (dua atau lebih) yang hidup secara bersama dengan keterikatan emosional dimana setiap individu memiliki tugas masing-masing sebagai bagian dari keluarga. Keluarga dibangun atas komitmen seorang laki-laki (suami) dan perempuan (istri) untuk menjalani seluruh perjalanan hidup. Namun dalam perjalanan hidup keluarga, ada banyak keluarga yang tidak dapat mempertahankan kehidupan berkeluarga dan berakhir dengan perceraian.

Data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2025 diperoleh informasi bahwa pada tahun 2025 terjadi 438.168 kasus perceraian yang telah diputuskan oleh Pengadilan Agama. Dari data BPS diketahui bahwa 3 provinsi dengan kasus perceraian tertinggi adalah Provinsi 1) Jawa Barat (98.903 kasus), 2) Jawa Timur (83.206 kasus) dan 3) Jawa Tengah (67.500 kasus) dimana kasus-kasus perceraian tersebut didominasi oleh 3 permasalahan keluarga utama yaitu: 1) Perselisihan dan pertengkaran terus-menerus (282.326 kasus), faktor ekonomi (105.727 kasus), dan meninggalkan salah satu pihak (31.029 kasus) (<https://www.bps.go.id>).

Berdasarkan data BPS tersebut dapat disimpulkan akan ada banyak anggota keluarga (anak) yang akan menghadapi permasalahan akibat perceraian kedua orang tuanya.

Perceraian yang terjadi memberikan berbagai macam dampak (positif maupun negatif) bagi suami maupun istri dan juga bagi anak-anak. Dampak buruk dari perceraian antara lain menurunnya atau kehilangan kedekatan dan frekuensi komunikasi antara suami-istri maupun antara anak dengan salah satu dari orang tua yang bercerai. Dinamika hubungan yang sebelumnya erat saat masih menjadi bagian dari keluarga akhirnya menjadi buruk akibat perceraian yang terjadi. Bagi anak yang menginjak usia remaja, perceraian antara ayah dan ibu cenderung berdampak negatif bagi perkembangan psikologisnya.

Monks *et al.*, (2009) menyatakan bahwa remaja adalah orang dengan usia 12 sampai 21 tahun dengan pembagian tahap perkembangan yaitu 1) masa remaja awal usia 12 sampai 15 tahun, 2) masa remaja pertengahan usia 15 sampai 17 tahun, dan 3) masa remaja akhir usia 17 sampai 21 tahun. Pada penelitian ini, remaja yang digunakan sebagai subyek penelitian adalah masa remaja akhir dengan pertimbangan masa remaja akhir adalah masa paling krusial untuk pembentukan kepribadian dimana pada masa perkembangan akhir memiliki ciri-ciri: 1) pengungkapan identitas diri, 2) lebih selektif dalam mencari teman sebaya, 3) mempunyai citra jasmani diri, 4) mewujudkan rasa cinta, 5) mampu berfikir abstrak. Berdasarkan ciri masa remaja akhir tersebut maka remaja akhir menjadi waktu terakhir untuk membangun identitas diri maupun kepribadian bagi seorang individu terlebih pada remaja dengan latar belakang orang tua yang bercerai. Secara

psikologi, dampak perceraian orang tua bagi anak antara lain perubahan kepribadian berkaitan dengan mental baik normal maupun abnormal dan mencakup beberapa aspek seperti: sikap, karakter, temperamen, rasionalitas, stabilitas emosional, sosiabilitas dan risiko terhadap tumbuh kembang jiwanya (Kurniawan *et al.*, 2023).

Perceraian orang tua memberikan dampak yang kompleks terhadap perkembangan anak dan remaja, baik dari segi kesehatan mental, fisik, kemampuan adaptasi sosial, dan keseimbangan emosional yang terganggu (Wolchik *et al.*, 2009). Emery (199) menambahkan bahwa perceraian orang tua bagi remaja menjadi periode yang paling sulit, karena pada fase ini remaja menghadapi tantangan perkembangan yang kompleks sekaligus harus menyesuaikan diri dengan perubahan dinamika keluarga yang signifikan. Menurut Lenhard *et al.*, (2015), perceraian orang tua secara konsisten telah dikaitkan dengan berbagai dampak negatif terhadap perkembangan remaja, seperti kesulitan akademik, perilaku eksternal yang bermasalah, serta gangguan internal berupa depresi dan kecemasan. Sejalan dengan itu, Dewanti dan Suprpti (2014) mengungkapkan bahwa remaja yang berasal dari keluarga bercerai seringkali menghadapi berbagai permasalahan akibat perubahan pola pengasuhan, termasuk kesulitan dalam menyesuaikan diri dan menghadapi tantangan hidup atau resiliensi. Untuk dapat menghadapi kondisi dan masa sulit akibat perceraian orang tua maka remaja diharapkan memiliki kemampuan untuk bertahan dan mengatasi berbagai persoalan (masalah) hidup yang dihadapi akibat perceraian orang tuanya. Hal ini menunjukkan bahwa

resiliensi merupakan faktor penting yang dibutuhkan atau diusahakan remaja dari orang tua yang bercerai untuk menghadapi permasalahan hidupnya.

Reivich & Shatte (2002) mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas individu untuk bertahan dan mengatasi berbagai persoalan hidup, termasuk situasi traumatis, penuh tekanan, menyedihkan, serta kondisi sulit yang tidak jelas kapan akan berakhir. Vella dan Pai (2019) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan seseorang untuk menghadapi serta menyesuaikan diri dengan kondisi negatif secara efektif. Sejalan dengan itu, Luthar dan Cicchetti (2000) mendefinisikan resiliensi sebagai proses yang bersifat dinamis, di mana individu mampu beradaptasi secara positif meskipun menghadapi kesulitan atau tekanan yang signifikan. Pendapat serupa dikemukakan oleh American Psychological Association (2014) yang menyatakan bahwa resiliensi merupakan proses kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan baik saat menghadapi kesulitan, trauma, tragedi, ancaman, atau sumber stres yang berat. Ulfah (2020) juga menambahkan bahwa resiliensi mencerminkan kemampuan individu untuk tetap tenang, bangkit kembali, serta melakukan penyesuaian dan perubahan positif ketika berada dalam situasi sulit maupun tidak menyenangkan. Aspek-aspek resiliensi menurut Reivich & Shatte (2002), yang terdiri tujuh aspek yaitu: 1) regulasi emosi, 2) pengendalian impuls, 3) optimisme, 4) empati, 5) efikasi diri, 6) analisis penyebab masalah, dan 7) menemukan solusi masalah.

Pada kenyataanya, tidak banyak remaja dengan orang tua bercerai memiliki tingkat resiliensi yang baik atau tinggi. Sebaliknya, ada banyak remaja dengan orang tua yang bercerai tidak memiliki ketahanan yang baik untuk mengatasi

masalah yang terjadi dalam hidupnya (resiliensi yang rendah). Hasil penelitian Sinaga *et al.*, (2026) disimpulkan bahwa remaja dengan orang tua yang bercerai memberikan dampak emosional cukup kuat antara lain perasaan sedih, marah, kecewa, kebingungan dan menarik diri dari lingkungan sosialnya. Hasil penelitian ini memberikan informasi bahwa empat remaja tidak memiliki kecakapan yang baik dalam mengatasi kesulitan yang dialaminya. Penelitian Nataniel dan Lesmana (2025) memberikan informasi bahwa 33,33% remaja di Jabodetabek yang tidak tinggal dengan orang tua secara lengkap memiliki tingkat resiliensi yang sedang dan cenderung rendah. Hasil penelitian Azizah *et al.*, (2022) memberikan informasi yang lebih mencengangkan bahwa 56,7% remaja di Yogyakarta yang orang tuanya bercerai memiliki tingkat resiliensi yang rendah.

Hasil wawancara yang dilakukan pada peneliti menunjukkan gambaran nyata mengenai permasalahan tersebut. Wawancara dilakukan pada tanggal 12 Oktober 2025 di sebuah *coffee shop*, melibatkan tiga orang remaja berusia antara 20 hingga 23 tahun (dua perempuan dan satu laki-laki) yang orang tuanya telah bercerai minimal satu tahun. Hasil wawancara disimpulkan bahwa, dua remaja mengaku mengalami masa sulit setelah perceraian orang tua dalam hal emosi dan penyesuaian diri, rasa kehilangan, perasaan tidak berdaya, kehilangan rasa percaya diri, menarik diri dari lingkungan, sulit fokus pada kewajiban, nilai akademik yang menurun atau buruk serta ketidakstabilan hubungan dengan salah satu orang tua. Satu remaja lainnya mengaku bahwa perceraian orang tuanya tidak cukup mengganggu kualitas kehidupannya karena memperoleh dukungan sosial yang baik dari orang-orang disekitarnya dan atas aktivitas positif seperti kegiatan sekolah dan

sosial hingga dapat membantunya untuk tetap kuat, bertahan dan beradaptasi. Hasil observasi juga menunjukkan bahwa remaja yang aktif secara sosial cenderung lebih cepat menyesuaikan diri, sedangkan yang menarik diri dari lingkungan memerlukan waktu lebih lama untuk bangkit. Hal ini karena remaja yang aktif secara sosial memperoleh dukungan sosial dari orang-orang disekitarnya dengan lebih baik untuk menghadapi masa sulit akibat perceraian orang tuanya. Upaya-upaya yang dilakukan untuk kembali bangkit, seperti mencari dukungan dari teman dekat, memperbaiki hubungan dengan salah satu orang tua, mengikuti kegiatan positif, hingga belajar mandiri merupakan bentuk dari dukungan sosial yang dapat meningkatkan resiliensi remaja.

Banyak faktor yang mempengaruhi tingkat resiliensi seorang individu. Nashori dan Saputro (2021) menyatakan bahwa usia dan gender, status sosial ekonomi, karakteristik kepribadian, religiusitas, koping stres, efikasi diri, kecerdasan emosi, optimisme, kebersyukuran, gaya pola asuh, dan dukungan sosial adalah beberapa faktor yang memengaruhi resiliensi. Dalam banyak kasus, dukungan sosial merupakan salah satu faktor penting yang berperan dalam membantu individu untuk bertahan dalam menghadapi berbagai tekanan hidup. Dukungan sosial dipahami sebagai suatu konstruk yang mencakup beberapa aspek penting, antara lain dukungan emosi atau penghargaan, dukungan nyata atau instrumental, dukungan informasi, serta dukungan persahabatan, yang berfungsi membantu individu dalam menghadapi tekanan dan permasalahan kehidupan (Sarafino & Smith, 2011).

Menurut Cohen (2004), dukungan sosial dapat dipahami sebagai bantuan yang bersifat psikologis maupun material dari orang lain, yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan seseorang dalam mengatasi stres. Pandangan ini sejalan dengan pendapat Hostinar dan Gunnar (2015) yang menyatakan bahwa dukungan sosial mencakup penyediaan sumber daya psikologis dan material oleh jaringan sosial guna membantu individu dalam menghadapi tekanan atau kesulitan. Sementara itu, Atmaja dan Utami (2021) menegaskan bahwa dukungan sosial merupakan bentuk bantuan nyata yang diberikan oleh orang lain, yang dapat meningkatkan kesejahteraan individu melalui rasa dicintai, dihargai, dan keterhubungan dengan lingkungan sosialnya. Secara keseluruhan, ketiga pandangan tersebut menegaskan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam memperkuat kemampuan individu untuk beradaptasi dan menjaga kesejahteraan psikologisnya. Bentuk-bentuk atau aspek dukungan sosial menurut Sarafino dan Smith (2011) terdiri dari empat aspek yaitu; 1) dukungan emosi atau penghargaan, 2) dukungan nyata atau instrumental, 3) dukungan informasi, dan 4) dukungan persahabatan.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan resiliensi remaja yang berasal dari keluarga bercerai. Hasil penelitian Azmy dan Hartini (2021), dukungan sosial terbukti berperan penting terhadap tingkat resiliensi remaja dari keluarga bercerai. Temuan ini sejalan dengan penelitian Dewanti dan Suprpti (2014) yang mengungkapkan bahwa dukungan sosial, baik dari teman maupun keluarga, dapat membantu remaja putri dalam mengatasi kesulitan emosional setelah perceraian orang tua. Selaras

dengan kedua temuan tersebut, Hadiani *et al.*, (2017) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai pelindung terhadap dampak negatif perceraian, terutama dalam membantu remaja membangun semangat belajar dan meraih prestasi meskipun menghadapi situasi keluarga yang tidak utuh. Hasil penelitian Azmy dan Hartini (2021), membuktikan bahwa dukungan sosial berperan signifikan terhadap tingkat resiliensi remaja dari keluarga bercerai, di mana semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin besar pula kemampuan remaja untuk beradaptasi secara positif terhadap kondisi pasca perceraian orang tua. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai faktor pelindung (*protective factor*) yang membantu remaja menghadapi tekanan emosional dan menumbuhkan kekuatan psikologis setelah mengalami perceraian orang tua.

Penelitian ini berfokus pada hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja dengan usia antara 17 sampai 21 tahun yang orang tuanya bercerai. Hal ini diambil dengan pertimbangan remaja dengan usia tersebut adalah masuk dalam golongan remaja akhir dimana dalam fase ini remaja mulai mencari atau membentuk jati diri dan identitas, mulai mandiri dan memiliki tanggungjawab, dalam masa perkembangan kognitif dan berpikir abstrak, memiliki tingkat stabilitas emosi yang lebih baik, memiliki hubungan sosial yang lebih luas, dan kebutuhan akan privasi yang lebih luas besar untuk refleksi diri.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja yang orang tuanya bercerai?”

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja yang orang tuanya telah bercerai.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi klinis, terutama dalam kajian mengenai resiliensi dan dukungan sosial pada remaja.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagi remaja maupun peneliti selanjutnya mengenai dampak negatif perceraian orang tua hingga remaja dengan orang tua yang bercerai harus memperkuat kemampuan untuk bertahan (resiliensi) dengan memanfaatkan dukungan sosial yang diberikan oleh orang-orang disekitar.