

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Tingginya angka perceraian di Indonesia menunjukkan bahwa perceraian menjadi fenomena yang umum dalam masyarakat. Kasus perceraian dilatarbelakangi beberapa faktor, yaitu kurangnya komunikasi antara suami dan istri, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), perselingkuhan, masalah ekonomi, pernikahan usia dini dan campur tangan orang tua dalam rumah tangga. Kasus tertinggi perceraian atas permintaan dari istri, dan alasan yang paling banyak dikemukakan adalah masalah ekonomi, khususnya dalam bentuk suami yang meninggalkan tanggung jawab (Dwitiana, dalam Risnawati, 2018). Perceraian adalah berakhirnya ikatan suami istri yang diputuskan oleh hukum dan agama karena salah satu atau kedua pasangan merasa sudah tidak sejalan dengan prinsip pernikahan sehingga mereka tidak melakukan kewajibannya sebagai suami istri (Dariyo, 2004). Sebelum perceraian terjadi, umumnya didahului dengan adanya konflik dan pertengkaran, dan terkadang perceraian menjadi salah satu jalan untuk menyelesaikan konflik yang terjadi agar dapat mengurangi peluang permasalahan berkelanjutan.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), angka pernikahan dan perceraian di Indonesia dari tahun 2015 hingga 2017 mengalami peningkatan. Dari data tersebut dapat ditaksir terjadi satu perceraian dalam setiap lima pernikahan. (KumparanNEWS, 28 November 2019). Berdasarkan data tahun 2016, terdapat 350 ribu kasus perceraian di Indonesia. Data dari Dirjen Badan Peradilan Agama Mahkamah Agung periode 2014-2016 perceraian di Indonesia mengalami peningkatan, mulai dari 344.237 di tahun 2014, naik menjadi 365.633 perceraian di tahun 2016. Angka perceraian naik menjadi 3% per tahunnya. Muhammadiyah menuturkan, tingginya angka perceraian tersebut didasari oleh berbagai latar belakang. Masalah dalam pernikahan dan keluarga salah satunya disebabkan karena ketidakmampuan pasangan suami istri dalam mengelola kebutuhan keluarga serta membangun hubungan satu sama lain. Lukmanul Hakim Saifuddin selaku Menteri agama menyatakan, bahwa

kekerasan dalam rumah tangga grafiknya terus meningkat dalam beberapa tahun terakhir ini. (m.republika.co.id, 21 Januari 2018).

Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), Hasto Wardoyo mengungkapkan bahwa angka perceraian di Indonesia meningkat dan merata di seluruh daerah, sehingga dengan meningkatnya angka perceraian dapat menghambat pembangunan keluarga Indonesia. Pada tahun 2018 di Kabupaten Kulon Progo, Yogyakarta terdapat 2.700 jumlah pasangan yang menikah, dan terdapat 850 pasangan yang bercerai. Di Kota Padang, Sumatera Barat terdapat 3.000 - 4.000 pasangan yang menikah pada tahun 2018, tetapi ditahun yang sama angka perceraian mencapai 1.600 pasangan. Hasto mengatakan 70% lebih perceraian dilakukan atas permintaan istri. Data Mahkamah Agung menunjukkan ada sebanyak 419.268 pasangan bercerai di tahun 2018. Dari jumlah tersebut, perceraian paling banyak terjadi dari pihak perempuan yaitu 307.778 atau 73% kasus. Kementrian Agama menyebutkan jumlah gugatan cerai di tahun 2017 ada sebanyak 415.898, naik dari dua tahun sebelumnya yaitu tahun 2015 sekitar 398.245 kasus per tahunnya. (beritasatu.com, 6 Agustus 2019).

Kasus perceraian tertinggi di Indonesia terjadi pada usia 20 sampai 24 tahun dan waktu pernikahan tidak sampai lima tahun. Tingginya angka perceraian ini diduga karena pernikahan dini pasangan tersebut belum siap dalam membina rumah tangga. (REPUBLIKA.co.id, 5 September 2018). Perceraian merupakan masalah yang sangat serius karena perceraian tidak hanya memberi dampak pada suami atau istri, namun juga pada anak terutama remaja. Remaja akan memiliki beban tersendiri bagi psikisnya, mereka akan mengalami perubahan sikap dari yang sebelum, selama dan sesudah perceraian. Thompson & Rudolph (dalam Dewi, 2013) remaja yang keluarganya bercerai membutuhkan penyesuaian yang besar, karena hal ini membawa perubahan dalam struktur keluarga, peran, hubungan, masalah ekonomi, serta dampak pada fungsi keluarga.

Dampak yang ditimbulkan akibat dari perceraian orangtua akan berbeda-beda. Biasanya perceraian diawali dengan adanya konflik sehingga menimbulkan perpecahan rumah tangga yang dibumbui dengan pertengkaran kecil dalam rumah.

Apabila anak melihat orangtuanya bertengkar, maka akan berpengaruh pada perkembangan psikologis anak. Anak merasa ketakutan karena tidak ada lagi rasa aman dalam keluarganya, dan cenderung membenci salah satu diantara kedua orangtuanya yang dianggap bersalah. Dampak yang diterima anak tidak hanya ketika melihat pertengkaran orangtuanya sebelum bercerai atau sampai pada tahap perceraian saja. Namun setelah orangtuanya bercerai anak biasanya harus memilih salah satu diantara kedua orangtuanya.

Anak yang ikut dengan salah satu orangtuanya akan mendapatkan keluarga baru, apabila ayah atau ibunya menikah lagi dengan oranglain. Hal ini bisa jadi baik untuk psikologis anak apabila ayah tiri maupun ibu tirinya menganggap anak tersebut sebagai anaknya sendiri, namun jika ayah tiri maupun ibu tirinya tidak menerima keberadaan dirinya, diperlakukan secara tidak adil dalam keluarga, terpojokkan, maka kondisi psikologis anak akan semakin buruk. Anak akan merasa tidak dipedulikan dan bisa jadi tidak terkendali atau tertekan. Anak yang masih diusia remaja memerlukan perhatian dan kasih sayang dari orangtuanya. Perceraian akan memberikan guncangan dan luka batin yang mendalam bagi mereka yang terlibat terutama anak usia remaja, walaupun perceraian tersebut dapat diselesaikan dengan baik dan damai oleh orangtuanya, namun tetap akan menimbulkan masalah bagi anak mereka (Anthony, dalam Risnawati, 2018). Secara psikologis anak terikat pada orangtuanya, apabila orangtuanya bercerai maka akan berpengaruh terhadap rasa harga diri yang rendah, menimbulkan rasa tidak aman dan sering murung (Gunarsa, 2009).

Perceraian dapat menimbulkan dampak negatif bagi anggota keluarga, dan anak, khususnya remaja. Menurut Zuraida (2018) dampak negatif dari orang tua yang mengalami perceraian yaitu proses perkembangan remaja dapat terhambat, remaja merasa tidak percaya diri ketika ia berada pada lingkungan sosialnya, remaja menjadi nakal dan dapat menjadi tidak terkendali karena ia kehilangan figur salah satu orang tuanya. Dampak positif dari orang tua yang mengalami perceraian yaitu anak menjadi mandiri, kuat dan tidak mudah putus asa. Namun, banyaknya kasus yang terjadi dampak perceraian yang dilakukan oleh orang tua akan memberikan identitas pada remaja, yang dapat menyebabkan remaja menjadi anak yang pesimis dalam menjalani

kehidupannya. Perceraian dapat meningkatkan resiko kesulitan psikologis bagi remaja. Remaja yang tumbuh dalam keluarga bercerai biasanya akan mengalami gangguan psikologis yang dapat membentuk karakter negatif sehingga memunculkan kenakalan di masa remaja.

Pada usia remaja dampak perceraian orangtua akan lebih terasa, hal ini dikarenakan masa remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa yang sedang mencari pola hidup yang paling sesuai bagi dirinya, sehingga dalam pencarian identitas yang dilakukan remaja melalui coba-coba akan menimbulkan kekesalan untuk lingkungannya, dan timbullah sebagai kenakalan remaja. Freud dan Erikson meyakini bahwa masa remaja ini masa yang penuh dengan konflik (Herlina, 2013). Permasalahan dan konflik yang timbul pada masa remaja mendorong remaja untuk melakukan kenakalan dimasa remaja. Menurut Sigmund dan Anna Freud (dalam Crain, 2007) masa remaja merupakan tahap penuh gejolak karena perubahan fisiologis yang dramatis dialami pada usia ini. Masa remaja sering terganggu dan kacau karena konflik dan tuntutan sosial yang baru diterima.

Periode ini merupakan masa proses pencarian jati diri pada remaja. Pada masa ini remaja mengalami perubahan-perubahan hormon yang ada pada dirinya sehingga remaja sering kali mengalami perubahan emosi secara tiba-tiba dan signifikan **Invalid source specified..** Menurut Erikson (dalam Papalia, 2011) tugas utama masa remaja adalah memecahkan “krisis” identitas versus kebingungan identitas, agar dapat menjadi orang dewasa yang unik dengan pemahaman akan diri yang utuh dan memahami peran nilai dalam masyarakat, serta ia dapat menemukan cara hidup dalam membuat komitmen permanen yang membawa mereka pada kekuatan ego baru dalam membentuk kesetiaan. Menurut Erikson (dalam Papalia, 2011:588) ia melihat bahaya utama pada tahap ini sebagai identitas atau kebingungan peran, yang dapat memperlambat perkembangan psikologis pada masa dewasa.

Santrock (2003) menyatakan bahwa tahapan perkembangan remaja dibedakan menjadi tiga yaitu remaja awal, remaja madya, dan remaja akhir. Menurut Santrock (2005) memaparkan bahwa masa remaja berakhir pada usia 18-22 tahun. Menurut Erikson bahwa tahap remaja terjadi di usia 12-20 tahun. Santrock (2014) remaja akhir

cenderung memiliki ketidakstabilan dalam hubungan percintaan, pekerjaan dan pendidikan. Menurut Dariyo (2004:13-14) remaja (*adolescence*) merupakan masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan aspek fisik, psikis, dan psikososial. Menurut Erikson (dalam Crain, 2007) tahap remaja merupakan tahapan yang paling penting, karena akhir dari tahap ini individu harus mencapai dan membangun pemahaman yang baru mengenai identitas ego. Masa remaja menurut Stanley Hall, seorang bapak pelopor psikologi perkembangan remaja (dalam Dariyo, 2004:13), dianggap sebagai masa topan badai dan stres (*storm and stress*), karena pada masa remaja ini mereka memiliki keinginan bebas untuk menentukan nasib diri mereka sendiri. Pada masa remaja anak membutuhkan bimbingan dari orangtuanya agar anak tidak terjerumus ke dalam pergaulan yang menyimpang. Jika anak terbimbing dengan baik, maka anak akan menjadi seorang individu yang memiliki rasa tanggung jawab, tetapi jika anak yang tidak terbimbing, maka anak tersebut dapat menjadi seorang yang memiliki masa depan kurang baik.

Menurut Zeman (dalam Herlina, 2013) perkembangan emosional pada masa remaja akan mengembangkan hubungan jangka panjang antar individu, memahami perasaan sendiri, remaja cenderung mengurangi nilai penampilan dan menekankan nilai kepribadiannya, dan mereka mulai mengelola emosinya. Jenis kelamin secara signifikan berperan dalam penampilan emosi remaja. Remaja laki-laki kurang menunjukkan emosi takut selama distress dibandingkan dengan perempuan. Hal ini didukung oleh keyakinan pada laki-laki bahwa mereka kurang dimengerti dan dikucilkan/diremehkan oleh orang lain apabila ia menunjukkan emosi agresif dan mudah diserang (Herlina, 2013).

Perkembangan sosial dan emosional berkaitan sangat erat karena hal ini sangat diperlukan untuk hubungan interpersonal pada remaja. Perkembangan sosial emosional pada masa remaja memiliki keterlibatan dalam hubungan sosial yang lebih mendalam, jaringan sosialnya sangat luas (Morelli, 2010). Menurut Erikson, dalam perkembangan psikososial remaja harus menyelesaikan krisis yang terjadi pada masa remaja. Istilah

krisis yang digunakan Erikson yaitu menggambarkan suatu rangkaian konflik internal yang berkaitan dengan tahap perkembangan.

Periode remaja akhir ini remaja memandang dirinya sebagai orang dewasa dan mampu menunjukkan pemikiran, sikap dan perilaku yang semakin dewasa. Oleh karena itu orangtua dan masyarakat mulai memberikan kepercayaan kepada mereka. Interaksi dengan orangtua menjadi lebih bagus karena mereka memiliki kebebasan penuh serta emosi yang mulai stabil. Mereka sudah dapat mengambil keputusan akan arah hidupnya secara lebih bijaksana, memilih cara-cara hidup yang dipertanggungjawabkan tentang dirinya sendiri, orangtua dan masyarakat, meskipun belum bisa secara penuh. Berdasarkan tinjauan teori perkembangan, usia remaja adalah masa perubahan-perubahan yang cepat, sebagian remaja mampu mengatasi transisi ini dengan baik, namun ada beberapa remaja yang mengalami penurunan pada kondisi psikis, fisiologis dan sosial (Gunarsa, 2009). Beberapa permasalahan remaja muncul berhubungan dengan karakteristik yang ada pada diri remaja (Fagan, dalam Risnawati 2018).

Masa setelah perceraian orangtua menjadi periode yang paling sulit bagi remaja, dengan beragam permasalahan yang dialami remaja yang orangtuanya bercerai (Wulandri & Nailul, 2019). Penelitian Anindyajati (2013) menemukan bahwa remaja yang belum mencapai status identitasnya setelah remaja akhir karena terdapat hambatan yang mengganggu perkembangannya (contohnya perceraian orangtua) yang memunculkan kenakalan remaja dalam tingkat kenakalan menengah dan berat. Oleh karena itu, lingkungan keluarga yang tidak harmonis harus diperbaiki agar tidak mengganggu tumbuh kembang anak dan remaja dalam pencarian identitas dan jati dirinya. Adofu dan Etsey (2016) menguraikan bahwa dampak dari perceraian orangtua bagi remaja dapat termanifestasikan kedalam *internalizing behavior* atau *externalizing behavior*. *Internalizing behavior* meliputi ketakutan, malu, depresi, rendahnya harga diri, kesedihan, kecemasan, rasa tidak aman, rasa sakit, dan rendahnya kepercayaan diri. *Externalizing behavior* meliputi perilaku agresi, sulit dalam menjalani hubungan dengan orang lain, tidak mampu untuk menyesuaikan diri dengan figur otoritas, dan perilaku yang menyimpang. Terdapat riset yang menunjukkan bahwa remaja laki-laki

memiliki kecenderungan yang lebih besar dalam mengalami *internalizing behavior* dan *externalizing behavior* daripada remaja perempuan

Sujoko (2012) mengatakan bahwa terdapat hubungan antara keluarga bercerai dengan kenakalan remaja. Keluarga bercerai memberikan sumbangan efektif sebesar 7,8%, pola asuh orangtua 8,5%, dan interaksi teman sebaya 5,6% terhadap kenakalan remaja. Hal-hal yang ditemukan pada remaja yang orangtuanya bercerai adalah rasa tidak aman, tidak diinginkan oleh orangtuanya, sedih, kesepian, marah, kehilangan, menyalahkan diri sendiri sebagai penyebab dari orangtuanya bercerai. Remaja yang belum siap menghadapi orangtuanya bercerai akan merasa terpukul, dan mengakibatkan perubahan tingkah laku pada diri remaja yang dapat menyebabkan remaja kehilangan kontrol dan tidak mampu berpikir sehat.

Dagun (dalam Dewi & Hamidah, 2013) mengatakan bahwa remaja yang keluarganya bercerai menunjukkan masalah penyesuaian dibandingkan dengan remaja yang keluarganya utuh. Keluarga bercerai membuat remaja tidak bisa melakukan identifikasi pada orangtuanya. Proses tersebut dimana ayah dan ibu tidak berperan sebagai orangtua yang dapat dijadikan cermin dalam berperilaku (Supratman, 2015). Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sarbini & Wulandari (2014) bahwa remaja dari keluarga bercerai memiliki dampak psikologis, remaja sudah tidak mendapat perhatian lagi dari orangtuanya baik perhatian dalam bentuk materi maupun non-materi. Dampak kedua bagi remaja adalah rasa penolakan dari keluarga, hal ini dapat terlihat dari sikap orangtua apabila orangtuanya memiliki pasangan baru (ayah tiri/ibu tiri) sehingga remaja merasa adanya penolakan dan kehilangan figur orangtua. Dampak selanjutnya adalah ketika orangtua remaja marah didepan remaja tersebut, maka remaja biasanya akan menumpahkan amarahnya kepada orang lain, sehingga muncul rasa sedih dan kesepian karena orangtua yang tidak memperhatikannya.

Remaja yang keluarganya mengalami perceraian akan memengaruhi kehidupan sosialnya. Kebanyakan remaja bercerita mengenai keluarganya sebelum orangtuanya bercerai dan mengekspresikan penyesalan yang mendalam mengenai perceraian yang dialami orangtuanya. Remaja dan dewasa muda yang sudah mengerti mengenai perceraian adalah jalan terbaik untuk orangtuanya, masih tetap menganggap bahwa

perceraian membebani masa perkembangan mereka. Periode perceraian meninggalkan dampak negatif dan rasa trauma seumur hidup, bahkan menurut Wallerstein (dalam Dewi, 2006) periode 5-10 tahun pertama setelah perceraian terjadi masih meninggalkan bekas yang mendalam mengenai perceraian orang tua nya.

Dampak perceraian membuat pasangan bercerai merasa bersalah kepada anaknya. Khususnya pada tahun-tahun pertama, dampak perceraian terasa berat dirasakan oleh anak, sehingga membuat mereka merasakan amarah, hilangnya kepercayaan, dan perasaan tertekan (ibupedia, 31 Januari 2020). Penelitian Lestari, dkk (2015) mereka meneliti satu subjek penelitian yang menjelaskan bahwa subjek yang diteliti setelah pasca perceraian subjek merasakan setiap hari merasa sedih, mengalami, gangguan tidur, melamun, nafsu makan menurun, menyalahkan diri sendiri, dan merasa lelah (depresi). Menurut Ningrum (2013) mengatakan bahwa rentang waktu lama perceraian yang dilakukan oleh orangtua dianggap dapat memengaruhi penyesuaian diri pada anak. Berdasarkan penelitian Untari, dkk (2018) remaja yang orang tuanya bercerai kurun waktu dari satu tahun cenderung melakukan hal-hal yang negatif dan depresi, awalnya remaja merasa tidak aman (*insecure*), karena salah satu orang tuanya tidak tinggal bersama dan muncul perasaan sedih, kesepian, dan merasa malu dengan perceraian orang tuanya sehingga menyebabkan remaja mengisolasi dirinya (Hurlock, 2012). Lama perceraian juga memengaruhi proses penerimaan remaja. Hetherington (2003) mengungkapkan bahwa setelah 6 tahun pasca perceraian orangtuanya anak akan tumbuh menjadi individu yang kesepian, tidak bahagia, mengalami kecemasan, dan perasaan tidak aman.

Pendapat Richard Bugelski dan Anthony M. Erasiona (dalam Utami, 2015) menyatakan bahwa “Dua tahun pertama setelah perceraian merupakan masa-masa yang paling sulit bagi anak, mereka biasanya kehilangan minat untuk pergi dan mengerjakan tugas sekolah, bersikap bermusuhan, agresif, depresi, sehingga mengganggu perkembangan sikap sosial anak dan dalam beberapa kasus ada yang bunuh diri”. Tahun pertama setelah perceraian kualitas pengasuhan orangtua seringkali buruk, orangtua terlihat lebih sibuk dengan kebutuhan dan penyesuaian diri mereka sendiri.

Sehingga orangtua menjadi kurang dekat dengan anaknya, dan remaja berkembang tidak stabil ketika mereka bergaul dengan teman-temannya.

Menjadi anak dari keluarga bercerai tidak selalu buruk. Latar belakang keluarga bercerai tersebut dapat dipandang dari sisi positif. Terdapat hikmah yang dapat diambil oleh remaja sebagai motivasi untuk menjadi individu yang lebih positif. Sikap mandiri dapat tercipta karena tuntutan untuk beradaptasi dengan keadaan hidup yang dijalani tanpa perhatian dari orangtuanya. Sikap kedewasaan muncul pada remaja yang orangtuanya bercerai karena mereka terbiasa menghadapi masalah sendiri dan bertanggung jawab atas dirinya sendiri. Berdasarkan penelitian Mohi dalam Wulandri & Nailul (2019) mengenai *positive outcomes of divorce: A multi-study on the effects of parental divorce on children* menemukan bahwa banyak individu yang didewasa awal mengalami efek positif setelah perceraian dan hasil tersebut tergantung pada faktor keluarga dan sosial yang membentuk pengalaman perceraian. Menurut hasil penelitian Primasti & Aryani (2013) mengenai dinamika *psychological well-being* pada remaja yang mengalami perceraian orangtua ditinjau dari *family conflict* yang dialami, menjelaskan mayoritas dari partisipan penelitian tersebut memiliki *psychological well-being* yang tinggi, karena partisipan dituntut untuk mandiri dan berpikir dewasa dengan masalah yang ada.

Menurut penelitian Dewi (2006) lama waktu bercerai tidak berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam memaafkan, karena remaja masih mengulang pengalaman yang berkaitan dengan perceraian orang tua, sehingga menimbulkan kembali ingatan akan pengalaman dan perasaan sakit. Dewi (2006) menyebutkan bahwa dengan memaafkan (*forgiveness*), dampak perceraian dapat diatasi. *Forgiveness* merupakan kesediaan pihak yang disakiti untuk memberikan maaf kepada pihak yang menyakiti, sehingga pihak yang disakiti dapat menanggalkan kekeliruan masa lalu yang menyakitkan, tidak mencari nilai-nilai dalam amarah dan kebencian, dan menepis keinginan untuk menyakiti orang lain maupun diri sendiri.

Berdasarkan penelitian Untari, dkk (2018) setelah tahun pertama perceraian orang tua mengakibatkan anak menjadi lebih mandiri. Pada tahun kedua setelah perceraian orang tua, remaja sudah mulai menerima perceraian tersebut dan remaja

mulai mencari cara untuk bertahan pada situasi yang sulit dan menjadi lebih mandiri dalam hal tertentu. Pada tahun ketiga sebagian remaja mulai memahami dan menerima keputusan orang tua mereka sehingga remaja menjadi lebih berpikir secara matang dan menyikapi persoalan secara dewasa. Berdasarkan hasil penelitian Wulandri & Nailul (2019) partisipan penelitian memiliki cara masing-masing dalam mengatasi perasaan tersebut. Partisipan penelitian tersebut merupakan individu yang religius, mendapatkan dukungan sosial dari berbagai pihak, dan mengambil nilai-nilai keadaan keluarganya masing-masing. Religiusitas memberikan rasa optimis dan membantu individu untuk menerima keadaan. Seligman (dalam Bandaria & Yulianti, 2004) agama merupakan harapan bagi individu yang memercayainya. Dukungan sosial merupakan kenyamanan, kepedulian, penghargaan, yang diterima oleh individu lain atau kelompok (Uchino dalam Sarafino & Timothy, 2011).

Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Amato dan Keith (Amato, 2000: 1278), menunjukkan hasil bahwa anak dari keluarga yang bercerai memiliki skor yang sangat rendah dalam beberapa hal misalnya, prestasi akademik, perilaku, penyesuaian psikologis, konsep diri, dan kemampuan sosial dibandingkan dengan anak yang memiliki keluarga utuh. Dalam hal ini terdapat perbedaan yang terjadi antara anak yang berasal dari keluarga utuh dan bercerai. Remaja yang keluarganya mengalami perceraian akan membentuk pribadi remaja tersebut menjadi anak yang tidak dapat mengembangkan potensial yang ada dalam dirinya, karena kurangnya dukungan yang diberikan oleh kedua orang tuanya. Profesor *Family Social Science* di University of Minnesota, Steven Harris mengatakan bahwa peran gender mempunyai peran pada respon anak menghadapi perceraian. Efek perceraian pada remaja perempuan akan membuat mereka lebih tertekan dan terisolasi sehingga membuat remaja perempuan akan menutup diri. Sedangkan pada anak laki-laki lebih mengekspresikan amarahnya dengan cara yang berbeda. (CNN Indonesia, 22 September 2016).

Dampak-dampak negatif yang dapat ditimbulkan oleh remaja yang mengalami perceraian orangtuanya, dapat tidak muncul jika remaja tersebut dapat meregulasi emosinya dengan tepat. Myers & Robinson (2007), menyatakan bahwa dampak negatif tersebut tidak akan terjadi apabila seseorang mampu mengelola atau meregulasi emosi

yang tepat. Menurut Gross (1998) regulasi emosi merupakan cara kita dalam mempengaruhi emosi yang kita miliki, kapan kita merasakannya dan bagaimana kita mengalami serta mengekspresikan emosi tersebut. Penelitian sebelumnya oleh Rahmayanti (2012) kepada remaja yang orangtuanya bercerai menunjukkan bahwa remaja mengalami berbagai reaksi emosi yang memicu gejala depresi. Reaksi emosi yang ditampilkan subjek, jika tidak dikelola dengan baik menyebabkan depresi. Berdasarkan hasil penelitian Silk, Steinberg & Morris dalam Farahdika & Ratih (2018) regulasi emosi berhubungan dengan perilaku emosi dikalangan remaja. Remaja yang memiliki regulasi emosi rendah dapat mengalami beragam bentuk psikopatologi dari gangguan internal maupun eksternal. Gangguan internal ditandai kesedihan dan depresi. Gangguan eksternal ditandai perilaku disregulasi dan kemarahan. Jika individu dapat meregulasi emosinya dengan baik maka individu dapat terhindar dari depresi, dan sebaliknya apabila individu tidak dapat meregulasi emosinya dengan baik maka dapat berdampak depresi.

Gross (2002) membagi strategi regulasi emosi menjadi dua, yaitu satu fokus pada penyebab dari emosi yang dialami, dan dua fokus pada mengubah emosi yang dialami. Fokus pada penyebab dari emosi yang dialami disebut juga *antecedent focused*, dan didalam strategi ini terdapat model regulasi emosi yaitu, *situation selection*, *situation modification*, *attentional deployment*, dan *cognitive change*. Fokus pada mengubah emosi yang dialami disebut juga *response focused* didalam strategi ini terdapat model regulasi emosi yaitu *response modulation*. Strategi *antecedent focused* adalah strategi regulasi emosi dalam memanipulasi *input* emosi, sehingga individu mampu mengantisipasi dan meregulasi emosi sebelum emosi tersebut muncul. Strategi *response focused* adalah strategi regulasi emosi dengan cara memanipulasi *output* emosi, sehingga strategi ini sering dilakukan setelah emosi muncul agar emosi yang dialami dapat diterima orang lain.

Eisenberg, Hofer & Vaughan (2007: 281), menyatakan bahwa seseorang yang mampu dalam meregulasi emosi dengan baik akan mendapatkan dampak positif bagi kesehatan fisik, tingkah laku, dan hubungan sosialnya. Secara biologis dan psikologis terdapat perbedaan dalam pengelolaan emosi remaja laki-laki dan perempuan. Hasil

penelitian dari Romer dkk. (2011) menemukan adanya perbedaan fungsi sosioemosional pada remaja laki-laki dan perempuan. Remaja perempuan memiliki kemampuan sosioemosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja laki-laki, khususnya pada regulasi diri dan kompetensi sosial. Hal ini juga tidak terlepas dari pola asuh orang tua, yang sering memperlakukan anak laki-laki dan perempuan dengan cara yang berbeda. Penelitian dari Ratnasari dan Suleeman (2017) juga mengatakan ada indikasi bahwa emosi dan regulasi emosi merupakan kecenderungan yang dibentuk oleh pola asuh, sosialisasi, dan pendidikan.

Berdasarkan uraian diatas dapat dilihat bahwa regulasi emosi itu sangat penting, terutama bagi remaja dimana masa remaja merupakan masa pencarian jati diri yang membutuhkan bimbingan dari keluarganya terutama orangtua. Namun remaja yang terlahir dari orang tua yang mengalami perceraian mengakibatkan remaja sulit dalam pencarian jati dirinya, sehingga remaja dapat terjerumus ke jalan yang salah. Maka dibutuhkan regulasi emosi pada remaja yang mengalami perceraian pada orangtuanya.

1.2. Identifikasi Masalah

- Perbedaan regulasi emosi ditinjau dari lama bercerai orang tua pada remaja akhir

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka diketahui bahwa permasalahan ini berkaitan dengan lama perceraian yang dilakukan orang tua nya yang berdampak pada regulasi emosi remaja akhir. Penulis memahami keterbatasan kemampuan penulis miliki, sehingga pembatasan masalah hanya pada “Perbedaan regulasi emosi ditinjau dari lama bercerai orang tua pada remaja akhir”.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas maka dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

- Apakah terdapat perbedaan regulasi emosi ditinjau dari lama bercerai orang tua pada remaja akhir.

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah ada perbedaan regulasi emosi ditinjau dari lama bercerai orang tua pada remaja akhir.

1.6. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat dikontribusikan pada penelitian ini adalah:

1.6.1. Bagi Orangtua

Dengan mengetahui pentingnya keharmonisan dalam keluarga untuk perkembangan anak terutama remaja, diharapkan kedepannya orangtua dapat menjaga keharmonisan keluarga agar tidak terjadi perceraian yang dapat menghambat masa perkembangan anak remaja sehingga orangtua dapat lebih memperhatikan masa-masa perkembangan anaknya. Orangtua juga diharapkan dapat membantu remaja dalam meningkatkan regulasi emosi sehingga remaja dapat mengelola emosi nya dengan baik.

1.6.2. Bagi Remaja

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada remaja mengenai pentingnya regulasi emosi agar dapat mengolah emosinya dengan baik, sehingga remaja yang orang tuanya bercerai dapat mengambil hal-hal positif dari permasalahan yang dialami oleh orang tuanya, agar anak remaja tidak terjerumus ke dalam pergaulan yang salah dan remaja dapat meningkatkan kemampuan regulasi emosi mereka.