

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Perceraian dapat diartikan sebagai perpisahan antara pasangan suami istri secara resmi serta kesepakatan untuk tidak lagi menjalani tugas masing-masing sebagai pasangan suami-istri (Ismiati, 2018). Perceraian dalam kamus besar bahasa Indonesia berarti perpisahan; perpecahan, perihal bercerai (antara suami istri) (Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, 2022). Perceraian merupakan sesuatu yang sebenarnya tidak direncanakan atau dikehendaki oleh kedua pasangan (Dariyo, 2008). Hasil data statistik menunjukkan adanya peningkatan kasus perceraian di Indonesia.

Di Indonesia angka perceraian meningkat selama tiga tahun terakhir. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Indonesia 2022, pada tahun 2019 ada sebanyak 439.002 kasus perceraian. Kemudian angka tersebut sempat turun di tahun 2020 menjadi 291.677 kasus, namun kembali meningkat di tahun 2021 sebanyak 447.743 kasus. Dari data tersebut terlihat adanya peningkatan angka perceraian di Indonesia, meskipun sempat menurun namun kembali meningkat di tahun 2021. Perceraian terjadi diakibatkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi.

Faktor penyebab perceraian yang pertama yaitu faktor ekonomi, diketahui ekonomi menjadi faktor perceraian yang paling banyak terjadi. Faktor ekonomi bukan hanya tentang kondisi ekonomi yang berada di bawah rata-rata. Gaya hidup tinggi yang tidak disesuaikan dengan kebutuhan sehari-hari juga menjadi penyebab terjadinya masalah di dalam rumah tangga. Di Indonesia perceraian karena faktor ekonomi banyak sekali terjadi. Ekonomi merupakan hal yang sensitif dalam pernikahan. Biaya kebutuhan sehari-hari, pendidikan anak, dan lain-lain mengharuskan pasangan untuk mampu mengelola keuangan dengan baik. Jika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi sebagaimana mestinya, maka akan menciptakan

masalah yang dapat berujung pada perpisahan (Manna, Doriza, dan Oktaviani, 2021).

Faktor kedua adalah faktor komunikasi yang buruk, jika komunikasi tidak berjalan dengan baik di dalam pernikahan, hal ini dapat menimbulkan berbagai masalah yang lebih luas. Buruknya kualitas komunikasi antar pasangan dapat menimbulkan miskomunikasi yang berakhir timbulnya prasangka terhadap satu sama lain. Prasangka akan menimbulkan ketidakharmonisan dalam rumah tangga. Ketidakharmonisan akibat adanya permasalahan komunikasi yang akan berujung pada perdebatan dan pertengkaran panjang yang apabila tidak segera dibicarakan maka akan berujung pada perceraian (Manna., dkk, 2021).

Ketiga faktor adanya orang ketiga. Kebanyakan orang setuju bahwa perselingkuhan merupakan kesalahan besar dalam sebuah pernikahan yang banyak berujung pada perceraian. Terakhir faktor sosial dan budaya. Di Indonesia khususnya, merupakan negara dengan suku dan budaya yang beragam. Pernikahan yang terjadi antar dua suku yang berbeda sangat memungkinkan untuk terjadinya benturan antar budaya. Budaya yang berbeda dapat mempengaruhi persepsi, kerangka berpikir yang mampu menimbulkan perdebatan dan memicu terjadinya perceraian. Seringkali permasalahan yang muncul adalah permasalahan kecil yang dibiarkan tanpa solusi kemudian menumpuk dan menjadi besar (Manna., dkk, 2021).

Perceraian menjadi jalan terakhir setelah adanya masalah di dalam rumah tangga yang tidak kunjung menemukan solusi (Ismiati, 2018). Oleh sebab itu mayoritas perceraian tidak berjalan dengan baik, hal ini membuat perceraian yang terjadi juga diikuti oleh dampak yang tidak bisa dianggap ringan. Bagi pasangan yang telah memiliki anak, dampak yang terjadi tidak hanya melibatkan kedua pasangan. Anak akan menjadi pihak yang juga terdampak secara langsung.

Penelitian yang dilakukan oleh Ismiati (2018) mengungkapkan bahwa perceraian memiliki berbagai dampak negatif bagi kedua belah pihak suami-istri, keluarga besar masing-masing serta anak. Anak secara langsung akan merasakan dampaknya terutama secara psikologis. Anak yang orangtuanya bercerai cenderung

menunjukkan perilaku pendiam, tidak ceria, tidak suka bergaul, menurunnya motivasi belajar, bingung, resah, risau, malu, sedih, hingga terkadang muncul perasaan dendam dan benci, karena hal tersebut emosi dan perilaku anak menjadi terganggu.

Didukung oleh penelitian Ariani (2019) perceraian pasti memberikan rasa sakit pada perasaan anak yang tercermin dari perilakunya kelak. Kebanyakan dari mereka akan merasa kebingungan karena harus memilih antara ibu atau ayahnya, di saat dirinya menyayangi keduanya. Selain itu dengan adanya perceraian, anak merasa bahwa kasih sayang dari kedua orangtuanya akan hilang. Anak korban perceraian biasanya akan menunjukkan beberapa perilaku, di antaranya kenakalan remaja, stres, phobia, sedih dan bingung dalam menghadapi masalah yang ada, tidak mampu mengungkapkan perasaan, adanya perasaan kehilangan orang tua, daya imajinatif berkurang, kurang percaya terhadap pasangan, dan kurangnya rasa percaya diri baik di lingkungan sekolah maupun tempat tinggal.

Perceraian menjadi peristiwa yang akan sangat melukai perasaan remaja. Para peneliti menemukan bahwa remaja memiliki karakteristik tambahan dalam kepribadiannya yaitu mudah marah dan mudah merasa terluka (Santrock, 2009). Penelitian berjudul “Pengalaman Remaja Korban Broken Home (Studi Kualitatif Fenomenologis)” (Wulandari & Fauziah, 2019) menemukan bahwa semua subjek penelitian memiliki kesamaan. Subjek merasakan perasaan sakit hati, bingung, dan kecewa akibat perceraian kedua orangtuanya. Anak-anak korban perceraian orangtua seringkali melakukan perilaku-perilaku maladaptif demi untuk mencari perhatian dari orangtuanya (Praptomojati, 2018).

Penelitian lain menjelaskan bahwa anak korban perceraian sering menunjukkan perilaku menang sendiri, tidak peka terhadap lingkungan, mudah marah apabila orang lain tidak sesuai dengan keinginannya, malu dengan perceraian orangtuanya, sulit untuk fokus akan sesuatu, kehilangan rasa hormat dan mudah menyalahkan orangtua, merasa tidak aman, melakukan sesuatu yang salah, tidak memiliki tujuan hidup, dan tidak memiliki etika dalam bermasyarakat (Untari, Putri, dan Hafiduddin, 2018).

Penelitian-penelitian sebelumnya memang lebih banyak membahas mengenai dampak negatif, namun tidak dipungkiri bahwa perceraian terkadang membawa dampak positif bagi kehidupan anak (Untari., dkk, 2018). Perceraian membentuk kematangan, kemandirian, dan komitmen anak dalam mempertahankan hubungan dengan pasangannya kelak (Dewanti dan Ediati, 2016). Selain itu Masjono (2017) dalam penelitiannya menemukan bahwa remaja akan menjadikan masa lalu orangtuanya sebagai pelajaran agar di masa depan dirinya tidak kembali mengulangi kesalahan kedua orangtuanya.

Remaja akan dapat mengambil pelajaran dari apa yang dialaminya. Perceraian memberikan kesempatan kepada anak untuk merasakan kebahagiaan dan menjauh dari lingkungan keluarga yang disfungsi (Hadianti, Nurwati, dan Darwis, 2017). Banyak contoh kasus di mana anak dengan latar belakang keluarga bercerai tetap mampu mencapai kesuksesannya. Hal ini terjadi karena adanya kemampuan resiliensi, seperti yang diungkapkan oleh Hadianti dkk (2017) dalam penelitiannya, remaja berprestasi dengan latar belakang orangtua yang bercerai memiliki kemampuan menghadapi, mencegah, meminimalkan, bahkan mengalihkan dampak-dampak buruk akibat perceraian ke arah yang lebih positif dengan cara meningkatkan prestasi. Dapat dikatakan bahwa remaja tersebut memiliki kemampuan yang disebut resiliensi.

Remaja dapat mengatasi segala dampak yang timbul dari perceraian orangtua apabila mereka memiliki kemampuan resiliensi yang baik. Kemampuan resiliensi yang baik dapat menjadi pencegah dari munculnya dampak buruk dari rasa traumatis akibat dari adanya perceraian (Sihombing, 2020). Remaja akan melalui tahap menyerah setelah perceraian kedua orangtuanya. Setelah itu remaja akan bertahan melaluinya, hingga kemudian remaja akan memasuki tahap pemulihan dengan menerima keadaan yang terjadi. Selanjutnya remaja akan masuk ke tahap resiliensi, remaja sudah mampu bangkit dari keadaan sulit akibat perceraian kedua orangtuanya (Hermansyah dan Hadjam, 2020).

Altundağ & Bulut (2014) mengatakan resiliensi merupakan faktor yang paling penting dalam mengurangi dampak negatif pada remaja korban perceraian.

Didukung oleh pernyataan Putri dan Khoirunnisa (2022) resiliensi penting dimiliki oleh remaja agar remaja yang sedang mengalami masa sulit dapat segera bangkit dari keterpurukannya. Resiliensi terbukti memiliki peran penting dalam usaha remaja untuk bangkit dan pulih dari situasi sulit akibat perceraian kedua orangtuanya. Kemampuan resiliensi sangat diperlukan oleh remaja dengan orangtua bercerai untuk dapat menyesuaikan diri dan kembali menjalani kehidupan dengan normal (Hermansyah & Hadjam, 2020).

Rutter (1987) mendefinisikan individu yang resilien sebagai seseorang yang mampu menghargai dirinya sendiri, percaya pada kemampuan yang dimilikinya, mampu menemukan solusi atas masalah yang tengah dihadapinya, serta mampu menjalin hubungan interpersonal dengan baik (Wagnild & Young, 1993). Individu dapat dikatakan resilien apabila mampu menjalin hubungan interpersonal dengan baik, hal ini didukung oleh pernyataan Reivich dan Shatte (2002). Reivich dan Shatter (2002) mengemukakan bahwa salah satu faktor resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk secara positif membangun hubungan dengan orang lain, dapat meminta bantuan, serta mampu menceritakan perasaannya (Sukmaningpraja & Santhoso, 2016).

Hubungan yang baik dapat terjalin didukung dengan adanya keterbukaan diri atau *self disclosure*. *Self disclosure* memberi peluang kepada seseorang untuk membangun hubungan yang bermakna dan berarti dengan orang lain (Septiani, Azzahra, Wulandari, dan Manuardi, 2019). Secara tidak langsung dapat dikatakan jika *self disclosure* turut membantu seseorang membentuk resiliensi. *Self disclosure* membantu individu mengurangi beban yang dirasakan akibat keterpurukan yang tengah dialaminya.

Devito (1989) menyatakan bahwa *self disclosure* memberikan beberapa keuntungan bagi pelakunya. Salah satu keuntungan *self disclosure* adalah dapat mengurangi beban. Ketika individu mengalami masalah kemudian hanya menyimpannya sendiri, maka beban yang dirasakan akan sangat berat. Dengan mengungkapkan diri, maka beban yang dirasakan akan berkurang dan masalah menjadi lebih ringan.

Didukung oleh Calhoun (1990) *self disclosure* dapat melepaskan perasaan bersalah dan kecemasan yang dirasakannya. Perasaan negatif yang terlalu lama dipendam sendiri akan membuat seseorang menjadi tertekan karena gejala pikirannya sendiri. Jika hal ini dibiarkan berkepanjangan, maka akan berpengaruh terhadap kondisi psikologis dari individu tersebut. Hal ini berlaku juga kepada remaja yang memiliki masalah dengan perceraian orangtua. Penelitian yang dilakukan oleh Detta dan Abdullah (2017) menemukan bahwa bercerita kepada orang lain menjadi salah satu metode yang dilakukan oleh remaja dengan orangtua yang bercerai dalam usaha meringankan beban dan kesulitan yang dihadapinya.

Remaja dengan kondisi orangtua yang tidak lagi utuh cenderung lebih pendiam dan kurang bisa mengungkapkan mengenai dirinya. Akan tetapi hal ini bukan karena mereka tidak mau, namun karena mereka tidak tahu harus menceritakannya kepada siapa. Remaja dengan orangtua bercerai juga memiliki kekhawatiran bahwa orang lain akan merespon cerita mereka dengan kurang baik dan menjadi dianggap berbeda dari orang lain.

Dalam *preliminary study* yang sebelumnya dilakukan oleh peneliti kepada beberapa orang, dapat disimpulkan bahwa subjek yang terbiasa menceritakan mengenai masalahnya kepada orang lain, lebih bisa menerima perceraian kedua orangtuanya dibandingkan dengan subjek yang tidak suka menceritakan mengenai masalahnya kepada orang lain. Subjek yang tidak suka menceritakan mengenai masalah yang dihadapinya, bukan tidak mau bercerita. Subjek hanya tidak tahu harus menceritakannya kepada siapa. Hal ini menunjukkan bahwa ada keinginan dalam diri remaja untuk mengungkapkan mengenai dirinya kepada orang lain.

*Self disclosure* terbukti memiliki hubungan positif yang signifikan dengan resiliensi dalam penelitian yang dilakukan terhadap remaja wanita di panti asuhan, yang berarti semakin tinggi *self disclosure* maka semakin tinggi pula resiliensi begitupun sebaliknya (Kristianti dan Kristinawati, 2021). Sejalan dengan penelitian tersebut, Ester, Atrizka, dan Putra (2020) dalam penelitiannya menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara *self disclosure* dengan resiliensi pada remaja laki-laki dan perempuan di panti asuhan.

Berbanding terbalik dengan dua penelitian sebelumnya, Mustafa dan Hadiyati (2019) justru menemukan sebaliknya. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self disclosure* dengan resiliensi pada remaja di panti asuhan Darussalam. Faktor-faktor lain yang diduga berpengaruh terhadap resiliensi pada remaja di panti asuhan perlu diteliti lebih lanjut.

Uraian di atas menunjukkan pentingnya resiliensi pada remaja dengan orangtua yang bercerai, serta *self disclosure* sebagai faktor yang mempengaruhinya. Beberapa penelitian mengenai hubungan *self disclosure* dengan resiliensi telah dilakukan, namun sejauh ini belum ada yang secara spesifik meneliti dengan subjek remaja yang memiliki orangtua yang bercerai. Selain itu penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan hasil yang berbeda, di mana *self disclosure* memiliki hubungan yang positif dengan resiliensi sedangkan penelitian lain menunjukkan sebaliknya. Kemudian dalam penelitian sebelumnya hanya diketahui mengenai bagaimana hubungan antara *self disclosure* dengan resiliensi, dan belum ada yang membahas mengenai pengaruh *self disclosure* terhadap resiliensi. Maka dari itu berdasarkan uraian fenomena di atas serta literatur dari penelitian-penelitian sebelumnya, penulis tertarik untuk meneliti “Pengaruh *Self Disclosure* Terhadap Resiliensi Remaja Dengan Orangtua Bercerai” dalam penelitian kali ini.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka identifikasi masalah penelitian yang didapat adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran resiliensi pada remaja dengan orangtua yang bercerai?
2. Bagaimana gambaran *self disclosure* pada remaja dengan orangtua yang bercerai?
3. Apakah terdapat pengaruh antara *self disclosure* dengan resiliensi pada remaja dengan orangtua yang bercerai?

### 1.3. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah bertujuan untuk membatasi pembahasan masalah demi menghindari terjadinya pelebaran topik penelitian. Berdasarkan identifikasi masalah yang telah disebutkan, maka penulis membatasi permasalahan yang akan dibahas meliputi *self disclosure* dan resiliensi pada remaja dengan orangtua yang bercerai.

### 1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka penulis dapat merumuskan masalah penelitian, yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh *self disclosure* terhadap resiliensi pada remaja dengan orangtua yang bercerai?

### 1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka penulis menetapkan tujuan penelitian di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Membuktikan secara empiris apakah terdapat pengaruh *self disclosure* terhadap resiliensi remaja dengan orangtua yang bercerai.

### 1.6. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

#### 1.6.1. Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan dapat melengkapi serta memperkuat penelitian-penelitian sebelumnya mengenai *self disclosure* dan resiliensi sehingga dapat mempermudah peneliti selanjutnya untuk mempelajari dan menganalisis mengenai teori tersebut.
2. Hasil temuan dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan ilmu psikologi.

3. Hasil penelitian ini ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber referensi untuk penelitian selanjutnya.

#### **1.6.2. Manfaat Praktis**

1. Penelitian ini diharapkan dapat membantu masyarakat, khususnya para orangtua dalam memahami mengenai remaja yang menjadi korban perceraian.
2. Penelitian ini diharapkan dapat membantu remaja yang memiliki permasalahan terkait perceraian orangtua untuk lebih bisa memahami dirinya sendiri.

