

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pernikahan merupakan suatu ikatan yang sakral, setiap pernikahan yang dilakukan pasti menginginkan untuk tercapainya tujuan pernikahan yaitu keluarga yang kekal dan bahagia. Namun tidak semua pernikahan berakhir dengan keluarga yang kekal dan bahagia, banyak pernikahan yang berujung pada perceraian. Perceraian merupakan berakhirnya hubungan antara suami dan istri yang didasari oleh hukum dan agama (Veronika, dkk 2022).

Kasus perceraian yang terjadi di Indonesia tercatat cukup tinggi, mengutip data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2021 kasus perceraian di Indonesia mencapai 447.743 kasus. Angka perceraian ini terus naik setiap tahunnya, hal ini dibuktikan menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) yang menyebutkan kasus perceraian tahun 2022 naik sebesar 15.31% dari tahun 2021 yang kasus perceraianya mencapai 516.334 kasus. Tiga provinsi dengan kasus perceraian paling tinggi, yang pertama yaitu provinsi Jawa Barat menjadi provinsi dengan kasus perceraian yang terjadi sebanyak 113.643 kasus, dilanjutkan dengan provinsi Jawa Timur dengan kasus perceraian sebanyak 102.065 kasus, dan provinsi ketiga dengan kasus perceraian terbanyak yaitu Jawa Tengah dengan 85.412 kasus.

Tidak ada pernikahan yang tidak memiliki masalah dalam rumah tangga. Perceraian bukan suatu keputusan yang mudah dilakukan oleh pasangan, namun banyak pasangan yang menjadikan perceraian sebagai solusi terbaik untuk menyelesaikan permasalahan dan konflik yang terjadi. Iqbal (dalam Juliana, 2019) menjelaskan terdapat banyak faktor yang menyebabkan terjadinya perceraian, seperti faktor ekonomi, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), konflik keluarga, perselingkuhan, penggunaan narkoba, tidak melaksanakan ibadah agama, dan lain-lain. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) penyebab perceraian yang paling banyak pada tahun 2022 yaitu karena perselisihan dan pertengkaran yang mencapai 63.41%

atau 284.169 kasus dari total faktor penyebab kasus perceraian yang terjadi di Indonesia. Alasan lainnya seperti alasan ekonomi, salah satu pihak meninggalkan, kekerasan dalam rumah tangga, dan poligami.

Perceraian tentunya bukanlah suatu keputusan yang mudah untuk dilakukan oleh pasangan, namun banyak pasangan yang menjadikan perceraian sebagai solusi terbaik untuk menyelesaikan permasalahan dan konflik rumah tangga yang terjadi. Meninggalkan suatu ikatan yang sakral tentu bukan hal yang mudah, perceraian yang terjadi pasti memberikan dampak terhadap semua pihak keluarga baik ayah, ibu, dan anak (Aulia, dkk., 2021). Perceraian yang terjadi pasti akan memengaruhi emosi dan mental secara berbeda-beda pada anak. Kondisi emosi, mental, dan perkembangan anak akan terpengaruhi oleh kejadian tersebut baik secara positif ataupun negatif, serta dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Perceraian yang terjadi biasanya menimbulkan situasi yang penuh tekanan seperti menurunnya standar hidup, pindah sekolah, pindah lingkungan tempat tinggal, dan kehilangan kontak dengan orang tua yang tidak memilikihak asuh (Garriga & Pennoni, 2022). Anak merupakan korban yang paling terluka saat orang tua memutuskan untuk bercerai. Tinggal dengan orang tua tunggal tentu memengaruhi emosi serta mental anak, ketakutan tidak mendapatkan kasih sayang yang lengkap dari ayah ataupun ibu yang tinggal terpisah dapat menyebabkan turunnyaprestasi akademik, kesulitan dalam melanjutkan perkembangan secara psikologis, masalah dengan hubungan sosial, dan anak menjadi lebih emosional (Hasanah, 2020).

Dampak perceraian terlihat pada masa dewasa awal ketika individu akan mulai membangun sebuah hubungan romantis, terlepas dari berapapun usia individu tersebut saat perceraian orangtuanya terjadi (Sri & Diah, 2012). Persepsi terhadap hubungan berubah pada dewasa awal yang memiliki pengalaman melihat perceraian orang tuanya. Kondisi orang tua yang bercerai membuat individu dewasa awal cenderung lebih berhati-hati saat akan memulai hubungan romantis, hal ini dikarenakan rasa tidak percaya diri terhadap hubungan yang akan mereka mulai, kurang berkomitmen dalam hubungan serta memiliki harga diri yang rendah (Roper,

dkk., 2020).

Dalam penelitian Aulia dkk (2021) tentang persepsi pernikahan menurut wanita dewasa yang orang tuanya bercerai, menjelaskan bahwa beberapa subjek dalam penelitian tersebut belum memiliki keinginan untuk menikah sedangkan beberapa subjek lainnya menjadikan pernikahan sebagai tujuan akhirnya. Hal ini terjadi karena dampak dari perceraian yang terjadi kepada orang tua terhadap anak. Individu yang orang tuanya bercerai merasa cemas dan takut atas perceraian yang dialami orang tuanya akan Kembali terulang pada saat mereka memulai suatu hubungan yang intim, takut terhadap pandangan orang lain tentang perceraian orang tuanya ataupun lingkungan yang tidak menerima masa lalunya, serta stigma buruk yang masih sering diberikan masyarakat terhadap keluarga yang bercerai (Dewi, dkk., 2021). Dampak perceraian tidak selalu bersifat negatif bagi individu, beberapa individu melihat peristiwa perceraian yang terjadi pada orang tuanya sebagai pelajaran hidup dan motivasi mereka untuk tidak melakukan hal yang sama di masa depan, serta terdapat beberapa anak yang menerima perceraian orang tuanya karena dianggap sebagai satu-satunya cara terbebas dari permasalahan yang terjadi dalam rumah tangga.

Dampak yang terjadi pada dewasa awal penting untuk diperhatikan, karena masa dewasa awal merupakan periode puncak dari perkembangan individu serta menjadi masa transisi yang dialami individu dari masa remaja menuju masa dewasa. Santrock (dalam Putri 2019) menjelaskan bahwa dewasa awal memiliki rentang usia dari 18-25 tahun. Papalia, Old, dan Feldman berpendapat bahwa usia dewasa awal berkisaran dari usia 20-40 tahun (Arsy 2019). Dewasa awal merupakan masa transisi yang akan diwarnai dengan banyak perubahan, salah satu ciri-ciri perubahan yang akan dialami oleh dewasa awal yaitu dewasa awal harus dapat beradaptasi dengan keadaan baru serta peran baru individu, namun tidak semua individu dapat melaksanakan tugas perkembangan tersebut. Pada masa ini individu akan melakukan penyesuaian diri terhadap peran, harapan, tanggung jawab yang baru dan menjalin hubungan dengan lawan jenis. Dewi, dkk (2021) menjelaskan salah satu faktor yang

menjadi penyebab dewasa awal tidak dapat menyesuaikan diri dalam tahap kehidupannya yang baru yaitu karena berada di lingkungan keluarga yang tidak harmonis akibat perceraian. Masa dewasa awal merupakan masa dimana banyak individu harus mulai untuk dapat mengambil keputusan sendiri terkait pendidikan, karier, dan hubungan (Roper, dkk., 2020). Pada masa ini individu harus dapat beradaptasi dengan perannya dalam sosial yang baru tidak lagi sebagai remaja namun dewasa, dimana individu akan mulai bertanggung jawab penuh dalam hidupnya. Erikson (Aulia, dkk., 2021) menjelaskan pada masa dewasa awal individu memasuki fase psikososial yaitu *intimacy vs isolation*, dimana tugas utama dan perkembangan yang harus dilakukan pada masa dewasa awal yaitu membangun hubungan intim yang mana jika tidak dilakukan akan membuat individu merasa terisolasi.

Melakukan penyesuaian terhadap peran baru seperti peran suami ataupun istri serta membangun hubungan intim dengan individu lain tentunya diperlukan kesiapan diri, berhubungan dengan orang lain secara mendalam tentu saja bukan suatu hal yang mudah. Individu harus memiliki toleransi yang tinggi kepada orang lain, dapat berkomunikasi dengan baik, serta mampu menyelesaikan permasalahan yang ada dengan baik sebelum dapat memulai suatu hubungan yang intim seperti hubungan pernikahan. Adyani (2023) melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang memengaruhi pengetahuan calon pengantin dalam kesiapan menikah menyebutkan bahwa faktor yang memengaruhi calon pengantin dalam kesiapan menikah adalah faktor pendidikan, paparan informasi atau media massa, sosial, budaya, ekonomi, lingkungan, pengalaman, dan usia. Individu yang akan menikah harus mempersiapkan faktor-faktor tersebut agar pernikahan yang dijalankan dapat mencapai tujuan pernikahan.

Sebelum individu melanjutkan tahap kehidupannya ke pernikahan, diperlukan kesiapan untuk menikah. Agar perceraian yang terjadi pada orang tua individu tidak terjadi lagi, maka melakukan persiapan untuk menikah merupakan suatu hal yang sangat penting. Wulandari (2020) mendefinisikan kesiapan menikah

sebagai kemampuan individu untuk dapat melakukan peran dalam pernikahan dan menjadi faktor yang dapat mengurangi resiko perceraian serta dapat mencapai tujuan pernikahan yang bahagia dan kekal. Memiliki kesiapan menikah sebelum melakukan pernikahan individu dapat mempersiapkan hal-hal yang harus dipersiapkan, seperti dapat meningkatkan kemampuan menyelesaikan masalah dalam rumah tangga, dapat berkomunikasi dengan baik, serta dapat meningkatkan kemampuan finansial (Tasnia, dkk. 2015). Selain itu Adyani (2023) menyatakan bahwa kesiapan menikah dapat diartikan sebagai kesiapan dasar yang harus dipertimbangkan individu dalam memulai hubungan suami istri, membina keluarga, berhubungan intim, serta kesiapan untuk merawat anak. Pentingnya kesiapan menikah sebelum melaksanakan pernikahan dijelaskan oleh Ghalili (2012) bahwa kesiapan menikah merupakan variabel yang penting dalam menentukan keputusan untuk menikah dengan sembilan dimensi yaitu kesiapan usia, kesiapan fisik, kesiapan mental, kesiapan finansial, kesiapan moral, kesiapan emosional, kesiapan kontekstual sosial, kesiapan interpersonal, dan kesiapan dalam menjalankan peran. Tentunya kesiapan menikah seseorang dipengaruhi oleh faktor-faktor tertentu, Holman dan Li (1997) menjelaskan beberapa faktor yang memengaruhi kesiapan menikah pada individu, yaitu: keluarga asal, dukungan dari keluarga dan teman, usia saat menikah, tingkat pendidikan, pendapatan dan pekerjaan, kepribadian dan tingkah laku, serta agama.

Studi awal telah dilakukan peneliti untuk melihat kesiapan menikah pada individu dewasa dengan menggunakan kuesioner pada tanggal 25 Februari 2023. Pertanyaan yang digunakan dalam penelitian ini berkaitan dengan kesiapan menikah serta *self-compassion* pada dewasa awal yang orang tuanya bercerai. Sebanyak 10 responden yang mengisi studi awal diantaranya 4 laki-laki dan 6 perempuan. Hasil menunjukkan 90% responden memiliki niat untuk menikah dan sebanyak 30% responden siap untuk menikah. 30% responden telah menyiapkan diri terhadap pernikahan serta 60% responden telah menerima segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Jawaban responden tentang perspektif mereka terhadap pernikahan berbeda-beda, beberapa responden menganggap pernikahan suatu hal

yang biasa saja dan rumit, responden lainnya menganggap pernikahan merupakan suatu hal yang sakral, penting, harus dilakukan, sebagai amal ibadah, menjadikan pernikahan sebagai tujuan hidup, dan diperlukannya kesiapan yang matang sebelum menikah.

Perbedaan perspektif terhadap pernikahan pada individu dengan latar belakang yang sama dipengaruhi oleh kepribadian individu tersebut. Perceraian yang terjadi memengaruhi individu secara berbeda-beda, bagaimana individu memaknai perceraian yang terjadi pada orang tuanya yang mana perceraian merupakan pengalaman yang menyakitkan namun tidak menyalahkan dirinya atas hal tersebut. Dewi, dkk (2021) menjelaskan ketika orang tua terus saling menyalahkan dan menjatuhkan satu sama lain hal ini membuat anak akan merasa bersalah dan merasa bertanggung jawab atas perceraian yang terjadi sehingga anak seringkali menyikapi permasalahan dengan cara yang negatif. Cara individu untuk menyikapi permasalahan ataupun kejadian yang menyakitkan tersebut dipengaruhi oleh *self-compassion*, bagaimana *self-compassion* dapat menurunkan tingkat depresi dan meningkatkan kebahagiaan, tidak menyalahkan diri sendiri, memberikan kasih sayang pada diri sendiri, mengeksplorasi serta dengan bijak memahami diri sendiri dan orang lain. Hal ini dikarenakan *self-compassion* tidak hanya menerima dan peduli terhadap diri sendiri namun juga pada orang lain.

Faktor kesiapan menikah lainnya yaitu kesiapan secara emosional, dimana individu harus dapat mengendalikan serta mengatur emosinya. Juliana (2019) menjelaskan bahwa *Self-compassion* memengaruhi kesiapan mental dan emosional dalam hubungan pernikahan, selain itu tingginya *self-compassion* pada diri membuat individu dapat memberikan rasa belas kasih kepada orang lain. Dari penelitian tersebut dapat dipahami bahwa dalam pernikahan diperlukan hubungan yang dapat menimbulkan rasa aman, dapat beradaptasi dengan kehidupan barunya, serta dapat memandang sebuah permasalahan dengan sudut pandang yang objektif. Dimana hal tersebut dapat tercapai ketika individu sudah mengasihi dirinya dengan baik seperti serta bersikap peduli (*self-kindness*) dan memahami diri. *Self-kindness* sendiri

merupakan salah satu komponen yang ada di *self-compassion*.

*Self-compassion* atau welas diri didefinisikan sebagai sikap yang dilakukan individu ketika mengalami masa sulit ataupun penderitaan hidup tanpa menghakimi diri, menerima, dan peduli terhadap diri (Sugianto, 2020). *Self-compassion* merupakan kemampuan individu untuk berbelas kasih kepada diri sendiri untuk dapat memahami permasalahan yang terjadi dengan rasa yang hangat, memberikan afeksi kepada diri, penerimaan diri, dan juga kemampuan memperlakukan serta memaknai diri secara positif dalam situasi apapun. Ketika suatu keadaan yang menyakitkan terjadi, maka individu yang memiliki *self-compassion* yang baik akan sadar bahwa kesalahan yang terjadi dalam keadaan tersebut tidak hanya disebabkan oleh diri sendiri namun terdapat komponen-komponen dari luar diri yang sulit untuk ditanggung oleh diri sendiri. Dari pada menyalahkan diri sendiri *self-compassion* berperan membantu individu untuk peduli dan memahami dirinya.

Komponen *self-compassion* yang dijelaskan oleh Neff (2003) terdapat tiga komponen yang saling tumpang tindih dan berinteraksi, yaitu mengasihi diri (*self-kindness*) vs menghakimi diri (*self-judgment*), kemanusiaan universal (*common humanity*) vs isolasi (*isolation*), dan *mindfulness* vs over-identifikasi (*overidentification*). Setiap komponen dari *self-compassion* berdiri secara independen namun saling memengaruhi. *Self-compassion* berguna untuk individu agar memperlakukan diri sendiri dengan kebaikan serta berhati-hati dalam mempertimbangkan aspek negatif pada diri sendiri. Kepribadian dan kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang memengaruhi *self-compassion* (Neff, 2003; Neff, Pisitsungkagarn, Hsieh, 2008; Neff 2011).

*Self-compassion* sangat penting untuk individu agar dapat menerima diri sendiri. Penelitian yang dilakukan oleh Dewi, dkk (2021) yang berjudul *Self compassion* sebagai prediktor optimisme pada mahasiswa Universitas Negeri Malang yang orang tuanya bercerai menghasilkan gambaran *self-compassion* yang rendah. Hal ini membuktikan bahwa perceraian yang terjadi pada orang tua tentunya memengaruhi *self-compassion* pada individu dewasa awal. Penelitian-penelitian

yang dilakukan sebelumnya menjelaskan bahwa individu yang memiliki *self-compassion* yang rendah biasanya menganggap permasalahan yang terjadi di dalam hidup mereka, hanya mereka yang mengalami dan bersifat permanen sehingga memiliki gejala depresi yang tinggi.

Penelitian tentang kesiapan menikah sudah cukup banyak dilakukan sebelumnya begitupun penelitian tentang *self-compassion*, namun penelitian yang menggunakan variabel yang sama dengan penelitian ini masih sedikit. Penelitian yang dilakukan Juliana (2019) dengan variabel yang sama yaitu *self-compassion* dan kesiapan menikah dengan judul pengaruh religiusitas dan *self-compassion* terhadap kesiapan menikah awal menunjukkan hasil yang signifikan pada variabel religiusitas dan *self-compassion* terhadap kesiapan menikah pada dewasa awal. Perceraian yang terjadi pasti memengaruhi individu maka perbedaan yang terdapat dalam penelitian ini dari penelitian sebelumnya yaitu pada subjek, dimana subjek pada penelitian ini adalah dewasa awal yang orang tuanya bercerai.

Pada penelitian ini akan melihat apakah terdapat pengaruh antara *self-compassion* dengan kesiapan menikah pada individu yang orang tuanya bercerai, penelitian ini diharapkan menjadi salah satu temuan ilmiah untuk dapat meningkatkan kesiapan menikah kepada individu. Dengan demikian dalam penelitian skripsi ini peneliti mengambil judul penelitian “pengaruh *self-compassion* terhadap kesiapan menikah pada dewasa awal yang orang tuanya bercerai” untuk dapat meningkatkan kesiapan menikah pada individu yang orang tuanya bercerai.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, dapat diidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini antara lain:

1. Dewasa awal yang orang tuanya bercerai beresiko memiliki *self-compassion* yang rendah.
2. Kasus perceraian yang terjadi di Indonesia sangat tinggi, pada tahun 2022 terjadi 516.334 kasus perceraian. Perceraian yang terjadi pasti memengaruhi

anggota keluarga terutama anak.

3. Salah satu tugas individu pada fase dewasa awal yaitu memilih pasangan hidup dan membangun rumah tangga bersama pasangan, untuk melakukan tugas tersebut diperlukan kesiapan menikah agar perceraian yang terjadi pada orang tua tidak terjadi lagi.

### **1.3 Batasan Masalah**

Batasan dalam penelitian ini yaitu fokus melihat kepada pengaruh antara *self-compassion* terhadap kesiapan menikah pada dewasa awal yang orang tuanya bercerai.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan pada bagian latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang dapat dirumuskan sebagai berikut, yaitu apakah terdapat pengaruh antara *self-compassion* terhadap kesiapan menikah pada dewasa awal yang orang tuanya bercerai.

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Dari rumusan masalah yang telah disebutkan, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh *self-compassion* terhadap kesiapan menikah pada dewasa awal yang orang tuanya bercerai.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

#### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis pada penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber ilmu pengetahuan dan menjadi bukti tentang adanya pengaruh antara *self-compassion* dan kesiapan menikah pada dewasa awal yang orang tuanya bercerai. Serta dapat menjadi acuan untuk penelitian-penelitian yang akan dilakukan selanjutnya yang berhubungan dengan *self-compassion* dan kesiapan menikah.

### 1.6.2 Manfaat Praktis

- a. Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat serta memberikan informasi kepada masyarakat untuk dapat menjadikan kesiapan menikah sebagai solusi dalam menyikapi kehidupan pernikahan.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi data tentang adanya pengaruh antara *self-compassion* terhadap kesiapan menikah pada dewasa awal yang orang tuanya bercerai.

