

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Keluarga merupakan aspek penting dalam perkembangan seorang anak, tidak terkecuali yang berusia remaja. Hal ini dikarenakan keluarga adalah lingkungan terdekat untuk membesarkan, mendewasakan, dan menjadi tempat bagi remaja untuk mendapatkan pendidikan pertama kali (Harsanti dan Verasari, 2013). Akan tetapi, setiap keluarga tidak terlepas dari kesulitan dan permasalahannya masing-masing. Permasalahan atau konflik yang terjadi terus-menerus tak jarang berujung pada perceraian (Gunarsa & Gunarsa dalam Dewi dan Hendriani, 2014).

Perceraian diartikan sebagai bubarnya sebuah pernikahan sah yang diakui secara legal (Williams, Sawyer, & Wahlstrom, 2006). Perceraian di Indonesia kerap kali terjadi tiap tahunnya. Di Indonesia, data talak dan cerai pada tahun 2016 diketahui meningkat sebanyak 41.386 kasus sejak tahun 2013. Pada tahun 2013, jumlah kasus didapatkan sebanyak 324.247. Selanjutnya, pada tahun 2014, terdapat peningkatan menjadi 344.237 kasus. Pada tahun 2015, tercatat 347.256 kasus dan pada tahun 2016 kembali meningkat menjadi 365.633 kasus (Badan Pusat Statistik, 2016).

Perceraian tidak hanya berdampak pada pasangan yang bercerai. Akan tetapi, anak-anak, terutama remaja dari orang tua yang bercerai pun dapat merasakan dampaknya (Wangge & Hartini, 2013). Hal ini terjadi karena perceraian orang tua merupakan peristiwa dalam hidup yang penuh tekanan bagi anak-anak dan remaja yang sering kali berefek negatif pada kesehatan dan kesejahteraannya (Mechanic & Hansell, 1989). Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang di dalamnya terdapat perkembangan sebagai persiapan mereka pada masa dewasa (Gunarsa dalam Wangge dan Hartini, 2013). Masa ini dikenal juga dengan masa topan dan badai yang mengacu pada kebudayaan modern yang terdapat penuh gejolak sebagai dampak dari pertentangan nilai (Hall dalam Sarwono, 2016).

Hal yang perlu diingat bahwa jiwa remaja merupakan jiwa yang penuh gejolak dan lingkungan sosial mereka pun ditandai dengan perubahan sosial yang cepat, terutama di lingkungan kota besar dan daerah yang sudah terjangkau beragam sarana prasarana komunikasi dan perhubungan yang berdampak pada kesimpangsiuran norma (Sarwono, 2016). Kondisi eksternal dan internal tersebut menjadi penyebab rawannya masa remaja jika dibandingkan dengan tahap lain dalam perkembangan manusia (Sarwono, 2016). Sarwono (2016) juga menyatakan bahwa upaya yang dapat dilakukan dalam mengurangi benturan antargejolak tersebut adalah dengan menciptakan kondisi lingkungan yang stabil, terutama dalam lingkungan keluarga. Ini juga bermanfaat dalam memberi kesempatan pada remaja untuk mengoptimalkan perkembangan diri. Apabila dalam keluarga terdapat hubungan suami istri yang harmonis, remaja akan lebih mudah dalam melewati masa peralihannya dibandingkan dengan yang hubungan orang tuanya terganggu (Sarwono, 2016).

Penjelasan di atas juga sejalan dengan apa yang dikemukakan Hurlock (1980) yang menyatakan bahwa hubungan keluarga yang buruk dapat membahayakan psikologis remaja. Ini terjadi karena mereka sangat tidak percaya diri dan masih bergantung pada keluarga dalam memperoleh rasa aman. Mereka juga memerlukan bimbingan dalam menguasai tugas perkembangannya. Jika hubungan keluarga terdapat banyak konflik, remaja dapat merasa tidak aman dalam jangka waktu yang lama sehingga mengurangi kesempatannya untuk mengembangkan perilaku yang tenang dan matang. Di samping itu, kurang baiknya hubungan keluarga juga dapat mengembangkan hubungan yang buruk dengan orang lain di luar rumah sehingga kedepannya dapat menghambat dirinya dalam beradaptasi. Dari penjelasan tersebut, dapat diketahui bahwa masa remaja sudah memiliki tantangannya tersendiri dalam kehidupannya. Kesulitan yang dapat dihadapi remaja selama masa perkembangannya dapat bertambah banyak apabila ia harus menghadapi permasalahan lain, seperti perceraian orang tua.

Berbagai penelitian terdahulu telah memaparkan beragam dampak yang dapat terjadi pada remaja dari keluarga yang bercerai. Beberapa dari mereka ada yang merespon negatif seperti terjebak pada kenakalan remaja (Asriandari, 2015).

Kenakalan ini dapat terjadi sebagai bentuk pelampiasan ataupun pelarian mereka dari masalah tersebut (Dewi dan Hendriani, 2014). Kemudian, gejala kecemasan dan depresi juga ditemukan pada remaja dari keluarga yang bercerai (Størksen, Røysamb, Holmen, dan Tambs, 2006). Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan Herrington (dalam Williams, Sawyer, & Wahlstrom, 2006) bahwa secara umum, anak dari keluarga bercerai merasakan berbagai emosi, seperti penyesalan, cemas, sangat marah, dan juga depresi. Gejala cemas dan depresi meningkat seiring bertambahnya usia dan anak perempuan umumnya melaporkan lebih banyak gejala ini daripada anak laki-laki (Størksen, dkk, 2006). Pada *remarriage family*, dampak yang bisa dimunculkan adalah pencapaian akademik yang lebih rendah dan juga perilaku yang lebih negatif dibandingkan dengan remaja dari keluarga yang *single-parent* atau keluarga utuh.

Selain dampak di atas, masalah kesehatan juga dapat ditemukan pada anak dari keluarga bercerai. Mereka memiliki kecenderungan mengalami gangguan dan masalah makan (Guidubaldi, dkk dalam Williams, dkk, 2006). Dalam kehidupan bermasyarakat, mereka cenderung kurang dapat bersosialisasi dan juga merasa kurang percaya diri dengan kemampuan sosialnya (Baker, dkk dalam Williams, dkk, 2006). Di samping itu, mereka juga dapat mengalami masalah perilaku di lingkungan sekolah, seperti memiliki peringkat yang rendah dan juga jumlah ketidakhadiran yang lebih banyak (Dawson, dkk dalam Williams, dkk, 2006). Adaptasi setelah perceraian biasanya memakan waktu bertahun-tahun dan beberapa anak juga menunjukkan efek dalam jangka panjang (Sarafino, 2011).

Penelitian lain terkait dampak perceraian orang tua terhadap remaja juga telah dilakukan oleh Untari, Putri, dan Hafiduddin (2018). Penelitiannya menemukan bahwa dampak yang ditimbulkan dapat berupa anak yang ingin menang sendiri, sering tidak peka terhadap lingkungan, mudah marah apabila ada orang lain yang tidak sesuai dengan keinginannya, kesulitan untuk fokus dalam suatu hal, malu dengan perceraian pada orang tua, adanya perasaan tidak aman terhadap sekitar karena merasa tidak ada lagi orang tua yang melindunginya, melakukan sesuatu yang salah, tidak mempunyai tujuan hidup, tidak beretika dalam bersosialisasi dengan

masyarakat, cepat bangkit saat terpuruk, terlatih di kehidupan sehari-hari, dan lebih mandiri. Dari penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa dampak negatif yang ditimbulkan lebih banyak dibandingkan dengan dampak positifnya.

Peneliti juga mewawancarai dua remaja yang berasal dari keluarga bercerai. Mereka menyatakan bahwa mereka mengalami masa-masa saat tidak menerima kondisi dirinya dan keluarganya. Mereka juga mengalami saat-saat tidak percaya diri, cenderung sulit terbuka untuk bercerita pada orang lain mengenai kondisi keluarganya maupun masalah lain, dan merasa marah. Subjek A juga merasa bahwa dirinya sempat merasa stres hampir setiap hari saat masa sekolah menengah pertama hingga sekolah menengah atas. Bahkan, sampai saat ini, subjek merasa belum sepenuhnya menerima keadaannya secara positif. Ia juga menyatakan bahwa perceraian orang tuanya mengakibatkan dirinya sulit untuk membangun hubungan romantis dengan lawan jenis karena merasa takut. Subjek B juga mengaku bahwa dirinya tidak terbuka pada ibunya karena ibunya sibuk bekerja. Meskipun subjek B sudah melewati masa perceraian orang tua hampir 10 tahun, ia merasa baru akhir-akhir ini ia mulai dapat terbuka dengan keadaan keluarganya. Sejak masa sekolah dasar hingga sekolah menengah, subjek merasa bahwa dirinya malu dan rendah diri. Subjek juga menyatakan bahwa dirinya sering mempertanyakan pada diri sendiri mengapa harus dia yang mengalami kondisi ini dan kemudian menyalahkan takdir. Ia juga mengaku bahwa perceraian orang tuanya berpengaruh pada kondisi psikisnya. Saat ini, ia kurang percaya dengan orang lain dan lebih peduli dengan dirinya sendiri.

Berbagai dampak yang telah dipaparkan di atas telah membuktikan pernyataan Mechanic & Hansell (1989) yang menyebutkan bahwa efek negatif pada kesehatan dan kesejahteraan remaja dapat dipengaruhi oleh perceraian orang tua. Hal ini dijelaskan lebih dalam oleh Demo & Acock (1988) menyatakan bahwa anak-anak yang dibesarkan di rumah tangga yang kedua orang tuanya tidak hadir akan menunjukkan tingkat kesejahteraan yang lebih rendah dibandingkan dari teman-temannya yang berasal dari keluarga inti yang utuh. Ia juga mengatakan bahwa dampak buruk pada kesejahteraan remaja akan menjadi sangat akut ketika penyebab

ketidakhadiran orang tua adalah perpisahan, perceraian, atau desersi pernikahan (Demo & Acock, 1988). Sejalan dengan itu, Ramadhani, Djunaedi, dan Sismiati (2016) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa mayoritas *psychological well-being* remaja dari keluarga bercerai berada pada tingkatan yang rendah. *Psychological well-being* diartikan sebagai kondisi dimana seseorang dapat memiliki keoptimalan pada pengalaman dan juga fungsi psikologisnya (Deci & Ryan, 2006). Huppert (2009) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis dianggap sebagai kondisi hidup individu yang berjalan baik dan merupakan gabungan dari berbagai perasaan yang menyenangkan dan keberfungsian hidup yang baik.

Setiap individu menginginkan dirinya agar dapat berfungsi dengan baik dan optimal. Kondisi *psychological well-being* yang baik dapat mempermudah individu dalam menjalani kehidupannya. Selain itu, tingginya tingkat *psychological well-being* seseorang dikaitkan dengan regulasi neuroendokrin yang lebih baik, risiko kardiovaskular yang lebih rendah, dan juga fungsi imun yang lebih baik (Deci & Ryan, 2006). Telah disebutkan juga bahwa kriteria seseorang memiliki kondisi *psychological well-being* yang baik adalah mempunyai hubungan yang positif dengan orang lain. Gunuc & Dogan (2013) menyatakan bahwa individu yang mempunyai jaringan sosial yang kuat dilihat dapat mengembangkan kepribadian yang lebih sehat. Selain itu, mereka juga menyebutkan bahwa individu tersebut lebih berhasil dalam menangani kondisi hidup yang penuh tekanan.

Bagi korban perceraian, salah satu langkah yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan dukungan dari keluarga serta orang-orang terdekat agar remaja dari korban perceraian mampu meningkatkan keyakinan serta kepercayaannya kembali untuk bersosialisasi dan menghadapi lingkungannya (Syarifatisnaini, 2014). Aghniacakti (2016) juga menemukan bahwa salah satu faktor protektif yang dapat berpengaruh pada *psychological well-being* pada remaja dari keluarga bercerai adalah dukungan sosial. Hal ini sejalan dengan penelitian Dewi & Soekandar (2019) yang menyebutkan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu dari tujuh faktor yang memengaruhi kesejahteraan anak dan remaja pasca perceraian orang tua.

Dukungan sosial dianggap sebagai kenyamanan, perhatian, maupun bantuan yang didapatkan individu dari orang yang berfungsi dalam kesejahteraan individu (Sarafino dalam Kurnia, 2017). Dollete, Steese, Phillips, dan Matthews (dalam Adyani, Suzanna, dan Muryali, 2019) menyebutkan bahwa dukungan sosial merupakan aspek penting yang dibutuhkan dalam menghadapi berbagai stresor kehidupan yang dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan.

Dukungan sosial dapat terbagi menjadi dua jenis, yaitu *received* dan *perceived*. Procidano (dalam McCaskill & Lakey, 2000) menyebutkan bahwa *perceived support* adalah evaluasi subjektif dari kualitas dukungan yang diterima atau didapatkan. Persepsi dukungan sosial juga diartikan sebagai penilaian kognitif seseorang yang didukung daripada refleksi dari perilaku yang terus-menerus (Dunkel-Schetter & Bennett dalam Ross, Lutz, & Lakey, 1999). Konsisten dengan pandangan ini, konstruksi kognitif seperti keyakinan kontrol internal, sikap disfungsional, dan harga diri lebih berkorelasi dengan dukungan yang dirasakan daripada dengan bantuan nyata yang diberikan orang (Lakey & Cassady dalam Ross, Lutz, & Lakey, 1999).

Pada penelitian Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley (1988), disebutkan bahwa persepsi dukungan sosial terbagi ke dalam tiga kategori, yaitu keluarga, teman, dan orang yang istimewa (*significant others*). Dukungan sosial yang diterima dari keluarga dan teman dinilai penting bagi remaja untuk meminimalisasi perasaan cemas dan depresi, untuk mendapatkan *self-respect* yang lebih tinggi, serta membangun sistem imun yang lebih kuat (Ross, Lutz, & Lakey, 1999). Selain itu, Cutrona, Cole, Colangelo, Assouline, & Russell (dalam Gunuc & Dogan, 2013) berpendapat bahwa dukungan ini dapat membantu remaja dalam menyelesaikan masalah fisik dan psikis, dapat membantunya menangani situasi sulit, melindungi kesejahteraan mentalnya, dan meningkatkan pencapaian akademiknya.

Taylor, dkk (dalam Kurnia, 2017) menyatakan bahwa persepsi dukungan sosial mempunyai manfaat lebih banyak untuk beradaptasi dengan stres daripada keseluruhan dukungan yang diterima. Selain itu, kualitas dukungan sosial yang dirasakan dan diterima telah dilaporkan oleh beberapa penelitian berkorelasi lebih positif dengan kesehatan mental daripada jumlah dukungan yang diterima (Nahid &

Sarkis dalam Yasin & Dzulkifli, 2010). Hal itu sejalan dengan yang dikemukakan Wethington & Kessler (1986) yang menyatakan bahwa *perceived support* secara umum lebih penting daripada *received support* dalam memprediksi penyesuaian seseorang pada kondisi yang penuh tekanan.

Hasil penelitian terdahulu juga telah menemukan adanya keterkaitan antara persepsi dukungan sosial dengan *psychological well-being*. Penelitian yang telah dilakukan Adyani, Suzanna, dan Muryali (2019) menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial mempunyai hubungan positif dengan *psychological well-being*. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Zahra (2017) yang dilakukan pada 130 Narapidana di LPKA Kelas I Blitar dengan rentang usia 12-20 tahun. Penelitiannya juga menunjukkan bahwa semakin tinggi persepsi dukungan sosial pada narapidana remaja, semakin tinggi pula *psychological well being* mereka, dan sebaliknya.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa angka perceraian di Indonesia terus meningkat dari tahun ke tahun. Dampak yang dirasakan pada remaja dari keluarga bercerai dapat memengaruhi *psychological well-being*-nya. Oleh karena itu, persepsi remaja terkait dukungan sosialnya dibutuhkan agar dapat membantunya menghadapi dampak perceraian secara positif dan tetap dapat mengoptimalkan potensi dirinya. Berbagai penelitian terdahulu telah mengkaji keterkaitan antara persepsi dukungan sosial dengan *psychological well-being*. Akan tetapi, belum ditemukan penelitian yang berfokus pada remaja akhir dari keluarga yang bercerai. Oleh karena itu, pada penelitian ini, peneliti tertarik untuk meneliti apakah terdapat pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap *psychological well-being* pada remaja akhir dari keluarga yang bercerai.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, masalah yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini adalah

1.2.1 Bagaimana gambaran *psychological well-being* pada remaja akhir dari keluarga yang bercerai?

1.2.2 Bagaimana gambaran persepsi dukungan sosial pada remaja akhir dari keluarga yang bercerai?

1.2.3 Apakah terdapat pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap *psychological well-being* pada remaja akhir dari keluarga yang bercerai?

### 1.3 Pembatasan Masalah

Peneliti memahami keterbatasan kemampuan yang dimiliki sehingga penelitian ini hanya dibatasi pada “Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial terhadap *Psychological Well-Being* Remaja Akhir dari Keluarga yang Bercerai”.

### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut: “Apakah terdapat Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial terhadap *Psychological Well-Being* Remaja Akhir dari Keluarga yang Bercerai?”.

### 1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap *psychological well-being* pada remaja akhir dari keluarga yang bercerai.

### 1.6 Manfaat Penelitian

#### 1.6.1 Manfaat Teoritis

- a. Memperkaya kajian penelitian dalam bidang psikologi khususnya pada psikologi perkembangan, psikologi klinis, dan psikologi sosial.
- b. Memperkaya literatur ilmiah terkait pengaruh dari persepsi dukungan sosial terhadap *psychological well-being* pada remaja akhir dari keluarga bercerai.

### 1.6.2 Manfaat Praktis

#### a. Bagi Remaja dari Keluarga yang Bercerai

Memperoleh pengetahuan terkait peran persepsi dukungan sosial terhadap *psychological well-being* bagi mereka sehingga dapat memaknainya dengan lebih baik.

#### b. Bagi Pihak yang Bersinggungan dengan Remaja dari Keluarga Bercerai

Dapat mengetahui peran dukungan sosial pada *psychological well-being* remaja sehingga dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan

