

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial, dikatakan sebagai makhluk sosial karena dalam menjalani kehidupannya manusia membutuhkan orang lain dan saling berinteraksi seperti hidup berkelompok atau berkeluarga. Semangat dan kepribadian seorang anak sebagian besar dibentuk oleh keluarga, karena keluarga merupakan tempat pertama kali mereka jumpai setelah dilahirkan ke dunia. Setiap keluarga tentu mendambakan keharmonisan dan keutuhan, namun kehidupan berkeluarga tidak lepas dari perdebatan atau perselisihan. Perceraian merupakan pilihan umum bagi pasangan suami istri yang tidak mampu menyelesaikan perselisihan rumah tangga. Menurut Dipayanti dan Chairani (2012), suami istri dapat mengajukan gugatan cerai jika mereka memutuskan tidak ingin lagi hidup bersama atau memenuhi tanggung jawabnya sebagai pasangan suami istri.

Jumlah perceraian yang ditangani oleh pengadilan agama semakin meningkat. Jumlah perceraian meningkat 54 persen, dari 291.677 pada tahun 2020 menjadi 447.743 pada tahun 2021. Jumlah ini dilaporkan meningkat selama pandemi COVID-19 dan pembatasan PPKM, yang mempengaruhi tingkat stres keluarga, menurut Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan (Komnas Perempuan) . Perubahan beban kerja dan perawatan di rumah disebabkan oleh pandemi COVID-19, menurut studi dinamika rumah tangga yang dilakukan oleh Komnas Perempuan pada bulan April hingga Mei 2020 (www.databoks.com).

Rusaknya unit keluarga yang berujung pada perceraian juga mempersulit kelancaran aktivitas keluarga. Hidup dalam lingkungan keluarga yang harmonis memungkinkan terpenuhinya beragam kebutuhan anak secara optimal, yang pada akhirnya mendorong pertumbuhan optimal (Wenar & Kerig, 2006). Masalah/konflik yang terjadi pada seseorang yang dicintai, merupakan suatu hal yang menyakitkan, terlebih bagi anak yang dianggap sebagai anggota terlemah dalam keluarga (Mirza & Sulistyaningsih, 2013). Peceraian juga mengakibatkan peran orangtua menjadi single parent dan kehilangan figur ayah/ fatherless hingga berdampak pada perilaku menyimpang pada remaja karena kekecewaan terhadap kondisi keluarga dan terpengaruh lingkungan (Riestyantomo & Pratiwi, 2020).

Perceraian yang dialami oleh orangtua tidak hanya memberikan luka mendalam pada sumai isteri itu sendiri, namun juga meninggalkan luka yang dirasakan anak-anak. Kondisi keluarga yang tidak utuh dan tidak harmonis berpengaruh pada perkembangan psikologis anak khususnya ketika memasuki masa usia remaja. Menurut Hurlock (2003) Pada masa remaja, kapasitas fisik, psikologis, emosional, dan sosial seseorang mencapai potensi maksimalnya. Di antara masa kanak-kanak dan kedewasaan, ada masa yang disebut masa remaja. Selain itu, rentang usia remaja didefinisikan oleh Monks (1999) sebagai usia dua belas hingga dua puluh satu tahun. Masa remaja dimulai antara usia 12 dan 15 tahun, berlanjut antara tahun 15 dan 18 tahun, dan berakhir antara usia 18 dan 21 tahun.

Perceraian dapat menimbulkan dampak negatif pada anak-anak dalam banyak hal, termasuk membuat mereka lebih rentan terhadap masalah kesehatan mental, membuat mereka membenci orang tua, membuat mereka lebih rentan terhadap pengaruh lingkungan, membuat mereka merasa bahwa hidup tidak ada artinya, membuat mereka kurang mampu bersosialisasi, dan memberi mereka dilema moral (Massa, dkk, 2020). Ketika anak-anak kehilangan orang yang dicintai, khususnya sosok ayah, mereka mungkin mengalami berbagai emosi negatif, termasuk kekecewaan, ketidakstabilan emosi, pikiran untuk bunuh diri, tuduhan terhadap Tuhan, pikiran untuk putus sekolah, kesulitan menerima atau percaya pada kekuatan yang lebih tinggi. , kesedihan, kegelisahan, kemarahan, kehancuran, kehilangan, dan pikiran untuk bunuh diri (Mirza, ddk, 2022).

Reaksi emosi negatif tersebut juga dirasakan oleh KE yang merupakan salah satu anak dari artis terkenal. Perceraian kedua orang tuanya membuat kerenggangan hubungan antara KE dengan ayahnya selama 11 tahun dan enggan bertemu dengan ayahnya. KE mengaku butuh waktu lama untuk akhirnya bisa berdamai dengan keadaan tersebut (www.Tribun Timur.com). AH, seorang anak korban perceraian kedua orangtuanya, yang menyatakan belum bisa lepas dari kenangan masa kecilnya saat harus melihat orangtuanya bercerai, AH menyebut masa perceraian orangtuanya adalah masa terberat, traumanya besar (www.Kompas.com) . Hal senada juga dialami oleh responden riset ini.

“....Saya memiliki trauma dengan laki-laki tentang kepercayaan (trust issue) saya sangat takut untuk percaya kepada orang lain apalagi kepada laki-laki.

Dan saya membenci orang-orang yang selingkuh. Dan terkadang saya juga iri dengan teman-teman yang memiliki keluarga lengkap... ”

Berdasarkan beberapa kasus diatas, dapat disimpulkan bahwa perceraian orang tua menyebabkan remaja mengalami trauma, merasa sulit terbuka dan berinteraksi dengan orang lain mengalami kendala untuk mempercayai orang lain, khususnya laki-laki. Agar anak dapat bangkit kembali dari keterpurukan yang dirasakannya, maka seseorang diharapkan mampu menerima kelebihan dan kekurangannya sendiri, sehat secara mental, yang meliputi memiliki tujuan hidup dan mengembangkan diri.

Menurut Ryff (dikutip dalam Syafhendry, 2017), seseorang dikatakan baik secara psikologis bila telah mencapai potensi maksimalnya, yang meliputi menerima kekurangan dan segala sesuatunya, menemukan tujuan dalam hidupnya, membina hubungan yang positif dengan orang lain, menjadi mandiri, bertanggung jawab atas lingkungannya, dan terus berkembang secara pribadi. Kesejahteraan psikologis menurut Ryff dan Singer (dalam Cynthia, dkk., 2021), berarti lebih dari sekadar tidak adanya tekanan atau ketidakpuasan terhadap kehidupan seseorang. Melainkan, individu perlu mempunyai persepsi tentang peristiwa buruk dan mampu mengatasi stres yang dialami agar sehat secara psikologis.

Ada beberapa dimensi yang berkaitan dengan *psychological well-being*, yakni (1) Penerimaan diri, kemampuan untuk memiliki sikap positif terhadap masa lalu dan diri sendiri. (2) Hubungan positif dengan orang lain, mampu bergaul dengan baik dengan orang lain dalam situasi sosial. (3) Kemandirian atau otonomi, kemampuan seseorang untuk mengendalikan tindakan dan nasibnya sendiri. (4) Penguasaan lingkungan yakni sebagai kepercayaan diri dan kemampuan seseorang saat menghadapi dan mengendalikan keadaan dan aktivitas eksternal yang menantang. (5) Pertumbuhan Pribadi, kemampuan mengembangkan diri dan persepsi sebagai individu yang berkembang. (6) Tujuan hidup, kemampuan untuk hidup dengan makna dan tujuan (Ryff & Singer, 2008).

Ada dua faktor yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis (1) Faktor individu dari kesejahteraan psikologis seseorang, yang mencakup hal-hal seperti kemampuan mengendalikan emosi, kepribadian, makna hidup, nilai-nilai, strategi

coping dan spiritualitas. (2) Faktor masyarakat, meliputi jenis kelamin, usia, dan tingkat sosial ekonomi (Ryff & Singer, 2008). Selain dua faktor yang disebutkan sebelumnya, masih banyak faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Salah satunya adalah dukungan sosial yang dapat membantu anak-anak dari keluarga berantakan dengan memberikan dorongan (Prameswari & Muhib, 2022). Faktor lainnya adalah gender yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis keluarga. Alasannya mungkin disebabkan oleh variasi pendekatan dan taktik pemecahan masalah (Dewi, dkk., 2021) dan korelasi positif antara rasa syukur dan kesehatan psikologis (Cynthia, dkk., 2021).

Berdasarkan dimensi penerimaan diri, keempat individu yang mengikuti penelitian Widyannimah (2019) terhadap remaja bermasalah di Panti Asuhan Aisyiyah Bontang belum sepenuhnya menerima kenyataan bahwa orang tuanya telah bercerai. Meski demikian, hanya ada satu yang menunjukkan bukti mampu menerima penyakitnya. Keempat subjek mengakui bahwa mereka senang dengan hubungan sosial mereka saat ini, khususnya sehubungan dengan interaksi positif yang mereka lakukan dengan orang lain. Mengenai komponen otonomi, setiap subjek bebas melakukan aktivitas perawatan dirinya sendiri sehari-hari. Keempat subjek mampu mengolah dan menguasai lingkungan. Selain itu, selama mereka tinggal di panti asuhan, keempat subjek melaporkan kemajuan yang cukup besar dalam diri mereka. Pada akhirnya, pada tingkat tujuan hidup, setiap individu memahami apa yang mereka inginkan dalam hidup dan bagaimana mencapainya. Penelitian lebih lanjut dilakukan oleh Munandar dkk. (2020), dan hasil menunjukkan bahwa faktor internal positif mempunyai peran yang signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif seseorang. Pengaruh lingkungan memiliki peran penting dalam pengembangan hubungan yang sehat, yang berdampak pada kesejahteraan subjektif seseorang.

Berdasarkan penjelasan diatas, disimpulkan bahwa *psychological well-being* merupakan salah satu komponen psikologis yang dapat mengalami perubahan atau mungkin hilang setelah perceraian orangtua. Setiap orang mempunyai sudut pandang, metode, dan cara berpikir berbeda mengenai masa depan dan masalah serta berbagai pendekatan untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk mengetahui dinamika *psychological well-being* remaja dari orangtua yang mengalami perceraian.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana dinamika psychological well-being pada remaja dari orangtua yang mengalami perceraian?
2. Bagaimana dampak perceraian orangtua terhadap perkembangan remaja?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengenali lebih mendalam bagaimana gambaran dinamika psychological well-being dan dampak perceraian terhadap perkembangan remaja dari orang tua yang mengalami perceraian..

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang penulis harapkan dari hasil penelitian ini adalah:

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan memberi pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan mental remaja yang orang tuanya telah bercerai akan sangat bermanfaat bagi disiplin ilmu psikologi perkembangan, psikologi klinis, dan psikologi remaja.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh remaja yang orang tuanya pernah bercerai dengan memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang asal usul, dampak, dan definisi kesejahteraan psikologis.

2. Bagi Orangtua

Agar orangtua memahami bagaimana peran orangtua untuk mempertahankan keharmonisan dalam keluarga, dampak perceraian terhadap kesehatan mental anak, orangtua tunggal, dan kehilangan peran ayah karena perceraian bagi perkembangan usia remaja. Selain itu, penelitian ini juga memberi pemahaman kepada orangtua mengenai peran *psychological well-being* pada anak akibat perceraian.