

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Di Indonesia, masyarakat meyakini bahwa pernikahan merupakan bentuk ibadah terlama. Di samping itu pula, perceraian juga berhubungan erat dengan pernikahan di mana banyak terjadi perceraian dalam suatu keluarga. Perceraian banyak terjadi dikarenakan berbagai faktor dan dianggap sebagai penyelesaian akhir saat kedua belah pihak sudah merasa tidak mampu mempertahankan pernikahan mereka (Latifah dkk., 2023). Menurut Dariyo (2004) dan Hamid (2018) perceraian merupakan suatu kondisi dalam rumah tangga antara suami istri yang mengakhiri hubungan pernikahan dan memilih berpisah secara resmi.

Angka perceraian di Indonesia mengalami peningkatan, yang menurut catatan Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2021 angka perceraian mencapai 447.743 kasus, pada tahun 2022 mengalami peningkatan sekitar 15,31% di mana angka perceraianya mencapai 516.344 kasus, akan tetapi pada tahun 2023 angka perceraian di Indonesia mengalami penurunan sebesar 10,2% dengan angka perceraian 463.654 kasus. Begitu juga pada tahun 2024, kasus perceraian terjadi dengan angka 399.921 kasus, namun meningkat lagi di tahun 2025 mencapai 9,56% hingga 11% di angka 438.168 kasus. Dengan demikian, dilansir dari artikel context.id, Indonesia pernah menjadi negara dengan peringkat perceraian tertinggi se-Asia Pasifik menurut data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN).

Dalam suatu keluarga yang melakukan perceraian, banyak diantaranya yang sudah memiliki anak dan pada kasus ini, individu terutama usia remaja harus mengalami kejadian buruk yang berakibat pada psikologisnya. Dikarenakan perceraian tersebut, seringkali seorang anak terus menyalahkan orang tuanya atas apa yang terjadi dalam hidupnya sehingga susah menerima kondisi orang tuanya yang bercerai. Pada remaja, kondisi ini biasanya ditandai dengan meningkatnya kecemasan dan kemarahan pada remaja, serta ketidakmampuan untuk mengekspresikan diri, yang mengakibatkan perilaku eksternalisasi (dampak psikologis), seperti rendahnya harga diri dan meningkatnya pikiran dan perilaku bunuh diri (Dykes & Ward, 2022). Perilaku yang menggambarkan dan sering dijumpai adalah pelanggaran aturan di sekolah seperti terlambat datang ke sekolah, membolos dan berperilaku kasar, serta keterlibatan individu pada kegiatan yang mengacaukan ketertiban umum (Mone, 2019).

Meskipun begitu, individu yang mengalami perceraian orang tua biasanya menunjukkan dampak psikologis yang berbeda-beda. Sebagian individu justru menunjukkan kemampuannya dalam bertahan, menyesuaikan diri dan bangkit dari tekanan emosional yang dialaminya seiring berjalannya waktu. Pengalaman dari perceraian orang tua mereka menjadi sebuah proses yang membentuk mereka menjadi seseorang dengan kepribadian yang lebih kuat, kemandirian yang muncul dan dewasa meskipun ada sebagian individu yang mengakui adanya luka emosional atau rasa kehilangan yang masih membekas, belum sepenuhnya pulih namun sedang dalam proses menerima dan menyesuaikan diri (Atika & Itryah, 2024; Hayati dkk., 2023). Fenomena ini menunjukkan adanya kemampuan untuk bangkit dari kondisi sulit pada diri individu yang disebut resiliensi dan menjadi faktor yang memungkinkan individu tetap menjalani kehidupan dengan baik, meskipun menghadapi peristiwa yang menimbulkan stres seperti perceraian orang tua (Ramadhani & Krisnani, 2019). Maka dari itu, penting untuk memahami apa saja faktor yang memiliki kontribusi terhadap resiliensi pada individu yang orang tuanya bercerai, terutama pada masa remaja.

Individu dengan kemampuan resiliensi yang baik memiliki kecenderungan untuk bangkit dan beradaptasi terhadap situasi yang dihadapi serta mengembangkan keterampilan memecahkan masalah sehingga dapat mencegah dampak negatif jangka panjang seperti gangguan emosional atau kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal di masa depan. Pada hal ini, peran resiliensi menjadi penting dalam mendukung individu korban perceraian untuk tetap tumbuh dan berkembang secara optimal (Hermansyah & Hadjam, 2020). Mereka biasanya mampu mengidentifikasi posisi mereka dan tahu cara menangani masalah, lalu mencoba mengatasinya dan belajar dari masalah yang mereka alami, menggunakannya sebagai motivasi untuk kehidupan masa depan mereka (Saraswati dkk., 2021).

Di sisi lain, individu yang tidak resilien ialah individu dengan kemampuan mengatasi stres, tekanan dan hambatan yang rendah. Jika individu tidak resilien, maka dapat memberikan dampak buruk pada psikologis korban seperti depresi, gangguan kecemasan dan menarik diri dari lingkungan sosial (Safitri dkk., 2024). Kurangnya resiliensi pada diri individu juga dapat mengakibatkan munculnya rasa kesepian, *trust issue* kepada orang lain, pesimis dan ragu akan masa depan yang bisa berdampak pada kemampuan *problem solving* individu dengan melarikan diri dari permasalahan yang dia alami (Putri & Khoirunnisa, 2022). Oleh karena itu resiliensi menjadi faktor yang penting untuk membantu remaja korban perceraian mengatasi dampak negatif

dengan memotivasi untuk menjalani kehidupan yang sehat dan produktif meskipun menghadapi tekanan emosional yang dirasakan (Aryadelina & Laksmiwati, 2019). Ada resiliensi atau tidaknya pada remaja juga tergantung pada keadaan keluarganya pada saat perceraian belum terjadi ataupun sudah terjadi dan dilihat dari cara berpikir remaja dalam menyelesaikan masalah (Putri & Khoirunnisa, 2022).

Masa remaja merupakan periode perkembangan peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa awal yang pada tahap perkembangan ini, remaja mengalami pengejaran kemandirian dan pencarian identitas yang menonjol serta pemikiran yang menjadi lebih logis, abstrak dan idealis (Santrock, 2010). Untuk mempersiapkan diri menghadapi masa dewasa, individu remaja juga memanfaatkan keterampilan dan kemampuan yang telah ada sebelumnya, yang melalui hal tersebut mereka berupaya membentuk dan mengekspresikan identitas serta karakteristik yang membedakan mereka dengan remaja lain (Thahir, 2022). Dikarenakan masa transisi yang tidak mudah, sensitivitas remaja yang mencari jati diri ini dapat menghasilkan identitas yang kuat namun juga bisa berujung pada kebingungan peran atau krisis identitas. Perceraian orang tua yang terjadi pada individu berusia remaja berakibat pada terjadinya krisis identitas dan menyebabkan ketidakkompetenan remaja dalam memaknai hidupnya (Afdal dkk., 2021).

Fenomena ini terjadi di komunitas 'X' yang mengatakan sulit menerima keadaan orang tuanya yang bercerai. Banyak hal tidak menyenangkan yang terjadi dan yang paling banyak dirasakan adalah hilangnya rasa percaya diri, kesepian, komunikasi yang buruk, kecemasan akan masa depan dan *trust issue* akan pernikahan. Hilangnya peran salah satu orang tua juga sangat dirasakan pada individu yang menjadi korban sehingga hal tersebut mengubah perilaku sosial mereka. Tak sedikit dari anggota komunitas yang mengaku terjerumus ke dalam perilaku negatif karena ingin melarikan diri dari kondisi keluarga dan mencari kesenangan untuk diri mereka di lingkungan lain. Keadaan tersebut sesuai dengan penelitian-penelitian sebelumnya karya Sinaga dkk., 2022; Siregar dkk., 2023; Wardani dkk., 2022 yang menyoroti bahwa perceraian orang tua berdampak buruk pada kondisi psikologis anak seperti perubahan perilaku terhadap sosial dan juga hubungan yang buruk dengan orangtuanya. Pada kondisi tersebut, remaja dituntut untuk melakukan penyesuaian pada keadaan dalam jangka waktu dekat karena harus kehilangan *role model* akibat perceraian yang terjadi (Gunawan & Maramis, 2023).

Dari hasil studi awal yang dilakukan peneliti untuk mendukung fenomena yang dijelaskan di atas dengan menyebarkan kuesioner kepada anggota komunitas dan diperoleh bahwa sebagian

besar jawaban responden menunjukkan bahwa hal yang paling banyak dirasakan oleh individu akibat perceraian orang tua adalah perasaan sedih dan kecewa yang membuat mereka menyalahkan keadaan, kehilangan arah, mental *down*, rasa kesepian, kebingungan atas kondisi yang berubah dan kecemburuan terhadap teman yang memiliki keluarga utuh. Meskipun begitu, tak sedikit responden yang menunjukkan sikap menerima atas kondisi yang berubah dan mampu memaknai secara positif pengalaman tersebut, menganggap bahwa perceraian yang dialami orang tuanya salah satu cara untuk mencapai kebahagiaan.

Menurut hasil penelitian Aryadelina & Laksmiwati (2019), remaja yang mengalami situasi sulit karena perceraian orang tuanya pada awalnya merasakan kesedihan dan kondisi *down* yang menyebabkan munculnya pikiran-pikiran negatif dan menyalahkan keadaan. Kondisi ini disebut *succumbing*. Remaja akan merasakan marah, benci, kecewa dan berusaha bertahan dalam kondisi sulitnya setelah berada di kondisi *succumbing*, yang di mana kondisi ini biasa disebut dengan *survival*. Selepas bertahan di kondisi sulit, remaja akan berada di kondisi *recovery* dikarenakan remaja sudah mampu menerima situasi sulitnya disebabkan oleh berbagai faktor.

Hasil studi awal peneliti menunjukkan bahwa faktor yang membantu proses resiliensi sebagian besar responden adalah dukungan sosial yang berasal dari lingkungan sekitar seperti keluarga, pasangan dan teman. Hal ini ditunjukkan dari temuan bahwa responden menyebutkan bentuk dukungan emosional maupun dukungan secara langsung menjadi salah satu penguat yang berarti dalam membantu mereka untuk bangkit dari kondisi berat akibat perceraian orang tua yang terjadi, membuat mereka merasa mampu untuk mengelola *stres* dengan baik, serta membantu mereka dalam membangun kembali makna hidup. Dukungan sosial ini juga ditunjukkan melalui interaksi anggota komunitas yang saling memberikan *support* ketika ada anggota lain yang menceritakan permasalahan mereka.

Namun demikian, tidak sedikit responden yang menunjukkan efek pemulihan berbeda dengan masih merasa kesulitan atas kondisi tersebut meskipun memperoleh dukungan dari lingkungan sekitarnya. Dalam jawaban responden yang mampu menerima keadaan tersebut, muncul dinamika penerimaan diri ketika mereka menghadapi perceraian orang tua seperti pengelolaan emosi negatif yang membuat mereka berdamai dengan diri sendiri, memahami alasan perceraian, mengikhlaskan keadaan, mengurangi kecenderungan menyalahkan serta memaknai peristiwa tersebut sebagai bagian dari proses pendewasaan diri. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa faktor internal memoderasi hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi, seperti *self-*

disclosure yang terbukti memperkuat efektivitas dukungan sosial dalam meningkatkan resiliensi (Alhafiz & Chusairi, 2025). Temuan tersebut menunjukkan bahwa karakteristik internal individu berperan dalam menentukan seberapa besar dukungan sosial dapat berfungsi sebagai faktor protektif.

Didukung dari *literature review* yang dilakukan peneliti, resiliensi pada korban perceraian orang tua terjadi karena beberapa faktor internal seperti kemampuan pemahaman diri, penghindaran hambatan dalam berfikir, kesanggupan menguji perilaku dalam penyelesaian masalah, kemampuan mengubah perspektif dalam berfikir, serta kemampuan untuk tenang dan fokus (Hayati dkk., 2023). Perkembangan dan pertumbuhan yang dialami oleh remaja juga dapat berkontribusi dalam peningkatan resiliensi karena memungkinkan mereka untuk melihat dan memahami aspek positif dari perceraian orang tua mereka, serta lebih memusatkan perhatian pada masa depan (Dewi & Hendriani, 2014).

Kemampuan resiliensi juga dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti keluarga yang saat pasca perceraian, hubungan individu dan kedua orang tuanya masih terjalin dengan baik, serta faktor komunitas dengan individu mengikuti kegiatan komunitas yang bermanfaat. Hubungan interpersonal yang baik antara individu dengan orang tuanya akan membantu individu mencegah perasaan sedih, kesepian yang dalam, serta membuat individu tetap merasa disayangi dan tidak sendirian (Hadianiti dkk., 2017). Resiliensi pada individu remaja dapat menjadi kuat dan terbentuk melalui dukungan dari keluarga, teman sebaya, lingkungan sosial dan kesinambungan nilai-nilai budaya di kalangan remaja (Ruswahyuningsih & Afiatin, 2015). Dukungan sosial membantu seseorang memahami diri mereka sendiri dalam situasi sulit dan merasa tidak sendirian. Dukungan sosial dapat membantu mereka mengendalikan emosi, mengembangkan emosi positif, menemukan solusi atas masalah, dan mengurangi risiko konsekuensi negatif jangka panjang seperti depresi atau kecemasan (Cohen & Wills, 1985).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Prasetya & Utami (2025) mendukung hal ini, dinyatakan bahwa ditemukan hubungan dukungan sosial terhadap resiliensi remaja *broken home*. Dukungan sosial yang diterima dari lingkungan terdekat akan mampu menciptakan rasa aman, semangat dan penerimaan terhadap tekanan hidup yang dirasakan oleh remaja. Penelitian lain oleh Jannah & Rohmatun (2020) juga menyatakan hubungan signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi. Pada penelitian tersebut dijelaskan bahwa subjek memandang bahwa diri mereka

mendapatkan dukungan sosial yang diarahkan kepada mereka berupa dukungan secara emosional, bentuk penghargaan, secara informasional dan instrumental dari kelompok.

Namun hasil penelitian oleh Priyanto (2023) dikatakan bahwa dukungan sosial tidak memberikan pengaruh terhadap resiliensi mahasiswa yang berlatar belakang *broken home*, meskipun hasil menunjukkan dukungan sosial mampu membentuk resiliensi yang baik kepada individu. Penelitian lain oleh Rahmawati dkk. (2018) juga mendapati hasil penelitian antara dukungan sosial dan resiliensi menunjukkan arah hubungan antar variabel negatif, artinya meskipun dukungan sosial yang diterima tinggi namun resiliensi yang dirasakan rendah. Ketidakkonsistenan ini menunjukkan adanya faktor lain yang dapat mempengaruhi atau memperkuat hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi.

Pada penelitian ini, peneliti mengasumsikan bahwa faktor internal individu diperlukan untuk menjelaskan perbedaan hasil tersebut dan salah satu faktor yang diasumsikan berperan penting adalah penerimaan diri. Amato (2014) menyatakan individu korban perceraian sering menghadapi tekanan emosional dan faktor internal seperti penerimaan diri dapat membantu mereka mengatasi dampak negatif. Dengan penerimaan diri yang baik, individu akan mampu menerima keadaan mereka secara realistis tanpa merasa terjebak dalam emosi negatif seperti perasaan marah, dendam, kesedihan berlanjut. Penerimaan diri dapat membangun kepercayaan diri dan ketahanan mental terutama dalam situasi sulit akibat perceraian orang tuanya (Amato, 2014). Penerimaan diri juga berperan sebagai awalan untuk realisasi diri dan mencapai kedamaian batin. Seseorang yang menerima diri sendiri akan mampu mengintegrasikan sisi positif ini ke dalam kehidupan mereka, sehingga meningkatkan kualitas diri mereka (Rofiq dkk., 2023).

Kemampuan untuk menerima diri membantu individu melihat tantangan sebagai bagian perjalanan hidup yang dapat diatasi, bukan sebagai hambatan yang melemahkan. Penerimaan diri juga memperkuat keyakinan individu bahwa mereka memiliki nilai dan kemampuan meskipun dengan menghadapi situasi keluarga yang tidak ideal. Hal ini dapat memungkinkan individu mengelola emosi dengan lebih sehat, mengambil keputusan yang bijak, serta membangun pola pikir positif yang mendukung keberhasilan mereka dalam menghadapi perubahan dan tekanan yang muncul akibat perceraian (Amato, 2014).

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena resiliensi pada diri individu korban perceraian diperlukan untuk memenuhi tugas perkembangan dan hal tersebut berdampak pada perkembangan diri individu dalam lingkungan sosial secara optimal. Kebaruan (*novelty*) dari

penelitian ini dapat terlihat melalui topik penelitian yang belum banyak dikaji secara spesifik yaitu penerimaan diri menjadi variabel moderator antara dukungan sosial dan resiliensi pada remaja pasca perceraian orang tua. Sebagian besar penelitian di Indonesia menguji hubungan atau pengaruh langsung antara hubungan dukungan sosial dengan resiliensi tanpa mempertimbangkan faktor internal yang dapat mempengaruhi kekuatan hubungan tersebut. Penelitian mengenai remaja yang menjadi korban perceraian juga umumnya banyak berfokus pada dampak psikologis atau faktor resiko dan belum banyak berfokus pada mekanisme psikologis yang melibatkan interaksi antara faktor internal dan faktor eksternal. Kebaruan penelitian ini juga terletak pada lokasi yang dituju oleh peneliti yaitu komunitas 'X' dan juga subjek penelitian yaitu anggota komunitas berusia remaja dengan latar belakang orang tua bercerai dalam jangka waktu perceraian maksimal 2 tahun.

Dari penjelasan latar belakang penelitian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi remaja pasca perceraian orang tua di Komunitas X dengan penerimaan diri sebagai moderator”

Rumusan Masalah

Mengacu pada latar belakang masalah yang dipaparkan, rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi remaja pasca perceraian orang tua?
2. Apakah terdapat pengaruh penerimaan diri terhadap resiliensi remaja pasca perceraian orang tua?
3. Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi remaja pasca perceraian orang tua dengan dimoderasi oleh penerimaan diri?

Tujuan Penelitian

Mengacu pada uraian rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi remaja pasca perceraian orang tua
2. Untuk mengetahui pengaruh penerimaan diri terhadap resiliensi remaja pasca perceraian orang tua
3. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi remaja pasca perceraian orang tua dengan dimoderasi oleh penerimaan diri

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoritis. Hasil yang didapat dari penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi pada bidang ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan, psikologi sosial, psikologi klinis dan psikologi keluarga. Diharapkan juga penelitian ini mampu menambah wawasan para remaja tentang pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi dengan penerimaan diri sebagai variabel moderator, serta memperkaya literatur ilmiah yang menjadi salah satu dasar bagi penelitian lanjutan di bidang yang relevan.

Kegunaan praktis. Memberikan pemahaman tentang pentingnya dukungan sosial yang diterima pada remaja yang menjadi korban perceraian dengan mempertimbangkan penerimaan diri yang ada pada individu serta memberikan informasi pentingnya resiliensi pada diri individu.

