

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang berperan penting dalam pembentukan psikologis, emosional, dan sosial pada suatu individu. Kehadiran keluarga yang harmonis dapat memberikan rasa aman, kasih sayang, serta dukungan yang dibutuhkan oleh anak dalam proses perkembangannya. Sebaliknya, konflik berkepanjangan yang berujung pada perceraian dapat mengubah struktur dan fungsi keluarga sehingga menjadi salah satu pengalaman hidup yang berpotensi menimbulkan tekanan psikologis bagi anak.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah perceraian di Indonesia mencapai angka 463.654 kasus pada tahun 2023. Lalu, mengutip dari Portal Jabarprov.go.id pada tahun 2023, Kota Bandung menempati posisi ke-6 dengan jumlah kasus perceraian tertinggi sebesar 5.861 kasus. Jumlah kasus perceraian ini menurun dari 7.365 perkara perceraian sebagaimana dilansir oleh Pengadilan Agama di tahun 2022. Kabupaten Bandung terbagi menjadi 31 kecamatan. Mengutip dari Pengadilan Agama Soreang pada tahun 2021, Kecamatan Rancaekek menempati urutan ke-12 dengan 304 perkara.

Perceraian orang tua tidak hanya memengaruhi perubahan pada struktur keluarga, tetapi juga dapat memengaruhi kondisi psikologis anak. Anak yang mengalami perceraian orang tua berisiko mengalami berbagai masalah psikologis, seperti hal nya trauma, sakit hati, kekecewaan, depresi, dan dapat mengakibatkan gangguan jiwa (Dariyo, 2004). Namun demikian, respons setiap anak terhadap perceraian tidak selalu sama. Beberapa anak mampu beradaptasi dengan baik, sedangkan sebagian lainnya mengalami gangguan psikologis yang menetap. Jika penilaian diri seseorang menjadi negatif karena suatu peristiwa traumatis, hal ini dapat berdampak pada kesehatan psikologis orang tersebut. Salah satu dampak psikologis yang dapat terjadi akibat perceraian tersebut adalah munculnya kecemasan. Fenomena tersebut dalam istilah Psikologi sering disebut sebagai *anxiety*, dimana hal tersebut merupakan sebuah respon trauma akibat pengalaman buruk yang terjadi di masa lalu.

Menurut Sigmund Freud, kecemasan atau *anxiety* adalah reaksi terhadap suatu pengalaman yang dianggap tidak menyenangkan, diikuti oleh emosi seperti kegelisahan, kekhawatiran, dan ketakutan yang terjadi tanpa disadari. WHO menyatakan bahwa terdapat lebih dari 200 juta orang diseluruh dunia yang menderita kecemasan. Sedangkan, menurut data Riset Kesehatan Dasar

(Riskesdas) provinsi Jawa barat memiliki persentase gangguan kecemasan sebesar 6,5% (*Laporan nasional Riskesdas 2018, 2019*).

Menurut Jeffrey S. Nevid, dkk (2005:163) kecemasan adalah perasaan emosional yang membuat seseorang merasa tegang secara fisik, merasa tidak nyaman, dan khawatir pada suatu hal yang buruk akan terjadi. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Gail W. Stuart (2006: 144) yang menyatakan bahwa kecemasan adalah perasaan khawatir yang tidak jelas dan menyebar, yang membuat seseorang tidak berdaya. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* edisi ke-5 (DSM-5), mendefinisikan bahwa kecemasan adalah kekhawatiran yang berlebihan serta sulit dikontrol mengenai sejumlah peristiwa atau aktivitas yang telah berlangsung setidaknya selama 6 bulan sehingga mengganggu fungsi psikologis individu. Menurut Alexander (1950), konflik emosional yang berlangsung dalam waktu lama dapat memengaruhi fungsi fisiologis tubuh melalui mekanisme sistem saraf otonom. Reaksi emosional seperti kecemasan, ketakutan, atau kesedihan yang tidak terselesaikan, dapat disertai dengan perubahan fisiologis yang kemudian termanifestasi sebagai gejala psikosomatis.

Meskipun demikian, berbagai penelitian menunjukkan bahwa tidak semua anak yang mengalami perceraian orang tua akan mengalami kecemasan dengan tingkat intensitas yang sama. Penelitian yang dilakukan oleh Dewi Ratih Hardiningtyas pada tahun 2011, dengan judul “Dinamika Emosi Pada Remaja Yang Mengalami Perceraian Orang Tua”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus intrinsik. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil 2 orang Subjek yang merupakan remaja yang mengalami perceraian orang tua. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, remaja yang mengalami perceraian orang tua mengalami dinamika emosi yang beragam. Bentuk dinamika emosi yang terjadi bervariasi tergantung pada kondisi internal dan eksternal tertentu pada remaja. Penelitian ini berfokus kepada aspek emosi.

Penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Aura Azalea Syifa pada tahun 2024, dengan judul “Dampak Perceraian Terhadap Kondisi Psikologis Anak”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan metode studi kasus. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil 3 orang Subjek yang merupakan anak korban perceraian. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: pada aspek sosial, menunjukkan bahwa ketiga Subjek sempat mengalami penarikan diri atau membatasi diri terhadap lingkungan sekitarnya. Lalu pada aspek psikologis, menunjukkan bahwa ketiga Subjek juga sempat mengalami perasaan sedih, lebih sensitif, mudah stress dan perasaan tidak nyaman lainnya. Lalu pada aspek akademik, menunjukkan bahwa ketiga Subjek sempat

mengalami penurunan performa akademik di saat awal perceraian orang tua. Lalu pada kualitas hubungan dengan orang tua, ada yang lebih dekat dengan ibu, ada yang tidak dekat dengan keduanya, dan ada pula yang dekat dengan keduanya. Penelitian ini berfokus kepada 4 aspek yaitu, aspek sosial, aspek psikologis, aspek akademik, dan juga aspek kedekatan dengan orang tua.

Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Firdah Widya Safinah pada tahun 2024, dengan judul “Dinamika Psikologis Gangguan Cemas Menyeluruh Pada Remaja”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan jenis studi kasus *life history*. Peneliti mengambil 2 subjek dengan menggunakan teknik pengambilan kasus tipikal. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gangguan kecemasan umum yang terjadi pada suatu individu dapat terjadi karena faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal pemicu terjadinya gangguan kecemasan umum pada suatu individu diantaranya dapat mencakup masalah genetik, dan juga krisis identitas selama masa remaja akibat pengalaman hidup sebelumnya yang diikuti dengan munculnya gejala gangguan psikologis. Sedangkan faktor eksternal nya berasal dari lingkungan keluarga seperti pola komunikasi yang kurang sehat, pola asuh otoriter, hubungan keluarga yang kurang harmonis, masalah finansial, serta pengalaman perundungan yang juga dapat menjadi faktor pemicu eksternal.

Penelitian mengenai dampak perceraian orang tua terhadap kesehatan mental anak telah banyak dilakukan. Namun, sebagian besar penelitian berfokus pada emosi, tingkat kecemasan, atau faktor risiko. Sedangkan, penelitian yang mengeksplorasi pengalaman subjektif dua saudara kandung yang mengalami peristiwa perceraian yang sama, tetapi menunjukkan respons psikologis yang berbeda, masih bersifat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk memahami bagaimana perbedaan pemaknaan terhadap peristiwa yang sama berkaitan dengan pengalaman kecemasan yang dialami pada masing-masing partisipan.

Untuk memahami lebih lanjut mengenai respons psikologis yang terjadi, peneliti melakukan studi awal untuk memperoleh gambaran awal mengenai pengalaman kecemasan yang dialami oleh Subjek. Wawancara studi awal dilakukan pada Subjek I (Kakak). Melalui wawancara studi awal tersebut, peneliti menemukan adanya perbedaan pengalaman antara dua saudara kandung yang mengalami peristiwa perceraian pada orang tua yang sama. Subjek I (Kakak) mengungkapkan bahwa *“Sejak kecil keluarga saya terbilang keluarga yang harmonis. Saya merasa terguncang ketika saya tiba-tiba mengetahui bahwa Ibu saya berselingkuh dari Ayah saya saat saya duduk di bangku kelas 8 SMA, dan adik laki-laki saya yang pada saat itu masih duduk di bangku kelas 7*

SMP. Penyebab terjadinya perselingkuhan tersebut dikarenakan kurangnya komunikasi dan kurang perhatian satu sama lain selama 3 tahun terakhir (2019-2022), pada saat itu hanya saya dan adik saya yang mengetahui tentang perselingkuhan yang terjadi pada Ibu, Ayah baru mengetahui kasus perselingkuhan itu saat sebulan setelah sah bercerai. Selama 3 tahun terakhir, Ibu dan Ayah bertengkar setiap hari, mereka sering melampiaskan kekesalan tersebut pada anak-anak secara tiba-tiba. Sehingga akhirnya Ayah sempat tidak pulang selama 3 hari, stop nafkah selama 2 bulan, karena ingin memberikan pemahaman kepada Ibu. Akan tetapi, Ibu malah menceraikan Ayah pada tahun 2022. Hal tersebut tidak berdampak secara psikologis kepada adik laki-laki saya. Tetapi selama 3 tahun itu, saya merasa sangat terguncang karena pertengkaran yang terjadi setiap hari. Sehingga, pada akhirnya saya memutuskan untuk pergi ke Psikiater di RSUD Bandung pada saat saya kelas 9 SMA (hanya berobat 4 bulan karena Covid sedang naik) dan pengobatan baru dilanjutkan lagi dari bulan Juli 2024 sampai sekarang di Psikiater RS AMC Cileunyi.”

Berdasarkan data hasil studi awal di atas, hal yang membuat peneliti tertarik untuk meneliti penelitian ini dikarenakan peneliti ingin mengeksplorasi pengalaman, serta memahami bagaimana masing-masing subjek memaknai perceraian pada orang tua, dan memanifestasikan pengalaman psikologis yang berbeda. Maka dari itu, peneliti mengangkat judul penelitian “GAMBARAN KECEMASAN PADA KORBAN PERCERAIAN ORANG TUA”.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis merumuskan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini mengenai gambaran kecemasan pada korban perceraian orang tua.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi lebih dalam mengenai gambaran kecemasan pada korban perceraian orang tua.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis dengan memperkaya pemahaman mengenai gambaran pengalaman kecemasan pada korban perceraian orang tua melalui pendekatan fenomenologi.

Kegunaan Praktis

Dari segi praktis, peneliti berharap bahwa penelitian ini bisa memberikan manfaat praktis bagi berbagai pihak. Bagi partisipan, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana refleksi untuk memahami pengalaman emosional yang dialami setelah perceraian orang tua serta proses penyesuaian diri yang telah dijalani. Bagi orang tua dan keluarga, hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman bahwa setiap anak memiliki cara yang berbeda dalam memaknai dan merespons perceraian orang tua, sehingga diperlukan dukungan emosional, komunikasi, dan pola pengasuhan yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing anak.

