

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Penerimaan diri (*self-acceptance*) menurut Hurlock (1999) adalah “tingkat dimana individu benar-benar mempertimbangkan karakteristik pribadinya dan mau hidup dengan karakteristik tersebut” (h. 434). Dengan penerimaan diri, individu dapat menghargai segala kelebihan dan kekurangan dalam dirinya.

Penerimaan diri menurut Jersild (1974, dalam Hurlock, 1995) menjelaskan bahwa penerimaan diri adalah derajat dimana individu memiliki kesadaran terhadap karakteristiknya, kemudian ia mampu dan bersedia untuk hidup dengan karakteristik tersebut.

Penerimaan diri merupakan salah satu bentuk dari suatu kebutuhan dan kewajiban manusia agar dapat menjalani kehidupannya, karena menerima diri berarti menerima keadaan dirinya dan lingkungan sekitarnya, sehingga mereka mampu beradaptasi dalam setiap peristiwa kehidupannya dan mampu mengendalikan masalah yang ada di kehidupannya.

Manusia bukan hanya harus menerima dirinya secara fisiologis saja namun secara psikologis juga ia harus mampu menerima keadaan yang dihadapinya, karena memang setiap manusia tidak akan lepas dari berbagai masalah. Dengan adanya penerimaan diri manusia akan mampu mengaktualisasikan kemampuan dirinya dengan lebih sempurna, dan akan membantu individu itu untuk dapat berfungsi secara ideal serta dapat mengembangkan segala potensi dan yang mereka miliki secara lebih optimal.

Menerima keadaan yang tidak diharapkan memang akan sulit dimana seseorang harus merubah kebiasaan kehidupan sebelumnya dan harus beradaptasi kembali pada kenyataan hidup yang sudah berbeda, dan harus belajar untuk menyesuaikan diri dengan keadaan yang baru.

Orang dengan kepribadian yang sehat adalah mereka yang dipandang mampu beradaptasi dengan baik. Yang mana mereka bisa mengoptimalkan kemampuannya dalam beradaptasi didalam lingkungan masyarakatnya. Mereka memiliki sejenis pengalaman yang dapat disebut sebagai keserasian internal atau inner harmoni dalam konteks bahwa mereka berada dalam keadaan damai bersama orang lain serta dengan diri mereka sendiri (Hurlock, 1986).

Ciri-ciri penerimaan diri menurut Osborne (1992) adalah orang yang mampu mengendalikan ambisinya, tidak pandai mengeluh, tidak mudah menyerah, tidak mudah tersinggung, mengendalikan kemarahan, hidupnya berorientasi pada masa kini dan masa depan, tidak mengharapkan belas kasih orang lain.

Menurut Hurlock (2000) menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa transisi atau yang biasa disebut dengan usia belasan yang tidak menyenangkan, dimana terjadi juga perubahan pada dirinya baik secara fisik, psikis, maupun secara sosial. Pada masa transisi tersebut kemungkinan dapat menimbulkan masa krisis, yang ditandai dengan kecenderungan munculnya perilaku menyimpang. Pada kondisi tertentu perilaku menyimpang tersebut akan menjadi perilaku yang mengganggu. Pada usia tersebut, seseorang sudah melampaui masa kanak-kanak, namun masih belum cukup matang untuk dapat dikatakan dewasa. Maka pada masa ini remaja cenderung masih sulit untuk menyesuaikan dirinya belum menemukan jati dirinya. Kebiasaan saat anak-anak masih terbawa namun ia ingin dipandang sebagai orang dewasa dan menginginkan kebebasan untuk melakukan yang ia mau. Dibalik itu remaja memiliki emosi yang masih belum stabil sehingga diharuskan pendampingan yang seimbang dari kedua orang tuanya. Jika keadaan orang tua mereka tidak baik maka akan menimbulkan efek tertentu untuk remaja tersebut, dan menyebabkan tekanan tersendiri untuknya apalagi bila terjadi perceraian orang tua.

Adapun pengertian perceraian sebagai berikut, perceraian adalah suatu peristiwa yang menandai berakhirnya suatu hubungan antara pasangan suami isteri (Santrock, 2002). Sementara menurut Hurlock (1996) perceraian merupakan kulminasi dari penyesuaian perkawinan yang buruk, dan terjadi bila antara suami dan istri sudah tak mampu lagi mencari cara penyelesaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak, sehingga putusnya suatu hubungan pernikahan.

Saat ini tekanan sosial di masyarakat (*social pressure*) memandang perceraian sebagai hal yang biasa dan memang sudah di pandang suatu kewajaran, karena tidak sedikit orang yang memberikan sugesti kepada pasangan suami istri yang sedang tidak harmonis untuk memakai pilihan mengakhiri pernikahan mereka.

Fenomena perceraian sudah banyak terjadi pada semua kalangan, tidak hanya kasus akhir-akhir ini saja namun kasus perceraian sudah banyak dilakukan oleh orang-orang terdahulu, meskipun hal tersebut sangat di benci oleh Allah SWT. Perceraian dianggap sebagai solusi yang paling baik ketika hubungan mereka sudah tidak seharmonis yang dulu.

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengungkapkan bahwa angka perceraian di Indonesia menjadi yang tertinggi di Asia Pasifik. Namun laju keputusan suami-istri untuk mengakhiri hubungan pernikahan tidak kunjung menurun. Dan dari data yang disebutkan oleh Kementerian Agama membenarkan peningkatan tren perpisahan suami istri di negara ini. Berdasarkan data yang diperoleh oleh badan pusat statistik terhitung sejak tahun 2009-2016, terlihat kenaikan angka perceraian mencapai 16 hingga 20 persen. Terhitung pada tahun 2015 saja sebanyak 347.256 gugatan perceraian yang masuk, dan hampir 90% penggugat adalah pihak perempuan dengan usia muda hingga tua ingin melakukan perceraian. Adapun tiga

provinsi dengan tingkat perceraian yang paling tinggi ialah provinsi Jawa Tengah (525.000 kasus), Jawa Timur (509.000 kasus), dan Jawa Barat (437.000 kasus).

Menurut Amato & Booth (dalam Santrock, 2003) anak-anak dan remaja yang orang tuanya akan bercerai, memperlihatkan penyesuaian diri yang buruk sebelum orang tuanya itu bercerai.

Patrick F. Fagan & Aaron Crurchill (dalam jurnal *the effect of divorce on children*, 2012) mengadakan penelitian mengenai dampak perceraian pada remaja yang berada di Amerika Serikat mengungkapkan efek dari perceraian akan mengganggu remaja mulai dari hati, pikiran, dan jiwa yang berkisar dari sedang hingga berat, dan dari jangka pendek hingga jangka panjang, efek ini sangat banyak dan serius. Sedangkan di Amerika itu sendiri data perceraian yang tercatat sekitar 1.044.000 kasus sejak tahun 1988 hingga tahun 2012.

Peristiwa perceraian itu menimbulkan akibat terhadap anggota keluarga terutama anak. Akibat perceraian menimbulkan perasaan yang tidak menentu, sejak saat itu ayah atau ibu menjadi tidak berperan efektif sebagai orang tua untuk mengasuh anak-anaknya dan tidak lagi memperlihatkan tanggung jawab penuh dalam mengasuh anak (Dagun, 2002). Maka dari itu remaja dengan orang tua yang bercerai bukan berarti dia hanya harus pasrah menerima keadaan dan berdiam diri saja, namun ia juga harus berusaha untuk menerima keadaan ayah dan ibunya yang telah berpisah sehingga hidupnya terasa nyaman dan dapat melanjutkan kehidupan.

Menurut Berlin (dalam Don Brown, 2017) mengatakan bahwa anak-anak yang tumbuh dalam keluarga yang utuh yakni bersama orang tua biologis akan lebih baik dalam berbagai hasil dibandingkan dengan anak yang tumbuh dengan anak yang tinggal dengan keluarga dengan orang tua tunggal. Keadaan orang tua yang bercerai tidak menjadi alasan satu-satunya anak memiliki banyak masalah, namun hal tersebut menjadi salah satu faktor penyebabnya. Yakni menjadi penyebab tingkat putus sekolah yang lebih tinggi, kehamilan remaja, kenakalan remaja,

atau hasil negatif lainnya yang kita lihat. Tidak semua anak dengan orang tua tunggal akan menjadi gagal dalam segala hal, tidak sedikit dari anak yang hanya diasuh oleh orang tua tunggal menjadi anak yang berhasil dan membuktikan yang terbaik untuk dirinya.

Menurut Hetherington, dkk. (dalam Santrock, 2003) tidak sedikit anak dan remaja bertumbuh di dalam keluarga yang bercerai, dan kebanyakan anak dan remaja awalnya mengalami stres yang cukup besar ketika orang tua mereka bercerai, dan mereka menghadapi resiko masalah perilaku. Akan tetapi, perceraian juga dapat mengeluarkan anak dan remaja dari perkawinan yang berkonflik. Banyak anak dan remaja yang keluar dari perceraian sebagai individu yang cakap.

Dampak perceraian pada remaja sendiri mempengaruhi beberapa faktor dalam kehidupannya seperti yang diungkapkan oleh Santrock (2003) bahwa perceraian akan mempengaruhi perubahan perkembangan pada remaja tersebut, akan memberikan konflik pada remaja itu, akan memberikan masalah jenis kelamin atau perwalian maksud dari hal ini adalah memperkirakan nilai positif antara peran orang tua dan anak, pendapatan dan tekanan ekonomi karena merupakan faktor penting dalam penyesuaian remaja setelah orang tuanya bercerai.

Data diatas membuktikan bahwa maraknya kasus perceraian akan berbanding lurus dengan dampak pada anak mereka, tidak sedikit anak yang mengalami masalah setelah mengalami hal tersebut, dan karena efek pada remaja itulah pada penelitian ini mengambil subjek remaja.

Dampak dari perceraian kepada remaja adalah cara menyesuaikan dirinya terhadap keadaan hidup yang baru, bagaimana dia menjalankan dan mengembangkan kehidupannya di masa yang akan datang dimana ia dituntut untuk mandiri dan berjuang mencari keseimbangan diri hal itu otomatis harus dibangun kembali dan diperbaiki oleh dirinya. Menurut data KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) dalam website koran republika *online* pada tahun 2017,

mengungkapkan bahwa anak-anak yang korban perceraian akan mengalami dampak psikologis seperti trauma atau kondisi mental yang tidak stabil. Selain itu, mereka juga rawan menerima bentuk-bentuk kekerasan akibat ego dari orangtua yang sudah bercerai. Relasi orangtua dengan anak remaja harus terjaga, begitu pula dengan kasih sayang sehingga mental remaja tersebut tetap stabil.

Menurut penelitian dari Taufikurrahman di IAIN Antasari Banjarmasin dan data dari KPAI (republika online, dimuat pada bulan april tahun 2017) dampak dari perceraian terhadap remaja hampir selalu buruk, banyak yang mengalami masalah psikologis dan sosial selama bertahun-tahun akibat dari stres yang berkepanjangan. Jika seorang remaja yang orang tuanya berpisah mereka menampakkan pemberontakan akan kesakitannya dengan berperilaku menjadi nakal, sulit diatur, mudah marah karena sering melihat orang tua yang terus bertengkar, kehilangan figur orang tua, sedih, mengurung diri, depresi, dan kehilangan identitas sosialnya, menarik diri dari lingkungan. Terlebih lagi dari proses orang tua untuk bercerai tidaklah sebentar, efek dari menyaksikan pertengkaran selama bertahun-tahun, perilaku sang ayah terhadap ibu, dan peristiwa-peristiwa traumatis lainnya yang anak saksikan sebelum mereka bercerai. Efek perceraian pada masing-masing anak akan berbeda, begitu pula penerimaan dirinya akan berbeda.

Dalam artikel berjudul dampak perceraian terhadap mental remaja yang dimuat di *sehatfresh.com* pada tahun 2016. Menyebutkan bahwa remaja dengan ketidakstabilan emosi ini bisa keluar dalam berbagai bentuk. Entah ia akan menjadi remaja yang pemarah, lebih sensitif, atau tidak menutup kemungkinan ia akan menjadi remaja yang menutup diri. Resiko buruk yang terjadi adalah hilangnya rasa percaya terhadap sebuah hubungan. Hal ini bisa terjadi, karena

contoh yang ada dihapannya adalah terjadinya sebuah perceraian yang sebelum atau sesudahnya memiliki kondisi yang buruk.

Resiko memiliki perilaku kasar dan egois juga menjadi salah satu dampak negatif dari terjadinya perceraian. Mental yang tidak lagi kuat membuat remaja mudah melakukan tindak kekerasan. Tidak hanya itu, remaja yang orangtuanya bercerai akan lebih mungkin memiliki resiko untuk mencoba mengonsumsi narkoba, minuman keras, hingga terlibat dalam pergaulan bebas.

Kemampuan untuk mengeksplorasi diri juga akan berkurang bagi remaja yang mengalami perceraian pada kedua orangtuanya. Hal ini terjadi, karena remaja yang orang tuanya bercerai memiliki masalah yang kompleks yang terjadi pada diri mereka dan keluarga. Sehingga kemampuan untuk menguasai diri akan lebih rendah dibanding dengan mereka yang memiliki keluarga utuh dan normal.

Menurut Dagun (2002) dampak perceraian tidaklah selalu membawa akibat yang negative, banyak peneliti menemukan bahwa anak yang diasuh satu orang tua akan jauh lebih baik daripada anak yang diasuh oleh keluarga utuh yang selalu diselimuti rasa tertekan. Sikap untuk menghindari situasi konflik, rasa tidak puas, perbedaan paham yang terus menerus, maka perceraian itu satu-satunya jalan keluar untuk memperoleh ketentraman diri.

Subjek pada penelitian ini adalah seorang laki-laki mahasiswa psikologi yang sekarang berusia 22 tahun yang menjadi korban perceraian pada usia ± 16 tahun, subjek memiliki dua kakak (satu laki-laki dan satu perempuan). Hubungan orang tua sebelum ada masalah menurut subjek merupakan pasangan yang sangat ideal dan harmonis. Menurut keterangan Ibu subjek, keretakan keluarga dirasakan awalnya saat ayah subjek menjadi acuh tak acuh, tidak perhatian, kurang hangat dan semakin lama hubungan mereka berangsur-angsur semakin tidak baik. Saat

itu subjek masih berumur kurang lebih satu tahun. Namun, pertama kali subjek melihat dan mengerti bahwa hubungan orang tuanya tidak baik ketika subjek berusia taman kanak-kanak saat usia \pm 4-5 tahun, subjek melihat tanda di lemari jati yaitu seperti ada bekas orang yang didorong ke lemari tersebut dan subjek menyadari bahwa ternyata itu bekas terjatuhnya ibu subjek yang di dorong oleh ayahnya, dan ia melihat tubuh ibunya yang sudah memar-memar.

Subjek juga mengetahui bahwa sang ayah berselingkuh hingga lima kali, sampai akhirnya setelah rentang waktu yang cukup lama mengalami keadaan rumah tangga yang tidak baik akhirnya ayah dan ibu subjek bercerai saat ia kelas 2 SMA. Selama rentang waktu tersebut yaitu sekitar 12 tahun subjek selalu menyaksikan dan mengetahui masalah apa saja yang terjadi antara ayah dan ibu subjek. Dampak dari konflik orang tua yang dirasakan oleh subjek yaitu menjadi lebih berhati-hati dalam bersikap, berbicara kepada orang lain, tetapi tidak mengurangi kedekatan subjek dengan teman-teman dilingkungannya. Subjek mengatakan efek dari kejadian ini menjadikan perasaan ia lebih sensitif jika menghadapi suatu masalah ataupun melihat peristiwa menyedihkan lainnya, dan merubah dirinya menjadi orang yang sulit menyampaikan kesedihan kepada orang lain. Subjek menyebutkan jika alasan masuk psikologi adalah untuk memperbaiki keadaan keluarganya serta dirinya menyatakan dengan mengikuti berbagai perlombaan membuat ia lebih percaya diri.

Menurut penelitian dari Patrick F. Fagan, dkk (2012) mengungkapkan bahwa efek dari perpecaian pada anak laki-laki terutama remaja akan memengaruhi pandangan akan pernikahan, karena mereka kurang mendapatkan peran kedekatan antara ayah dan ibunya, maka peran ayah sangat dibutuhkan untuk meumbuhkan perilaku kedekatan. Oleh karena itu keterampilan interpersonal melalui seorang ayah lebih penting untuk anak laki-laki. 67 anak laki-laki yang berasal dari rumah yang tanpa ayah mengalami identifikasi seksual yang lebih feminin.

Keluarga merupakan kebahagiaan yang utama dalam kehidupan seseorang, dan semua orang mengharapkan keluarga yang utuh dan harmonis. Terutama bagi anak, pasti menginginkan keluarga yang utuh. Ketika orang tua bercerai maka keadaan disekitarnya akan berbeda, maka kehidupan anak akan berbeda pula. Dengan keadaan yang berbeda itulah akan merubah keadaan anak, dimana efek pada diri anak tersebut akan menjadi lebih baik atau malah sebaliknya. Oleh sebab itu bagaimanakah gambaran proses penerimaan dirinya dan faktor yang mempengaruhi remaja tersebut. Maka dalam hal ini peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut dengan judul penelitian *“Penerimaan diri pada remaja yang orang tuanya bercerai”*

Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana proses penerimaan diri pada remaja yang orang tuanya bercerai?
2. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri pada remaja yang orang tuanya bercerai?

Tujuan Masalah

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Proses penerimaan diri pada remaja yang orang tuanya bercerai.
2. Faktor-faktor penerimaan diri pada remaja yang orang tuanya bercerai.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan teoritis. Diharapkan dapat menggambarkan bagaimana proses dan faktor subjek dalam menerima diri dalam keadaan orang tua yang sudah bercerai, dengan merujuk pada teori

yang penulis ambil pada penelitian ini. Dan menambah khazanah keilmuan mengenai penerimaan diri itu sendiri.

Kegunaan praktis. Mengetahui gambaran proses penerimaan diri pada subjek yang mengalami perceraian orang tua, dan memberikan manfaat bagi pembaca khususnya yang mengalami perceraian orang tua, serta menjadi wawasan bagi peneliti selanjutnya.

