

## Bab 1 Pendahuluan

### Latar Belakang Masalah

Keluarga merupakan sebuah unit sosial yang utama sebagai pondasi primer bagi perkembangan seorang anak. Oleh karena itu baik buruknya keluarga sangat berpengaruh terhadap pembentukan kepribadian anak. Pernyataan ini sesuai dengan pendapat (Gerungan, 2010) yang menyatakan bahwa keluarga merupakan lingkungan pertama dalam perkembangan seorang anak. Gambaran dari keluarga harmonis yaitu dimana seluruh anggota keluarga berada dengan lengkap, saling pengertian satu sama lain, mengetahui hak dan kewajiban masing-masing, saling mendukung, tidak egois, tidak terjadi kecemburuan yang berlebihan, tidak saling dendam, dan juga tidak terjadi cecok yang berlebihan. Sehingga dapat menjadikan anak-anak tumbuh dan berkembang secara normal, juga dapat mengembangkan potensi yang mereka miliki secara efektif sesuai dengan tingkat perkembangan pada usianya masing-masing (Endriani, 2017).

Sejalan dengan pandangan Islam bahwa orangtua wajib memberikan pengasuhan, memelihara, mendidik anak-anaknya menjadi generasi yang sehat, kuat fisik, jujur, cerdas, ikhlas, beriman, beramal sholeh dan juga berbakti kepada kedua orangtua. Hal ini dijelaskan dalam Al Quran surat Al-An'am ayat 151 dan surat Al-Baraqaah ayat 233. Kedua ayat ini menjelaskan bahwa orangtua memiliki kewajiban untuk menjaga, menyayangi dan merawat anak-anaknya. Penjelasan dalam arti Al-Quran sebelumnya ibu memiliki kewajiban untuk menyusui anak-anaknya dan ayah menafkahnya. Kemudian kedua orangtua jangan sampai membunuh anaknya hanya karena takut miskin, karena telah Allah Swt. janjikan bahwa anak yang lahir ke dunia telah memiliki rezeki masing-masing.

Pada kenyataannya, ada sebagian remaja hidup bersama keluarga yang tidak dapat menjalankan peran fungsinya dengan baik, seperti contohnya remaja yang mengalami *broken home*. Menurut Kamus Besar Psikologi *broken home* artinya keluarga yang retak ataupun rumah tangga yang berantakan (Chaplin, 2006). Menurut Willis (2009) keluarga yang retak terbagi ke dalam dua aspek diantaranya yaitu, pertama diakibatkan karena strukturnya tidak lagi utuh dimana salah satu orangtua meninggal atau bercerai, aspek yang kedua orangtua tidak bercerai namun struktur dalam keluarganya tidak lagi utuh, maksudnya kedua orangtua tidak lagi menjalankan peran sebagaimana mestinya mereka lebih jarang dirumah, tidak lagi menunjukkan

kasih sayangnya, dan sering terjadi pertengkaran diantara keduanya sehingga menimbulkan ketidaksehatan psikologis. *Broken home* dapat digambarkan dengan keadaan keluarga yang tidak lagi utuh karena disebabkan oleh perceraian, meninggal, ataupun pergi meninggalkan keluarga (Chaplin, 2006).

Anak atau remaja korban *broken home* sering kali dikaitkan dengan kasus kenakalan remaja yang dipilih sebagai pelarian mereka dalam melampiaskan rasa kekecewaannya. Kasus *broken home* yang tercatat adalah kasus kekerasan dan perceraian yang terjadi seperti data yang didapat dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KEMENPPPA) Per tanggal 1 Januari hingga 6 November 2020 menunjukkan kasus kekerasan pada perempuan yaitu sebanyak 5.573 kasus dan mayoritas dari kasus tersebut adalah KDRT yaitu sebanyak 3.419 kasus atau 60,75% (Masamba, 2020). Kasus perceraian di Indonesia meningkat dari tahun 2015 sebanyak 5,89% pasangan suami istri bercerai hidup yang jumlahnya sekitar 3,9 juta kasus perceraian dari 67,2 juta rumah tangga yang ada, hingga tahun 2020 persentase perceraian naik sebanyak 6,4% dari 72,9 juta rumah tangga ataupun 4,7 juta pasangan yang melakukan perceraian hal ini diungkapkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS). Data perceraian ini sudah termasuk bercerai akibat salah satu pasangan meninggal dunia (Maharrani, 2021). Alasan utama untuk dua kasus yang terjadi diatas (KDRT dan perceraian hidup) adalah karena faktor ekonomi, dan pertengkaran yang terus menerus. Gaji ataupun pemasukan yang tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan hidup dalam keluarga sering kali dapat menimbulkan terjadinya kekerasan akibat rasa frustrasi, hingga berakhir pada perceraian dalam keluarga, hal tersebut sejalan dengan penelitian Dagun (2002) yang mengatakan bahwa banyak faktor yang dapat menyebabkan terjadinya kasus *broken home* diantaranya yaitu akibat persoalan ekonomi, perbedaan usia, keinginan memperoleh anak dan juga persoalan tentang perbedaan prinsip.

Kemudian disebutkan pula dampak *broken home* bagi anak mereka menjadi kurang kasih sayang, kurang kontrol, dan anak menjadi merasa terbebani. Dalam penelitian Achilike (2017) menyatakan bahwa rumah tangga yang retak (*broken home*) menciptakan jalan bagi masalah sosial dan psikologis seperti ketidaksosialan, kurangnya cinta, rasa yang tidak aman, membolos ketika sekolah, dan gangguan emosional yang mempengaruhi konsentrasi siswa dalam kegiatan belajarnya dikelas. Undang-Undang pasal 105 tahun 1991 menyatakan bahwa anak dibawah usia 12 tahun dipelihara oleh ibunya, sedangkan anak yang berusia lebih dari 12 tahun boleh

memutuskan pilihan untuk tinggal dengan ayah ataupun ibunya (Khair, 2020). Hal tersebut memicu terjadinya perebutan hak asuh anak dan pelanggaran tentang perlindungan anak. Kasus perebutan hak asuh ini juga terkadang berakhir pada penculikan anak, pelarian, pengekangan, dan penyiksaan baik fisik maupun secara psikologis anak (Sidabukke, 2010). Hal tersebut menimbulkan dampak psikologis yang cukup buruk terhadap anak karena anak akan mengalami rasa kebingungan, kurang percaya pada diri sendiri, kurang percaya pada orangtua, hingga depresi (Fahlevi, 2016).

Menurut Hurlock (2011) masa remaja terbagi kedalam tiga yaitu masa remaja awal (12-14 tahun), masa remaja tengah (15-17 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun). Ketika terjadinya keretakan rumah tangga dalam keluarga menjadi sebuah bahaya bagi perkembangan psikologis remaja karena pada fase ini baik remaja laki-laki maupun remaja perempuan sedang merasa tidak percaya diri dan bergantung pada keluarganya untuk memperoleh rasa aman.

Tidak semua remaja *broken home* menjerumuskan dirinya dalam kenakalan. Remaja yang mampu menerima keadaan masa lalunya akan lebih mampu menerima kelebihan dan kekurangan dalam diri (Ramadhani et al., 2016). Disisi lain ada juga dari mereka yang melakukan *coping stress* dengan baik sehingga dapat beradaptasi pada masalah yang sedang dialaminya, salah satu bentuk resiliensinya yaitu melakukan *self compassion* dengan berusaha menerima semua yang terjadi dalam keluarganya, mereka memahami bahwa kegagalan dalam keluarganya bukan alasan untuk terus merasakan keterpurukan ataupun penderitaan.

Menurut Neff (2003) *self compassion* adalah memberikan pemahaman dan kebaikan pada diri sendiri saat mengalami sebuah kegagalan atau saat melakukan kesalahan, tidak akan menghakimi diri sendiri secara keras, ataupun mengkritik diri sendiri dengan berlebihan atas ketidak sempurnaan, kegagalan dan kelemahan yang dialami. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Neff (2003) menunjukkan bahwa *self compassion* efektif untuk mengendalikan emosi negatif yang muncul pada seseorang. Menurut Neff (2018) *self compassion* mulai berkembang pada seseorang saat mereka memasuki usia remaja yaitu sekitar usia 14 sampai dengan 18 tahun. Penelitian yang dilakukan oleh Harning (2018) menyatakan terdapat hubungan antara *self compassion* dengan resiliensi pada remaja dengan keluarga bercerai, berarti menandakan bahwa *self compassion* merupakan salah satu hal yang mampu mempengaruhi resiliensi pada keluarga bercerai. Penelitian ini juga dilanjutkan oleh Hermansyah (2019) yang menunjukkan bahwa

sumbangan yang diberikan *self compassion* terhadap resiliensi adalah sebesar 30,7% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yaitu dukungan sosial, kognitif, intelegensi dan sumber daya psikologis individu. Smith (2015) juga menyatakan dalam penelitiannya bahwa *self compassion* dapat menyangga efek negatif dari stress ketika individu sedang mengalami kesulitan.

Dalam memahami bagaimana pemikiran dari seorang remaja korban *broken home*, peneliti melakukan *study awal* kepada remaja yaitu laki-laki atau perempuan yang berusia 15-21 tahun. Pengambilan data dilakukan menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara terhadap 11 orang remaja yaitu 9 orang remaja perempuan dan 2 orang remaja laki-laki. Usia para responden tersebut yaitu 5 orang berusia 21 tahun, 4 orang berusia 20 tahun, 1 orang berusia 16 tahun, dan 1 orang berusia 15 tahun. Penyebab mereka mengalami *broken home* bermacam-macam, 8 remaja mengatakan karena orangtua yang bercerai, 1 remaja karena salah satu orangtua meninggal, dan 2 orang remaja *broken home* karena hubungan yang tidak baik antara kedua orangtua dan anaknya. Kasus perceraian 80% diakibatkan oleh terjadi perselingkuhan diantara kedua orangtua mereka masing-masing, 20% sisanya karena ketidakcocokan dan faktor ekonomi. Kemudian kasus hubungan yang kurang baik antara orangtua dan anaknya akibat dari ayah yang kasar. Responden yang orangtuanya meninggal disebabkan oleh penyakit diabetes yang diderita oleh ayah responden.

Kemudian yang dipikirkan oleh mereka terhadap keluarganya saat ini seperti merasa kehilangan, tidak memiliki keluarga, tetapi sebagian besar sudah dapat mengikhlaskan untuk memilih pada kebahagiaannya masing-masing. Responden yang memiliki hubungan kurang baik dengan orangtua menjadi tidak betah dirumah. Setelah terjadinya konflik dalam keluarga, pandangan para responden terhadap kedua orangtuanya juga berbeda-beda ada yang membenci keduanya, membenci salah satu pihak, tetap menyayangi, sakit hati, dan ada juga yang berharap kedua orangtuanya saling mengoreksi diri karena masalah yang menyimpannya itu. Perasaan yang dirasakan responden juga bermacam-macam.

Perasaan negatif seperti rasa miris, sedih, sesak, hancur, lelah, tidak peduli, perasaan berharap kepada kedua orangtuanya supaya bisa kembali bersama lagi padahal sudah tidak memungkinkan lagi. Perasaan yang muncul pada salah satu subjek yaitu perasaan positif karena bangga kedua orangtuanya masih menjalani komunikasi yang baik walaupun sudah berpisah. Selanjutnya cara mereka dalam melampiaskan emosi dan menyelesaikan masalahnya pun

berbeda, ada yang melampiaskan ke hal-hal yang negatif seperti kenakalan remaja seperti merokok, minuman keras, narkoba, geng motor supaya ia mendapatkan kesenangannya, mencari kesenangan diluar rumah seperti sering pergi nongkrong dengan teman-teman sejawatnya, dan menangis. Ada juga yang melampiaskan masalahnya kedalam hal yang positif seperti berbagi cerita dengan orang terdekat, dan mendekatkan diri pada Allah Swt.

Jika dirangkum dari hasil studi awal terdapat macam-macam cara remaja dalam menghadapi permasalahan yang terjadi dalam keretakan keluarganya, seperti mencari dukungan dari orang lain, mencari kesenangan kepada hal yang kurang produktif seperti merokok, minuman keras, geng motor, narkoba, menyelesaikan masalahnya sendiri dengan mendekatkan diri kepada Allah dan juga memfokuskan diri sehingga menemukan sebuah solusi yang dapat membuat dirinya mejadi lebih tenang dengan cara berbagi cerita, menerima diri hingga dapat bersikap positif. Sejalan dengan penelitian Warga (1972) remaja yang mengalami *broken home* akan mengalami *Academic Problem* seperti malas belajar, tidak bersemangat, tidak berprestasi, *sexual problem* yang krisis kasih sayang sehingga ditutupi dengan memenuhi hawa nafsu, *spiritual problem* akibat dari kehilangan *figure's father* sehingga Tuhan atau orang-orang rohani hanya dianggap bagian dari sandiwara kemunafikan. Jika dilihat dari segi psikologis mereka akan mengalami kesedihan juga kehancuran hati sehingga memandang hidup ini sia sia dan mengecewakan. Mereka juga bisa menjadi seorang homo, lesbian, sex bebas. Kecenderungan bersikap masa bodo, ugal - ugalan, kasar, egois, tidak mendengarkan nasihat. Mereka juga merasa kehilangan nilai kehidupan yang benar sehingga baginya hidup ini tidak ada yang baik dan benar yang ada hanya menyenangkan dan tidak menyenangkan sehingga mereka melakukan apapun yang menurut mereka menyenangkan (Prabandani & Santoso, 2017).

Strategi yang digunakan remaja untuk melupakan masalah yang terjadi dalam keluarganya juga pun bermacam-macam. Tidak sedikit juga anak remaja yang membuat variasi koping stressnya dengan hal-hal kebaikan. Seperti dalam penelitian Said et al. (2019) remaja berprestasi yang memiliki keluarga *broken home* menunjukkan bahwa dirinya tetap dapat mempertahankan prestasinya untuk membalas kebaikan orang terdekatnya yang telah memberikan dukungan sosial terhadapnya. Selain itu, religiusitas juga menjadi salah satu faktor seorang anak tetap berusaha menjaga dirinya dari pengaruh negatif yang ada di sekitarnya. Kemudian yang terakhir, usia dan dukungan sosial juga sangat penting untuk seorang remaja

bertahan dalam permasalahan perceraian kedua orangtuanya dan juga tetap mempertahankan prestasinya.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan pengkajian secara mendalam tentang “Gambaran *self compassion* (Belas kasih diri) pada Remaja *Broken Home*”.

### **Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka dapat ditarik rumusan masalah :  
Bagaimana gambaran dimensi *self compassion* pada remaja *broken home*?

### **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini: Mengetahui gambaran dari dimensi *self compassion* pada remaja *broken home*

### **Kegunaan Penelitian**

#### a) Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi atau masukan dalam bidang psikologi terutama dalam bidang psikologi perkembangan dan psikologi klinis terkait *self compassion* pada remaja *broken home*.

#### b) Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi dan juga pemahaman yang baru sehingga nantinya dapat diterapkan oleh masyarakat betapa pentingnya penerapan *self compassion* pada remaja *broken home*.