

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam kehidupan rumah tangga, permasalahan dapat datang dari tuntutan ekonomi, pekerjaan, perbedaan pendapat suami dan istri, anak, dan lain-lain. Dalam kehidupan masyarakat saat ini, perceraian umum dilakukan sebagai jalan keluar apabila sudah tidak mampu untuk menyelesaikan masalah dan tidak ingin anak-anak mereka hidup di dalam konflik berkepanjangan orang tuanya. Meningkatnya angka kasus perceraian di Indonesia ditunjukkan oleh data yang dimuat dalam berita Kumparan.com di tahun 2015 yang mencatat 398.245 gugatan yang kemudian meningkat pada tahun 2017 menjadi 415.898 gugatan cerai. Menurut data yang dimuat dalam kanal berita online netz.id, jumlah kasus perceraian di tahun 2019 meningkat menjadi 604.997 gugatan cerai dari seluruh Indonesia.

Perceraian adalah perpisahan legal yang dialami suami istri sebelum adanya kematian salah satu pasangan dan merupakan suatu perubahan keadaan yang terjadi di dalam keluarga di mana dampaknya dapat dirasakan pula oleh anak (Rice & Dolgin dalam Dewi & Utami, 2008). Anak harus kembali beradaptasi dengan perubahan yang ada dan memakan waktu yang membuat anak kesulitan memahami perubahan lingkungannya (Tasmin dalam Hidayatulloh, 2010). Dengan adanya perpisahan orang tua, maka anak akan memasuki kondisi yang baru, dimana anak akan diperhadapkan dengan permasalahan yang lebih intens karena adanya perubahan peran dan interaksi di dalam keluarga (Tucker, Barber, dan Eccles, 2001).

Pada umumnya, perceraian memberikan dampak pada anak, baik dari aspek psikologis, akademik, dan kesehatan (Rice & Dolgin dalam Dewi & Utami, 2008). Pada aspek psikologis, anak cenderung mengalami depresi lalu tumbuh dengan perasaan kesepian, tidak bahagia, dan adanya perasaan cemas dan tidak berharga (McDermot dalam Stevenson & Black, 1995). Penyebab remaja mengalami dampak psikologis dari perceraian orang tuanya adalah karena anak dapat merasa bersalah dan menyalahkan diri sendiri sebagai alasan orang tuanya bercerai (Untari dkk, 2018). Dalam bidang kesehatan, anak dengan orang tua bercerai memiliki masalah kesehatan yang lebih tinggi serta lebih sering menggunakan layanan kesehatan dibanding anak dengan orang tua yang tidak bercerai (Cafferata & Kasper; Jennings & Sheldon; Moreno; Worobey & Angel, dalam Stevenson & Black, 1995). Sedangkan pada aspek akademik, penelitian menunjukkan performa anak dengan orang tua bercerai memiliki nilai lebih rendah jika dibandingkan dengan anak yang orang tuanya tidak bercerai. Anak akan terpengaruh stres keluarga yang terjadi sehingga mempengaruhi fokus belajar dan performa anak pada aspek akademik (Stevenson & Black, 1995).

Di sisi lain dampak dari perceraian orang tua pada remaja juga dipengaruhi oleh tahap perkembangannya, yaitu pada usia remaja, individu mengalami masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Dalam masa perkembangan ini, remaja akan mengalami banyak perubahan, fisik maupun psikis (Monks, Knoers, & Haditono, 2006). Perubahan fisik yang dialami remaja adalah bagian dari pubertas yang meliputi tumbuhnya jakun pada remaja laki-laki, berkembangnya payudara pada remaja perempuan, berkembangnya alat reproduksi, dan tumbuhnya rambut pada area-area tubuh tertentu (Papalia, 2012). Pada masa remaja, kemampuan kognitif juga mengalami perkembangan dimana remaja memiliki pola

pikir yang lebih abstrak dan rasional serta mampu memecahkan masalah (Khairat & Adiyanti, 2015).

Pada tahapan ini, menurut Piaget, remaja memasuki tahapan perkembangan *formal operational thought*, dimana pada usia ini, remaja sudah mampu berpikir logis dan mulai berpikir mengenai kualitas ideal dari dirinya dan lingkungannya (Santrock, 2011). Dengan begitu, remaja sudah dapat mengenali dampak dari perubahan di lingkungan keluarganya seperti relasi orang tua yang tidak harmonis atau tidak adanya salah satu orang tua di dalam rumah hingga membandingkan keadaan keluarganya dengan keadaan keluarga teman sebayannya yang tidak mengalami perceraian orang tua.

Berdasarkan tahap perkembangan remaja, di dalam keluarga, orang tua berfungsi sebagai pemberi arah, pendamping untuk memperoleh informasi, membangun kontak, membantu dalam menentukan pilihan, dan menyediakan bimbingan sehingga anak mengerti apa yang ia inginkan, apa yang ia minati, dan bagaimana menghadapi situasi-situasi yang menekan seperti tuntutan akademik di sekolah dan permasalahan relasi dengan orang lain. Contohnya, orang tua memberikan penjelasan mengenai pilihan-pilihan yang dihadapi oleh remaja seperti pilihan jurusan yang sesuai dengan kemampuan dan minat anak, orang tua juga berperan sebagai tempat bertukar pikiran apabila anak menghadapi masalah atau suatu kebingungan. Orang tua juga berperan untuk menyediakan fasilitas dalam mengembangkan kemampuan, minat, dan bakat anak yang akan berpengaruh pada masa depannya. Pada tahapan ini, remaja juga mengalami masa pencarian identitas dan jati diri, maka dari itu pada tahap perkembangan ini, orang tua berperan penting untuk pencarian identitas (Santrock, 2011). Orang tua yang menyediakan dukungan

ini akan membuat anak merasa diperhatikan dan dicintai serta menumbuhkan rasa aman pada anak sehingga anak memiliki kepercayaan diri yang tinggi (Youniss & Ruth dalam Santrock, 2011).

Di dalam pembahasan mengenai tahapan perkembangan remaja, Hurlock (dalam Untari dkk, 2018) menyebutkan bahwa pada usianya, remaja mengalami fase “*storm and stress*” dimana adanya ketegangan emosi yang disebabkan oleh perubahan fisik dan kelenjar yang juga dapat berdampak pada meningginya emosi pada remaja, terlebih pada saat remaja dihadapkan dengan situasi menekan dan proses pengambilan keputusan. Remaja yang mengalami perceraian orang tua pada umumnya mengalami penurunan kepercayaan diri lalu menarik diri dari lingkungannya. Hal ini dikarenakan remaja akan mengalami *social comparison*, atau membandingkan keadaannya dengan orang lain atau orang-orang yang memiliki kaitan dengannya seperti teman bermain, sebagai proses mengolah informasi. Remaja akan memiliki penilaian atas kepuasan hidupnya dari keadaan yang dialami dengan standar yang berasal dari lingkungannya (Wood, dalam Diener, Lucas & Oishi, 2002). Dampak tersebut mempengaruhi emosi yang dirasakan oleh remaja, dimana remaja akan lebih banyak merasakan perasaan negatif daripada perasaan positif (Dewi & Utami, 2008).

Dampak yang mempengaruhi emosi juga berkaitan dengan kualitas hidup dan juga dapat dikaitkan dengan *Subjective Well-Being* (selanjutnya disingkat SWB) atau evaluasi seseorang akan hidupnya pada aspek kognitif dan afektif (Dewi & Utami, 2008) meliputi kepuasan hidup dan seberapa sering individu merasakan emosi positif seperti sukacita dan disayangi dan sedikit merasakan emosi negatif seperti sedih dan marah (Diener, Suh, dan Oishi dalam Dewi & Utami, 2008).

Individu dengan SWB yang tinggi, akan memiliki kepercayaan diri karena memengaruhi keberhasilan individu dalam berbagai aspek di hidupnya (Pavot & Diener dalam Dewi & Utami, 2008). Selain itu, dalam keadaan yang menekan, individu yang memiliki tingkat SWB yang tinggi, akan memiliki strategi *coping* dan adaptasi yang baik untuk menghadapi dan menyelesaikan permasalahannya (Dewi & Utami, 2008). Pada SWB, terdapat 3 komponen yang digunakan untuk seseorang dapat mengevaluasi hidupnya. Tiga komponen tersebut adalah *Positive Affect*, *Negative Affect*, dan *Life Satisfaction* (Baumgardner & Crothers, 2009). *Life satisfaction* atau kepuasan hidup adalah sebuah evaluasi kognitif yang mengacu pada seberapa puas seseorang terhadap hidupnya. Kepuasan hidup ini dapat dilihat melalui bagaimana individu merasa kebutuhan hidupnya sudah terpenuhi dan merasa seimbang antara apa yang diinginkan dan apa yang didapatkan. Sedangkan komponen emosi positif dan emosi negatif mengarah kepada perasaan seseorang terhadap hidupnya. Emosi positif mengarah kepada seberapa sering seseorang merasa bahagia, sedangkan emosi negatif mengacu pada seberapa sering seseorang merasa sedih dan cemas (Baumgardner & Crothers, 2009).

Perubahan keluarga yang disebabkan adanya perceraian orang tua dapat menimbulkan perasaan negatif pada remaja karena adanya konflik yang berkepanjangan di dalam keluarga (Dewi & Utami, 2008). Perasaan negatif yang timbul masuk ke dalam salah satu faset dari *subjective well-being* yaitu *Negative Affects*, dimana seorang remaja akan mengalami emosi-emosi negatif seperti kecemasan, perasaan tidak berharga, dan tidak percaya diri. Hetherington (dalam Stevenson & Black, 1995) mengatakan bahwa setelah 6 tahun setelah perceraian orang tua, anak akan tumbuh menjadi seseorang yang merasa kesepian, tidak bahagia, mengalami kecemasan, dan perasaan tidak aman. Bagi anak yang gagal

beradaptasi, persoalan yang terjadi akan terbawa hingga dewasa dan disertai dengan perasaan tidak nyaman dan perasaan tidak dicintai. Hal itu dapat membuat anak merasa tidak diinginkan, sedih, marah, dan kesepian yang akhirnya menyalahkan dirinya sendiri. Sedangkan anak yang berhasil beradaptasi dengan perubahan keadaan karena perceraian orang tua dikatakan cenderung lebih dapat menerima dan melihat perceraian orang tua dengan perspektif yang lebih baik (Tasmin dalam Hidayatulloh, 2010). Sebaliknya, pada penelitiannya, Sun (dalam Dewi & Utami, 2008) mengungkapkan bahwa, perceraian dapat meningkatkan *well-being* pada anak dikarenakan perceraian menjadi jalan keluar untuk kondisi rumah yang tidak harmonis. Menurut penelitian ini, anak akan menjadi lebih merasa aman dan sejahtera karena tidak ada lagi pertengkaran yang memberikan tekanan. Pada proses beradaptasi dengan perubahan dan peristiwa negatif, *subjective well-being* mengacu kepada bagaimana seseorang menilai setiap kejadian dalam hidupnya.

Pada penelitian yang dilakukan oleh De Neve, Diener, Tay, dan Xuereb (2013), *subjective well-being* memiliki peran penting pada remaja. Hal ini dikarenakan remaja yang sedang berada di tahap perkembangannya akan banyak menemui situasi pengambilan keputusan, lalu remaja juga akan mengevaluasi hasil dari keputusan yang diambil. Remaja dengan *subjective well being* yang lebih tinggi akan memiliki *forward-thinking* sehingga juga akan memiliki kemampuan berpikir dan mengambil keputusan untuk jangka panjang. Hasil dari pemikiran dan pengambilan keputusan tersebut diharapkan dapat membantu remaja yang nantinya juga berpengaruh pada lingkungannya. Remaja dengan *subjective well being* yang lebih rendah akan cenderung kesulitan dalam memiliki *self control* dan berpotensi untuk menunjukkan perilaku yang destruktif.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi SWB adalah relasi yang baik, dekat, dan positif dengan orang lain, sehingga individu dapat memperoleh dukungan sosial terlebih kedekatan emosional seperti perasaan dicintai (Tarigan, 2018). Maka dari itu, relasi yang baik dan suportif dari keluarga sebenarnya sangat dibutuhkan dalam proses remaja memasuki fase dewasa muda, dan memberikan remaja bimbingan dalam menentukan pilihan dan mengambil resiko (Steinberg et al., dalam Chong et al., 2006). Keadaan psikologis ini ditandai dengan individu merasakan adanya dukungan dari orang atau kelompok lain dapat memberikan pengaruh kepada kesejahteraan hidup individu (Maslihah, 2011).

Dalam penelitian mengenai kenakalan remaja sebagai dampak perceraian orang tua, Jensen (dalam Sarwono, 2002) mengatakan bahwa perubahan dalam keluarga juga menimbulkan fenomena baru pada masyarakat yang berkaitan dengan kenakalan remaja seperti merokok, mengkonsumsi narkoba, minum-minuman keras, seks bebas, hingga membolos. Maka dari itu, relasi yang baik dan dukungan dari keluarga sebenarnya sangat dibutuhkan dalam proses remaja memasuki fase dewasa muda, dan memberikan remaja bimbingan dalam menentukan pilihan dan mengambil resiko (Steinberg et al., dalam Chong et al., 2006).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap 3 orang remaja dengan latar belakang orang tua bercerai, terdapat dampak yang signifikan dari perceraian orang tua mereka, seperti hilangnya dukungan dari orang karena permasalahan rumah tangga yang tidak bisa diselesaikan, sehingga kedua orang tua jarang berada di rumah. Selain itu, keadaan rumah yang penuh tekanan karena adanya konflik rumah tangga menjadi *stresor* bagi mereka, sehingga sering kali merasakan kecemasan akan masa depan, perasaan tertekan karena pertengkaran, dan merasa tidak diperhatikan atau dianggap penting dalam keluarga. Individu juga

merasakan hilangnya dukungan dalam bentuk keterlibatan orang tua di dalam sekolah, sehingga individu merasa iri dan membanding-bandingkan keadaannya dengan teman-teman sekolahnya.

Selain bersama keluarga, remaja pada masa perkembangannya akan banyak menghabiskan waktunya pada kegiatan belajar di sekolah dan berkomunitas dengan orang/kelompok yang memiliki kegiatan dan rentang usia yang sama (Liu, Tian, Huebner, Zheng, Li, 2015). Keberadaan lingkungan yang mendukung (teman sebaya, teman, guru, sekolah) dengan relasi yang positif dapat membantu anak melewati masa-masa yang menekan dalam hidupnya (Santrock, 2011). Menurut Sarafino (dalam Rensi & Sugiarti, 2010), dukungan sosial mengacu kepada perasaan senang, kepedulian, memberi dan menerima bantuan dari pihak dan kelompok lain. Seseorang yang menerima dukungan sosial akan merasakan bahwa dirinya diperhatikan dan dicintai. Individu yang memiliki relasi yang dekat dengan keluarga, atau teman memiliki pengelolaan permasalahan yang dihadapi sehari-hari lebih baik (Corsini dalam Prayitno, 2005).

Dukungan sosial dapat dikategorikan sebagai elemen yang dapat membantu individu untuk mengurangi dan menghadapi stres dari situasi yang menekan (Yasin Md & Dzulkifli, 2010). Melalui definisi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial diartikan sebagai proses pemahaman seseorang terhadap bantuan yang ia terima yang bersifat verbal atau non-verbal, perhatian, emosi, ataupun fisik/benda dimana akan membuat individu merasa diperhatikan dan dicintai (Bowen dan Richman, 2001). Sehingga bila disimpulkan, dukungan sosial teman sebaya merupakan elemen yang membantu individu menghadapi dan mengurangi tingkatan stres yang muncul akibat dari situasi yang menekan, dimana dukungan

tersebut dipahami dalam bentuk verbal atau non-verbal, emosi maupun fisik dan benda yang diberikan dan diterima oleh individu dengan usia, kegiatan dan minat yang setara.

Pada usianya, remaja banyak menghabiskan waktu dengan teman yang memiliki kegiatan serupa seperti kegiatan belajar, pengembangan bakat dan hobi. Siswa yang terlibat dalam kegiatan positif dan interaksi sosial yang baik akan menjadi seseorang yang lebih adaptif (Rubin, Bukowski & Lursen, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh Yasin Md & Dzulkifli (2010), menemukan bahwa dukungan sosial memiliki korelasi positif dengan kesejahteraan psikologis seseorang yang juga berkorelasi dengan depresi, kecemasan dan stres. Teman sebaya menyediakan persahabatan, hiburan, penyelesaian masalah, validasi diri, dukungan emosional, dan dasar pengembangan identitas yang sejalan dengan tahapan perkembangannya (Rubin, Bukowski & Laursen, 2009). Wijayanti dan Sulistiobudi (2008) mengatakan bahwa remaja dengan well being yang tinggi akan memiliki keterbukaan untuk berteman, dan menjalin persahabatan. Remaja yang mendapatkan dukungan di lingkungan pertemanannya akan lebih merasa percaya diri dan termotivasi untuk memiliki prestasi yang lebih baik (Demaray et al., dalam Chong et al., 2006).

Menurut Sarafino & Smith (2014), terdapat lima aspek dalam dukungan sosial : 1) Dukungan emosi, yaitu perasaan empati, peduli, dan perhatian kepada seseorang dalam kondisi tertekan, 2) Dukungan penghargaan, atau yang terjadi melalui ekspresi seseorang terhadap kondisi yang baik, besar hati, persetujuan. 3) Dukungan instrumen seperti bantuan langsung seperti meminjamkan uang atau membantu pengerjaan tugas dalam kondisi yang menekan. 4) Dukungan Informasi

yaitu memberikan nasehat, saran, dan tanggapan terhadap apa yang individu lain lakukan. 5) Dukungan jaringan sosial, yaitu memberikan rasa kepemilikan dari satu individu ke individu lain. Disaat remaja mendapatkan relasi yang positif, maka remaja akan lebih optimal dalam menjalani tuntutan-tuntutan pada tahapan perkembangannya, sehingga remaja akan cenderung merasakan emosi positif (Hurlock dalam Untari dkk, 2018).

Pada penelitian sebelumnya, Tarigan (2018) juga hendak melihat hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja dengan orang tua tunggal. Penelitian tersebut tidak memberikan spesifikasi pada sumber dukungan sosialnya dan juga tidak memberikan spesifikasi pada penyebab latar belakang remaja memiliki orang tua tunggal. Maka dari itu, pada penelitian ini, peneliti hendak memberikan spesifikasi pada sumber dukungan sosial dan latar belakang remaja dengan orang tua bercerai sebagai keunikan penelitian. Peneliti mengambil fokus kepada dukungan sosial teman sebaya dikarenakan pada usia partisipan yang akan dilibatkan yaitu 15-19 tahun juga banyak menghabiskan waktu bersama orang/kelompok di luar keluarga. Terlebih, teman dengan usia dan kegiatan yang sama cenderung memiliki kebutuhan dan memiliki perkembangan serupa. Komunitas-komunitas tersebutlah yang peneliti asumsikan dapat memberikan dukungan sosial teman sebaya kepada individu yang kurang mendapatkan dukungan dan perhatian dari keluarganya karena perceraian orang tua. Sedangkan pada latar belakang partisipan dengan orang tua bercerai diangkat dengan menekankan bahwa perceraian kerap memberikan tekanan kepada anak karena adanya permasalahan yang terjadi serta berkurangnya sumber kebutuhan dukungan kepada anak pasca perceraian terjadi.

Ketiga partisipan pada wawancara pribadi yang sudah dilakukan menyebutkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya sangat membantu dalam menghadapi perubahan lingkungan keluarga. Teman sebaya menyediakan dukungan emosional dengan menjadi teman bercerita sehingga individu tidak merasa sendiri. Selain itu, ketiga partisipan juga melihat teman sebaya sebagai salah satu sumber dukungan disaat mereka kurang mendapatkan dukungan dari keluarga pasca perceraian orang tua.

1.2 Rumusan Permasalahan

Berdasarkan latar belakang penelitian yang sudah dijabarkan di atas, peneliti merumuskan masalah yang akan diuji dalam penelitian ini adalah, “Apakah terdapat hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada siswa dengan latar belakang orang tua bercerai?”

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk menguji apakah terdapat hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada siswa dengan latar belakang orang tua bercerai.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini memberikan kontribusi untuk penelitian selanjutnya dalam bidang Psikologi Sosial dan Psikologi Perkembangan.
2. Penelitian ini dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya, dalam pengembangan ilmu pengetahuan terkait variabel dukungan sosial teman

sebaya dan *subjective well-being* pada siswa dengan latar belakang orang tua bercerai.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi subjek penelitian, diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai strategi menghadapi fase menekan akibat perceraian orang tua.
2. Bagi sekolah, teman sebaya, dan guru, diharapkan melalui penelitian ini dapat diperoleh peningkatan kesadaran sebagai pendukung terhadap teman dan/ atau murid berlatar belakang orang tua bercerai. Bagi sekolah, diharapkan dapat memberikan strategi pendekatan konseling yang tepat kepada siswa untuk mengenali keadaan siswa khususnya siswa dengan latar belakang orang tua bercerai.
3. Bagi konselor, diharapkan melalui penelitian ini dapat diperoleh strategi lebih lanjut dalam meningkatkan *subjective well-being* khususnya pada usia remaja melalui dukungan sosial teman sebaya.