

## RESILIENSI REMAJA KORBAN PERCERAIAN ORANG TUA

Edi Gunawan<sup>1</sup>, Rindiani Maramis<sup>2</sup>

Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Manado

[edigunawan@iain-manado.ac.id](mailto:edigunawan@iain-manado.ac.id)<sup>1</sup>, [rindiani.maramis07@gmail.com](mailto:rindiani.maramis07@gmail.com)<sup>2</sup>

### ABSTRACT

*Parental divorce has an impact on the development of children's resilience abilities. Resilience skills are important for teenagers to have because it help them to rise up and make important efforts to solve problems whenever they experience adversity. This study aims to determine the impact of parental divorce and how the resilience of adolescent victims. This research use qualitative methods with a case study approach to describe how the resilience of adolescent victims towards parental divorce. The research data collection techniques are by observation, interview and documentation. this research uses Reivech and Shatte's resilience theory, namely: such as emotional regulation, impulse control, optimism, analysis of the causes, empathy, self-efficacy and finding solutions. The results of the study show that each individual has an impact of parental divorce, and has different resilience abilities from each aspect.*

**Keywords:** *Resilience, Divorce Victims, Adolescent*

### ABSTRAK

Perceraian orang tua memberikan dampak terhadap perkembangan kemampuan resiliensi anak. Kemampuan resiliensi penting dimiliki oleh remaja karena saat mereka mengalami keterpurukan dapat bangkit dan melakukan upaya yang penting dalam menyelesaikan masalah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak perceraian orang tua dan bagaimana resiliensi remaja korban perceraian orang tua. Metode penelitian ini adalah menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus untuk menggambarkan bagaimana resiliensi remaja korban perceraian orang tua. Metode pengambilan data penelitian adalah dengan observasi, wawancara dan dokumentasi. dalam penelitian ini menggunakan teori resiliensi Reivech and Shatte, yaitu: regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis penyebab masalah, empati, efikasi diri dan menemukan jalan keluar. Hasil penelitian bahwa setiap individu terdapat dampak dari perceraian orang tua, dan memiliki kemampuan resiliensi yang berbeda dari tiap aspeknya.

**Kata Kunci:** Resiliensi, Korban Perceraian, Remaja

## **PENDAHULUAN**

Hubungan antara anak dengan orang tua sangat penting dan dapat berpengaruh terhadap perkembangan tumbuh seorang anak. Sehingga peran dari orang tua sangatlah penting. Dengan hal itu, anak dapat berkembang menjadi pribadi yang utuh, sebagai individu ditentukan melalui tahapan awal perkembangan dan cara dia berinteraksi.

Perkembangan anak pun, dapat dilihat dari bagaimana kerjasama antara ayah dan ibu dalam membimbing dan membantu anak agar dapat mengembangkan perilaku yang positif. Keluarga yang dapat memiliki kasih sayang, kehangatan, pujian dan dukungan serta dapat memberikannya kepada anak, maka akan membentuk konsep diri positif terhadap anak (Khoirunnya, 2022).

Anak yang berasal dari keluarga yang harmonis, dapat lebih menunjukkan sikap dan bawaan diri yang penuh semangat dan ceria. Akan tetapi, berbeda dengan anak yang berasal dari keluarga yang *broken home*. Dimana dalam penelitian Nadea dijelaskan bahwasanya sebagian besar anak yang berperilaku nakal, yaitu berasal dari keluarga *broken home* dan dari orang tua yang sudah bercerai (Khoirunnya, 2022).

Perceraian merupakan titik puncak dari berbagai macam masalah, yang menumpuk pada beberapa waktu sebelumnya sehingga keputusan akhir yang harus diambil dikarenakan hubungan pernikahan sudah tidak dapat di pertahankan lagi (Indriana, 2017).

Perceraian kedua orangtuanya menjadi masalah yang besar dan berat, terkhusus bagi anak yang telah berada di usia remaja, yang dapat berdampak remaja mengalami konflik dan usia remaja yang dijelaskan *American Academy of Pediatric (AAP)*, yaitu usia remaja yang berkisaran antara 11 – 21 Tahun (Ruli, 2020).

Dampak negatif dari sebuah perceraian terhadap remaja, diawali dengan adanya rasa stress yang cukup berat. Dari beberapa penelitian yang sudah dilakukan, hasilnya dapat menunjukkan bahwasanya remaja yang menghadapi perceraian orang tua bisanya akan mengalami beberapa gejala gangguan

kesehatan mental jangka pendek seperti cemas, depresi dan stress.

Kelly dan Emery mengungkapkan bahwa kondisi psikologis remaja yang harus dihadapi ketika orang tua mengalami perceraian yaitu perilaku dan emosionalnya (Hadjam, 2020). Dengan kondisi perceraian orang tua, maka remaja akan merasakan kehilangan sosok panutan, sehingga anak akan dituntut agar dapat sesegera mungkin untuk melakukan penyesuaian diri.

Remaja yang tidak dapat cepat keluar dan bangkit dari kondisi perceraian yang menimpa orangtuanya, akan merasakan dampak negatifnya. Sedangkan berbeda dengan remaja yang dapat bangkit dari permasalahan perceraian orang tua, akan memiliki kemampuan resiliensi.

Resiliensi sendiri dapat diartikan sebagai kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi ketika terjadi hal-hal yang membuat individu tersebut harus waspada. Grotberg menjelaskan bahwa resiliensi adalah kapasitas manusia untuk menghadapi kesulitan dan dapat diatasi bahkan bisa diubah oleh pengalaman yang sulit (Desmita, 2009).

Reivich K. And Shatte A., dalam desmita, mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan untuk beradaptasi dan mengatasi terhadap kejadian atau masalah berat yang terjadi dalam kehidupan setiap individu (Reivich, K., and Shatte, 2002).

Dengan penjelasan di atas, maka peneliti mencoba melakukan penelitian yang berjudul “Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orang Tua”. Dimana tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui dampak dan resiliensi pada remaja yang diakibatkan oleh korban dari perceraian orang tua.

Dalam hal ini resiliensi yang diteliti adalah 7 aspek yaitu aspek regulasi emosi, aspek pengendalian impuls, aspek optimisme, aspek analisis penyebab masalah, aspek empati, aspek efikasi diri, dan aspek menemukan jalan keluar (*reaching out*).

## METODE PENELITIAN

### Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif (*Qualitative Research*). Penelitian kualitatif menurut Nasution, penelitian kualitatif yaitu mengamati orang dalam lingkungan, berinteraksi dengan mereka dan menafsirkan pendapat mereka tentang dunia sekitar (Nasution, 2003).

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan psikologis adalah pendekatan yang berusaha untuk memahami atau mempelajari respons, motif-motif, reaksi dari sisi psikologi manusia. Penggunaan pendekatan psikologis bertujuan untuk mendiskripsikan resiliensi remaja yang mengalami perceraian orang tua.

### Kriteria Subjek

Berdasarkan hasil survey pertama yang dilakukan oleh peneliti terdapat 10 orang mahasiswa di Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah (FUAD) yang mengalami perceraian orang tua. Akan tetapi Informan dalam penelitian ini berjumlah 8 orang yang berada pada masa remaja akhir, yaitu usia 18 sampai 21 tahun sebagai informan utama berjumlah 4 orang dan *key informan* berjumlah 4 orang. Adapun informan yang dimaksud terdapat pada tabel 1.

**Tabel 1. Inisial Informan Nama informan Utama dan Nama Informan Kunci**

Nama Informan Utama	Nama Informan Kunci
Informan I (T.S)	<i>Key Informan V (P. N)</i>
Informan II (L)	<i>Key Informan VI (E)</i>
Informan III (AT)	<i>Key Informan VII (W.R)</i>
Informan IV (AN)	<i>Key Informan VIII (V)</i>

### Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, pengambilan sumber data dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu peneliti memilih informan penelitian berdasarkan karakteristik informan yang dibutuhkan, yang dapat menginformasikan pemahaman tentang masalah penelitian dan fenomena pada penelitian (Sugiyono,

2016). Metode pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini dengan cara observasi, wawancara, dan dokumentasi. Demi kelancaran penelitian, maka peneliti akan melakukan pendekatan kepada informan sebelum penelitian.

Teknik analisis data merupakan proses pengolahan dari setiap data yang didapatkan melalui wawancara dengan informan dan *key informan*, sehingga keuniversalan informasi yang diperoleh bisa diurai dan menjadi informatif. Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yaitu *interactive model* atau model interaksi (Huberman, 2014).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Latar Belakang Orang Tua dan Respon awal Informan

Resiliensi pada diri informan tidak terlepas dari latar belakang perceraian yang terjadi antara orang tua informan. Peneliti perlu mengetahui latar belakang perceraian orang tua informan. Mengenai data latar belakang perceraian antara orang tua Informan diperoleh melalui proses wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap empat informan dan *key informan*.

Dalam wawancara, hal yang diungkapkan oleh empat informan dapat dilihat bahwa masing-masing memiliki alasan yang berbeda walaupun beberapa yang alasannya hampir sama. Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan dengan keempat informan, adapun beberapa latar belakang perceraian orang tua informan dapat dilihat dari tabel 2 berikut.

**Tabel 2. Latar Belakang Perceraian Orang tua Informan**

<b>Informan</b>	<b>Latar Belakang Perceraian Orang tua Informan</b>
TS	Ayah informan hobi bermain judi dan berbuat kasar. Mama informan sudah tidak bisa mentolerir perbuatan tersebut sehingga memutuskan mengajukan gugatan cerai.
AN	Mama informan waktu itu masih labil saat pernikahan.

AT	Kedua orang tua informan sering bertengkar, masalah ekonomi
L	Awalnya masalah ekonomi, kemudian mama informan selingkuh dengan teman kerjanya.

---

Faktor ekonomi yang berhubungan erat dengan pendapatan yang dihasilkan oleh suatu keluarga (Afandi, 2014). Faktor ekonomi yang bermula dari berbagai macam masalah, seperti suami yang tidak memenuhi kebutuhan tangga karena tidak adanya pekerjaan tetap atau suami yang malas bekerja sehingga tidak ada pemasukan keluarga tidak jelas dari mana, yang kemudian berdampak pada berkurangnya pemenuhan keluarga (Siburian, 2019).

Vaughan juga mengatakan bahwa perselingkuhan merupakan keterlibatan seksual dengan orang lain yang bukan merupakan pasangan primernya (Meinarno, 2015). Begitu pula dengan faktor ekonomi, keberadaan orang ketiga dapat mengganggu jalannya sebuah perkawinan.

Apabila kedua belah pihak tidak ditemukan kata sepakat untuk menyelesaikan dan saling memaafkan, maka perceraianlah jalan yang biasanya dipilih pasangan untuk kelanjutan hubungannya. Menurut Agoes Dariyo tekanan kebutuhan ekonomi keluarga merupakan salah satu factor dari perceraian. Suami sebagai kepala keluarga sangat bertanggung jawab memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga. Ketika suami tidak mampu memenuhi kebutuhan keluarga maka kemungkinan istri akan menuntut cerai kepada suaminya (Dariyo, 2008).

### **Dampak Perceraian Orang Tua**

Setiap perceraian pastinya mempunyai dampak yang besar kepada anak. Padahal dalam perkembangan anak, perlu adanya peran keluarga terlebih anak tersebut akan beranjak pada masa kedewasaan. Akan tetapi dengan kasus perceraian ini, peran tersebut hanya pada satu orang tua saja.

Widiastuti menjelaskan bahwasanya anak menjadi kehilangan peran pengasuhan sesungguhnya dari orang tua perempuan maupun laki-laki, apabila anak tidak mendapat pengasuhan yang baik dari kedua orang tua, maka

perkembangannya akan terhambat serta anak akan cenderung berkelakuan kurang baik. (Widiasusti, 2021).

Amato menjelaskan bahwa stress yang dialami anak remaja akibat perceraian orang tua mereka dan bagaimana mereka menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi dalam keluarga mereka (Amato, P. R., & Keith, 1991).

Selain itu juga dampak yang dapat di timbulkan adalah bagaimana pola pikir mereka dalam menanggapi masalah-masalah sosial yang ada di samping mereka. Ada yang akan merasa peka dan ingin membantu, ada yang sulit dalam mengekspresikan perasaan mereka. Seperti informan TS dan AN, mereka dapat dengan cepat apa yang orang sekitar butuhkan dan cepat merespon permasalahan tersebut.

Sedangkan informan AT dan L, hanya akan merasakan tapi masih lamban dalam merespon permasalahan tersebut. Sesuai dengan apa yang di jelaskan oleh Khairudin dalam Harry Ferdinand, dimana dia jelaskan bahwasanya keluarga mempunyai fungsi-fungsi pokok.

Selain itu juga fungsi yang dimaksud adalah fungsi biologis, fungsi afeksi dan fungsi sosialisasi. Fungsi-fungsi ini hanya berada pada keluarganya dan yang dapat membantu seorang anak, hanya dari keluarganya saja (Mone, 2019).

Amato dan Keith mengatakan, bahwa faktor seperti dukungan sosial, hubungan orang tua-anak yang positif, dan ketahanan individu dapat membantu anak remaja untuk mengatasi dampak negative dari perceraian (Amato, P. R., & Keith, 1991).

Dengan hasil yang ada dapat disimpulkan bahwasanya dampak dari perceraian orang tua sangat berdampak. Meski mereka merasakan hal-hal yang biasa saja, akan tetapi dalam perkembangan para informan mempunyai dampak yang kurang baik. Selain itu, apabila melihat juga hasil dari wawancara dengan informan, masalah psikologis yang mereka hadapi sangat terganggu meski dalam kehidupan sehari-hari mereka mencoba untuk menutupi permasalahan mereka.

### **Resiliensi Remaja yang Mengalami Perceraian Orang tua**

Resiliensi adalah suatu kemampuan yang harus dimiliki manusia untuk mengatasi, menghadapi dan menjadikan kuat atas segala pengalaman yang ada di kehidupannya. Selain itu secara perkembangan, remaja memerlukan upaya pengelolaan resiko yang akan terjadi. Dalam proses perkembangan, pasti memerlukan persiapan yang matang, apalagi dari masalah yang akan di hadapi.

#### **Aspek Regulasi Emosi**

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi dapat dilihat bahwa keempat informan memiliki regulasi emosi yang berbeda. TS dan AN lebih cenderung melihat situasi terlebih dahulu sebelum mengungkapkan emosi yang mereka rasakan. Sementara, AT dan L cenderung lebih memendam apa yang sedang mereka rasakan serta jika dalam keadaan sendirian baru di luapkan emosi mereka. Hal ini senada dengan pendapat Reivich and Shatte, pengespression emosi baik positif maupun negatif yang dilakukan dengan tepat merupakan salah satu kemampuan individu yang resilien (Reivich, K., and Shatte, 2002).

Dengan mendengar dari keempat informan, sebenarnya mereka lebih sering memendam emosi mereka. Akan tetapi informan AN terkadang melakukan cara regulasi emosi dengan cara membaca novel. Hal tersebut senada dengan pendapat yang diungkapkan oleh Grotberg, bahwa dukungan dan kasih sayang dari orang lain terkadang dapat mengimbangi kurangnya kasih sayang dari orang tua maupun orang terdekat (Groberg, 1995). Informan memiliki orang lain selain orangtuanya untuk dapat dia percaya, karena individu diharapkan dapat mempercayai orang lain dan diri sendiri dalam menghadapi permasalahan atau adversitas yang terjadi dalam dirinya.

#### **Aspek Pengendalian Impuls**

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa keempat informan memiliki pengendalian impuls yang berbeda. Informan TS, AN, dan L masih bisa mengendalikan sebuah keinginan atau dorongan yang muncul dari dalam dirinya

Sementara informan AT belum dapat mengendalikannya. Informan TS, AN dan L pernah mengalami tekanan yang terjadi pasca perceraian, hal itu berbeda

dengan tiga informan lainnya yaitu AT. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi ketiga informan tidak merasakan tekanan pasca perceraian yang terjadi antara kedua orangtuanya.

Namun demikian informan TS dan AT pernah merasa iri melihat teman-temannya yang hidup dengan kondisi keluarga yang utuh, tapi hal tersebut tidak membuat mereka tertekan. Menurut Santrock, usia dan perubahan perkembangan pada anak mempengaruhi penyesuaian diri anak.

Perceraian yang terjadi saat anak masih berusia dibawah 10 tahun akan menguntungkan bagi sang anak dikemudian hari. Hal tersebut karena ingatan anak mengenai konflik dan ketakutan yang mereka alami lebih sedikit dibanding dengan perceraian yang terjadi ketika anak memasuki usia remaja atau dewasa (Santrock, 2003).

Selain itu, sifat dasar anak juga merupakan faktor yang penting yang mempengaruhi penyesuaian anak atau remaja pasca perceraian. Hal ini dimaksudkan bahwa selain faktor eksternal, kepribadian remaja tersebut mempengaruhi proses penyesuaian dirinya pasca perceraian yang terjadi diantara kedua orangtuanya.

Remaja yang memiliki kepribadian positif mampu menyesuaikan diri lebih cepat dibanding remaja yang memiliki kepribadian yang kurang positif. TS dan AN orangtuanya bercerai ketika mereka masih usia anak-anak. Sementara informan AT dan L, walaupun orangtuanya bercerai ketika usianya memasuki fase remaja namun hal tersebut tidak terlalu mempengaruhinya.

Mischel dan rekan-rekannya menemukan bahwa anak-anak yang mampu menunda gratifikasi dan menunggu untuk mendapatkan imbalan yang lebih besar menunjukkan kemampuan pengendalian impuls yang lebih baik. (Mischel, W., Shoda, Y., & Rodriguez, 1989).

Jika ditinjau dari agama islam kemampuan tersebut dapat dikendalikan dengan sifat sabar sebagaimana sabda Rasulullah yaitu, “Dari Ibnu Umar dia berkata; Nabi SAW. Bersabda: tidaklah seorang hamba menahan sesuatu yang lebih utama di sisi Allah selain menahan kemarahan karena mengharapkan

ridha Allah Ta'ala" (HR. Ahmad Bin Hambal. No 5842). Apabila individu berada dalam kegelisahan dan emosi negatif, maka sebaiknya cara mengendalikan dengan menumbuhkan rasa sabar dalam diri individu karena sikap menahan diri dari segala situasi merupakan sikap yang harus dijunjung tinggi karena mengharapkan ridho Allah.

### **Aspek Optimisme**

Reivich dan Shatte, menyatakan bahwa Individu yang optimis adalah individu yang memiliki harapan atau impian untuk masa depannya dan percaya bahwa dia dapat mengontrol arah hidupnya (Reivich, K., and Shatte, 2002). Hal ini berarti individu yakin dengan kemampuannya untuk mewujudkan impiannya dimasa yang akan datang.

Hasil penelitian menunjukkan dari keempat informan ada dua informan yang memiliki optimisme yaitu TS dan AN. Sementara informan TS memiliki optimisme yang tinggi dalam mewujudkan cita-citanya memiliki keinginan agar bisa hidup tenang tanpa tekanan dari manapun dengan mendalami apa keilmuan dalam jurusannya. Tidak jauh berbeda dengan informan TS, AN mempunyai goals yang perlu di capai olehnya dengan menjadi orang yang sukses dan dapat membahagiakan orangtuanya.

Hal ini senada dengan pendapat Seligman mengatakan, optimisme adalah keyakinan individu bahwa peristiwa buruk atau kegagalan hanya bersifat sementara, tidak mutlak disebabkan diri sendiri tetapi bisa situasi, nasib atau orang lain (Seligman, 2008).

Optimisme adalah dasar pemikiran yang bagi perkembangan psikologi positif (Triwahyuningsih, 2021). Grotberg, menyatakan bahwa kepercayaan, optimis dan harapan merupakan faktor yang penting dan sangat dibutuhkan untuk menumbuhkan resiliensi (Groberg, 1995).

Hal itu dapat diartikan bahwa ketika informan dapat optimis dalam menjalani kehidupannya maka informan mampu untuk menumbuhkan resiliensi yang ada pada dirinya dan informan mampu menghadapi permasalahan yang menyimpannya. Optimis merupakan sikap yang harus dimiliki oleh seorang muslim,

dengan optimis seorang muslim yang mampu menahan diri untuk mendapatkan ridhanya Allah ta'ala. Ketika mampu untuk bertahan dan percaya akan ada hikmah dibalik semuanya maka Allah akan menjadikan ia akan mendapat ridha Allah, tidaklah lebih baik bagi individu melainkan mendapat dari Allah.

### **Aspek Analisis Penyebab Masalah**

Menurut Yudrik Jahja, salah satu tujuan perkembangan pada remaja yaitu perubahan dari menyenangkan prinsip-prinsip umum berubah ke arah membutuhkan penjelasan tentang fakta dan teori (Jahja, 2021). Hal ini berarti dengan memiliki penjelasan tentang fakta dan teori dari sebuah kejadian, remaja diharapkan dapat menganalisis penyebab masalah yang timbul di kehidupannya. Reivich and Statte menyatakan analisis penyebab masalah merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk secara akurat mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang muncul dari dalam kehidupan individu (Reivich, K., and Shatte, 2002).

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa keempat informan mampu mengetahui dan menganalisis penyebab masalah yang menjadi alasan orang tua mereka bercerai. Hal ini berarti keempat informan sudah mampu memenuhi salah satu tujuan tugas perkembangan sebagai seorang remaja.

Salah satu faktor resiliensi yang dikemukakan oleh Groberg, yaitu faktor *I can*, dimana salah satunya adalah kemampuan individu untuk menilai masalah yang terjadi dalam kehidupannya, mengetahui penyebabnya, dan mengetahui langkah apa saja yang harus dilakukan guna menyelesaikan permasalahannya (Groberg, 1995).

Informan sebagai korban perceraian orang tua telah mengetahui penyebab dari perceraian serta dampak kejadian tersebut kepada dirinya dan informan memiliki cara yang berbeda-beda dalam menangani hal tersebut.

### **Aspek Empati**

Sebagaimana halnya dalam diri seseorang yang mengalami kesusahan dengan memperlembut batas antar dirinya dengan orang lain. Di dalam empati, si pengamat mengikuti keadaan emosi serupa meskipun lebih lemah namun tetap

mempertahankan batas dirinya dengan orang lain.

Empati menurut Goleman adalah kemampuan seseorang untuk memahami perasaan dan permasalahan orang lain, untuk berpikir dari sudut pandang orang lain, dan untuk menghargai perbedaan pandangan orang lain mengenai berbagai hal. (Goleman, 2017). Cohen dan Strayer, mendefinisikan empati sebagai kemampuan untuk berbagi paham terkait dengan keadaan atau apa yang sedang dirasakan orang lain (Putri, 2019).

Melihat hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat dilihat bahwa dari empat informan utama. Keempat informan memiliki empati yang cukup baik, akan informan TS lebih besar empatinya terhadap sekitar. Hal ini sesuai dengan pernyataan Reivich and Shatte, bahwa empati menggambarkan bahwa individu mampu membaca tanda-tanda psikologis dan emosi dari orang lain (Reivich, K., and Shatte, 2002).

Empati mencerminkan seberapa baik individu mengenali keadaan psikologis dan kebutuhan emosi orang lain. Hal ini sesuai dengan pernyataan para ulama pentingnya untuk memberikan bantuan dan dukungan kepada mereka yang mengalami kesulitan, dalam H.R Bukhari dan Muslim *“Tidak sempurna iman seorang diantara kalian sampai dia mencintai untuk saudaranya dengan apa yang ia cintai untuk dirinya”*.

Menurut Groberg, individu yang resilien mampu merasakan ketidaknyamanan dan penderitaan yang dialami oleh orang lain serta ingin melakukan sesuatu untuk membantu atau memberikan kenyamanan pada orang tersebut (Groberg, 1995).

TS, AN, dan L telah mampu untuk membaca tanda-tanda orang-orang disekitarnya dan mereka mampu mengembangkan tanda-tanda psikologis tersebut. Ketiga informan juga memiliki keinginan yang besar untuk membantu orang lain ketika sedang mengalami kesulitan.

Dalam teori perspektif *talking* yang dikemukakan oleh Danier Batson adalah empati melibatkan kemampuan individu untuk mengambil perspektif dari orang lain dan memahami pengalaman mereka (Batson, C. D., Lishner, D. A., Cook, J., &

Sawyer, 2005). Sementara AT belum mampu membaca tanda psikologis dengan baik, hal itu terlihat dari sikap AT yang belum mampu merespon secara tepat tanda-tanda psikologis disekitarnya.

### **Aspek Efikasi Diri**

Efikasi diri dapat diartikan sebagai keyakinan diri terhadap kemampuan diri sendiri dalam menyelesaikan permasalahan atau mengerjakan suatu tugas maupun mencapai tujuan. Menurut Syarifatisnain, perceraian orang tua dapat meningkatkan stress dan masalah-masalah sosial pada remaja. Selain itu, perceraian juga mengakibatkan kegagalan untuk menyelesaikan tugas karena remaja tidak memiliki keyakinan diri yang tinggi. Peran dan pola asuh serta dukungan sosial orang tua dan keluarga terdekat sangat penting untuk terbentuknya keyakinan diri (Syarifatisnain, 2014).

Menurut Bandura, terdapat dua bentuk efikasi diri, yaitu efikasi diri tinggi yang dapat dilihat dengan ciri memiliki sikap optimis dan suasana hati positif. Sedangkan efikasi diri yang rendah memiliki sikap pesimis dan suasana hati negative (Syarifatisnain, 2014).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi efikasi keempat informan yaitu TS, AN, AT, L, memiliki efikasi diri yang berbeda-beda. Hal tersebut terlihat dari sikap optimis dan positif yang ditunjukkan mereka, seperti TS yang meyakini bahwa dia bisa menyelesaikan masalahnya sendiri terlebih dahulu. Hal ini dijelaskan dalam Q.S Al-Insyirah: 5-6, yakni "*Bersama kesulitan ada kemudahan*".

Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan Grotberg, individu didorong untuk menjadi otonom, yang berarti individu melakukan sesuatu dengan sendiri dan berusaha mencari bantuan yang diperlukan (Syarifatisnain, 2014). AN yang harus berfikir terlebih dahulu untuk menentukan sesuatu. AT meyakini bahwa dia bisa.

Sementara informan L terlihat memiliki efikasi diri yang rendah, hal itu terlihat bahwa informan L merasa ragu dengan kemampuannya sendiri, tetapi jika dalam keadaan yang sulit ia akan berusaha sebaik mungkin. Sesuai dengan apa yang dijelaskan oleh Reivich and Shatte bahwa individu dengan efikasi diri yang tinggi tidak akan menyerah ketika mengetahui strategi yang digunakannya dalam

menyelesaikan masalah tidak berhasil (Reivich, K., and Shatte, 2002).

### **Aspek Menemukan Jalan Keluar Dari Permasalahan**

Stanley Hall, menyatakan bahwa remaja memperoleh sifat-sifat tertentu berdasarkan pengalaman hidup yang telah dilaluinya. Apabila remaja berkembang dengan baik maka mereka dapat menjadikan pengalaman tersebut sebagai sifat positif yang dapat memperbiki dirinya. Hal ini sesuai berarti pula remaja mampu mengambil makna dari peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya dan menjadikan hal tersebut pelajaran dalam hidupnya (Yusuf, 2006).

Keadaan tersebut sudah bisa dilakukan oleh keempat informan, mereka mampu memaknai perceraian yang terjadi antara kedua orang tua mereka sebagai pelajaran hidup dan mereka mampu mengambil serta mengembangkan nilai positif dari kejadian tersebut.

Mereka telah memiliki tujuan hidup masing-masing dan saat ini berusaha untuk mencapainya. TS memiliki cita-cita agar tidak dibawah tekanan orang lain dan menjadi wanita independen maka TS saat ini kuliah dibidang psikologi dan ingin mendalaminya. AN mempunyai tujuan hidup agar tidak ada tekanan dan tidak bergantung kepada siapapun. saat ini L memulai menerima dengan keadaan dan mempunyai harapan agar tidak seperti orangtuanya di kemudian hari.

E.B. Hurlock, mengemukakan bahwa keperibadian remaja yang sehat salah satunya dapat berupa berorientasi pada tujuan. Individu mampu merumuskan tujuan yang realistik dan mampu mengembangkan diri untuk mencapai tujuan (Yusuf, 2006). Hal tersebut pula yang telah dilakukan keempat informan.

Richard Lazarus dan Susan Folkman menyajikan teori bahwa individu menggunakan dua strategi utama dalam menemukan jalan keluar dari stres atau tantangan, yaitu fokus pada masalah dan fokus pada emosi (S. Folkman, 1984).

### **PENUTUP**

Dampak perceraian orang tua terhadap remaja korban perceraian orang tua sangat beresiko tinggi terhadap mental dan psikologisnya. Resiliensi remaja korban perceraian orang tua yang dalam penelitian ini terlihat bagaimana

informan melakukan resiliensi secara baik dari tiap aspeknya. Resiliensi dari tiap aspek tersebut mendapatkan kesimpulan bahwasanya informan utama mempunyai resiliensi masing-masing. Seperti pada aspek regulasi emosi setiap informan mempunyai regulasi emosi sendiri. Aspek pengendalian impuls terdapat setiap informan mempunyai pengendalian impuls sendiri.

Sedangkan sebagian infoman belum mampu mengendalikan impuls yang ada dalam dirinya. Dalam aspek Optimisme, informan mempunyai optimisme yang tinggi, sedangkan sebagian informan masih kurang nilai optimisme dalam diri mereka.

Sebagian informan dalam melihat penyebab masalah masih kurang, belum mengetahui asal usul kenapa orang tua nya bercerai. Sedangkan sebagian informan lagi mengetahui masalah itu dikarenakan perceraian kedua orang tua mereka itu saat usia mereka sudah masa remaja.

Pada aspek Empati informan mempunyai hal tersebut. Begitupun aspek efikasi diri bahwa informan mempunyai caranya masing-masing, terlebih dalam melihat kekurangan dan kelebihan masing-masing. Selain itu juga informan mempunyai jalan keluar masing-masing dari permasalahan yang mereka hadapi. Terlebih permasalahan pasca perceraian orang tua mereka.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Afandi, M. (2014). Hukum Perceraian di Indonesia: Studi Kompratid Antara Fikih Konvensional, UU Kontemporer di Indonesia dan Negara-Negara Muslim Perspektif HAM dan CEDAW. *Al-Ahwal Jurnal Hukum Keluarga Islam*, Vol. 7, No. 2.
- Amato, P. R., & Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, Vol. 1, No. 110, 26–46.
- Batson, C. D., Lishner, D. A., Cook, J., & Sawyer, S. (2005). Similarity and nurturance: Two possible sources of empathy for strangers. *Basic and Applied Social Psychology*, (2005). Vol. 27, No. 1, 15-25.
- Dariyo, A. (2008). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda* (Cet. 1). Grasindo.
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Remaja Rosdakarya.

- Ghufron, M. N. & R. R. S. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruzz Medi.
- Goleman, D. (2017). *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Groberg, H. (1995). *A Guide to Promoting Resilience in Children: Srenghthening The Human Spirit*. The Bernard van Leer Foundation.
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. *Handbook of Emotion Regulation*, Vol. 2, No. 3, 20.
- Hadjam, M. T. H. & M. N. R. (2020). Resiliensi pada Remaja yang Mengalami Perceraian Orang Tua: Studi Literatur. *Jurnal Psikologi*, Vol. 3, No. 2.
- Huberman, M. B. M. and A. M. (2014). *Analisis Data Kualitatif*. UI Press.
- Indriana, I. A. H. & Y. (2017). Proses Penerimaan diri Terhadap Perceraian Orang Tua. *Jurnal Empati*, Vol. 7, No. 3.
- Jahja, Y. (2021). *Psikologi Perkembangan*. Kencana.
- Khoirunnya, T. A. & R. N. (2022). Resiliensi Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua. *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 9, No. 6.
- Meinarno, S. W. S. & E. A. (2015). *Psikologi Sosial*. Salemba Humanika.
- Mischel, W., Shoda, Y., & Rodriguez, M. L. (1989). Delay of gratification in children. *Science*, Vol. 244, No. 4907, 933–938.
- Mone, H. F. (2019). Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Perkembangan Psikososial dan Prestasi Belajar. *Harmonisasi Sosial: Jurnal Pendidikan IPS*, Vol. 6, No. 2, 155-163.
- Nasution. (2003). *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif*. PT. Tarsito.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *Schoulid: Indonesian Journal of School Counseling*, Vol. 3, No. 2.
- Reivich, K., and Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obsracles*. Broodway Books.
- Ruli, E. (2020). Tugas dan Peran Orang Tua dalam Mendidik Anak. *Jurnal Edukasi NonFormal*, 2715–2634.

- S. Folkman, & R. S. L. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Erlangga.
- Seligman, M. (2008). Menginstal Optimisme (edisi terjemahan). In *Translated by Budhy Yogapranat*. PT Karya Kita.
- Siburian, B. (2019). *Analisis faktor-Faktor Penyebab Perceraian Berdasarkan Keputusan Pengadilan Negeri Balige Tahun 2017*. Vol. 1, No. 1, 31–39.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syarifatisnain. (2014). *Efikasi Diri Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Triwahyuningsih, Y. (2021). Pengujian konsep dan aspek-aspek optimisme pada ibu dan anak prasekolah bekerja. *Jurnal Psikologi Mandala*, Vol. 5, No. 2, 63–72.
- Widiasusti, R. Y. dan. (2021). Dampak Perceraian Pada Perkembangan Sosial Dan Emosional Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, Vol. 2, No. 2.
- Yusuf, S. (2006). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Remaja Rosdakarya.