

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 pasal 1, perkawinan ialah ikatan lahir batin antara seorang pria sebagai suami dengan wanita sebagai isteri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Umumnya, perkawinan dianggap sebagai tahapan yang membahagiakan bagi pasangan suami-isteri, namun pada faktanya perkawinan tidak selalu membahagiakan ataupun bertahan lama. Di Indonesia, angka perceraian terbilang masih tinggi, yaitu lebih dari 200 ribu pasangan menikah telah resmi bercerai selama kurun waktu tahun 2016 saja. Pada tahun 2016, berdasarkan data yang diperoleh dari Direktorat Jenderal Badan Peradilan Agama, Mahkamah Agung menunjukkan bahwa tujuh provinsi dengan angka perceraian tertinggi di Indonesia, yaitu Jawa Timur, Jawa Barat, Jawa Tengah, Sulawesi Selatan, DKI Jakarta, Sumatera Utara dan Banten (Badan Pusat Statistik, 2017).

Perceraian yang terjadi tidak hanya berdampak pada suami dan istri saja namun akan membawa dampak terhadap anak yang mereka miliki (Amadea, Raharjo & Taftazani, n.d). Lebih jauh lagi, menurut penelitian yang dilakukan Meiriana (2016), dampak terbesar dari perceraian justru dirasakan oleh anak. Perpisahan dengan orang tua dan perceraian merupakan kejadian yang traumatis bagi anak, terlebih jika disertai pertengkaran yang sengit dan berkepanjangan, sehingga dapat berdampak negatif pada anak secara mendalam (Schepard, Atwood & Schlisse, 1992).

Perceraian orang tua menjadi peristiwa traumatis bagi anak karena anak tidak memiliki orang tua yang utuh, sehingga merasa hidup mereka tidak bahagia (Dariyo, 2004). Perceraian juga membuat anak kehilangan sosok penting dalam hidup sehingga dapat membuat anak menjadi sensitif dan mudah tersinggung (Widiastuti, 2015). Keluarga bercerai dapat membuat anak tidak mampu melakukan proses identifikasi pada orang tua, dimana ayah dan ibu tidak dapat berperan sebagai orang tua yang dapat dijadikan cermin berperilaku (Supratman, 2015).

Riset-riset terdahulu menunjukkan bahwa perceraian yang dilakukan orang tua dapat berdampak negatif pada mental anak, sebab pada tahapan tersebut seorang anak butuh didampingi oleh kedua orang tuanya. Jika remaja dihadapkan pada kondisi orang tua bercerai, dimana orang tua mereka tidak lagi menjadi panutan bagi dirinya, maka hal tersebut akan berdampak besar pada perkembangan psikis dan emosinya (Amadea, Raharjo & Taftazani, n.d). Kurangnya perhatian dari orang tua tentu akan memengaruhi perkembangan jiwa anak (Syarifatisnaini, 2014). Hubungan keluarga yang buruk merupakan bahaya psikologis pada setiap usia, terlebih selama masa remaja karena pada saat ini individu sangat tidak percaya pada diri sendiri dan bergantung pada keluarga untuk memperoleh rasa aman (Fadhilah, 2014).

Selain itu, perceraian orang tua dapat menyebabkan kesedihan pada anak, iri hati dengan kebahagiaan yang dialami orang lain, serta ingin merasakan hal yang sama seperti yang dirasakan teman-temannya (Widiastuti, 2015). Beberapa kasus yang dialami anak-anak dari orang tua yang bercerai adalah *drop out* dari sekolah, penggunaan zat terlarang, serta mengalami kecemasan ataupun depresi (Magner, 2016). Perceraian orang tua juga membuat beberapa anak kehilangan cinta dari kedua orang tuanya sehingga membuat beberapa aspek perkembangan anak akan terhambat (Widiastuti, 2015).

Jika perceraian orang tua terjadi saat anak berusia remaja, maka dinamika psikologis yang dirasakan tentu berbeda dengan usia lain. Hal ini disebabkan karena pada usia remaja, individu sudah mulai memahami seluk-beluk arti perceraian dan akibat-akibat yang ditimbulkannya, termasuk permasalahan ekonomi, sosial, dan faktor-faktor lainnya (Dagun, 1990 dalam Dewi & Hendriani, 2014). Masa remaja merupakan periode kehidupan yang lebih sulit dibandingkan dengan periode kehidupan lainnya (Buchanan dkk, dalam Arnett 1999). Oleh karena itu, dampak perceraian ini akan lebih besar ketika perceraian tersebut terjadi pada anak yang menginjak usia remaja, karena usia remaja merupakan usia pencarian jati diri dalam hidupnya (Amadea, Raharjo & Taftazani, n.d). Selain itu, perasaan inferior yang dirasakan oleh remaja dari orang tua bercerai dapat menjadi hambatan dalam membangun hubungan romantis yang positif di masa depan (Magner, 2016).

Meskipun terdapat banyak dampak negatif dari perceraian orang tua, namun pada faktanya terdapat remaja yang merespon masalah perceraian orang tuanya dengan cara yang positif, seperti menjadi termotivasi untuk berprestasi, atau menyalurkan emosi pada hobi yang positif (Asriandari, 2015). Anak yang mengalami perceraian orang tua dapat merespon perceraian tersebut dengan menjadi lebih optimis dalam menghadapi masa depannya. Sebagai contoh, ada anak yang memiliki prestasi yang bagus dalam bidang akademiknya, serta memiliki kemampuan dalam berorganisasi dimana semua itu bukti bahwa perceraian tidak selalu berdampak negatif (Baskoro, 2008).

Peneliti berupaya untuk memperkaya latar belakang penelitian dengan cara melakukan wawancara kepada salah satu partisipan penelitian, yaitu seorang remaja perempuan berinisial H berusia 19 tahun yang berasal dari orang tua bercerai. H memilih untuk menyibukkan diri agar ia tidak berfokus pada kesedihan yang dialami. Salah satu contoh kesibukan yang H jalani adalah mengikuti beberapa organisasi di universitasnya. Selain itu, H mengatakan bahwa ia memilih untuk mandiri dalam melakukan segala sesuatu, seperti ketika H sakit ia memeriksakan diri ke dokter dan menentukan sendiri jurusan kuliahnya. H mengatakan bahwa perceraian orang tua bukan alasan untuk dirinya menjadi individu yang gagal dalam kehidupan. Menurutnya peristiwa negatif ini justru dapat dijadikan sebagai pembelajaran bagi dirinya agar ia menjadi individu yang lebih baik dari orang tuanya dan dari dirinya yang sebelumnya. Kasus H memberikan bukti bahwa tidak semua anak dari orang tua bercerai memiliki dampak buruk.

Kemampuan remaja untuk berhasil menangani masalah pernikahan orang tuanya cenderung dipengaruhi oleh faktor risiko dan faktor protektif (Rodgers & Rose, 2002). Salah satu faktor protektif tersebut adalah resiliensi. Perbedaan respon dari remaja yang mengalami perceraian orang tua dipengaruhi oleh kemampuan resiliensi yang dimilikinya (Asriandari, 2015). Resiliensi dapat diartikan sebagai kapasitas kemampuan individu untuk menerima, menghadapi dan mentransformasikan masalah-masalah yang telah, sedang dan akan dihadapi sepanjang kehidupan individu (Widuri, 2012). Penelitian yang dilakukan oleh Walker (2005) menunjukkan bahwa

penyebab utama stres dan masalah yang ada pada remaja berasal dari hubungan dengan teman dan keluarga, tekanan serta harapan dari diri sendiri dan orang lain, tekanan di sekolah oleh guru, tekanan ekonomi dan tragedi yang ada dalam kehidupan. Oleh karena itu stres pada remaja akan bertambah buruk jika ditambah dengan peristiwa perceraian orang tua, namun adanya resiliensi akan membantu remaja dalam menghadapi masa sulit.

Literatur menunjukkan bahwa resiliensi merupakan salah satu faktor protektif dari stres. Faktor protektif merupakan faktor yang membantu dalam melindungi individu dari ancaman atau dapat juga dikatakan faktor yang dapat mengurangi individu melakukan hal-hal negatif dan meningkatkan perilaku positif (Wardhani, Sunarti & Muflikhati, 2017). Resiliensi diketahui dapat melindungi diri individu dari konsekuensi kesehatan fisik dan psikologis selama masa-masa sulit (Padesky & Mooney, 2012). Individu yang resilien memiliki kemampuan untuk mengontrol emosi, tingkah laku, dan atensi dalam menghadapi masalah (Widuri, 2012). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan karakteristik personal yang memungkinkan individu berkembang dalam menghadapi kesulitan (Connor & Davidson, 2003).

Individu memerlukan kemampuan pendukung untuk dapat bangkit dari suatu keadaan sulit dan kembali pada kehidupan nyata dengan cara yang adaptif, salah satunya adalah *sense of coherence*. *Sense of coherence* merupakan salah satu konstruk yang dibahas dalam konsep salutogenesis. Mengutip dari artikel yang dipublikasikan oleh *Society for Theory and Research on Salutogenesis*, salutogenesis merupakan konstruk yang berfokus pada kesehatan manusia dan kesejahteraannya bukan pada sebab dari timbulnya suatu penyakit. Salutogenesis termasuk dalam aliran psikologi positif, sehingga *sense of coherence* merupakan bagian dari psikologi positif. *Sense of coherence* merupakan faktor kunci yang dapat meningkatkan resiliensi dan baik untuk kesehatan individu (Antonovsky dalam Mowlaie, Mikaeili, Aghababaei, Ghaffari & Pouresmali, 2016). Antonovsky (dalam Volanen dkk, 2007) berpendapat bahwa *sense of coherence* merupakan disposisi yang fleksibel dan adaptif yang memungkinkan keberhasilan

mengatasi pengalaman buruk. *Sense of coherence* diyakini menjadi indikator utama kesehatan serta berperan terhadap kesejahteraan subjektif remaja (Klunder & Lipowski, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Eriksson dan Lindstrom (2005) menyatakan bahwa *sense of coherence* dapat memperkuat resiliensi individu. Individu dengan *sense of coherence* yang tinggi akan mampu menyesuaikan dan mempertahankan homeostatisnya ketika dihadapkan dengan peristiwa traumatis (Lustig, Rosenthal, Strauser, & Haynes, 2000). Homeostatis itu sendiri mengacu pada setiap proses yang digunakan makhluk hidup untuk secara aktif mempertahankan kondisi stabil yang digunakan untuk bertahan hidup (Rodolfo, 2000). Terciptanya kondisi stabil tersebut dikarenakan jika individu memiliki *sense of coherence* yang tinggi, ia akan berusaha secara aktif untuk memberikan penilaian terhadap sumber daya yang tersedia, sehingga mengarahkan individu untuk menggunakan sumber daya yang paling paling efektif guna mengatasi stresor (Gwiazdzinski, Fedyk, Krawczyk & Szymanski, 2017). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki *sense of coherence* berpotensi untuk menghadapi masalah dalam hidupnya secara adekuat, termasuk remaja yang mengalami masalah berupa perceraian orang tua.

Perceraian merupakan salah satu ujian dari Allah SWT kepada anak dari pasangan suami istri. Allah SWT tidak hanya menguji seseorang dengan sesuatu yang buruk. Akan tetapi, Allah juga menguji seseorang dengan sesuatu yang baik. Allah SWT berfirman:

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَنَبَلُوكُم بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ ٣٥

Artinya: “Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Kami akan menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan (yang sebenar-benarnya). Dan hanya kepada Kami lah kamu dikembalikan” (Q.S Al-Anbiya (21): 35).

Terkadang seorang muslim apabila ditimpa dengan musibah dan kekusahan, maka dia dapat bersabar. Akan tetapi, begitu dia diberikan kenikmatan yang berlebih maka terkadang dia tidak bisa “lulus” dari ujian tersebut. Menghadapi semua ujian harus dengan kesabaran dan ketakwaan. Hukum

bersabar dan bertaqwa dalam menghadapi ujian bukanlah sunnah, tetapi itu adalah sesuatu yang wajib dikerjakan oleh semua muslim (Yai, 2014).

Sense of coherence dipahami sebagai orientasi hidup yang berfokus pada pemecahan masalah. Hal tersebut mencerminkan kemampuan individu untuk mengatasi stresor psikologis dan sosial (Lindström & Eriksson, dalam Volanen, dkk., 2007). Individu dengan *sense of coherence* yang tinggi memandang kehidupan sebagai sesuatu hal yang dapat dipahami, dapat dikelola dan memiliki makna, sehingga individu tersebut memiliki probabilitas yang lebih besar dapat berhasil dengan sukses dalam situasi kehidupan yang berat (Volanen, dkk., 2007). Dengan kata lain, *sense of coherence* akan membantu individu untuk menjadi resilien.

Berdasarkan pemaparan di atas menunjukkan bahwa *sense of coherence* dapat membantu individu berusia remaja untuk mampu melewati situasi sulit berupa peristiwa perceraian orang tua. Artinya, ketika individu memiliki tingkat *sense of coherence* yang tinggi, maka individu tersebut akan menjadi lebih resilien dibandingkan individu lain dengan tingkat *sense of coherence* yang lebih rendah. Meskipun *sense of coherence* merupakan salah satu konstruk yang penting bagi individu, namun belum banyak penelitian di Indonesia yang membahas mengenai *sense of coherence*, terutama di *setting* klinis. Penelitian mengenai konstruk *sense of coherence* di Indonesia lebih berfokus pada lingkup psikologi industri. Hal tersebut patut menjadi perhatian, karena peneliti berpendapat bahwa konstruk *sense of coherence* juga penting untuk diteliti pada *setting* klinis, tak terkecuali dalam konteks peristiwa negatif. Dengan dilakukannya penelitian *sense of coherence* dalam lingkup psikologi klinis, maka hasil dari penelitian yang dilakukan akan memperkaya literatur sebelumnya sehingga dapat dijadikan referensi dalam menyusun program intervensi.

Penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan guna mengetahui gambaran keadaan remaja yang mengalami perceraian orang tua serta bagaimana remaja tersebut mampu bangkit dari keterpurukan setelah peristiwa yang tidak menyenangkan terjadi, dengan cara memanfaatkan sumber daya yang tersedia. Di Indonesia, penelitian yang ada masih berfokus

pada konteks keluarga, yaitu resiliensi keluarga dan *family sense of coherence*. Namun, penelitian kali ini akan dilakukan dalam konteks resiliensi dan *sense of coherence* individu. Hal tersebut ditujukan agar remaja dengan orang tua bercerai dapat memampukan dirinya untuk menggunakan potensi dalam diri dalam menghadapi masa sulit. Penelitian ini merupakan bagian dari payung penelitian resiliensi pada populasi rentan. Penelitian lainnya membahas mengenai kebersyukuran dan resiliensi pada subjek yang sama, yaitu remaja yang mengalami perceraian orang tua. Selain itu, penelitian lain juga membahas mengenai kebersyukuran dan resiliensi trauma terhadap kekerasan pada anak jalanan usia remaja.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah:

Penelitian mengenai *sense of coherence* di Indonesia masih terbatas, terutama dalam *setting* klinis. Namun pada faktanya menurut penelitian yang telah dilakukan, *sense of coherence* justru dapat meningkatkan resiliensi yang pada akhirnya akan membantu individu dalam melewati masa sulit. Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka peneliti mengangkat tema penelitian mengenai *sense of coherence* dan resiliensi dalam *setting* klinis.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat peran yang signifikan dari *sense of coherence* terhadap resiliensi pada remaja yang mengalami perceraian orang tua dan bagaimana tinjauannya dalam Islam?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peran *sense of coherence* terhadap resiliensi pada remaja yang mengalami perceraian orang tua serta tinjauannya dalam perspektif Islam.

1.5 Manfaat Penelitian

A. Manfaat Teoritis

- Penelitian ini bermanfaat untuk memperkaya penelitian mengenai peran *sense of coherence* terhadap resiliensi pada remaja yang mengalami perceraian orang tua serta tinjauannya dalam perspektif Islam.
- Penelitian ini dapat dijadikan referensi atau sumber informasi bagi peneliti yang membahas tema penelitian serupa pada masa yang akan datang serta menjadi bahan kajian lebih lanjut.

B. Manfaat Praktis

- Penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam menyusun program intervensi bagi remaja yang mengalami perceraian orang tua. Jika *sense of coherence* terbukti signifikan berkontribusi terhadap resiliensi subjek, maka intervensi yang diberikan dapat meningkatkan *sense of coherence* pada remaja dengan orang tua bercerai sehingga nantinya berkontribusi terhadap kualitas pribadi yang memungkinkan remaja untuk berkembang dalam menghadapi kesulitan.

KERANGKA BERPIKIR

Angka perceraian di Indonesia terbilang masih tinggi. Perceraian tidak hanya berdampak bagi pasangan suami istri. Dampak terbesar dari perceraian justru dirasakan oleh anak dari pasangan tersebut (Meiriana, 2016), terlebih lagi apabila perceraian tersebut terjadi saat anak berusia remaja. Pada usia remaja, individu sedang berada pada tahap *storm and stress*, sehingga perceraian orang tua merupakan masa sulit bagi individu. Perceraian orang tua menyebabkan anak tidak memiliki orang tua yang utuh sehingga dapat berdampak pada aspek kematangan emosi, sosial dan psikologis. Hal tersebut dapat membuat mereka merasa bahwa hidup mereka tidak bahagia. Dari fenomena tersebut, anak dari perceraian orang tua membutuhkan kemampuan tertentu untuk dapat meminimalisasi dampak negatif yang mungkin muncul.



Antonovsky (dalam Volanen, dkk., 2007) berpendapat bahwa *sense of coherence* sebagai disposisi fleksibel dan adaptif yang memungkinkan keberhasilan mengatasi pengalaman buruk. Individu dengan *sense of coherence* yang tinggi memandang hidup sebagai sesuatu hal yang dapat dipahami, dapat dikelola dan memiliki makna. Dengan demikian, individu memiliki probabilitas yang lebih besar berhasil dalam situasi kehidupan yang berat (Volanen dkk, 2007). Mengacu pada dampak dari tingginya *sense of coherence* individu dapat membantu untuk melewati situasi sulit, peneliti menduga hal tersebut dapat berdampak positif pula pada tingkat resiliensi yang dimiliki, dalam hal ini berupa perceraian orang tua.



Resiliensi merupakan karakteristik personal yang memungkinkan individu berkembang dalam menghadapi kesulitan (Connor & Davidson, 2003). Resiliensi sangat dibutuhkan bagi remaja yang mengalami perceraian orang tua. Hal tersebut dikarenakan apabila remaja yang mengalami perceraian orang tua tidak memiliki resiliensi tinggi maka kerusakan pada remaja tersebut akan sangat parah (Schepard, Atwood & Schlisse, 1992). Keberadaan *sense of coherence* dapat membantu menaikkan tingkat resiliensi, hal ini dikarenakan ketika individu dengan tingkat *sense of coherence* yang tinggi menghadapi stresor, mereka akan mampu memahami masalahnya dengan jelas serta melakukan penilaian sumber daya secara efektif yang akan mengarahkan pada pemilihan strategi pemecahan masalah dengan tepat.



Apakah terdapat peran signifikan dari *sense of coherence* terhadap resiliensi remaja yang mengalami perceraian orang tua?