

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Keluarga sebagai lingkungan sosial terkecil bagi individu memiliki peran penting dalam kehidupan, khususnya bagi seorang anak. Peran orang tua dalam masa perkembangan anak adalah sebagai panutan, terutama pada perkembangan psikis dan emosi, karena orang tua merupakan pendorong pembentukan karakter yang terdekat (Amadea, Raharjo, & Taftazani, *n.d.*). Meski demikian, keluarga juga menjadi lingkungan yang rentan bagi seorang anak apabila terdapat konflik antara orang tua yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak. Salah satu konflik yang kerap kali muncul adalah perceraian orang tua, yang di Indonesia jumlahnya semakin meningkat setiap tahunnya.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Direktorat Jenderal Badan Peradilan Agama, Mahkamah Agung (Badan Pusat Statistik, 2017) terdapat tujuh provinsi dengan angka perceraian tertinggi di Indonesia di tahun 2016, yaitu Jawa Timur, Jawa Barat, Jawa Tengah, Sulawesi Selatan, DKI Jakarta, Sumatera Utara dan Banten (<https://lokadata.beritagar.id>). Perolehan data perceraian untuk kota DKI Jakarta per tahun 2017 berdasarkan Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta menunjukkan bahwa dalam kurun waktu tahun 2011 hingga 2014 terjadi peningkatan angka perceraian di DKI Jakarta pada setiap tahunnya (<https://jakarta.bps.go.id/>).

Tidak hanya bagi pasangan, perceraian juga memberikan dampak bagi anak. Laumann-Billings dan Emery (2000) mencatat bahwa anak-anak dari orang tua bercerai memiliki risiko yang lebih besar untuk memiliki berbagai masalah psikologis dibandingkan dengan anak-anak dari orang tua yang tidak bercerai. Penelitian tersebut juga memaparkan tentang kondisi psikologis anak, mencakup perasaan yang menyakitkan, keyakinan, dan ingatan terkait peristiwa perceraian orang tua mereka. Dampak lain yang umumnya cukup besar dirasakan oleh anak yang mengalami perceraian orang tua adalah rasa sedih yang berkepanjangan dan depresi berat. Selain itu, anak-anak yang terpapar konflik orang tua setelah

perceraian cenderung mengalami kemunduran secara emosional dalam hal penarikan sosial, kecemasan, dan depresi (Schepard, Atwood, & Schlissel, 1992).

Dampak dari perceraian akan semakin dirasakan anak ketika ia sudah memasuki tahap perkembangan remaja (Hadianti, Nurwanti, & Darwis, 2017). Dewanti dan Suprapti (2014) menjelaskan bahwa remaja memiliki tugas yang berat untuk menyesuaikan perubahan saat menghadapi perceraian orang tua. Alim (dalam Banne & Afiatin, 2014) menyatakan bahwa anak yang sudah memasuki tahap perkembangan remaja dan mengalami peristiwa perceraian orang tua cenderung lebih mengingat konflik dan stres yang terkait dengan peristiwa perceraian tersebut.

Pada masa remaja juga, perceraian orang tua yang terjadi akan memunculkan permasalahan yang lebih kompleks. Ketika memasuki usia remaja, anak sudah memulai pencarian jati diri, sehingga remaja membutuhkan pendampingan orang tua secara intensif. Emery (dalam Dewanti & Suprapti, 2014) mengungkapkan bahwa masa remaja dinilai sebagai masa yang paling sulit bagi anak-anak dengan orang tua bercerai. Hal ini mengacu pada proses yang dialami anak seiring bertambahnya waktu setelah peristiwa perceraian orang tuanya. Laumann-Billings dan Emery (2000) dalam penelitiannya dengan sampel mahasiswa melaporkan bahwa banyak mahasiswa dari keluarga bercerai memiliki perasaan tertekan terkait perceraian orang tua mereka. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa mahasiswa tersebut memiliki keyakinan yang lebih besar bahwa masa kanak-kanaknya lebih sulit daripada kebanyakan orang. Keyakinan ini masih tetap bertahan hingga lebih dari satu dekade setelah terjadinya perceraian orang tua. Perceraian orang tua pun berdampak pada berubahnya pola interaksi yang terjadi antara anggota keluarga. Perubahan pola interaksi ini berpengaruh pada timbulnya perasaan kesepian yang dialami oleh remaja yang dianggap sebagai akibat berkurangnya intensitas dan kualitas komunikasi yang baik dalam sistem interaksi interpersonal. Pada remaja, perasaan kesepian muncul berkaitan dengan adanya perubahan struktur keluarga yang menyebabkan komunikasi dan interaksi antar anggota keluarga tidak berjalan dengan baik (Hidayati, 2018).

Dampak-dampak dari perceraian orang tua dapat mempengaruhi berbagai aspek dalam hidupnya, salah satunya adalah aspek akademik. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Amato dan Boyd (2014), anak-anak dengan orang tua

yang bercerai memiliki rata-rata skor lebih rendah pada prestasi akademik, perilaku, penyesuaian psikologis, harga diri, dan hubungan sosial, serta memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih rendah dibandingkan dengan anak-anak dengan orang tua yang tidak bercerai. Aspek lainnya yang juga terkena dampak negatif dari perceraian orang tua adalah aspek psikologis. Penelitian menunjukkan bahwa anak dari orang tua bercerai melaporkan kualitas hubungan yang kurang baik dengan orang tua, memiliki perasaan tidak aman yang kronis, perasaan tidak berdaya, putus asa, stres yang berlebihan, dan risiko mengalami gangguan perkembangan (Hansen, 2014). Hal-hal tersebut membuat anak dengan orang tua bercerai memiliki tantangan yang signifikan untuk dapat bertahan dari waktu ke waktu. Lebih jauh lagi, Dagun (dalam Ningrum, 2013) berpendapat bahwa perceraian orang tua juga dapat menimbulkan stres dan trauma bagi anak untuk memulai hubungan baru dengan lawan jenis, karena anak memiliki pandangan yang negatif terkait pernikahan dan merasa takut untuk mencari pasangan serta merasa bahwa kegagalan dalam pernikahan orang tuanya juga akan terjadi pada dirinya kelak. Di sisi lain, terdapat pula remaja yang mengalami kekecewaan dengan keadaan dirinya yang tumbuh dalam keluarga yang tidak utuh dan akan tetap merasakan konflik dalam keluarganya tersebut sampai dengan sepuluh tahun pasca perceraian orang tua terjadi (Alim, dalam Banne & Afiatin, 2014).

Namun demikian, dalam menyikapi peristiwa perceraian orang tuanya, terdapat juga remaja yang mampu untuk menyesuaikan diri. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Hadianti, Nurwanti dan Darwis (2017), ditemukan bahwa remaja yang memiliki orang tua bercerai tetap mampu berprestasi secara akademik di sekolah serta mampu melakukan interaksi sosial yang baik dengan individu yang berada di sekitarnya (Banne & Afiatin, 2010). Penelitian yang dilakukan Hadianti, Nurwanti, dan Darwis (2017) terkait studi kasus resiliensi pada remaja berprestasi dengan latar belakang orang tua bercerai di SMA 1 Margahayu menemukan bahwa yang membedakan adalah kemampuan resiliensi yang dimiliki oleh remaja setelah mengalami peristiwa traumatis perceraian orang tua tersebut. Hal ini dikarenakan remaja telah memiliki kapasitas untuk menghadapi, mencegah, meminimalisasi, bahkan mengalihkan dampak-dampak yang merugikan akibat perceraian ke arah yang positif, yakni dengan berprestasi di sekolah (Hadianti, Nurwati, & Darwis,

2017). Contoh kasus lain dari bentuk resiliensi ini juga dapat ditemukan pada tokoh Susilo Bambang Yudhoyono yang mengalami perceraian orang tua pada saat beliau berada di usia remaja. Pada saat itu, beliau memiliki tekad untuk dapat keluar dari situasi tersebut (<https://www.brilio.net>).

Resiliensi merupakan sebuah kemampuan untuk bangkit kembali, tahan menghadapi tantangan, dan memperbaiki diri dalam menghadapi kesulitan (Wolin & Wolin, 1993, dalam Hjemdal, 2007). Individu dikatakan resilien jika ia dengan cepat mampu kembali kepada kondisi sebelum trauma dan tidak rentan mengalami stres traumatis dari berbagai peristiwa kehidupan yang negatif (Hadianti dkk., 2017). Berdasarkan uraian tersebut, maka penting bagi remaja dengan orang tua bercerai untuk memiliki resiliensi. Hal ini mengacu pada perceraian yang menimbulkan banyak dampak negatif dan bersifat traumatis bagi remaja dengan kondisi yang sedang dalam masa penuh kegoncangan, tahap mencari identitas diri dan dalam periode yang paling berat (Amadea, Raharjo & Taftazani, *n.d.*). Remaja yang resilien terhadap trauma dapat meminimalisasi dampak-dampak negatif yang ditimbulkan dari adanya peristiwa perceraian, sehingga remaja dapat berkembang ke arah yang lebih positif (Hadianti dkk., 2017).

Resiliensi pada remaja dengan latar belakang orang tua bercerai tidak dapat terbentuk secara tiba-tiba. Diperlukan sumber yang dapat mendukung proses terbentuknya resiliensi, baik yang berasal dari internal ataupun eksternal individu. Hal ini dapat disebut juga sebagai faktor protektif untuk melindungi dari faktor risiko pada individu yang resilien. Faktor protektif dibagi ke dalam dua kategori yakni faktor protektif internal dan faktor protektif eksternal. Faktor protektif internal merupakan faktor protektif yang bersumber dari dalam diri individu, seperti harga diri, efikasi diri, kemampuan mengatasi masalah, regulasi emosi, dan optimisme. Sementara itu, faktor protektif eksternal merupakan faktor protektif yang bersumber dari luar diri individu, seperti dukungan dari keluarga dan lingkungan individu tersebut.

Apabila ditinjau dari salah satu bentuk faktor protektif internal yakni optimisme, diketahui bahwa sikap optimisme dalam mendukung kemampuan resiliensi dapat terbentuk apabila individu tersebut memiliki sikap bersyukur di dalam dirinya (Mahardika, 2019). Bersyukur diketahui dapat membuat individu

akan memiliki pandangan yang lebih positif dan sudut pandang yang lebih luas terkait kehidupan yang merupakan suatu anugerah (Peterson & Seligman, 2004). McCullough, Emmons, dan Tsang (2002) menyatakan bahwa individu yang memiliki sikap bersyukur mampu mengurangi terjadinya gangguan fisik dan merasa hidupnya membaik secara keseluruhan, serta lebih optimis dalam menghadapi masa yang akan datang. Apabila ditinjau dan pandangan Islam terkait hal-hal yang diperoleh apabila individu bersyukur adalah untuk dirinya sendiri, sebagaimana yang telah Allah SWT jelaskan dalam firman-Nya:

وَلَقَدْ آتَيْنَا لُقْمَانَ الْحِكْمَةَ أَنْ اشْكُرْ لِلَّهِ وَمَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ

فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ ۝۱۲

Artinya: “Dan sesungguhnya telah Kami berikan hikmat kepada Luqman, yaitu: “Bersyukurlah kepada Allah. Dan barangsiapa yang bersyukur (kepada Allah), maka sesungguhnya ia bersyukur untuk dirinya sendiri; dan barangsiapa yang tidak bersyukur, maka sesungguhnya Allah Maha Kaya lagi Maha Terpuji.” (QS. Luqman: 12).

Berdasarkan dimensi spiritual dalam resiliensi menurut Connor dan Davidson (2003), spiritualitas berhubungan dengan keyakinan pada Tuhan dan nasib. Apabila dikaitkan dengan kebersyukuran, apabila individu memiliki keyakinan akan Tuhan dan nasib, maka individu tersebut cenderung akan lebih menerima hal-hal yang dialami di dalam kehidupannya sebagai nasib dan adanya keterlibatan Tuhan di dalamnya. Sikap bersyukur berkaitan dengan kecenderungan untuk melihat seluruh rangkaian kehidupan sebagai karunia yang diberikan Tuhan (Linley & Joseph, 2004). Individu yang bersyukur akan memiliki cara *coping* yang adaptif, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, dan memiliki fleksibilitas kognitif (Listiyandini, 2016). Bersyukur sendiri memiliki makna sebagai suatu perasaan berterima kasih, bahagia, serta apresiasi atas hal-hal yang diperoleh selama hidup baik dari Tuhan, manusia, makhluk lain dan alam semesta yang kemudian mendorong seseorang untuk melakukan hal yang sama seperti yang ia dapatkan (Listiyandini, Nathania, Syahniar, Sonia, & Nadya, 2015).

Berdasarkan banyaknya dampak negatif yang dialami remaja dari perceraian orang tua, maka penting bagi remaja untuk mengembangkan kemampuan resiliensi

dari peristiwa traumatis tersebut. Selain itu, diperlukan adanya faktor protektif terkait sikap bersyukur yang dapat membuat remaja memiliki pandangan yang lebih positif, sikap optimis dalam menghadapi masa depannya, rasa terima kasih atas segala hal yang dialami di dalam hidupnya, dan adanya keyakinan bahwa terdapat peranan Tuhan dalam setiap hal yang dialami di kehidupannya. Diharapkan dengan adanya rasa syukur dapat membantu remaja dengan orang tua bercerai untuk memandang dan menilai kehidupan yang dialaminya menjadi lebih positif dan optimis meskipun pernah mengalami peristiwa perceraian orang tua.

Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk dilakukan dengan tujuan mengetahui signifikansi peran kebersyukuran terhadap resiliensi pada remaja yang mengalami perceraian orang tua. Penelitian ini merupakan bagian dari payung penelitian resiliensi pada populasi rentan. Penelitian lainnya membahas tentang resiliensi dan *sense of coherence* pada subjek yang sama, yaitu remaja yang mengalami perceraian orang tua.

## **1.2 Rumusan Masalah**

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

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

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui signifikansi peran dari kebersyukuran terhadap resiliensi pada remaja yang mengalami perceraian orang tua serta tinjauannya dalam Islam.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **a. Manfaat teoritis**

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk menambah studi literatur dan memperkaya jumlah penelitian yang dilakukan terkait peran

kebersyukuran dalam resiliensi pada remaja yang mengalami perceraian orang tua.

b. Manfaat praktis

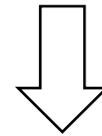
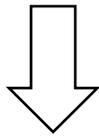
Manfaat praktis dari penelitian ini adalah untuk menjadi dasar menentukan intervensi oleh lembaga berwenang kepada remaja yang mengalami perceraian orang tua.

- a. Kantor Urusan Agama (KUA) : Pihak yang bertugas di Kantor Urusan Agama (KUA) selain menyampaikan informasi terkait administrasi persiapan pernikahan, petugas tersebut juga dapat menyampaikan hal-hal yang berkaitan dengan perceraian khususnya dampak yang ditimbulkan baik bagi pasangan maupun anak.
- b. Organisasi Keagamaan : Informasi terkait kebersyukuran dapat disampaikan dengan metode dakwah ataupun ceramah dengan tujuan untuk meningkatkan rasa syukur dalam diri individu khususnya ketika menghadapi kesulitan di dalam hidupnya.
- c. Sekolah (Guru BK) : Melalui layanan konseling yang diberikan kepada siswa, informasi terkait kebersyukuran dan resiliensi ini juga dapat disampaikan agar siswa memahami pentingnya rasa syukur yang dapat membantu untuk membangun resiliensi di dalam dirinya.
- d. Lembaga psikologi maupun lembaga pelatihan : Melalui layanan yang terdapat di dalam lembaga tersebut, dalam hal ini sebagai pihak yang memiliki kewenangan untuk memberikan pelatihan, diharapkan dapat memberikan pelatihan kebersyukuran sebagai suatu intervensi untuk membantu individu memiliki rasa syukur di dalam dirinya dengan cara menyadari hal-hal yang dimilikinya dan hal-hal yang membuatnya merasa bersyukur atas kehidupan yang dijalaninya.

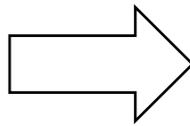
- e. Keluarga : Adanya informasi yang dimiliki keluarga terkait kebersyukuran dan resiliensi diharapkan dapat membantu remaja untuk mengembangkan rasa syukur dan resiliensi ketika menghadapi suatu masalah di kehidupannya.
- f. Remaja : Berdasarkan peranan kebersyukuran yang signifikan terhadap resiliensi pada remaja diharapkan dapat membantu dirinya untuk dapat mengembangkan rasa syukur yang diketahui dapat membantu terbentuknya resiliensi dalam diri remaja yang mengalami perceraian orang tua.

## KERANGKA BERPIKIR

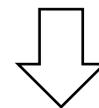
Perceraian orang tua yang dialami oleh anak yang sudah memasuki tahap remaja cenderung lebih mengingat konflik dan stres yang terkait dengan peristiwa perceraian tersebut. Remaja dapat memiliki perasaan kecewa dengan keadaan dirinya yang tumbuh dalam keluarga yang tidak utuh dan akan tetap merasakan konflik dalam keluarganya tersebut sampai dengan sepuluh tahun pasca perceraian orang tua terjadi. Selain itu, berbagai dampak perceraian yang juga dirasakan oleh remaja, seperti prestasi akademik, perasaan takut untuk memulai hubungan dengan lawan jenis, kecemasan, perasaan kesepian, perasaan tidak berdaya, menarik diri dan depresi, sehingga perceraian dipersepsikan sebagai peristiwa traumatis bagi remaja.



Bersyukur merupakan sebuah perasaan berterima kasih, bahagia, serta apresiasi atas hal-hal yang diperoleh selama hidup baik dari Tuhan, manusia, makhluk lain dan alam semesta yang kemudian mendorong seseorang untuk melakukan hal yang sama seperti yang ia dapatkan (Listiyandini, Nathania, Syahniar, Sonia & Nadya, 2015). Remaja yang bersyukur akan mampu untuk berterima kasih, menerima dan memandang hal-hal di kehidupannya dengan lebih positif dan optimis setelah mengalami perceraian orang tua dan hal tersebut dapat menumbuhkan kemampuan resiliensi.



Konsep dasar resiliensi merupakan sebuah kemampuan untuk bangkit kembali, tahan menghadapi tantangan, dan memperbaiki diri dalam menghadapi kesulitan (Wolin & Wolin, 1993, dalam Hjemdal, 2007). Resiliensi juga dapat mewujudkan kualitas diri pribadi individu untuk dapat berkembang ketika dalam kesulitan (Connor & Davidson, 2003). Sehingga pada akhirnya, kemampuan resiliensi ini dapat membedakan remaja untuk tumbuh ke arah yang lebih positif atau negatif pasca mengalami peristiwa traumatis berupa perceraian orang tua.



Apakah terdapat peran yang signifikan dari kebersyukuran terhadap resiliensi pada remaja yang mengalami perceraian orang tua?