

## PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN UNTUK MENIKAH PADA WANITA DEWASA AWAL DENGAN LATAR BELAKANG ORANGTUA BERCERAI

Asty Kurniati, Yuli Asmi Rozali  
Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta  
Jalan Arjuna Utara No. 9, Kebun Jeruk, Jakarta Barat 11510  
astykurniati@gmail.com

### Abstract

*In early adulthood phase, individual will face developmental task to build a family. This task can cause anxiety that will happen to everyone, but it will be different when people got divorced parents in their background. One of the factor that effect anxiety is environment, in this case represented by social support. Purpose of this research was to determine the effect of social support to married's anxiety on early adult women with background of divorced parents. Method of this research is using non-experimental quantitative with a comparative causal type and the sampling technique is using incidental sampling techniques. Sample are 60 early adult women with divorced parents. Social support's measurement based on Sarafino's theory (2002) that has been adapted and modified by Asya's research (2017) had valid item ( $r$ ) = 51 items and reliability value ( $\alpha$ ) = 0.977. The measurement scale of married's anxiety was prepared by researchers based on Taylor's theory (1953) with valid item ( $r$ ) = 44 items and reliability value ( $\alpha$ ) = 0.967. The result of data analysis, it's known sig. value ( $p$ ) = 0.000; ( $p$ ) < 0.05) with coefficient value  $-0.740$  which means there's negative influence between social support and married's anxiety to early adult women with background of divorced parents, so that the researcher's hypothesis is accepted. Social support has an effect to married's anxiety by 31.7% while the other 68.3% is influenced by other factor such as the recipient of the support itself. This research discovered that early adult women with divorced parents who's still living with one of their parents got lower anxiety's scale.*

**Keywords:** social support, anxiety on early adult women, divorced parents.

### Abstrak

Pada masa dewasa awal individu akan dihadapkan dengan tugas perkembangan untuk membina keluarga. Tuntutan untuk membina keluarga tersebut dapat menimbulkan kecemasan yang umum terjadi pada setiap orang, namun akan menjadi berbeda pada individu yang memiliki latar belakang orangtua bercerai. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah lingkungan, dalam hal ini diwakili oleh dukungan sosial. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan untuk menikah pada wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai. Metode dalam penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kuantitatif non-eksperimental yang berjenis kausal komparatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *incidental sampling*. Sampel berjumlah 60 orang wanita dewasa awal dengan orangtua bercerai. Alat ukur dukungan sosial disusun berdasarkan teori Sarafino (2002) yang telah diadaptasi dan dimodifikasi dari penelitian Asya (2017) memiliki item valid ( $r$ ) = 51 item dan nilai reliabilitas ( $\alpha$ ) = 0,977. Alat ukur skala kecemasan disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Taylor (1953) dengan item valid ( $r$ ) = 44 item dan nilai reliabilitas ( $\alpha$ ) = 0,967. Dari hasil analisis data, diketahui nilai sig. ( $p$ ) = 0,000; ( $p$ ) < 0,05) dengan nilai koefisien sebesar  $-0,740$  yang berarti ada pengaruh negatif antara dukungan sosial terhadap kecemasan untuk menikah pada wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai, sehingga hipotesis peneliti diterima. Dukungan sosial berpengaruh terhadap kecemasan sebesar 31,7% sedangkan 68,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain seperti faktor penerima dukungan itu sendiri. Temuan penelitian ini adalah wanita dewasa awal dengan orangtua bercerai yang masih tinggal bersama salah satu dari pihak orangtua lebih banyak yang memiliki kecemasan rendah.

**Kata kunci :** dukungan sosial, kecemasan pada wanita dewasa awal, orangtua bercerai

### Pendahuluan

Ketika memasuki masa dewasa awal individu akan dihadapkan dengan berbagai tugas perkembangan, di antara lain yaitu memilih pasangan, mulai membina keluarga, dan mengelola

rumah tangga (Hurlock, 1991). Di Indonesia, rata-rata usia pernikahan pertama untuk laki-laki adalah 25,7 tahun sedangkan pada wanita yakni 22,3 tahun (Maharsi, 2018). Sementara itu, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional

(BKKBN) memberikan batasan ideal usia seseorang untuk menikah yaitu sekitar 21 tahun bagi perempuan dan 25 tahun bagi laki-laki (BKKBN, 2017).

Transisi kehidupan menuju pernikahan itu akan membawa banyak perubahan besar dalam pengaturan hidup, kefungsi seksual, hak dan tanggung jawab, kelekatan, serta kesetiaan (Papalia, Olds, & Feldman, 2013). Oleh karena itu, dalam persiapan menghadapi perubahan-perubahan yang akan terjadi tersebut, tak jarang seseorang kerap merasakan kecemasan. Kecemasan dalam mengambil keputusan untuk menikah adalah hal yang umum terjadi pada setiap orang, namun pada wanita akan berefek lebih besar karena wanita sendiri memang lebih mudah terpapar stress dan menyebabkan dirinya trauma terhadap sesuatu yang dihadapinya (Inkiriwang, 2016). Selain itu, kecemasan juga akan dirasakan lebih berat pada orang yang memiliki pengalaman masa lalu yang tidak menyenangkan seperti perceraian orangtua. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Oktaviani (2014) mengenai kecemasan wanita dewasa muda dari orangtua bercerai terhadap pernikahan yang menunjukkan bahwa ketiga subjek dalam penelitian tersebut mengalami kecemasan terhadap pernikahan. Kecemasan tersebut dikarenakan adanya gambaran yang buruk mengenai pernikahan.

Disamping itu, penelitian yang dilakukan oleh Pradipta & Desinigrum (2017) mengenai pengalaman menjalin hubungan dengan lawan jenis pada anak korban perceraian juga menegaskan, bahwa pengalaman yang tidak menyenangkan akibat perceraian orangtua akan mempengaruhi jalinan hubungan individu tersebut dengan lawan jenisnya ketika ia mengalami masalah dalam hubungannya.

Dampak dari perceraian orangtua juga memiliki pengaruh yang besar terhadap perkembangan jiwa ataupun pendidikan individu, terutama jika perceraian tersebut terjadi saat individu tersebut berada di usia sekolah dasar atau remaja (Yusuf, 2014)

Sarbini & Wulandari (2014) dalam penelitiannya yang dilakukan di Desa Bungatan Kabupaten Situbondo mengenai kondisi psikologis anak dari keluarga yang bercerai menemukan diantaranya ada enam dampak yang dirasakan anak –secara psikologis– karena perceraian kedua orangtuanya, yakni: merasa tidak aman, adanya rasa penolakan dari keluarga, marah, sedih, kesepian, dan menyalahkan diri sendiri.

Pada saat memasuki masa remaja, individu akan mengalami banyak perubahan, baik itu dari segi fisik, kognitif, sosial, harga diri, bahkan keintiman. (Papalia, Olds, & Feldman, 2013). Di sisi

lain, pada masa remaja juga memiliki tuntutan tugas perkembangannya yang perlu dilewati yaitu menjalin relasi dengan lawan jenis (Hurlock, 1991). Sehingga perceraian orangtua yang terjadi pada masa remaja ini akan dapat berdampak negatif bagi individu. Pada masa remaja ini individu akan mulai menjalani hubungan romantis dan hubungan pernikahan orangtua umumnya akan dijadikan model dalam menjalin hubungan dengan lawan jenis. Apabila pada masa remaja ini terjadi perceraian kedua orangtua, maka akan menimbulkan dampak penilaian negatif dari individu tersebut terhadap hubungan dengan lawan jenis (Papalia, Olds, & Feldman, 2013). Hal ini akan membuatnya mengalami kecemasan ketika dihadapkan dengan tuntutan tugas perkembangan pada masa dewasa awal yaitu memilih pasangan dan membina keluarga. Kecemasan itu sendiri merupakan suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah (Taylor, 1953). Terdapat dua aspek kecemasan yaitu aspek fisiologis dan psikologis.

Selain dari pengalaman tidak menyenangkan terkait perceraian kedua orangtua, kecemasan juga dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan, seperti dukungan sosial. Dukungan sosial adalah suatu bentuk kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu dari orang ataupun kelompok lain. Adapun aspek-aspeknya meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, serta dukungan jaringan sosial (Sarafino, 2002).

Individu dengan latar belakang orangtua bercerai namun mendapatkan pengertian terkait perceraian tersebut, memiliki orang yang bisa dijadikan tempat untuk menceritakan perasaannya, memiliki orang yang peduli dan mau memberikan bantuan saat ia membutuhkan, maka hal tersebut akan membuatnya jadi lebih kuat dalam menerima dan menyikapi perceraian orangtuanya tersebut, tetap mampu untuk menjalin relasi dengan orang lain karena adanya perasaan diterima dan dipedulikan oleh lingkungan di sekitarnya sehingga tingkat keemasannya untuk menikah akan menjadi rendah. Sementara individu dengan latar belakang orangtua bercerai namun orang-orang di sekitarnya mengabaikannya, tidak ada yang memberinya semangat ataupun arahan, maka akan membuatnya merasa sendirian, tidak sanggup menerima keadaan orangtua yang bercerai, cenderung menyalahkan keadaan ataupun diri sendiri, dan sulit percaya pada orang lain diduga akan membuat tingkat keemasannya untuk menikah menjadi tinggi.

Berdasarkan penjabaran di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang

pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan untuk menikah pada wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara dukungan sosial terhadap kecemasan untuk menikah pada wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai.

## Metode Penelitian

### Populasi dan sampel penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif non-eksperimental yang berjenis kausal komperatif karena penelitian ini ingin mengetahui pengaruh antara dua variabel yaitu variabel dukungan sosial dan kecemasan

Populasi pada penelitian ini adalah para wanita dewasa awal (berusia 18-40 tahun) yang orangtuanya bercerai. Adapun jumlah populasi dalam penelitian ini tidak terdefinisi atau tak terhitung jumlahnya.

Diperlukan setidaknya 50 sampel untuk melihat keberadaan hubungan atau pengaruh (Fraenkel, Wallen, & Hyun, 2002). Oleh karena itu dalam penelitian ini diambil sampel sebanyak 60 wanita dewasa awal (berusia 18-40 tahun) yang tinggal di DKI Jakarta, belum pernah menikah, pernah menjalin hubungan dengan lawan jenis, dan memiliki orangtua yang telah bercerai.

Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *insidental sampling* dimana penentuan sampel dengan teknik ini adalah berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dapat dijadikan sampel apabila individu yang kebetulan ditemui tersebut cocok sebagai sumber data.

### Metode pengumpulan data

Metode yang digunakan yaitu berdasarkan skala Likert. Untuk skala dukungan sosial mengadaptasi dan memodifikasi alat ukur yang dibuat oleh Asya (2017) yang mengacu pada teori Sarafino (2002) dengan total 53 item. Untuk skala kecemasan disusun berdasarkan teori Taylor (1953) dengan total 50 item.

### Uji validitas dan reliabilitas

Uji validitas menggunakan teknik validitas konstruk, selanjutnya digunakan teknik korelasi *product moment* untuk mengukur tingkat validitas antar aitem. Dalam penelitian ini aitem dikatakan valid jika  $r \geq 0,30$  (Sugiyono, 2014)

Uji reliabilitas pada penelitian ini akan menggunakan teknik *internal consistency* dengan teknik perhitungan *Alpha Cronbach*. Item dapat dikatakan reliabel jika  $\alpha \geq 0,70$  (Sarwono, 2015).

Setelah dilakukan uji validitas, alat ukur dukungan sosial memiliki 51 item yang valid, yaitu 23 item *favourable* dan 28 item *unfavourable* dengan nilai reliabilitas sebesar 0,977. Dan alat ukur kecemasan memiliki 44 aitem yang valid, yaitu 36 item *favourable* dan 8 item *unfavourable* dengan nilai reabilitas sebesar 0,967.

## Hasil dan Pembahasan

Tabel 1  
Gambaran usia responden

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
18-25 tahun	53	88,3
Diatas 25 tahun	7	11,7
Total	60	100

Usia responden dibagi berdasarkan tahap perkembangan menurut Hurlock (1991), yaitu masa dewasa awal. Pada hasil didominasi oleh responden dengan usia 18-25 tahun yaitu sebanyak 88,3% sedangkan sisanya yang berusia diatas 25 tahun sebanyak 11,7%

Tabel 2  
Gambaran tinggal responden

Tinggal Bersama	Frekuensi	Persentase (%)
Ayah	6	10
Ibu	36	60
Kakek/Nenek	9	15
Lainnya	9	15
Total	60	100

Berdasarkan data pada tabel, responden yang paling dominan adalah yang tinggal bersama ibu yaitu sebesar 60%, sedangkan untuk hasil yang paling sedikit adalah tinggal bersama ayah yaitu sebesar 10%

Tabel 3  
Gambaran jumlah anggota keluarga responden

Jumlah anggota	Frekuensi	Persentase (%)
< 3 orang	8	13,3
3 orang	41	68,3
> 5 orang	11	18,3
T	60	100



otal

Berdasarkan data pada tabel, responden yang paling dominan adalah yang memiliki jumlah anggota keluarga 3 - 5 orang yaitu sebesar 68,3%, sedangkan untuk hasil yang paling sedikit adalah kurang dari 3 orang yaitu sebesar 13,3%.

**Tabel 4**  
**Hasil uji normalitas data**

	Dukungan Sosial	Kecemasan
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,756	0,836

Dari uji normalitas ini dapat dilihat kedua nilai Asymp.Sig alat ukur ini memiliki nilai lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ). Maka dapat dikatakan sebaran data berdistribusi normal. Sehingga dapat digunakan teknik regresi linear sederhana dalam melihat pengaruh antara dukungan sosial terhadap kecemasan untuk menikah pada wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai.

**Tabel 5**  
**Hasil uji regresi linier sederhana dukungan sosial terhadap kecemasan**

Regresi Linier	B	ig.
Constan	207,952	,000
	-0,740	,000

Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana yang dilakukan, diperoleh nilai sig. (p) sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan adanya pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan untuk menikah pada wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai. Kemudian dari nilai koefisien yang sebesar  $-0,740$  menunjukkan arah pengaruh negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat pengaruh negatif antara dukungan sosial terhadap kecemasan untuk menikah pada wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai.

Dari hasil persamaan regresi linier diketahui  $Y = 207,952 - 0,740x$  bahwa nilai konstanta sebesar 207,952 yang artinya jika koefisien dukungan sosial (x) tidak ada atau dianggap 0 maka nilai kecemasan (Y) akan menjadi sebesar 207,952. Sedangkan nilai

$-0,740x$  merupakan koefisien regresi yang menunjukkan bahwa setiap ada penambahan 1 nilai untuk dukungan sosial maka ada penurunan kecemasan sebesar 0,740.

**Tabel 6**  
**Hasil analisis besarnya pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan**

	R Square	Adjusted R Square	Std. Error
	0,317	0,306	20,869

Berdasarkan data pada tabel diketahui nilai R Square ( $R^2$ ) adalah 0,317 yang berarti dukungan sosial memiliki pengaruh sejumlah 31,7% terhadap kecemasan yang dirasakan wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai. Sedangkan 68,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain seperti faktor penerima dukungan itu sendiri.

**Tabel 7**  
**Kategorisasi dukungan sosial**

Kategorisasi	Jumlah	Persentase
Rendah ( $X < 144,83$ )	5	7%
Tinggi ( $X \geq 144,83$ )	3	58,3%
Total	6	100%

Berdasarkan data pada tabel diperoleh hasil bahwa pada kategorisasi tinggi memiliki hasil lebih banyak yaitu ada sebanyak 58,3%, dengan skor total lebih besar dan sama besar dari mean 144,83.

**Tabel 8**  
**Kategorisasi kecemasan**

Kategorisasi	Jumlah	Persentase
Rendah ( $X < 100,75$ )	2	33,3%
Tinggi ( $X \geq 100,75$ )	2	46,7%
Total	6	100%

Berdasarkan data pada tabel diperoleh hasil bahwa pada kategorisasi rendah memiliki hasil lebih banyak yaitu ada sebanyak 33,3%, dengan skor total kurang dari mean 100,75.

**Tabel 9**  
**Gambaran kecemasan berdasarkan tinggal bersama**

	Tinggal bersama	Kecemasan		Total
		Rendah	Tinggi	
Ayah		5	1	
Ibu		2	1	
Kakek/Nenek		0	6	6
Lainnya		3	6	
Total		4	5	
Asymp Sig. (2-sides) Pearson Chi Square		3	2	0,264

Dapat dilihat bahwa responden yang tinggal bersama Ibu dengan kecemasan yang tinggi ada sebanyak 16 orang, dan yang memiliki kecemasan yang rendah ada sebanyak 20 orang dengan jumlah total 36 responden. Sedangkan untuk responden yang tinggal bersama Ayah dan memiliki kecemasan yang tinggi ada sebanyak 1 orang, dan yang memiliki kecemasan rendah ada sebanyak 5 orang dengan jumlah total 6 responden.

Selanjutnya, dari hasil tes chi-square didapat nilai asymp sig. (p) sebesar 0,264 ( $p > 0,05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara kecemasan dengan tinggal bersama.

**Tabel 10**  
**Gambaran kecemasan berdasarkan jumlah anggota keluarga**

Jumlah anggota keluarga	Kecemasan		Total
	Rendah	Tinggi	
< 3 orang	3	5	8
3 – 5 orang	24	17	41
> 5 orang	5	6	11
Total	32	28	60
Asymp Sig. (2-sides) Pearson Chi Square			0,466

Berdasarkan data pada tabel dapat dilihat bahwa responden dengan jumlah anggota keluarga 3 – 5 orang yang memiliki kecemasan yang tinggi ada sebanyak 17 orang, dan yang memiliki kecemasan yang rendah ada sebanyak 24 orang dengan jumlah total 41 responden. Sedangkan untuk responden

dengan jumlah anggota keluarga kurang dari 3 orang yang memiliki kecemasan yang tinggi sebanyak 5 orang, dan yang memiliki kecemasan rendah ada sebanyak 3 orang dengan jumlah total 8 responden.

Selanjutnya, hasil tes chi-square didapat nilai asymp sig. (p) sebesar 0,466 ( $p > 0,05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara kecemasan dengan jumlah anggota keluarga.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil uji statistik dengan metode regresi linier sederhana diperoleh nilai sig. (p) 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan nilai koefisien sebesar  $-0,740$  yang menunjukkan arah pengaruh negatif maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat pengaruh negatif dukungan sosial terhadap kecemasan untuk menikah pada wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai maka semakin rendah kecemasannya, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin tinggi kecemasannya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Rachmawati (2013) bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan memperoleh pasangan hidup pada wanita. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah kecemasan memperoleh pasangan hidup pada wanita, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin tinggi kecemasan memperoleh hidup pada wanita.

Selanjutnya, dari nilai ( $R^2$ ) yang menunjukkan hasil sebesar 0,317 artinya dukungan sosial memiliki pengaruh yang besar terhadap kecemasan yaitu sebanyak 31,7%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti, seperti faktor penerima dukungan itu sendiri (Sarafino, 2002). Dari hasil persamaan regresi linier menunjukkan nilai  $Y = 207,952 - 0,740x$ , artinya bahwa jika koefisien dukungan sosial (x) tidak ada atau dianggap 0, maka nilai kecemasan (Y) akan menjadi sebesar 207,952.

Perceraian orangtua yang terjadi pada saat anak berusia remaja memiliki dampak yang positif maupun negatif. Dampak positifnya adalah individu menjadi lebih mandiri, dan mempunyai kemampuan bertahan. Hal tersebut dapat terjadi apabila pengalaman perceraian orangtua dikomunikasikan kepada anak secara terbuka sehingga perceraian tersebut dapat diterima. Sementara itu dampak negatif dari perceraian adalah timbulnya perasaan tidak aman, adanya rasa penolakan dari keluarga, marah, sedih, kesepian, dan menyalahkan diri

sendiri. Hal ini terjadi karena individu tidak mampu menerima perceraian orangtuanya dan merasa akan kehilangan figur seorang ibu ataupun ayah. Artinya, pada wanita dewasa dengan latar belakang orangtua bercerai dapat memiliki kecemasan yang tinggi maupun rendah. Penelitian ini membuktikan bahwa salah satu yang dapat menurunkan tingkat kecemasan adalah adanya dukungan sosial yang diterima oleh wanita dewasa dengan latar belakang orangtua bercerai.

Saat wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai memperoleh dukungan sosial yang tinggi dimana ia memiliki lingkungan yang dapat memberinya dukungan baik itu secara emosional, bantuan langsung, maupun nasihat atau saran, mampu menerima kelebihan dan kekurangannya, memiliki orang-orang yang mendengarkan kesedihannya, mau memberikan bantuan ketika dalam kesulitan, maka hal tersebut akan membuat wanita dewasa awal dengan orangtua bercerai merasa diterima di lingkungannya, dipedulikan oleh orang di sekitarnya, tidak merasa sendirian, merasa dihargai oleh orang lain meskipun dengan latar belakang orangtua bercerai sehingga dapat membuatnya mampu berpikir positif dalam menghadapi masalahnya, merasa kuat karena adanya orang-orang yang mau membantu disaat dalam kesulitan. Wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai tetap mampu menjalin relasi baik itu dengan sesama maupun dengan lawan jenis sekalipun ia memiliki latar belakang orangtua yang bercerai, dan memandang perceraian sebagai suatu konsekuensi yang dapat terjadi pada siapapun dan bukan sebagai aib. Dengan demikian tingkat kecemasan yang dimilikinya masih dapat diatasi dan cenderung rendah.

Berbeda jika wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai dan memiliki dukungan sosial yang rendah dimana ia tidak memiliki orang yang dapat dijadikan tempat untuk menceritakan perasaannya, tidak ada yang memberinya bantuan maupun arahan ketika ia dalam masalah, tidak percaya diri, merasa kesepian, mudah curiga kepada orang lain dan menganggap perceraian sebagai aib bagi keluarganya termasuk dirinya. Hal ini membuat wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai menjadi lemah, memandang dirinya berbeda dari orang lain, merasa perceraian orangtuanya tersebut merupakan nasib buruk baginya, dan selalu merasa dalam kekhawatiran sehingga membuatnya cemas dalam menjalin relasi dengan lawan jenis dan tingkat kecemasannya menjadi tinggi.

Hal ini sejalan dengan yang dikatakan oleh Taylor (dalam King, 2010) dimana dukungan sosial dapat menenangkan stress seseorang dan

membuatnya mampu menanganinya dengan keyakinan yang lebih besar. Reaksi dari stress dapat menimbulkan berbagai gejala, diantaranya adalah gejala emosional yang meliputi kecemasan, mudah marah, sedih, dan depresi (Rice dalam Afandi, Wahyuni, & Adawiyah, 2015). Dengan adanya dukungan sosial maka akan membuat seseorang dapat merasa tenang serta mampu menghadapinya. Individu yang memperoleh dukungan sosial percaya bahwa mereka dicintai dan dihargai serta menjadi bagian dari ruang lingkup sosial seperti keluarga atau komunitas yang dapat memberikan bantuan, pertolongan serta bertahan bersama-sama dalam situasi yang sulit (Cobb dalam Sarafino, 2002).

Selanjutnya, dari hasil tabulasi silang antara kecemasan dengan data penunjang, seperti tinggal bersama dan jumlah anggota keluarga memiliki nilai sig. (p) > 0,05 yang berarti tidak ada hubungan antara kecemasan dengan masing-masing data penunjang tersebut. Pada hasil tabulasi silang kecemasan dengan tinggal bersama, terdapat 36 responden yang tinggal bersama ibu, 6 orang responden tinggal bersama ayah, 9 orang responden tinggal bersama kakek/nenek, dan 9 responden tinggal bersama lainnya seperti misalnya indekos. Dari perhitungan dengan statistik diperoleh nilai sig. (p) = 0,264 yang berarti tidak ada hubungan antara tinggal bersama dengan kecemasan. Tetapi bila dilihat dari data frekuensi tabulasi silang, yang tinggal bersama kakek/nenek lebih banyak yang memiliki tingkat kecemasan tinggi dibandingkan yang rendah, sedangkan responden yang tinggal baik bersama ayah maupun ibu sama-sama lebih banyak yang memiliki tingkat kecemasan rendah dibanding yang tinggi. Hal ini diduga bahwa jika wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai tinggal bersama salah satu dari orangtuanya, baik itu ayah maupun ibu dimana masih adanya kelekatan baik dari ibu maupun ayah yang telah bercerai, maka diduga menimbulkan perasaan aman pada wanita dewasa awal tersebut. Kelekatan itu sendiri merupakan suatu ikatan emosional yang kuat yang dikembangkan anak melalui interaksinya dengan orang yang memiliki arti khusus dalam kehidupannya, biasanya orangtua (Mc Cartney & Dearing, 2002, dalam Eliasa, 2011).

Dengan tinggal bersama dari salah satu pihak orangtua yang telah bercerai, wanita dewasa awal masih tetap memiliki kualitas hubungan anak dan orangtua yang baik. Berdasarkan dari kualitas hubungan ini individu akan mengembangkan konstruksi mental mengenai diri dan orang lain yang akan menjadi mekanisme penilaian terhadap lingkungan (Eliasa, 2011). Hal ini didukung dengan hasil penelitian Nora (2015) mengenai pengaruh kelekatan dan harga diri terhadap kemampuan



bersosialisasi anak yang menemukan hasil bahwa kelekatan berpengaruh langsung terhadap kemampuan bersosialisasi. Dapat diartikan bahwa wanita dewasa awal yang memiliki orangtua bercerai dan tetap tinggal bersama dengan salah satu orangtuanya dimana masih adanya kelekatan serta *support* dari salah satu pihak orangtua maka akan membuatnya tetap mampu menjalin relasi dengan orang-orang di sekitarnya sehingga akan cenderung memiliki kecemasan yang rendah.

Untuk perhitungan olah data penunjang lainnya yaitu antara kecemasan dengan jumlah anggota keluarga, diperoleh data responden wanita dewasa awal dengan orangtua bercerai yang memiliki jumlah anggota keluarga 3 – 5 orang ada sebanyak 41 orang, responden dengan jumlah anggota keluarga kurang dari 3 orang ada sebanyak 8 orang, dan responden dengan jumlah anggota keluarga lebih dari 5 orang ada sebanyak 11 orang. Berdasarkan perhitungan dengan alat uji statistik diperoleh nilai sig. (p) sebesar 0,466 ( $p > 0,05$ ), artinya bahwa tidak ada hubungan antara kecemasan dengan jumlah anggota keluarga. Tetapi bila dilihat dari data frekuensi tabulasi silang, responden wanita dewasa awal dengan jumlah anggota keluarga yang berjumlah 3 - 5 orang lebih banyak yang memiliki tingkat kecemasan rendah dibanding tinggi. Hal ini diduga karena dengan banyaknya jumlah anggota keluarga, wanita dewasa awal dengan orangtua bercerai tidak akan merasa kesepian pasca orangtuanya bercerai.

Perlman dan Peplau (1998) mengatakan bahwa kesepian bisa terjadi bukan hanya karena tidak ada hubungan relasi, tetapi bisa juga karena jaringan hubungan sosial yang minim. Ahli teori kebutuhan sosial seperti Robert Weiss (dalam Perlman & Peplau, 1998) percaya bahwa setiap orang membutuhkan jaringan sosial termasuk diantaranya ikatan dengan keluarga. Wanita dewasa awal yang orangtuanya bercerai namun masih dikelilingi dengan anggota keluarganya yang lain akan membuatnya masih tetap dapat berinteraksi dengan anggota keluarga lainnya, saling memberi semangat satu sama lain, serta mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari anggota keluarga yang lain. Hal itu akan membuatnya tidak merasa kesepian, menimbulkan perasaan nyaman karena dikelilingi banyak orang yang kemudian dapat membuatnya lebih bisa menerima perceraian orangtuanya sehingga hal tersebut kemudian membuat tingkat keemasannya menjadi rendah.

## Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa ada pengaruh dukungan

sosial terhadap kecemasan untuk menikah pada wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai. Dari hasil persamaan regresi linier juga menunjukkan arah pengaruh yang negatif, dengan begitu hipotesis pada penelitian ini diterima yaitu terdapat pengaruh negatif antara dukungan sosial terhadap kecemasan untuk menikah pada wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai.

Dukungan sosial memiliki pengaruh yang cukup besar yaitu 31,7% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti faktor penerima dukungan itu sendiri

Pada hasil tabulasi silang antara kecemasan dengan data penunjang yaitu tinggal bersama siapa dan jumlah anggota keluarga, tidak ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan data-data penunjang tersebut.

Temuan dari penelitian ini adalah wanita dewasa awal dengan latar belakang orangtua bercerai yang masih tinggal bersama salah satu dari pihak orangtuanya lebih banyak yang memiliki kecemasan rendah.

## Daftar Pustaka

- Afandi, N.A., Wahyuni, H., & Adawiyah, A. Y. (2015). Efektivitas pelatihan mindfulness terhadap penurunan stress korban kekerasan dalam pacaran (kdp). *Jurnal Pamator*, 8(2), 75–84. Diambil dari <http://neobis.trunojoyo.ac.id/pamator/article/download/2060/1691>
- Asya, K. (2017). *Pengaruh dukungan sosial terhadap kualitas hidup pada lesbian di Jakarta* (skripsi tidak diterbitkan). Universitas Esa Unggul, Jakarta.
- BKKBN. (2017). Usia pernikahan ideal 21–25 tahun. Diambil dari <https://www.bkkbn.go.id/detailpost/bkkbn-usia-pernikahan-ideal-21-25-tahun>
- Eliasa, E. I. (2011). Pentingnya kelekatan orang tua dalam internal working model untuk pembentukan Karakter Anak.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2002). *How to design and evaluate research in education* (8th ed.). Diambil dari [http://tailieuso.udn.vn/bitstream/TTHL\\_125/9056/1/HowToDesignAndEvaluateResearchInEducation.TT.pdf](http://tailieuso.udn.vn/bitstream/TTHL_125/9056/1/HowToDesignAndEvaluateResearchInEducation.TT.pdf)
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi perkembangan*. Penerbit Erlangga.

- Inkirowang, M. A. (2016). Alasan perempuan lebih rentan alami gangguan jiwa. Diambil dari <https://lifestyle.okezone.com/read/2016/10/10/481/1511071/alasan-perempuan-lebih-rentan-alami-gangguan-jiwa>
- King, L. A. (2010). *Psikologi umum*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Maharsi, A. L. (2018). Cek rata-rata usia menikah di 15 negara ini. Diambil dari <https://www.hipwee.com/wedding/cek-rata-rata-usia-menikah-di-15-negara-ini-kamu-termasuk-nikah-cepat-atau-telat-nih/>
- Nora, M. O. (2015). Pengaruh kelekatan dan harga diri terhadap kemampuan bersosialisasi anak. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 9(2), 379–388. Diambil dari <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jpud/article/download/3511/2517>
- Oktaviani, M. (2014). *Kecemasan wanita dewasa muda dari orangtua yang bercerai terhadap pernikahan* (skripsi). Diambil dari <http://repository.unika.ac.id/id/eprint/215>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2013). *Human Development*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1998). *Loneliness. Encyclopedia of mental health* (vol 2). San Diego, C.A: Academic Press.
- Pradipta, Y. L., & Desinigrum, D. R. (2017). Pengalaman menjalin hubungan dengan lawan jenis pada anak korban perceraian: Studi kualitatif fenomenologis dewasa awal yang mengalami perceraian orangtua. *Jurnal Empati*, 6(1), 442–447. Diambil dari <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/viewFile/15187/14683>
- Rachmawati, R. (2013). Hubungan dukungan sosial dengan kecemasan memperoleh pasangan hidup pada wanita. *Naskah Publikasi*, 1–10. Diambil dari [http://eprints.ums.ac.id/24076/12/02.\\_Naskah\\_Publikasi.pdf](http://eprints.ums.ac.id/24076/12/02._Naskah_Publikasi.pdf)
- Rozali, Y. A. (2014). Hubungan *self regulation* dengan *self determination* (studi pada mahasiswa aktif semester genap 2013/2014,  $IPK \leq 2.75$ , Fakultas psikologi, universitas X, Jakarta). *Jurnal Psikologi*, 12(02), 61-66.
- Sarafino, E. P. (2002). *Health psychology biopsychosocial interaction* (4th ed.). United States Amerika: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarbini, W., & Wulandari, K.(2014). Kondisi psikologis anak dari keluarga yang bercerai. *Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa*, 1–5. Diambil dari <http://repository.unej.ac.id/handle/123456789/58954>
- Sarwono, J. (2015). *Rumus-rumus populer dalam SPSS 22 untuk riset skripsi*. Yogyakarta: C.V ANDI OFFSET.
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taylor, J. A. (1953). A personality scale of manifest anxiety. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 48(2), 285–290. Diambil dari <https://doi.org/10.1037/h0056264>
- Yusuf, M. (2014). Dampak perceraian orang tua terhadap anak. *Jurnal Al-Bayan*, 20(29), 33–44. Diambil dari <http://www.jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/bayan/article/download/112/101>