

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Keluarga bahagia merupakan dambaan bagi semua keluarga. Untuk menjadi keluarga bahagia salah satu syaratnya adalah keharmonisan keluarga. Keharmonisan keluarga dapat tercipta dengan cara saling menyayangi, menghormati dan menghargai. Namun kenyataannya tidak semua keluarga itu dapat mencapai kebahagiaan. Salah satu contoh keluarga yang tidak dapat mencapai kebahagiaan seperti misalnya dalam keluarga tersebut terjadi perceraian.

Perceraian adalah terpisahnya pasangan suami istri akibat kegagalan mereka dalam menjalani bahtera rumah tangga. Meskipun perceraian merupakan alternatif terbaik untuk kehidupan perkembangan anak daripada harus hidup dalam keluarga yang penuh perselisihan, namun perceraian suami istri tetap memberikan akibat yang tidak menguntungkan bagi perkembangan anak-anak mereka.

Saat ini perceraian banyak terjadi di kalangan masyarakat dengan berbagai latar belakang. Data perceraian di Pengadilan Agama Jakarta Selatan, tercatat setiap hari menggelar sidang cerai, jadwal sidang pada minggu pertama bulan Oktober 2009 adalah sebagai berikut :

### Jadwal Sidang Cerai Pengadilan Agama Jakarta Selatan Tahun 2009

Hari	Tanggal	Jumlah kasus
Senin	5 Oktober 2009	43
Selasa	6 Oktober 2009	27
Rabu	7 Oktober 2009	43
Kamis	8 Oktober 2009	33

Tabel 1.1 jadwal persidangan PA jak.sel,Oktober, 2009

([www.badilag.net](http://www.badilag.net) diakses tanggal 16 Maret 2012)

Dari data tersebut tergambar bahwa setidaknya angka perceraian rata-rata diatas 30 pasangan perhari yang di proses dalam persidangan. Dari penelusuran data diperoleh bahwa penyebab permasalahan perceraian yaitu ekonomi, ketidakselarasan pandangan, perselingkuhan, perbedaan keyakinan, perbedaan gaya hidup dan kekerasan dalam rumah tangga (Hoerdjan, 1987 dan Priscilia,2002).

Berdasarkan data yang tercatat di Departemen Agama menunjukkan, kasus perceraian di Jakarta mencapai 5.193 kasus, dimana sebanyak 3.105 (60%) adalah kasus istri menggugat cerai suami dan sebaliknya suami gugat cerai istrinya “hanya” 1.462 kasus (Suara Merdeka, 2008). Angka itu tidak termasuk orang-orang yang menikah secara “siri” kemudian memutuskan untuk bercerai.

Bagaimanapun perceraian tentu berdampak pada anak. *Judith S. Wallerstein* dan *Joan B. Kelly* (Dugan, 2000) mengatakan, 90 persen anak yang

orangtuanya bercerai mengalami rasa sedih yang mendalam dan perasaan khawatir, setelah gugatan cerai dan putusan hakim. Perceraian orang tua juga akan mempengaruhi cara anak berkembang (Beal & Hochman dalam Nurhayati, 2008)

Penelitian – penelitian sebelumnya yang membahas tentang dampak negatif perceraian orang tua yaitu dalam jurnal Hughes (2009), mengatakan terdapat beberapa dampak negatif yang dialami oleh remaja terhadap perceraian orang tua, antara lain sulitnya untuk berkonsentrasi dalam menerima pelajaran sekolah, mempunyai konsep diri yang rendah, mempunyai banyak masalah dengan orang tua dan juga dengan teman sebaya. Hughes (2009), juga mengatakan bahwa perceraian sering menyebabkan hilangnya komunikasi antara anak dengan orang tua. Perceraian juga menuntut remaja untuk mampu melakukan penyesuaian terhadap perubahan yang terjadi dalam hubungannya dengan teman sebaya dan anggota keluarga besarnya. Dengan kata lain bahwa remaja korban perceraian orangtua akan merasakan dampak negatif, baik bagi remaja itu sendiri maupun dalam relasi dengan lingkungan sekitarnya.

Sebaliknya menurut Dunn et.al (2001) remaja yang orangtuanya bercerai tidak merasakan perubahan yang signifikan meskipun mengalami keterpisahan dengan orangtuanya, karena mereka mendapatkan penjelasan dari orangtuanya atas terjadinya perceraian tersebut. Selain itu, orangtua yang bercerai juga tetap memberikan bimbingan dan harapan kepada anak-anaknya dalam menghadapi masa depan yang lebih baik. Sikap orangtua yang demikian akan membuat remaja dapat lebih menerima dan bersikap mandiri terhadap perceraian orang tuanya. Artinya, tidak semua remaja yang orangtuanya bercerai akan terpuruk, namun ada

juga remaja yang tetap mampu menunjukkan prestasi dan lebih mandiri seperti misalnya remaja tetap berprestasi dalam bidang akademiknya dan bisa lebih mandiri terhadap perceraian orangtuanya.

Perceraian yang terjadi pada keluarga juga dapat mempengaruhi persepsi remaja terhadap perceraian. Dalam jurnal Hacker (2011), persepsi remaja terhadap perceraian sangatlah beragam, ada yang memiliki persepsi positif terhadap perceraian, namun ada juga yang memiliki persepsi negatif terhadap perceraian. Persepsi positif terhadap perceraian terbentuk apabila remaja tetap mendapatkan perhatian dari kedua orangtuanya, terpenuhi kebutuhan finansial dan tetap menjalin hubungan yang baik antara kedua orangtua dan keluarga besarnya. Sedangkan persepsi negatif terhadap perceraian terbentuk apabila remaja tidak mendapatkan kasih sayang secara penuh dari kedua orangtuanya dan mereka harus melakukan penyesuaian diri terhadap perubahan dari keluarga yang utuh menjadi terpisah. Persepsi negatif terhadap perceraian menuntut adanya penyesuaian diri remaja terhadap perubahan yang menimbulkan stres.

Hal tersebut juga dikuatkan oleh Lazarus & Folkman (1984) bahwa stres bergantung secara penuh pada persepsi individu terhadap situasi yang berpotensi mengancam. Ketika remaja menghadapi perceraian orangtuanya, hal itu menjadi *stressor* yang berpotensi menimbulkan stres pada remaja. Dalam menghadapi situasi stres tersebut remaja cenderung melakukan strategi untuk mengurangi stres yang disebut dengan *coping stress*. Menurut Lazarus & Folkman (dalam Sarafino, 2006) *coping* adalah usaha dari individu untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan dari lingkungannya dan usaha untuk meminimalisasi kesenjangan antara

tuntutan dan kemampuan individu. Artinya, apabila remaja merasa tertekan dengan masalah yang dialaminya karena perceraian orang tua dan berbagai tekanan lain yang menyangkut masalah tersebut, maka setiap remaja memiliki cara maupun strategi yang berbeda-beda untuk mengurangi tekanan-tekanan tersebut.

Berikut adalah kasus remaja yang mengalami perceraian orang tua.

*Subjek berinisial X, berubah secara intelektual setelah kedua orang tuanya bercerai. Prestasi subjek di sekolah menurun, sehingga subjek tidak dapat konsentrasi dalam belajar di sekolah dari segi psikis subjek setelah kedua orang tuanya bertengkar dan berakhir dengan perceraian perasaannya sedih, kecewa dan marah karena bapaknya ingin menceraikan ibunya demi wanita lain. Subjek juga kurang mendapat perhatian dari kedua orang tuanya setelah kedua orang tuanya memutuskan ingin bercerai. Setelah kedua orang tuanya bercerai sikap subjek menjadi berubah. Subjek mudah merasa sedih, marah, pesimis dan mencoba hal-hal yang negatif dan sangat kecewa dengan kedua orang tuanya. Subjek melakukan hal-hal yang negatif seperti mencoba minum-minuman keras, mencoba obat-obatan terlarang, mencopet dan subjek juga suka berkelahi dengan orang yang membuat perasaannya tersinggung. (Prihatinningsih, 2011)*

Dari kasus diatas subjek yang orangtuanya bercerai mengalami perubahan dari segi psikis, kognitif, emosional dan tingkah laku. Subjek merasa sedih, kecewa dan prestasi akademik menurun. Untuk mengurangi stres yang dialaminya, subjek melakukan cara dengan minum-minuman beralkohol, memakai obat-obatan terlarang, mencopet dan berkelahi.

Berikut adalah hasil wawancara pribadi dengan seorang remaja laki-laki yang mengalami perceraian orang tua.

*Saya seorang remaja laki-laki berinisial R berusia 19 tahun, anak ketiga dari tiga bersaudara. Orangtua saya bercerai sekitar delapan bulan yang lalu. Orangtua saya bercerai karena ayah berselingkuh dengan seorang wanita sahabat dari ibu saya. Pada awalnya saya tidak menerima*

*perceraian orangtua saya, berhubung saya sering melihat mereka bertengkar akhirnya saya menerima perceraian walaupun dengan hati terpaksa. Saya merasa kesal, marah dan sedih melihat kondisi keluarga saya, tetapi bagaimana lagi karena hal itu yang terbaik buat mereka. Apabila saya stres memikirkan masalah perceraian orangtua biasanya saya berpergian dan berkumpul dengan teman-teman sambil minum-minuman alkohol untuk menghilangkan beban yang saya pikirkan. Pada saat berkumpul dengan teman-teman biasanya mereka menanyakan persoalan kedua orangtua saya, yang membuat saya merasa malu dan sakit hati mempunyai orang tua yang bercerai. Dan apabila ada orang yang bertanya mengenai perceraian orangtua, saya menghindar dan langsung pergi. ( 12 Februari, 2012).*

Dari hasil wawancara diatas kondisi yang dialami subjek saat mengetahui orangtuanya akan bercerai pada awalnya menolak, namun pada akhirnya bisa menerima perceraian tersebut. Perceraian orangtua mengakibatkan subjek terbebani pikirannya. Stres bertambah apabila teman-temannya menanyakan persoalan kedua orangtuanya. Hal tersebut membuat subjek mengurangi stresnya dengan cara berpergian dan berkumpul dengan teman-temannya sambil minum-minuman alkohol untuk menghilangkan beban yang subjek pikirkan.

Berikut adalah hasil wawancara pribadi dengan seorang remaja laki-laki yang mengalami perceraian orang tua.

*Saya seorang remaja laki- laki berinisial D, berumur 21 tahun anak kedua dari dua bersaudara. Orang tua saya bercerai dua tahun yang lalu dan sekarang saya tinggal bersama ibu saya. Orang tua saya bercerai karena ayah berpoligami dan baru diketahui oleh ibu saya setelah setahun kemudian. Hubungan saya dengan ayah sangat baik, hubungan ibu dengan ayah juga sangat baik. Komunikasi antara saya , ayah dan ibu tetap baik. Awalnya memang saya merasa kesal dan kecewa dengan sikap ayah yang telah menyakiti perasaan ibu. Hal ini bukan suatu permasalahan yang berat bagi saya, buktinya walaupun orang tua saya bercerai prestasi kuliah saya tetap memuaskan karena, saya ingin membuktikan kepada orang tua walaupun mereka bercerai prestasi kuliah tetap baik dan juga saya sekarang menjadi lebih mandiri dan dapat menjadi pengganti sosok ayah di rumah (11 Maret 2012).*

Dari hasil wawancara diatas kondisi yang dialami subjek pada saat orang tuanya bercerai mengalami perasaan kecewa karena ayahnya menyakiti ibunya dengan cara berpoligami selama satu tahun tanpa diketahui ibunya. Ketika subjek mengetahui ayahnya berpoligami dan kemudian bercerai, subjek merasa kecewa dan kesal terhadap ayahnya. Walaupun kedua orangtuanya bercerai, subjek tetap berprestasi dalam hal pendidikan dan juga subjek lebih mandiri.

Melihat masalah atau beban yang dialami oleh subjek diatas, mereka melakukan strategi untuk mengurangi stres yang dialaminya dengan cara yang berbeda-beda, seperti subjek mengurangi stresnya dengan cara minum-minuman beralkohol, memakai obat-obatan terlarang dan berkelahi. Tidak semua subjek mengalami keterpurukan, ada juga subjek yang melakukan hal yang positif seperti berprestasi dalam bidang akademik dan lebih mandiri.

Dari kasus diatas dapat dilihat adanya beberapa persamaan dan perbedaan antara remaja yang satu dengan yang lainnya dalam mengurangi stres yang dialaminya. Dalam hal ini peneliti tertarik untuk melihat gambaran *coping stress* yang dialami remaja akhir yang mengalami perceraian orangtua.

## **B. Identifikasi masalah**

Persepsi positif maupun negatif dapat mempengaruhi penyesuaian diri remaja menghadapi beban karena perceraian orangtua. Beban dan tekanan akibat perceraian orangtua yang dialami oleh remaja menimbulkan stres. Stres dialami oleh remaja antara lain seperti frustrasi, kecewa, rendah diri dan sedih. Stres merupakan persepsi yang dimiliki remaja dari sebuah situasi atau peristiwa.

Sebuah situasi yang sama dapat dinilai positif, netral atau negatif oleh remaja yang berbeda. Penilaian ini bersifat subjektif tergantung pada setiap remaja. Oleh karena itu remaja dapat merasa lebih stres daripada yang lainnya walaupun mengalami kejadian yang sama. Selain itu semakin banyak kejadian yang dimiliki sebagai sumber stres oleh remaja, maka semakin besar kemungkinan remaja mengalami stres yang lebih berat. Ketika remaja berhadapan dengan sesuatu yang menimbulkan stres, diharapkan dapat melakukan strategi untuk mengurangi stres tersebut. Untuk mengatasi sumber stres, maka ada yang menggunakan *problem focused coping* dan ada juga yang menggunakan *emotion focused coping*.

Dari uraian diatas terlihat bahwa remaja akhir yang mengalami perceraian orang tua menghadapi berbagai beban maupun tekanan yang mengakibatkan timbulnya stres. *Stress* maupun *stressor* yang dihadapi oleh remaja yang mengalami perceraian orang tua berbeda-beda. Mereka bereaksi dan mencari pemecahannya secara berbeda-beda pula.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti ingin mengetahui bagaimana gambaran *stressor*, reaksi *stress* dan *coping stress* remaja akhir yang mengalami perceraian orang tua.

### **C. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui gambaran *stressor*, *stress*, *coping stress* pada remaja akhir yang mengalami perceraian orang tua.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang dapat diperoleh dari hasil penelitian ini adalah

##### 1. Manfaat Teoristis

Melalui penelitian ini, penulis berharap agar hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memberikan kontribusi perkembangan ilmu psikologi.

- a. Penelitian ini dapat memberikan informasi, khususnya yang berkaitan dengan gambaran *coping stress* pada remaja akhir yang mengalami perceraian orang tua.
- b. Penelitian ini dapat memberikan masukan pada penelitian selanjutnya khususnya dalam bidang yang sama.

##### 2. Manfaat Praktis

- a. Penulis berharap agar penelitian ini dapat membantu memberikan informasi-informasi tambahan yang berguna bagi remaja yang mengalami perceraian orangtua.
- b. Melalui penelitian ini besar harapan penulis untuk dapat memberikan dukungan moril dan empati bagi remaja yang mengalami perceraian orang tua.

#### **E. Kerangka Berpikir**

Keluarga bahagia adalah tujuan dan harapan semua anak, karena dengan keluarga yang bahagia orang tua dapat mencurahkan kasih sayang terhadap anaknya. Namun tidak semua anak merasakan kebahagiaan dalam keluarga yang disebabkan oleh orang tua yang bercerai. Ketidakhahagiaan ini menimbulkan beban maupun tekanan pada anak tersebut.

Beban dan tekanan akibat perceraian orang tua yang dialami oleh remaja mengakibatkan timbulnya stres. Stres merupakan keadaan yang tidak dapat dihindari oleh siapapun, tidak terkecuali pada remaja yang mengalami perceraian orang tua. *Stressor* psikologis dari perceraian yang dialami oleh remaja tersebut misalnya perasaan sedih dan kecewa karena kehilangan salah satu figur orang tua, *stressor* sosial seperti diejek teman dan malu karena banyaknya pertanyaan mengenai masalah orang tua, *stressor* ekonomi seperti berkurangnya pendapatan keluarga dikarenakan salah satu orang tua yang tidak membiayai secara penuh, sedangkan *stressor* fisik seperti menemani atau mendampingi salah satu orangtuanya pada saat proses persidangan. Akibat dari *stressor* tersebut menyebabkan reaksi stres pada anak remaja seperti reaksi stres fisiologis seperti nafsu makan menurun, mual dan sakit kepala apabila memikirkan masalah orang tua. Reaksi emosional seperti marah, tertutup, depresi dan mudah tersinggung, sedangkan reaksi kognitif seperti sulit konsentrasi pada pelajaran dan sulit tidur.

Ketika remaja mengalami perceraian orang tua yang menimbulkan stres, akan melakukan berbagai strategi untuk mengurangi atau mengatasi stres yang disebut dengan *copingstress*. *Coping* adalah proses untuk mengelola tuntutan baik eksternal maupun internal yang diterima oleh remaja dan *coping* merupakan usaha dari remaja untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan atau usaha untuk meminimalisasi kesenjangan antara tuntutan dan kemampuan remaja tersebut.

Ada beberapa kemungkinan strategi yang dapat dilakukan oleh remaja dalam menghadapi perceraian orangtua. Mereka dapat melakukan strategi atau *coping* yang berfokus pada *problem focus coping* merupakan upaya mengatasi

stres langsung pada sumbernya dengan cara mengubah masalah yang dihadapinya, mempertahankan tingkah laku ataupun mengubah kondisi lingkungan.

Beberapa metode *problem focus coping* yaitu *planful problem solving* yaitu remaja berusaha menganalisa situasi untuk memperoleh solusi dan kemudian mengambil tindakan langsung untuk menyelesaikan masalah, seperti misalnya remaja memilih ikut salah satu orangtuanya. *Confrontative coping* yaitu remaja mengambil tindakan asertif untuk berusaha mengubah keyakinan orang lain atau mengambil resiko untuk mengubah situasi seperti misalnya marah kepada teman yang menanyakan tentang perceraian orangtuanya. *Seeking social support* yaitu remaja berusaha mencari informasi dan kenyamanan emosi dari orang lain, seperti misalnya berbicara kepada saudara mengenai perceraian orangtuanya.

Sedangkan *coping* yang dilakukan adalah *emotion focus coping* atau *coping* yang terpusat pada emosi yaitu usaha-usaha individu untuk mengurangi atau menghilangkan stres yang dirasakan. Remaja cenderung menggunakan cara ini ketika mengetahui bahwa hanya sedikit yang bisa dilakukannya untuk merubah kondisi lingkungan yang sulit dirubah.

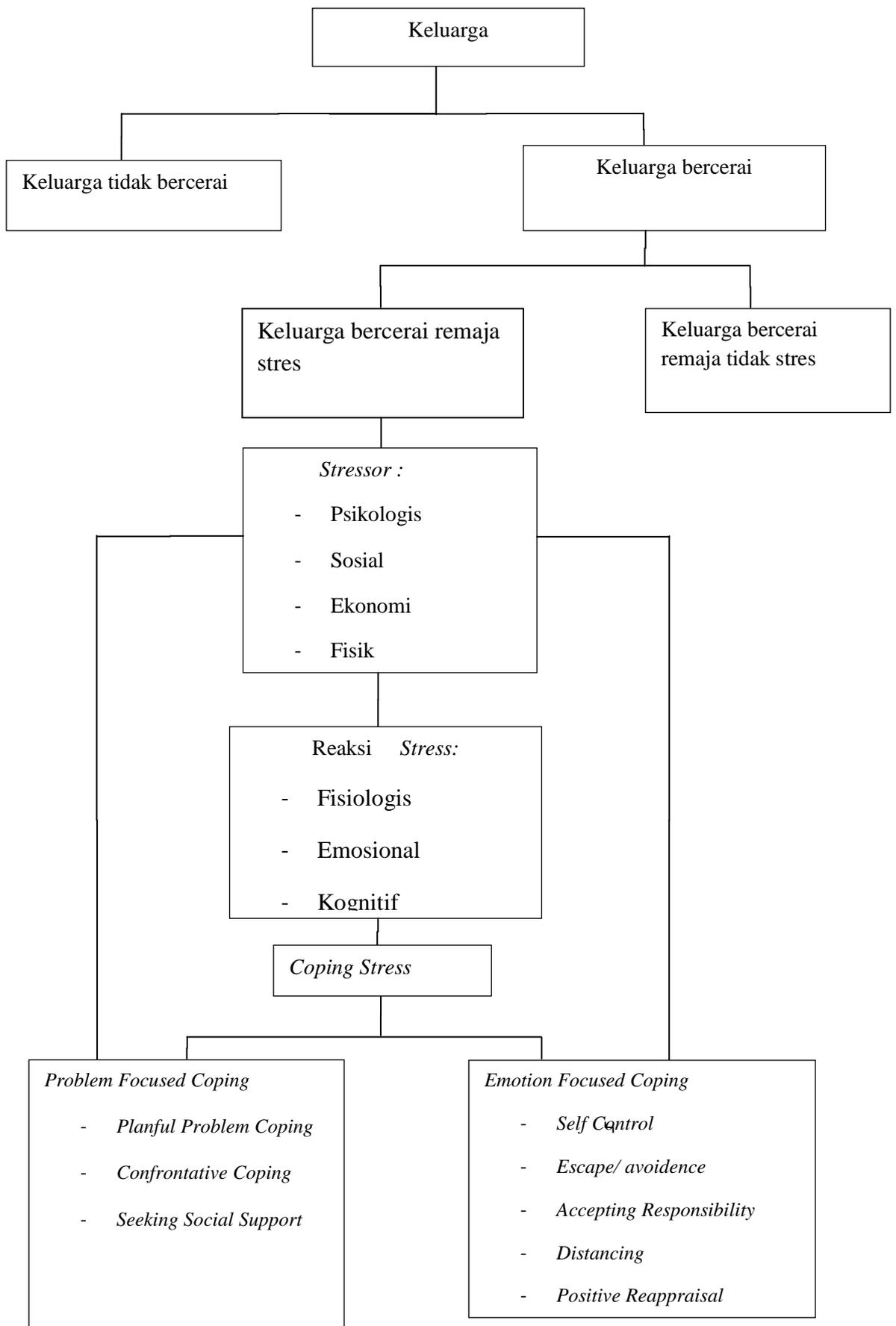
Ada beberapa metode *emotion focus coping* yaitu *self control*, usaha remaja untuk menyesuaikan diri dengan perasaan ataupun tindakan dalam hubungannya dengan masalah seperti misalnya sering menanganis memikirkan perceraian orangtuanya. *Escape/avoidance* yaitu menghindari masalah dengan cara berkhayal dan beralih pada hal lain seperti misalnya minum alkohol untuk mengurangi beban yang dirasakan. *Accepting responsibility* yaitu mengakui peran

diri sendiri dalam masalah dan sambil berusaha untuk memperbaikinya seperti misalnya pasrah menerima keadaan orangtuanya bercerai. *Distancing* yaitu usaha kognitif untuk menjauhkan diri sendiri dari situasi atau menciptakan pandangan yang positif terhadap masalah yang dihadapi seperti misalnya tidak memikirkan masalah perceraian orangtuanya. *Positive reappraisal* yaitu usaha mencari makna positif dari permasalahan dengan berfokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal bersifat religius seperti misalnya, mendekati diri pada Tuhan.

Apabila remaja terbebani dengan masalah yang dialaminya, mereka memiliki reaksi yang berbeda-beda dan juga mempunyai cara atau strategi yang berbeda-beda untuk mengurangi tekanan-tekanan tersebut. Secara garis besar biasanya menggunakan dua cara, yaitu yang pertama adalah *problem focused coping* (*coping* yang berfokus pada masalah), meliputi usaha untuk memperbaiki situasi dengan membuat perubahan atau mengambil beberapa tindakan dan usaha segera untuk mengatasi ancaman pada dirinya. Sedangkan yang kedua adalah *problem focused emotion* (*coping* yang berfokus pada emosi), meliputi usaha-usaha dan gagasan yang mengurangi emosi negatif. *Coping* yang berfokus pada emosi ini tidak memperbaiki situasi tetapi remaja tersebut merasa lebih baik.

Dengan kata lain *coping stress* merupakan suatu proses dimana remaja berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya.

Dalam hal ini penulis ingin mengetahui gambaran *stressor*, reaksi *stress* dan *coping stress* yang tentunya akan berbeda-beda pada setiap remaja yang mengalami perceraian orang tua, agar mendapatkan cara penanganan yang lebih baik.



Bagan 1.1 Skema Kerangka Berpikir