



**DAMPAK PERCERAIAN ORANG TUA PADA GANGGUAN
PSIKOSOSIAL REMAJA DI SMA LABSCHOOL BANDUNG**

***THE IMPACT OF PARENTAL DIVORCE ON ADOLESCENTS
PSYCHOSOCIAL DISORDERS IN LABSCHOOL HIGH SCHOOL
BANDUNG***

*diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana pada
Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial*

SKRIPSI

**Oleh
Indahasna Salmadya
200910301150**

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN
TEKNOLOGI
UNIVERSITAS JEMBER
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
PROGRAM STUDI ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL
JEMBER
2024**



**DAMPAK PERCERAIAN ORANG TUA PADA GANGGUAN
PSIKOSOSIAL REMAJA DI SMA LABSCHOOL BANDUNG**

***THE IMPACT OF PARENTAL DIVORCE ON ADOLESCENTS
PSYCHOSOCIAL DISORDERS IN LABSCHOOL HIGH SCHOOL
BANDUNG***

*diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana pada
Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial*

SKRIPSI

**Oleh
Indahasna Salmadya
200910301150**

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN
TEKNOLOGI
UNIVERSITAS JEMBER
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
PROGRAM STUDI ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL
JEMBER
2024**

PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat, berkah, serta kekuatan yang diberikan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Dengan segala kerendahan hati, karya ini penulis persembahkan untuk:

1. Keluarga Penulis: Hendra Sudaryono dan Yanti Nurhayati

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya disampaikan kepada Hendra Sudaryono dan Yanti Nurhayati atas kasih sayang yang tak pernah berkurang, doa yang selalu menyertai, serta dukungan yang tulus. Kehadiran mereka menjadi sumber kekuatan dan semangat bagi penulis untuk menyelesaikan setiap tahapan skripsi ini.

2. Saudara dan teman-teman yang telah berkontribusi

Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, serta semangat yang telah kalian berikan. Kehadiran serta kontribusi kalian menjadi bagian penting dalam menyelesaikan skripsi ini dan memberikan motivasi yang berarti sepanjang perjalanan akademik ini.

3. Almamater Ilmu Kesejahteraan Sosial Universitas Jember

Sebagai bentuk penghargaan atas ilmu dan pengetahuan yang telah penulis peroleh selama masa perkuliahan yang membekali penulis dengan wawasan dan pengetahuan berharga.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi siapa saja yang membutuhkannya dan menjadi bagian kecil dari kontribusi bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

MOTTO

“Success is not final, failure is not fatal: it is the courage to continue that counts.”

— Winston Churchill¹

¹ Churchill, *The Prodigal Project : Book I*, <https://winstonchurchill.org/publications/churchill-bulletin>.

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Indahasna Salmadya

NIM : 200910301150

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul: *Dampak Perceraian Orang Tua pada Gangguan Psikososial Remaja di SMA Labschool Bandung* adalah benar-benar hasil karya sendiri, kecuali jika dalam pengutipan substansi disebutkan sumbernya dan belum pernah diajukan pada institusi manapun, serta bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapatkan sanksi akademik jika ternyata di kemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Jember, 20 November 2024

Yang menyatakan,

Indahasna Salmadya

NIM 200910301150

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul Dampak Perceraian Orang Tua pada Gangguan Psikososial Remaja di SMA Labschool Bandung telah diuji dan disahkan oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Jember pada:

Hari : Selasa

Tanggal : 3 Desember 2024

Tempat : Ruang Sidang Ujian Skripsi FISIP Universitas Jember

Pembimbing

Tanda Tangan

1. Pembimbing Utama

Nama : Dr. Mahfudz Sidiq, M.M

NIP : 196112111988021001

(.....)

2. Pembimbing Anggota

Nama : Atik Rahmawati, S.Sos., M.Kesos

NIP : 197802142005012002

(.....)

Penguji

1. Penguji Utama

Nama : Arif, S.Sos., M.AP

NIP : 197603102003121003

(.....)

2. Penguji Anggota

Nama : Maisaroh Choirotunnisa S.Sos., M.A

NIP : 199307302024062001

(.....)

ABSTRAK

Perceraian orang tua merupakan fenomena sosial yang meningkat di Kota Bandung dan memiliki dampak signifikan terhadap perkembangan psikologis serta sosial remaja. Menurut Erikson (dalam Rama, 2020), perceraian dapat mengganggu stabilitas emosi dan perkembangan psikososial pada masa remaja yang masih rentan terhadap perubahan lingkungan keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak perceraian orang tua terhadap gangguan psikososial remaja di SMA Labschool Bandung. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi yang melibatkan siswa-siswi, alumni, guru bimbingan konseling, serta keluarga yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perceraian orang tua dapat memicu berbagai gangguan psikososial pada remaja, termasuk gangguan kecemasan, penurunan konsep diri, perilaku melukai diri sendiri, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Beberapa siswa yang orang tuanya bercerai mengalami kesulitan dalam mengelola emosi dan menghadapi tekanan psikologis yang berkelanjutan. Dukungan sosial dari teman sebaya dan keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler terbukti memberikan pengaruh positif dalam membantu remaja menghadapi dampak psikososial akibat perceraian. Penelitian ini memberikan gambaran mengenai dampak perceraian orang tua terhadap kondisi psikososial remaja, terutama dalam konteks lingkungan sekolah. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi pihak sekolah, orang tua, dan masyarakat dalam memahami pengaruh perceraian terhadap perkembangan psikososial remaja.

Kata Kunci: Perceraian, Gangguan Psikososial, Remaja, Dukungan Sosial.

ABSTRACT

Parental divorce is an increasing social phenomenon in Bandung and has a significant impact on the psychological and social development of adolescents. According to Erikson (as cited in Rama, 2020), divorce can disrupt emotional stability and psychosocial development in adolescents, who are particularly vulnerable to changes in their family environment. This study aims to analyze the impact of parental divorce on the psychosocial problems faced by adolescents at SMA Labschool Bandung. The research employs a qualitative approach with a case study design. Data collection was conducted through observations, in-depth interviews, and documentation involving students, alumni, school counselors, and relevant family members. The results of the study indicate that parental divorce can trigger various psychosocial issues among adolescents, including anxiety disorders, low self-concept, self-harming behaviors, and a tendency to withdraw from social interactions. Some students whose parents have divorced experience difficulties in managing their emotions and face ongoing psychological pressure. Social support from peers and participation in extracurricular activities have been found to provide positive effects in helping adolescents cope with the psychosocial impacts of divorce. This study provides an overview of the effects of parental divorce on the psychosocial condition of adolescents, particularly within the school environment. The findings are expected to serve as a reference for schools, parents, and the community in understanding the impact of divorce on adolescent psychosocial development.

Keywords: *Divorce, Psychosocial Problems, Adolescents, Social Support.*

RINGKASAN

Dampak Perceraian Orang Tua pada Gangguan Psikososial Remaja di SMA Labschool Bandung; Indahasna Salmadya; 200910301150; 2024; 42 Halaman; Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Jember.

Perceraian merupakan fenomena sosial yang terus meningkat, termasuk di Kota Bandung. Menurut data Pengadilan Agama Kota Bandung, kasus perceraian meningkat dari 7.075 kasus pada tahun 2021 menjadi 7.365 kasus pada tahun 2022. Perceraian tidak hanya berdampak pada pasangan suami istri, tetapi juga menimbulkan dampak psikologis yang signifikan pada anak-anak, khususnya remaja yang berada dalam masa perkembangan kritis. Remaja yang orang tuanya bercerai sering kali mengalami gangguan psikososial, seperti kecemasan, penurunan konsep diri, dan perilaku melukai diri sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis dampak perceraian orang tua terhadap gangguan psikososial remaja di SMA Labschool Bandung, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai fenomena ini.

Pendekatan penelitian ini adalah kualitatif melalui desain studi kasus. Lokasi penelitian dipilih secara *purposive* di SMA Labschool Bandung. Teknik penentuan informan menggunakan teknik *snowball sampling* yang melibatkan: tiga informan pokok yang terdiri dari siswa-siswi dan alumni SMA Labschool Bandung yang orang tuanya bercerai dan empat informan tambahan, yaitu: satu Guru Bimbingan Konseling, dua sahabat informan pokok, dan satu anggota keluarga. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Teknik analisis data dilakukan melalui tahap reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan, dan verifikasi. Teknik keabsahan data menggunakan triangulasi sumber.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perceraian orang tua memiliki dampak signifikan pada kondisi psikososial remaja. Pertama, gangguan kecemasan muncul akibat ketidakpastian dan perubahan mendadak dalam struktur keluarga. Seperti

badan gemetar dan jantung berdebar saat menghadapi konflik keluarga. Kedua, gangguan konsep, seperti rasa rendah diri dan sulit menerima kondisi keluarga yang terpisah. Hal tersebut menyebabkan remaja menghindari hubungan sosial, terutama dalam hubungan romantis. Ketiga, perilaku melukai diri sendiri, ketika remaja tidak mampu mengatasi tekanan emosional. Seperti, membenturkan kepala atau mengiris pergelangan tangan sebagai bentuk pelampiasan emosional. Keempat, kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, karena rasa malu dan stigma perceraian orang tua. Seperti, menyendiri sebagai bentuk perlindungan diri. Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler dapat memberikan efek positif dalam mengatasi tekanan psikososial akibat perceraian. Program ekstrakurikuler seperti OSIS dan olahraga memberikan ruang dalam mengekspresikan diri, mendapatkan dukungan emosional, dan mengembangkan rasa percaya diri.

PRAKATA

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Dampak Perceraian Orang Tua pada Gangguan Psikososial Remaja di SMA Labschool Bandung” Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna menyelesaikan pendidikan Strata Satu (S1) pada Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Jember. Dalam proses penulisan serta penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan banyak dukungan dan bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan bantuan baik berupa bimbingan, dorongan, maupun pengarahan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis akan menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. Iwan Taruna, M.Eng., IPM, selaku Rektor Universitas Jember;
2. Suyani Indriastuti, S.Sos., M.Si., Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Jember;
3. Dr. Mahfudz Sidiq, M.M selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Jember
4. Dr. Mahfudz Sidiq, M.M dan Atik Rahmawati, S.Sos., M.Kesos selaku dosen pembimbing penulis yang telah memberikan waktu, arahan, nasihat, ilmu, dan motivasi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik;
5. Akhmad Munif M., S.Sos., M.Si selaku Dosen Pembimbing Akademik (DPA) yang telah membimbing dan membina selama masa perkuliahan berlangsung;
6. Seluruh Dosen, Staf Pengajar, dan Karyawan di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Jember atas ilmu dan bantuan yang telah diberikan selama ini;
7. Seluruh infoman yang telah terlibat dan meluangkan waktu dan memberikan informasi kepada penulis;
8. Sahabat saya Gusti Izza, Khania Syawala, Khoirunnisa, Naufal Agniya, Nadia Nabila, Fahmy Faradila, Tera Nur, Alfian Ali, dan Gusti Farhan

yang sudah membantu saya dalam menyusun skripsi dan selalu memberikan semangat dalam mengerjakan skripsi. Segala kebersamaan dan pengalaman suka duka yang kita lalui selama ini selalu memberikan kekuatan untuk melangkah menjadi pribadi yang lebih baik.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk memperbaiki dan menyempurnakan penulisan di masa mendatang. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca, terutama dalam memahami dampak perceraian orang tua terhadap gangguan psikososial pada remaja.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
PERSEMBAHAN	ii
MOTTO	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PEMBIMBING	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
RINGKASAN	viii
PRAKATA	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL	xvi
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Dampak Negatif Perceraian Orang tua Terhadap Tumbuh Kembang Anak.....	4
2.1.1 Perceraian.....	4
2.1.2 Dampak Perceraian	5
2.2 Gangguan Psikososial Remaja	6
2.2.1 Remaja	7
2.2.2 Gangguan Psikososial	7
2.3 Dukungan Psikososial	9
2.4 Penelitian Terdahulu	10
2.5 Kerangka Berpikir.....	13
BAB 3. METODE PENELITIAN	15
3.1 Pendekatan Penelitian	15
3.2 Jenis Penelitian.....	15
3.3 Teknik Penentuan Lokasi.....	16

3.4	Teknik Penentuan Informan	16
3.5	Teknik Pengumpulan Data	18
3.5.1	Observasi	18
3.5.2	Wawancara	19
3.5.3	Dokumentasi	20
3.6	Teknik Analisis Data	20
3.7	Teknik Keabsahan Data	21
BAB 4.	HASIL DAN PEMBAHASAN	24
4.1	Latar Belakang Informan	24
4.2	Dampak Negatif Perceraian Orang Tua pada Gangguan Psikososial Remaja	26
4.3	Dukungan Sosial Memunculkan Mekanisme Coping yang Kuat	36
BAB 5.	KESIMPULAN DAN SARAN	40
5.1	Kesimpulan	40
5.2	Saran	41
	DAFTAR PUSTAKA	43
	LAMPIRAN-LAMPIRAN	46

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Timeline Observasi	18
Tabel 3. 2 Timeline Wawancara	19

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Berpikir.....	13
Gambar 3. 1 Sosiogram Informan Penelitian.....	17

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Timeline Observasi	18
Tabel 3. 2 Timeline Wawancara	19

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap pasangan yang menikah berharap agar pernikahannya tetap utuh dan harmonis sepanjang hidupnya. Idealnya, pasangan suami istri saling mendukung dan bekerja sama dalam menghadapi segala tantangan hidup bersama. Namun, realitas menunjukkan bahwa tidak semua pernikahan berjalan sesuai harapan. Perceraian menjadi salah satu fenomena sosial yang terus meningkat, khususnya di Kota Bandung. Berdasarkan data dari Pengadilan Agama Kota Bandung yang dikutip oleh Republika Jabar (2022), jumlah kasus perceraian yang diproses pada tahun 2021 mencapai 7.075 kasus, meningkat menjadi 7.365 kasus pada tahun 2022. Tingginya angka perceraian ini memicu berbagai dampak sosial, termasuk yang dialami oleh anak-anak dan remaja.

Perceraian orang tua tidak hanya berdampak pada hubungan pasangan yang bercerai, tetapi juga mempengaruhi anak-anak yang merupakan pihak yang paling rentan. Menurut Gunawan (2014), perceraian dapat menyebabkan perubahan perilaku, ketidakstabilan emosional, serta gangguan psikososial pada anak-anak, terutama ketika mereka memasuki masa remaja. Pada masa ini, peran orang tua sangat penting untuk memberikan stabilitas emosional dan sosial. Namun, ketika terjadi perceraian, remaja harus menghadapi perubahan besar dalam struktur keluarga yang sering kali menimbulkan kecemasan, kesedihan, dan kebingungan (Hartini, 2019).

Remaja yang sedang berada dalam masa transisi dari anak-anak menuju dewasa sangat rentan terhadap gangguan psikososial. Umami (2019) menjelaskan bahwa masa remaja ditandai dengan ketidakstabilan emosional dan perilaku yang dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, termasuk hubungan keluarga. Remaja yang orang tuanya bercerai kerap kali mengalami gangguan seperti kecemasan, depresi, penurunan harga diri, dan perasaan tidak berdaya. Menurut Erikson (dalam Rama, 2020), gangguan psikososial pada remaja dapat menyebabkan dampak negatif yang signifikan pada perkembangan emosional dan sosial mereka.

SMA Labschool Bandung yang terletak di pusat Kota Bandung dan dikelilingi oleh dinamika perkotaan yang kompleks, menjadi salah satu sekolah yang diidentifikasi memiliki sejumlah remaja yang orang tuanya bercerai. Berdasarkan data yang dipaparkan oleh Guru Bimbingan Konseling di SMA Labschool Bandung, pada tahun ajaran 2023/2024, ditemukan bahwa dari total 350 siswa, sekitar 15% siswa (45 siswa) melaporkan bahwa orang tua mereka telah bercerai. Beberapa siswa yang orang tuanya bercerai di sekolah ini menunjukkan tanda-tanda gangguan psikososial, seperti gangguan kecemasan, ketidakstabilan emosional, dan perilaku mencari perhatian.

Selain itu, fenomena yang menarik adalah adanya perbedaan signifikan dalam cara remaja menghadapi dampak perceraian orang tua. Terdapat siswa yang mengalami kesulitan besar hingga memilih untuk berhenti sekolah, sementara ada pula siswa yang tetap menunjukkan ketangguhan dan mampu melanjutkan kehidupan mereka dengan baik di tengah kondisi keluarga yang tidak ideal. Fenomena ini menandakan perlunya perhatian lebih mendalam terhadap dampak perceraian pada gangguan psikososial remaja di lingkungan SMA Labschool Bandung.

Hal ini menunjukkan bahwa fenomena perceraian ini tidak hanya menjadi masalah individu, tetapi juga merupakan tantangan sosial yang membutuhkan perhatian serius, terutama di lingkungan sekolah. Sebagai salah satu lembaga sosial yang memiliki peran besar dalam pembentukan karakter remaja, sekolah perlu memahami dampak perceraian orang tua terhadap kesejahteraan psikososial siswanya. Pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak perceraian pada gangguan psikososial remaja dapat menjadi langkah awal untuk merancang strategi intervensi yang efektif guna meningkatkan kesejahteraan sosial remaja. Oleh karena itu, penelitian ini mengambil judul **“Dampak Perceraian Orang Tua pada Gangguan Psikososial Remaja di SMA Labschool Bandung”**. Dengan tujuan untuk mengeksplorasi lebih lanjut bagaimana dampak perceraian orang tua pada gangguan psikososial remaja di SMA Labschool Bandung.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka masalah dalam penelitian ini dirumuskan dalam pertanyaan “Bagaimana dampak perceraian orang tua pada gangguan psikososial remaja di SMA Labschool Bandung?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah disajikan, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dan menganalisis dampak perceraian orang tua pada gangguan psikososial remaja di SMA Labschool Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang telah ditetapkan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat. Adapun beberapa manfaat dari penelitian ini, yaitu:

- a. Penelitian ini dapat memberikan sumbangsih terhadap perkembangan Ilmu Kesejahteraan Sosial, khususnya terkait dampak perceraian orang tua pada gangguan psikososial remaja.
- b. Penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik kepada remaja mengenai gangguan psikososial yang mungkin mereka alami akibat perceraian orang tua.
- c. Penelitian dapat membantu orang tua yang bercerai untuk memahami bagaimana dampak perceraian pada perkembangan psiksosial anak-anak.
- d. Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan referensi bagi pembaca, akademisi, lembaga, dan masyarakat luas mengenai dampak perceraian orang tua pada gangguan psikososial remaja.

BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA

Tinjauan pustaka merupakan ringkasan tertulis mengenai artikel dari jurnal, buku, dan dokumen lain yang mendeskripsikan teori serta informasi baik di masa lalu ataupun saat ini (Creswell, 2016). Peran utama peneliti adalah merumuskan dasar teori atau konsep yang akan menjadi pedoman penting dalam proses penelitian. Penelitian ini akan menganalisis dampak perceraian terhadap remaja, khususnya pada usia 18-21 tahun. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggali dampak perceraian orang tua pada gangguan psikososial pada remaja, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih baik kepada remaja mengenai gangguan psikososial yang mungkin mereka alami akibat perceraian orang tua.

2.1 Dampak Negatif Perceraian Orang tua Terhadap Tumbuh Kembang Anak

Perceraian dapat memberikan dampak negatif bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Perceraian dapat menyebabkan perubahan perilaku, ketidakstabilan emosional, dan kurangnya rasa tanggung jawab pada anak-anak. Selain itu, anak juga dapat mengalami berbagai perasaan negatif seperti kecemasan, kesedihan, dan kebingungan sebagai dampak langsung dari perceraian orang tua. Ketika anak-anak memasuki masa remaja dan dewasa dampak psikologis dari perceraian dapat memperburuk kondisi emosional mereka, bahkan dapat menyebabkan perilaku kenakalan remaja atau keterlibatan dalam perilaku berisiko seperti penggunaan narkoba (Suroso dan Arsanti, 2015).

2.1.1 Perceraian

Siregar (2023) menyatakan bahwa perceraian adalah penghentian hubungan suami-istri yang berarti keduanya sudah tidak lagi diakui sebagai pasangan oleh hukum perkawinan. Menurut Savitri (2011), pasangan bercerai biasanya terjadi karena kekerasan rumah tangga, ketidakmampuan untuk berkomunikasi dengan baik, adanya perselingkuhan, poligami, masalah ekonomi, kebiasaan minum alkohol atau penggunaan narkoba, pernikahan yang tidak resmi, serta perbedaan usia yang terlalu mencolok.

2.1.2 Dampak Perceraian

Definisi dampak menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2016) adalah benturan atau pengaruh kuat yang menghasilkan konsekuensi negatif atau positif. Dampak dapat diamati dari dua sudut pandang, baik yang bersifat negatif maupun positif. Dampak negatif, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, merupakan pengaruh kuat yang membawa konsekuensi negatif, sedangkan dampak positif adalah pengaruh yang kuat yang menghasilkan efek positif. Perceraian merupakan isu yang sangat kompleks, terutama pada era modern dan gaya hidup bebas seperti saat ini. Gunawan (2014) berpendapat bahwa perceraian dapat mendatangkan banyak dampak negatif dan memiliki pengaruh besar terhadap hubungan suami-istri dan kesejahteraan anak-anak.

Secara umum, perceraian menghasilkan dampak yang lebih dominan bersifat negatif pada hubungan suami-istri serta anak-anak, sebagaimana diungkapkan oleh Gunawan (2014). Meskipun ada potensi dampak positif yang bisa dihasilkan, efek negatif perceraian lebih sering menjadi fokus perhatian dalam kehidupan di era modern ini. Menurut Gunawan (2014), dampak-dampak yang dapat muncul akibat dari perceraian sebagai berikut:

a. Dampak terhadap Suami atau Istri

Dampak perceraian terhadap kehidupan suami-istri yang saat ini menjalani hidup secara terpisah memberikan kebebasan bagi keduanya untuk melanjutkan kehidupan dengan pasangan yang baru. Selain itu, perceraian juga membawa dampak psikologis terhadap suami-istri karena kesepian. Kesepian yang tidak teratasi dapat menimbulkan tekanan mental, rasa rendah diri, dan hilangnya rasa hara diri.

b. Dampak terhadap Anak

Menurut Hartini (2019), dari sudut pandang psikologis perceraian orang tua mengakibatkan remaja kehilangan peran orang tua sebagai pengatur keluarga, sahabat yang membimbing mereka dalam pengambilan keputusan, dan faktor penting dalam membentuk identitas diri. Menurut Herdian (dalam Pribadi, 2023) remaja yang orang tuanya bercerai

mengaku tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar, hal ini menyebabkan kesejahteraan psikologis yang rendah pada penerimaan diri remaja.

Perceraian orang tua memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap perkembangan anak, baik dari segi emosional, perilaku, maupun tanggung jawab. Anak-anak yang orang tuanya bercerai sering kali mengalami kecemasan, kesedihan, kebingungan, dan ketidakstabilan emosional yang dapat berlanjut hingga remaja dan dewasa, bahkan menyebabkan perilaku kenakalan atau risiko seperti penyalahgunaan narkoba. Selain itu, perceraian juga memberikan dampak psikologis yang mendalam, termasuk kesepian dan tekanan mental. Walaupun ada potensi dampak positif, efek negatif perceraian lebih sering menjadi perhatian utama. Hal ini menegaskan pentingnya peran orang tua dalam menjaga kesejahteraan psikologis maupun sosial anak selama dan setelah proses perceraian.

2.2 Gangguan Psikososial Remaja

Zaini (dalam Kotijah, 2021) mengungkapkan bahwa gangguan psikososial adalah perubahan dalam kehidupan individu baik bersifat psikologis maupun sosial yang memiliki pengaruh timbal balik dan dianggap berpotensi cukup besar sebagai faktor penyebab terjadinya gangguan kesehatan jiwa secara nyata, atau sebaliknya masalah kesehatan jiwa berdampak pada lingkungan sosial. Masalah psikososial merupakan masalah yang banyak terjadi di remaja. Menurut Nanda (dalam Kotijah, 2021) masalah psikososial terdiri dari berduka, keputusasaan, ansietas, ketidakberdayaan, risiko penyimpangan perilaku sehat, gangguan citra tubuh, koping tidak efektif, koping keluarga tidak efektif, sindroma *post trauma*, penampilan peran tidak efektif dan HDR. Ciri-ciri remaja yang terindikasi mengalami gangguan psikososial menurut Tianingsih (dalam Widiyastuti, 2023) cenderung memiliki sikap enggan meminta maaf ketika melakukan kesalahan kepada teman, sering melanggar aturan sekolah, mencari perhatian guru dan teman dengan membuat keributan di kelas, enggan mencari pengalaman baru, kurang percaya diri, serta sering membandingkan diri mereka dengan teman-teman.

2.2.1 Remaja

Menurut Sofia (dalam Tolukun, 2020) Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, sosial, dan psikologis. Fatmawaty (2017) menjelaskan bahwa masa remaja memiliki kedudukan yang tidak jelas dalam rangkaian proses perkembangan individu. Hal ini dikarenakan remaja tidak berada dalam kategori anak-anak, tetapi tidak termasuk kategori orang dewasa juga. Anak-anak masih dalam tahap perkembangan, sementara orang dewasa dianggap sudah mencapai tahap perkembangan penuh. Sedangkan remaja meskipun sudah memulai proses perkembangan, namun belum sepenuhnya memiliki kemampuan untuk menguasai fungsi psikisnya dengan baik. Dikutip dari Fatmawaty (2017), masa remaja secara global terjadi antara usia 12-21 tahun, yang dapat dibagi menjadi:

- a. Usia 12-15 tahun: masa remaja awal;
- b. Usia 15-18 tahun: masa remaja pertengahan;
- c. Usia 18-21 tahun: masa remaja akhir.

Proses transisi ini sangat mempengaruhi perkembangan psikososial remaja yang mencakup perkembangan emosi, identitas diri, dan hubungan sosial mereka. Sebagai remaja yang menghadapi tantangan dan perubahan signifikan dalam kehidupan sosial dan emosional mereka, memahami dinamika psikososial menjadi sangat penting untuk mendukung kesejahteraan mereka. Berdasarkan hal tersebut, informan peneliti yang merupakan siswa SMA umumnya berada dalam kategori masa remaja akhir, yaitu usia 18-21 tahun. Pada masa ini, remaja mengalami perubahan yang signifikan dalam hal biologis, sosial, dan psikologis.

2.2.2 Gangguan Psikososial

Menurut Erikson (dalam Rama, 2020), psikososial merupakan kombinasi dari aspek psikologis dan sosial. Dengan demikian, perkembangan psikososial merujuk pada perkembangan yang melibatkan aspek emosi atau mental individu dalam interaksi dengan orang lain. Artinya, perkembangan psikososial secara umum mengacu pada perubahan atau pertumbuhan kepribadian individu yang terkait dengan hubungan sosialnya.

Gangguan psikososial adalah setiap perubahan dalam kehidupan individu baik yang bersifat psikologis ataupun sosial yang memiliki pengaruh timbal balik dan dianggap berpotensi cukup besar, bisa menyebabkan gangguan perasaan seperti depresi dan cemas, gangguan fungsi tubuh, atau gangguan penampilan sebagai faktor penyebab terjadinya gangguan jiwa atau gangguan kesehatan secara nyata, atau sebaliknya masalah kesehatan jiwa yang berdampak pada lingkungan sosial (Keliat, 2021). Rama (2020) menjabarkan gangguan-gangguan psikososial, antara lain:

a. Gangguan Citra Tubuh

Menurut Garner (dalam Rama, 2020), citra tubuh adalah gambaran mental individu terhadap penampilan fisik, termasuk ukuran dan bentuk tubuh. Citra tubuh terdiri dari dua bagian: bagaimana seseorang melihat tubuhnya sendiri dan bagaimana perasaan mereka terhadap penampilan tersebut (Rama, 2020).

b. Gangguan Ansietas

Ansietas atau kecemasan adalah perasaan takut terhadap sesuatu yang belum terjadi, biasanya disebabkan oleh kekhawatiran akan masa depan. Kecemasan ini membantu seseorang untuk bersiap dalam menghadapi ancaman, tetapi hal ini dapat berdampak negatif pada kecemasan fisik dan mental.

c. Gangguan Kehilangan dan Berduka

Stuart (dalam Rama, 2020) mengungkapkan bahwa kehilangan adalah situasi yang sulit dihindari, seperti kehilangan orang yang dicintai. Berduka adalah respon emosional alami terhadap kehilangan tersebut dan merupakan proses untuk mengatasi masalah yang muncul.

d. Gangguan Konsep Diri: Harga Diri Rendah Situasional

Gangguan konsep diri terjadi ketika harga diri seseorang mengalami penurunan yang disebabkan oleh kegagalan atau situasi negatif tertentu. Penurunan ini mengakibatkan berkurangnya keyakinan individu terhadap kemampuan untuk mengendalikan

hidupnya, serta penurunan motivasi yang sebelumnya positif (Rama, 2020).

e. Gangguan Ketidakberdayaan dan keputusan

Gangguan ketidakberdayaan dan keputusan melibatkan perasaan tidak memiliki pilihan dalam menghadapi masalah. Keputusan muncul ketika seseorang merasa tidak ada solusi yang dapat dicapai meskipun masih memiliki kendali. Sebaliknya, ketidakberdayaan terjadi ketika seseorang menyadari adanya alternatif solusi, tetapi merasa tidak mampu bertindak karena kurangnya kontrol atau sumber daya (Rama, 2020).

f. Gangguan Koping

Carpenito-Moyet dalam (Rama, 2020), Gangguan Koping adalah kondisi ketika suatu individu mengalami kesulitan dalam mengelola stres karena kurangnya sumber daya fisik, psikologis, perilaku, atau kognitif yang memadai.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bagaimana perceraian orang tua dapat mempengaruhi berbagai aspek gangguan psikososial di kalangan remaja. Fokus penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi hubungan antara perceraian orang tua dengan munculnya gangguan psikososial seperti kecemasan, perubahan citra tubuh, harga diri rendah, dan ketidakberdayaan di kalangan remaja, serta bagaimana situasi ini dapat berkontribusi terhadap kesejahteraan remaja.

2.3 Dukungan Psikososial

Gangguan psikososial seringkali memperburuk kemampuan remaja untuk menjalani kehidupan sehari-hari secara normal dan produktif, sehingga membutuhkan perhatian khusus dari lingkungan keluarga dan sosial mereka. Salah satu cara untuk menangani gangguan psikososial adalah melalui dukungan psikososial, yang berfungsi untuk membantu individu mengatasi tekanan sosial dan emosional yang dihadapi. Indari dkk. (2021) menyebutkan bahwa dukungan psikososial mencakup intervensi seperti edukasi, pendampingan, dan latihan mindfulness yang dirancang untuk meningkatkan kesejahteraan mental dan sosial

individu. Dalam konteks remaja dengan orang tua yang bercerai, pemberian dukungan psikososial terbukti efektif untuk mengurangi kecemasan, PTSD, dan perilaku berisiko lainnya. Menurut Masitah dan Sulistya dalam (Indari, 2021), dukungan psikososial tidak hanya membantu remaja mengelola emosi mereka, tetapi juga memperkuat kemampuan mereka dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial. Dukungan ini melibatkan tiga aspek utama: dukungan emosional, instrumental, dan edukasi. Dengan memberikan ruang bagi remaja untuk mengekspresikan diri, memperbaiki mekanisme koping, dan memahami dampak psikososial yang mereka alami, dukungan psikososial dapat menjadi salah satu solusi paling efektif untuk menangani dampak perceraian orang tua.

Dengan demikian, gangguan psikososial pada remaja akibat perceraian orang tua tidak hanya dapat dipahami sebagai respons terhadap perubahan dalam struktur keluarga, tetapi juga dapat diminimalkan melalui pemberian dukungan psikososial yang sistematis dan berkelanjutan. Dukungan ini memungkinkan remaja untuk mengembangkan keterampilan mengelola stres, membangun hubungan sosial yang sehat, dan menjalani kehidupan dengan lebih percaya diri.

2.4 Penelitian Terdahulu

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan referensi dari beberapa penelitian terdahulu. Penelitian terdahulu digunakan untuk menetapkan langkah yang sistematis dalam penyusunan sebuah penelitian secara teoritis dan konseptual. Studi terhadap penelitian terdahulu juga memperkuat penelitian yang akan dilakukan oleh penulis bahwa hasil dari penelitiannya memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Beberapa penelitian terdahulu yang menjadi acuan peneliti ialah sebagai berikut:

- a. Penelitian yang dikaji oleh J.J Carballo, dkk. pada tahun 2020 dengan judul "*Psychosocial Risk Factors for Suicidality in Children and Adolescents*" menyoroti bahwa faktor-faktor psikososial berkontribusi terhadap risiko perilaku bunuh diri pada anak dan remaja. Faktor-faktor tersebut seperti implusif, gangguan *mood*, penyalahgunaan zat, riwayat melukai diri, serta konflik dalam hubungan keluarga atau teman sebaya. Penelitian ini berbeda dengan yang akan dilakukan oleh peneliti yang akan

meneliti bagaimana dampak perceraian orang tua pada gangguan psikososial remaja sehingga dapat membantu remaja untuk mengidentifikasi permasalahan menjadi lebih baik.

- b. Penelitian yang dikaji oleh Bianca Mayang Pribadi dan Krismi Diah Ambarwati pada tahun 2023 dengan judul “*Psychological Well-Being* pada Remaja Akhir Korban Perceraian Orang Tua di Kabupaten Pati” menyatakan bahwa remaja akhir yang orang tuanya bercerai telah mencoba untuk menerima kondisi yang ada, remaja akhir yang orang tuanya bercerai memiliki kemandirian dengan sangat baik dan dapat menyelesaikan masalah sendiri tanpa bantuan keluarga maupun orang lain. Namun, mereka pun terkadang memiliki rasa iri dengan kehidupan orang lain dan merasa tidak ingin terlalu tergesa-gesa untuk memutuskan menikah di usia muda. Tujuan penelitian tersebut adalah untuk melihat gambaran *psychological well-being* remaja akhir korban perceraian orang tua. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti bertujuan untuk mengetahui dampak perceraian orang tua pada gangguan psikososial remaja.
- c. Penelitian yang dikaji oleh Magdalena Dewi Kusumawati pada tahun 2020 dengan judul “Dampak Perceraian Orang Tua terhadap Kondisi Emosi Anak Usia 6-12 tahun” menyatakan bahwa pada anak usia 6-12 tahun yang mengalami perceraian orang tua cenderung memiliki dampak negatif yang lebih signifikan terhadap kondisi emosi anak serta berpotensi mempengaruhi perkembangan kepribadian anak. Studi ini berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yang lebih memfokuskan pada dampak gangguan psikososial remaja yang dipengaruhi oleh perceraian orang tua.
- d. Penelitian yang dikaji oleh Yessy Nur Endah Sary pada tahun 2022 dengan judul “Kesehatan Mental Emosional Korban Perceraian pada Anak Usia Dini di Panti Asuhan” menyatakan bahwa anak-anak usia dini yang menjadi korban perceraian dan tinggal di Panti Asuhan mengalami gangguan kesehatan mental emosional sejak kehilangan asuhan langsung

dari kedua orang tua mereka. Perhatian yang diberikan oleh pengurus Panti Asuhan terbatas, sehingga tidak mencukupi kebutuhan emosional mereka. Informan dalam penelitian ini adalah anak-anak usia dini yang menjadi korban perceraian orang tua di Panti Asuhan Raudlatul Jannah, Probolinggo, Jawa Timur. Hal ini berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yang akan berfokus pada dampak Psikososial remaja yang juga merupakan korban perceraian orang tua, namun berlokasi di SMA Labschool Bandung.

- e. Penelitian yang dikaji oleh Gibran Ridho Aslam dan Oktariani pada tahun 2023 dengan judul “Gambaran Perilaku Sosial Remaja Putri Usia 14 Tahun yang Mengalami Perceraian Orang Tua” mengindikasikan bahwa tidak semua remaja yang mengalami perceraian orang tua akan menunjukkan perilaku sosial yang negatif atau mengalami penurunan prestasi baik dalam hal akademis maupun non-akademis. Subjek dalam penelitian ini mampu mengembangkan empat aspek perilaku sosial dengan baik, yaitu kemampuan berbagi, altruism, kebaikan hati, dan jiwa penyelamatan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyajikan gambaran perilaku sosial remaja berusia 18-21 tahun yang mengalami perceraian orang tua. Hal ini berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yang bertujuan untuk mengkaji dampak gangguan psikososial remaja yang orang tuanya mengalami perceraian.

Dari kajian penelitian sebelumnya menunjukkan perbedaan dengan kajian penelitian ini yaitu fokus pada dampak perceraian orang tua pada gangguan psikososial remaja, berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menyoroti risiko perilaku bunuh diri, kesejahteraan psikososial, kondisi emosi anak usia dini, kesehatan mental emosional, dan perilaku sosial anak yang mengalami perceraian orang tua. Hal ini akan memberikan wawasan yang lebih komprehensif tentang pengaruh perceraian orang tua pada kondisi psikososial remaja, serta memperhatikan konteks yang beragam.

2.5 Kerangka Berpikir

Perceraian orang tua merupakan fenomena sosial yang berdampak signifikan terhadap perkembangan psikologis dan sosial anak, terutama remaja. Pada masa remaja, individu berada dalam fase transisi yang krusial dan membutuhkan dukungan emosional serta stabilitas dari lingkungan keluarga. Ketika struktur keluarga terganggu akibat perceraian, remaja berpotensi mengalami kecemasan dan ketidakstabilan emosional yang dapat menghambat perkembangan psikososialnya.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak perceraian orang tua terhadap gangguan psikososial remaja di SMA Labschool Bandung. Perkembangan individu dipengaruhi oleh interaksi antara aspek psikologis dan lingkungan sosialnya, sebagaimana teori psikososial Erikson. Kerangka teori ini relevan untuk menjelaskan bahwa ketidakstabilan keluarga akibat perceraian dapat menimbulkan dampak negatif terhadap perkembangan psikososial remaja dan menunjukkan pentingnya intervensi yang tepat untuk memitigasi dampak tersebut. Kerangka berpikir yang digunakan dalam penelitian ini sebagaimana tergambar dalam bagan di bawah ini:



Gambar 1.1 Kerangka Berpikir
Sumber: Diolah Peneliti pada 21 Juli 2024

Kerangka berpikir ini menjelaskan bahwa perceraian orang tua memicu serangkaian dampak positif maupun negatif yang dimulai dari perubahan struktur dalam keluarga, yang selanjutnya mempengaruhi perkembangan psikososial remaja, dan akhirnya berdampak pada kondisi kesejahteraan mereka. Pada awalnya, perceraian menyebabkan gangguan dalam dinamika keluarga, seperti peran orang tua yang berubah dan penyesuaian hidup sehari-hari. Perubahan ini berdampak langsung pada perkembangan psikososial remaja yang harus beradaptasi dengan kondisi emosional dan sosial yang baru, termasuk identitas diri, hubungan dengan teman sebaya, dan kemampuan mengatasi stres. Akibat dari perubahan ini, kondisi kesejahteraan remaja yang mencakup kesehatan mental, kebahagiaan, dan kualitas hidup mereka dapat menurun. Dengan demikian, kerangka berpikir ini menggambarkan hubungan sebab-akibat antara perceraian orang tua dan dampak berantai yang terjadi pada struktur keluarga, perkembangan psikososial, dan kesejahteraan remaja.

BAB 3. METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Metode penelitian merupakan rencana dan prosedur penelitian yang mencakup langkah-langkah mulai dari asumsi-asumsi umum hingga metode yang lebih rinci dalam pengumpulan, analisis, dan interpretasi data (Creswell, 2016). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif karena pendekatan ini memungkinkan eksplorasi mendalam terhadap pengalaman individu atau kelompok yang terlibat dalam fenomena yang kompleks, seperti dampak perceraian orang tua terhadap kondisi psikososial remaja. Menurut Miles dan Huberman (dalam Abdussamad, 2021), pendekatan kualitatif sangat tepat untuk memahami makna yang dibentuk oleh individu dari pengalaman mereka. Pendekatan ini sesuai dengan penelitian ini karena memudahkan peneliti untuk mengeksplorasi pengalaman informan penelitian secara komprehensif dan mendalam, serta mengidentifikasi faktor-faktor psikososial yang mempengaruhi remaja. Pendekatan kualitatif juga membantu peneliti untuk memahami fenomena perceraian dalam konteks sosial yang lebih luas, sehingga memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang dampaknya terhadap gangguan psikososial remaja.

3.2 Jenis Penelitian

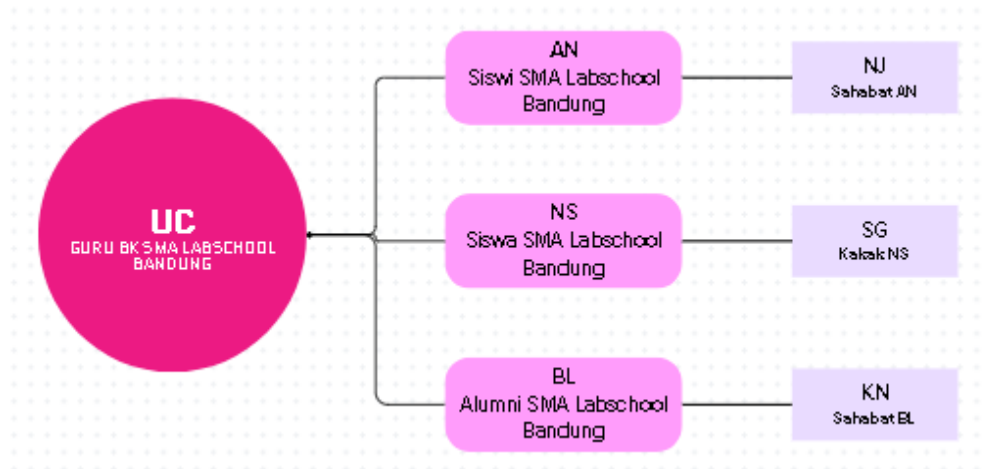
Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Menurut Badjari (dalam Yusanto, 2019), studi kasus adalah jenis penelitian yang membutuhkan tingkat kealamiahannya yang tinggi. Peneliti terlibat secara mendalam dalam sebuah komunitas untuk memperoleh pemahaman menyeluruh mengenai fenomena atau pengalaman tertentu. Dalam penelitian ini, studi kasus di SMA Labschool Bandung memungkinkan peneliti untuk mengobservasi secara langsung dampak perceraian pada informan, memberikan kesempatan untuk memahami pengalaman pribadi remaja yang mengalami gangguan psikososial akibat perceraian orang tua. Hal ini relevan dengan tujuan penelitian, yaitu memberikan pemahaman mendalam tentang dampak perceraian orang tua pada kondisi psikososial remaja di SMA Labschool Bandung.

3.3 Teknik Penentuan Lokasi

Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* sebagai metode pemilihan informan berdasarkan kriteria khusus yang sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian (Bungin, 2012). SMA Labschool Bandung dipilih tidak hanya karena terletak di pusat Kota Bandung, tetapi juga karena hasil survei awal menunjukkan bahwa sekitar 15% siswa di sekolah ini mengalami perceraian orang tua, dengan beberapa di antaranya menunjukkan tanda-tanda gangguan psikososial seperti kecemasan dan perilaku melukai diri sendiri. SMA Labschool Bandung menyediakan lingkungan yang ideal untuk penelitian ini karena adanya dukungan kuat dari Guru Bimbingan Konseling dan akses kepada siswa-siswi yang mengalami langsung dampak perceraian orang tua. Selain itu, sekolah ini juga memiliki program ekstrakurikuler yang memungkinkan siswa menemukan dukungan sosial, yang dapat berperan sebagai faktor mitigasi terhadap gangguan psikososial mereka.

3.4 Teknik Penentuan Informan

Peneliti menggunakan teknik *snowball* dalam penentuan informan. Menurut Creswell (2016), teknik *snowball* memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi informan yang dapat mengarahkan peneliti kepada informan lain yang memiliki informasi lebih banyak. Teknik *snowball* dipilih untuk memastikan bahwa peneliti dapat menemukan siswa-siswi yang mengalami dampak psikososial dari perceraian orang tua dengan memanfaatkan referensi dari Guru Bimbingan Konseling sebagai informan kunci. Guru Bimbingan Konseling memiliki pengetahuan mendalam mengenai siswa yang mengalami dampak perceraian orang tua, sehingga dapat merujuk peneliti kepada siswa yang sesuai dengan kriteria penelitian. Sebagai informan kunci, Guru Bimbingan Konseling membantu peneliti dalam mengidentifikasi dan menghubungkan dengan informan yang relevan, serta memberikan arah yang tepat untuk mendalami dampak psikososial yang dialami siswa. Teknik *snowball* juga memudahkan peneliti dalam mengakses informan yang sulit diidentifikasi, seperti remaja yang mengalami gangguan psikososial. Alur proses pengambilan data dari informan kunci ke informan lain tergambar dalam bagan di bawah ini:



Gambar 3. 1 Sosiogram Informan Penelitian
(Alur dalam Memperoleh Informasi)
Sumber: Diolah Peneliti pada 23 Oktober 2024

Informan dalam penelitian ini diawali dengan Guru BK SMA Labschool Bandung (UC). Dari informan (UC), penulis kemudian dihubungkan dengan informan (AN), siswa kelas 12 berusia 18 tahun yang orang tuanya bercerai, yang mengalami dampak psikososial akibat perceraian tersebut. Melalui keterlibatan AN, penulis memperoleh gambaran langsung mengenai dampak psikososial yang dialami AN. Selanjutnya, untuk memperdalam pemahaman terkait situasi yang dialami AN, AN memperkenalkan penulis kepada sahabatnya (NJ), yang memberikan perspektif lebih mendalam tentang dampak perceraian orang tua pada AN. Selain itu, dari informan (UC), penulis juga dihubungkan dengan (NS), siswa kelas 12 berusia 18 tahun yang mengalami situasi serupa, di mana NS kemudian memperkenalkan kakaknya (SG) yang turut memberikan wawasan tentang kondisi psikososial NS. Informan berikutnya adalah (BL) berusia 21 tahun, alumni SMA yang direferensikan oleh (UC), dan dari BL, penulis diperkenalkan kepada sahabatnya (KN), yang membantu memperjelas dampak perceraian terhadap kehidupan psikososial BL.

Selain itu, untuk mengidentifikasi berbagai faktor yang dapat mempengaruhi dampak psikososial tersebut, kondisi ekonomi para informan pun dicatat, dengan temuan bahwa para informan berasal dari latar belakang ekonomi

yang beragam; informan 1 dan informan 3 berasal dari keluarga dengan kondisi ekonomi sangat baik dan masih dibiayai oleh kedua orang tua mereka. Sedangkan informan 2 berasal dari keluarga dengan kondisi ekonomi cukup baik dan hanya dibiayai oleh kakaknya. Sebagai langkah penting dalam verifikasi data, Informan NJ, SG, KN, dan UC berperan untuk memverifikasi dan memperkuat data dengan ditujukan kedekatan informan dalam aktivitas sehari-harinya, serta untuk memastikan adanya gangguan psikososial. Langkah ini merupakan bagian dari proses triangulasi sehingga diperoleh data yang valid dan komprehensif terkait kondisi psikososial informan.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian kualitatif mencakup prosedur yang digunakan untuk mengumpulkan informasi yang relevan dan penting untuk memahami perspektif serta pengalaman secara mendalam (Creswell, 2016). Untuk mencapai tujuan tersebut, dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.

3.5.1 Observasi

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa cara dalam pengumpulan data dan salah satunya dengan menggunakan teknik observasi atau pengamatan. Peneliti mengamati perilaku informan dan mengikuti beberapa kegiatan yang dilakukan oleh informan dengan tujuan untuk menciptakan rasa nyaman dan kepercayaan dari informan kepada peneliti. Peneliti melakukan pengamatan dengan metode *non-participant observer*, yang berarti peneliti tidak terlibat secara langsung dalam rutinitas harian informan. Peneliti hanya mengamati fenomena yang terjadi pada informan dan sesekali mengikuti kegiatan yang dilakukan. Proses observasi diuraikan dalam tabel observasi berikut:

Tabel 3. 1 Timeline Observasi

No	Waktu	Tempat	Keterangan
1.	Senin, 5 Agustus 2024	Kantin Siswa SMA Labschool Bandung	Peneliti melakukan pengamatan terhadap kegiatan sehari-hari informan AN. Salah satu aktivitas yang diamati adalah interaksi informan dengan teman-temannya saat

			berkumpul di kantin sekolah.
2.	Selasa, 6 Agustus 2024	Ruang Ekskul Olahraga SMA Labschool Bandung	Peneliti mengamati kebiasaan informan AN dalam mengikuti aktivitas ekstrakurikuler di sekolah, terutama dalam hal interaksi sosial dengan teman-temannya selama kegiatan berlangsung.
3.	Senin, 12 Agustus 2024	Ruang OSIS SMA Labschool Bandung	Peneliti mencatat bagaimana informan NS menjalani aktivitas kesehariannya di sekolah, termasuk peran dan keterlibatannya dalam kegiatan organisasi di ruang OSIS.
4.	Jum'at, 16 Agustus 2024	Taman Institut Teknologi Bandung	Peneliti melakukan pengamatan terhadap informan BL dalam menjalani aktivitas sehari-harinya di lingkungan kampus, terutama bagaimana ia berinteraksi dengan lingkungan kampusnya.

3.5.2 Wawancara

Pada penelitian ini, peneliti juga menggunakan teknik wawancara semi terstruktur dengan tujuan agar informan dapat bercerita dengan bebas tanpa adanya tekanan sehingga permasalahan dan informasi yang diberikan terkait dampak perceraian orang tua pada gangguan psikososial remaja dapat terjabarkan dengan jelas dan detail. Proses wawancara diuraikan dalam tabel wawancara berikut:

Tabel 3. 2 Timeline Wawancara

No	Waktu	Nama	Tempat
1.	Senin, 12 Agustus 2024	RT, UC (Guru BK) dan AN	SMA Labschool Bandung
2.	Selasa, 13 Agustus 2024	NS	SMA Labschool Bandung
3.	Minggu, 18	BL	LuckyCat Coffee &

Agustus 2024			Kitchen	
4.	Minggu, September 2024	7	SG (Kakak NS)	Rumah Kediaman NS
5.	Rabu, September 2024	11	RT, UC (Guru BK) dan KN (Sahabat BL)	SMA Labschool Bandung
6.	Kamis, September 2024	12	NJ (Sahabat AN)	SMA Labschool Bandung

3.5.3 Dokumentasi

Dalam penelitian ini, peneliti memanfaatkan data dokumentasi khususnya catatan konseling yang didapatkan dari Guru Bimbingan Konseling (BK) di SMA Labschool Bandung. Data ini relevan karena memberikan pemahaman lebih mendalam tentang dampak perceraian orang tua terhadap gangguan psikososial remaja. Dengan menggabungkan ketiga teknik ini, peneliti dapat mendapatkan data yang lebih komprehensif, baik dari segi perilaku yang diamati maupun informasi verbal yang disampaikan oleh informan. Selain itu, dokumentasi membantu memvalidasi dan memberikan konteks tambahan terhadap temuan yang diperoleh dari wawancara dan observasi.

3.6 Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini, data dianalisis menggunakan pendekatan yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman (dalam Abdussamad, 2021) yang mencakup tiga langkah:

a. Reduksi Data

Reduksi data adalah proses merangkum, memilih informasi inti, memusatkan perhatian pada aspek-aspek penting, serta mencari tema dan pola dalam penelitian. Melalui reduksi ini, data menjadi lebih ringkas dan jelas, sehingga memudahkan peneliti dalam melakukan pengumpulan data berikutnya dan menemukan data yang relevan jika diperlukan.

b. Penyajian Data

Penyajian data merupakan proses penataan dan pengelompokan informasi yang telah dirangkum, dengan tujuan memperdalam

pemahaman mengenai konteks penelitian melalui analisis yang menyeluruh. Dalam penelitian kualitatif, data dapat disajikan dalam bentuk ringkasan deskriptif, diagram, hubungan antar kategori, flowchart, dan format visual lainnya. Menampilkan data dengan cara ini memudahkan peneliti untuk memahami situasi yang ada dan merencanakan langkah-langkah penelitian selanjutnya berdasarkan pemahaman yang telah diperoleh.

c. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Kesimpulan dalam penelitian kualitatif adalah temuan baru yang sebelumnya belum pernah diungkapkan. Temuan ini bisa berupa deskripsi atau gambaran sebuah objek yang awalnya kurang jelas atau masih samar, namun setelah diteliti menjadi lebih terang. Temuan juga dapat berupa hubungan sebab-akibat atau interaktif, hipotesis, atau bahkan teori baru. Kesimpulan ditarik dengan mengidentifikasi pola dan hubungan sebab akibat antara perceraian orang tua dan kondisi psikososial remaja. Peneliti juga melakukan verifikasi dengan membandingkan data dari berbagai sumber, guna memastikan konsistensi dan validitas temuan.

Peneliti memilih analisis data dari Miles dan Huberman karena dianggap sesuai dengan tujuan penelitian untuk menggambarkan dampak perceraian orang tua pada gangguan psikososial remaja. Teknik ini membantu untuk memperdalam studi kasus dan menghasilkan temuan baru yang kemudian akan dianalisis lebih lanjut dengan lebih rinci.

3.7 Teknik Keabsahan Data

Keabsahan data sangat penting dalam memastikan bahwa hasil penelitian bersifat valid dan dapat dipertanggungjawabkan. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode triangulasi sumber untuk meningkatkan validitas data. Menurut Creswell (2016), triangulasi data dapat dilakukan dengan cara memverifikasi berbagai sumber informasi guna memastikan konsistensi data yang diperoleh. Teknik ini mencakup pengumpulan data di lapangan, mencatat bukti-bukti pendukung, dan memeriksa kesesuaian data dengan tema penelitian.

Pada penelitian ini, triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi dari berbagai pihak, termasuk hasil wawancara dengan informan utama, yaitu dua siswa SMA Labschool Bandung, satu alumni SMA Labschool Bandung yang orang tuanya bercerai, serta informan lain yang memahami kondisi dan kegiatan sehari-hari mereka, yaitu Guru Bimbingan Konseling, sahabat, dan anggota keluarga salah satu informan. Tujuan triangulasi ini adalah untuk memvalidasi dan memperkaya data melalui perspektif yang beragam.

Adapun cara-cara triangulasi sumber yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Membandingkan data hasil wawancara dengan observasi lapangan. Data yang diperoleh dari wawancara dibandingkan dengan hasil observasi terkait perilaku dan kondisi psikososial informan yang diamati langsung oleh peneliti di lingkungan sekolah.
- b. Membandingkan pernyataan dari informan remaja yang orang tuanya bercerai dengan informasi dari informan lain yang memahami kondisi dan kegiatan sehari-hari mereka, seperti guru bimbingan konseling, sahabat, dan keluarga. Hal ini dilakukan untuk memvalidasi hasil wawancara melalui pengecekan lintas sumber. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menilai konsistensi dan keabsahan data yang diperoleh, sehingga data yang didapat tidak hanya berdasarkan persepsi subjektif dari pada informan remaja, tetapi juga didukung oleh perspektif pihak-pihak yang memiliki pemahaman mendalam terhadap situasi yang mereka alami selama masa perceraian orang tua.
- c. Membandingkan apa yang dikatakan secara publik dan pribadi. Peneliti juga membandingkan pernyataan yang dibuat oleh informan secara terbuka di hadapan orang tua atau sahabat dengan pernyataan yang dibuat secara pribadi selama wawancara. Perbandingan ini dilakukan untuk mengidentifikasi perbedaan yang mungkin muncul dan memahami lebih dalam kondisi psikososial informan.

Alasan utama penggunaan triangulasi sumber dalam penelitian ini adalah untuk menghindari subjektivitas data yang dapat muncul dari informan remaja

yang orang tuanya bercerai, serta memastikan bahwa data yang diperoleh lebih objektif dan valid. Dengan membandingkan data dari berbagai sumber, peneliti diharapkan dapat menggambarkan dampak perceraian orang tua terhadap gangguan psikososial remaja secara lebih komprehensif dan akurat.

BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini menyajikan hasil penelitian mengenai dampak perceraian orang tua pada gangguan psikososial remaja di SMA Labschool Bandung. Temuan dan analisis disajikan secara komprehensif, memperlihatkan keterkaitan antara data yang diperoleh dengan interpretasi yang didukung oleh hasil wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi yang melibatkan siswa, alumni, guru bimbingan konseling, sahabat, serta keluarga informan yang orang tuanya bercerai.

4.1 Latar Belakang Informan

a. Informan AN – Siswa kelas 12 SMA Labschool Bandung

Informan AN merupakan remaja berusia 18 tahun yang saat ini berada di kelas 12 SMA Labschool Bandung. AN telah mengalami perceraian orang tuanya saat masih di sekolah dasar, sekitar tahun 2014. Saat ini, AN tinggal bersama ibunya dan mengaku memiliki keterbatasan interaksi dengan ayahnya. Dia sering merasa cemas dan tertekan akibat harus merahasiakan pernikahan ulang ibunya dari keluarga besar dan ayahnya. Hal ini sebagaimana yang diungkapkan oleh AN:

“Mamah aku tuh udah nikah lagi, tapi enggak ada yang tau, keluarga besar Mamah aku tuh enggak tau. Jadi ini aku sama Kakak tuh lagi bohong kali ya sama Papah soalnya kalau misalnya Papah tau kalau Mamah nikah lagi, pasti aku enggak akan dibolehin untuk ketemu sama Mamah lagi”

AN mengalami tekanan emosional akibat perceraian orang tuanya dan situasi rumit dalam keluarganya, terutama dalam menjaga rahasia pernikahan ulang ibunya dari ayah dan keluarga besar. Kondisi ini membuat AN harus terus berada dalam situasi penuh kecemasan yang semakin memperparah tekanan emosionalnya. Meski AN berusaha menjalani kehidupan sehari-harinya, perasaan tertekan yang dialaminya menunjukkan bahwa remaja seperti AN memerlukan dukungan yang lebih

untuk mengelola emosi dan tekanan keluarga yang dihadapinya untuk menghindari dampak psikososial yang lebih serius di kemudian hari.

b. Informan NS – Siswa kelas 12 SMA Labschool Bandung

Informan NS merupakan Siswa kelas 12 berusia 18 tahun dari SMA Labschool Bandung yang telah mengalami perceraian orang tuanya tiga tahun yang lalu, tepat sebelum ia menyelesaikan pendidikan di SMP. Perceraian tersebut disebabkan oleh perselingkuhan ayahnya. NS menunjukkan tanda-tanda kecemasan yang signifikan dan sering melukai diri sendiri sebagai bentuk pelampiasan tekanan emosional yang ia alami. NS menyampaikan:

"Aku suka *overthinking*, sampai jedug-jedugin kepala ke tembok. Waktu itu aku pernah konsultasi ke psikolog Halodoc, katanya ada gangguan kecemasan"

NS merespon perceraian orang tuanya dengan kecemasan yang signifikan dan berujung pada perilaku melukai diri sendiri sebagai bentuk pelampiasan atas tekanan emosional yang tidak dapat ia kelola. Gangguan kecemasan yang didiagnosis pada NS menunjukkan bahwa dampak perceraian orang tua dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja. Kondisi NS menyoroti pentingnya intervensi psikologis dan dukungan sosial untuk membantunya mengatasi perasaan cemas yang berlebihan dan menjaga kesehatan mentalnya.

c. Informan BL- Alumni SMA Labschool Bandung, Mahasiswa

Informan BL, Alumni SMA Labschool Bandung berusia 21 tahun mengalami perceraian orang tuanya sejak usia lima tahun. Meskipun perceraian tersebut terjadi ketika BL masih sangat muda, dampak emosional yang paling dirasakan muncul selama masa remajanya, khususnya ketika ia bersekolah di SMA Labschool Bandung. BL dibesarkan oleh ayahnya dan mengalami masa kecil yang penuh konflik, termasuk adanya kekerasan dalam rumah tangga.

"Orang tua aku udah lama banget sih cerainya, waktu aku umurnya 5 tahun. Jadi, sekitar 16 tahun lah. Alasannya aku gara-gara biasalah

perselingkuhan terus dulu teh *toxic* banget sih mereka tuh bener-bener terang-terangan KDRT ke anak-anaknya juga”

Seiring berjalannya waktu, BL mulai mengembangkan kemandirian emosional dan mengaku bahwa perceraian orang tuanya tidak lagi memberikan dampak signifikan dalam hidupnya. Hal ini sebagaimana yang diungkapkan oleh BL:

"Karena Papah sama Mamah udah cerai berkali-kali ya, sekarang tuh aku merasa ada perubahan, tapi enggak terlalu signifikan. Sekarang perceraian tuh enggak kerasa besar sih dampaknya. Perubahannya aku jadi lebih bisa ngebuat keputusan sendiri dalam segala hal"

Meskipun BL telah mengalami perceraian orang tuanya sejak kecil dan tumbuh dalam lingkungan yang penuh konflik, ia berhasil mengembangkan kemandirian emosional seiring berjalannya waktu. BL menunjukkan bahwa dampak negatif perceraian dapat diminimalkan ketika remaja mampu menemukan cara untuk mengelola emosinya dan membuat keputusan secara mandiri. Namun, pengalaman masa lalunya tetap memberikan bekas yang memengaruhi BL di masa remaja, sehingga penting bagi remaja seperti BL untuk mendapatkan dukungan yang memadai untuk membantu remaja dalam menghadapi tantangan psikososial.

4.2 Dampak Negatif Perceraian Orang Tua pada Gangguan Psikososial Remaja

Perceraian orang tua sering kali memiliki dampak yang mendalam terhadap kondisi psikososial remaja. Dampak ini bervariasi tergantung pada situasi keluarga, respon emosional remaja, serta dukungan yang mereka terima dari lingkungan sekitarnya. Dalam konteks penelitian ini, gangguan psikososial pada remaja yang orang tuanya bercerai dapat dilihat dari berbagai aspek, seperti gangguan kecemasan, gangguan konsep diri, perilaku melukai diri sendiri, serta kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial. Untuk memahami lebih lanjut dampak psikososial yang muncul akibat perceraian, berikut akan dijelaskan berbagai bentuk gangguan yang dialami oleh informan dalam penelitian ini.

a. Gangguan Ansietas

Kecemasan atau ansietas adalah salah satu respon psikososial yang dialami oleh remaja dari keluarga yang mengalami perceraian. Ketidakstabilan dalam keluarga dan konflik antar orang tua menciptakan kondisi emosional yang penuh dengan ketidakpastian, sehingga meningkatkan perasaan cemas. Remaja sering kali merasa takut terhadap situasi di luar kendali mereka, seperti masa depan keluarga dan hubungan antar anggota keluarga.

Informan AN mengungkapkan bahwa ia merasa sangat tertekan karena harus menyembunyikan pernikahan ibunya dari ayah dan keluarga besarnya. Hal ini menimbulkan kecemasan besar karena AN khawatir ayahnya akan melarangnya bertemu sang ibu jika mengetahui pernikahan tersebut. Hal ini sebagaimana yang diungkapkan oleh AN:

"Sebenarnya aku tuh ada cemas, soalnya enggak ada yang tau, Mamah aku udah nikah lagi. Kalau Papah tau, aku enggak akan dibolehin ketemu sama Mamah lagi"

Kecemasan AN timbul dari perasaan terjebak dalam situasi yang sulit dikendalikan. Ia sering kali merasa tidak bisa terbuka kepada keluarganya yang kemudian menciptakan rasa tidak aman, terutama ketika ia harus berada di sekitar keluarga besar. AN juga menggambarkan bahwa setiap kali muncul pembicaraan tentang keluarganya, ia merasa tertekan dan panik, sehingga cenderung menghindari topik tersebut. Ketidakpastian mengenai bagaimana kedua orang tuanya akan bereaksi terhadap situasi yang ada semakin memperburuk kecemasan AN. Hal ini juga diperkuat oleh pernyataan dari sahabat dekatnya, NJ, yang menyatakan bahwa AN sering merasa stres karena takut jika ayahnya mengetahui pernikahan ulang ibunya. Pernyataan NJ menggambarkan bagaimana situasi ini telah memengaruhi keseharian AN yang sering merasa terjebak di antara dua pihak keluarga dengan tuntutan berbeda. Kondisi ini tidak hanya meningkatkan kecemasannya tetapi juga membuatnya mengalami stres dan

terus dibayangi kekhawatiran tentang reaksi ayahnya jika mengetahui pernikahan ulang ibunya. Akibatnya, AN kesulitan untuk merasa tenang karena ia merasa tidak siap menghadapi pertanyaan atau komentar tentang keluarganya.

Kecemasan serupa juga terlihat pada NS, terutama saat terjadi konflik dalam keluarga, khususnya dengan kakaknya. NS merasakan kecemasan yang sangat parah hingga muncul reaksi fisik seperti jantung berdebar-debar dan gemeteran ini menunjukkan bahwa kecemasan yang dialami NS tidak hanya muncul saat konflik sedang terjadi, tetapi juga meninggalkan efek trauma yang berkelanjutan, seperti ketakutan terhadap notifikasi telepon. Hal ini mengindikasikan bahwa konflik dalam keluarga memperburuk rasa tidak aman yang dialami NS yang seharusnya dapat merasa lebih nyaman di lingkungan keluarga. Perubahan dalam struktur keluarga akibat perceraian juga membuat NS merasa lebih rentan terhadap konflik internal.

Kecemasan yang dialami oleh remaja dengan latar belakang keluarga yang penuh konflik tidak hanya muncul dalam situasi konflik, tetapi juga berlanjut pada aspek-aspek lain dalam hidup mereka. BL, seorang alumni SMA Labschool Bandung juga merasakan kecemasan terkait penerimaan calon pasangan di masa depan terhadap latar belakang keluarganya yang penuh dengan konflik. BL mengatakan:

"Aku masih sering cemas, terutama kalau nanti punya cowok, dia bisa menerima latar belakang keluarga aku enggak ya?"

Selain itu, kondisi emosional yang dialami oleh siswa-siswa ini sering kali mendapatkan perhatian dari para pendidik di sekolah. Ibu UC, seorang guru Bimbingan Konseling (BK) di SMA Labschool, juga menyatakan bahwa beberapa siswa yang berasal dari keluarga dengan orang tua bercerai sering kali merasa bingung dan cemas tentang masa depan mereka, terutama terkait dengan siapa yang akan merawat mereka setelah kedua orang tua menikah kembali.

Hal ini semakin mempertegas bahwa kecemasan pada remaja yang orang tuanya bercerai disebabkan oleh ketidakstabilan dalam keluarga, serta

perubahan peran dan tanggung jawab yang muncul dalam keluarga yang terpisah. Misalnya, AN merasa cemas karena harus menyembunyikan pernikahan ibunya dari ayahnya, dan takut jika haknya untuk bertemu sang ibu akan dicabut jika hal tersebut terbongkar. Kecemasan ini semakin meningkat akibat tekanan emosional yang terus menerus ia rasakan. Selain AN, NS juga menunjukkan tanda-tanda kecemasan akibat konflik dalam keluarga yang menyebabkan gejala fisik seperti jantung berdebar-debar dan gemeteran. Begitu pula, BL merasakan kecemasan terkait penerimaan calon pasangan di masa depan terhadap latar belakang keluarganya yang penuh dengan konflik yang menciptakan kekhawatiran tentang bagaimana orang lain akan memandang situasinya. Kecemasan ini mencerminkan dampak jangka panjang dari perceraian orang tua yang mempengaruhi cara remaja berinteraksi dan membentuk hubungan di masa depan.

Temuan di SMA Labschool Bandung menunjukkan bahwa gangguan ansietas sering kali dipicu oleh situasi keluarga yang tidak stabil dan konflik antar orang tua. Kecemasan yang dirasakan AN, NS, dan BL menunjukkan ketidakpastian terhadap hubungan keluarga. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Umami (2019) dan Nanda (dalam Kotijah, 2021) yang menekankan bahwa remaja yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang tidak stabil, seperti perceraian orang tua, lebih rentan mengalami gangguan sosial, termasuk ansietas atau kecemasan. Umami (2019) menjelaskan bahwa masa remaja ditandai dengan ketidakstabilan emosional yang sangat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, termasuk hubungan orang tua. Konflik keluarga yang berkepanjangan dapat memicu keputusan, ketidakberdayaan, dan risiko perilaku menyimpang (Nanda, dalam Kotijah, 2021). Oleh karena itu, dukungan emosional dan psikologis yang memadai sangat penting untuk membantu remaja mengelola kecemasan dan membangun keterampilan koping yang efektif, guna meningkatkan kesejahteraan mental mereka.

b. Gangguan Konsep Diri

Perceraian orang tua sering memberikan dampak yang signifikan terhadap perkembangan konsep diri remaja. Dalam penelitian ini, gangguan konsep diri yang dialami remaja dengan latar belakang perceraian orang tua terlihat dalam ketidakpastian dan keraguan remaja dalam berinteraksi sosial, khususnya dalam hubungan romantis. Ketidakmampuan remaja untuk menerima sepenuhnya kondisi keluarga mereka yang terpisah sering kali menghambat terbentuknya rasa percaya diri dan penerimaan sosial. Gangguan ini tampak dalam respon mereka ketika menghadapi situasi yang melibatkan pengungkapan latar belakang keluarga serta ketakutan terhadap stigma sosial yang melekat.

Dari hasil wawancara, terlihat bahwa informan mengalami gangguan konsep diri yang terkait langsung dengan latar belakang keluarga mereka. Salah satu informan, AN, siswa kelas 12, merasa bingung dan cemas setiap kali harus menjelaskan kondisi keluarganya kepada pasangan atau calon pasangannya. AN mengungkapkan:

"Aku tuh suka bingung gimana jelasinnya ke cowok itu kalau aku nggak serumah sama Papah. Aku mikir cowok itu mau nggak ya sama aku yang keluarganya *broken home*"

Pernyataan ini menunjukkan adanya ketidakpastian dalam diri AN terkait penerimaan sosial dari lingkungan terdekatnya, khususnya dalam konteks hubungan romantis. AN merasa bahwa latar belakang keluarganya menjadi penghalang yang membuatnya tidak yakin dapat menjalin hubungan secara normal yang pada akhirnya mencerminkan adanya gangguan konsep diri yang menyebabkan berkurangnya kepercayaan diri untuk lebih terbuka di depan orang lain.

Selanjutnya, NS, seorang siswa kelas 12 lainnya, juga mengalami gangguan konsep diri yang serupa. NS cenderung menghindari menjalin hubungan dengan lawan jenis karena takut jika latar belakang keluarganya diketahui, pasangannya tidak bisa menerima hal tersebut. NS menyatakan:

"Kalau ada cowok yang suka sama aku, aku pasti menghindar karena aku takut dia tau soal keluarga aku. Aku takut cowoknya enggak bisa terima buruknya keluarga aku"

Pernyataan ini menunjukkan bahwa NS menghadapi ketakutan terhadap kemungkinan penolakan dari orang lain jika mereka mengetahui kondisi keluarganya. Ini menunjukkan bahwa perceraian orang tua memengaruhi bagaimana NS memandang dirinya sendiri dan kemampuannya untuk diterima dalam hubungan sosial yang lebih dalam. Sikap NS yang menghindari hubungan romantis mencerminkan adanya keraguan tentang nilai dirinya, yang secara langsung dipengaruhi oleh latar belakang keluarganya.

Selain AN dan NS, BL, seorang mahasiswi dan alumni SMA Labschool juga mengungkapkan ketakutan yang sama terkait membangun hubungan dengan lawan jenis. BL merasa bahwa perceraian orang tuanya telah memberikan dampak yang mendalam terhadap cara dia memandang hubungan romantis. Hal ini dapat dilihat dalam pernyataan berikut:

"Aku jadi takut sih kalau mau pacaran. Gatau ya, banyak aja takutnya. Takut kalau mereka tau tentang masalah keluarga aku, takutnya dia cowok yang enggak baik"

BL merasa bahwa perceraian orang tuanya telah memberikan dampak yang mendalam terhadap cara dia memandang hubungan romantis. Ketakutannya bahwa latar belakang keluarganya akan diketahui dan dihakimi oleh pasangannya membuatnya ragu untuk memulai hubungan. Hal ini menunjukkan adanya gangguan pada konsep diri BL, di mana ia merasa rentan dan kurang yakin tentang penerimaan sosial dari pasangan karena stigma terkait keluarganya.

Dari hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa ketiga informan menunjukkan pola gangguan konsep diri yang serupa akibat perceraian orang tua mereka. Ketakutan akan stigma dan penolakan menyebabkan mereka merasa rendah diri dan melihat latar belakang keluarga yang "*broken home*" sebagai kelemahan. Hal ini mengakibatkan kesulitan dalam membuka diri dan menjalin hubungan yang lebih mendalam, terutama

dalam konteks hubungan romantis yang pada akhirnya memperkuat gangguan konsep diri yang mereka alami. Temuan ini menunjukkan bahwa perceraian orang tua memberikan dampak terhadap perkembangan konsep diri remaja yang sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Rama (2020). Gangguan konsep diri muncul ketika remaja mengalami penurunan harga diri akibat situasi negatif, seperti perceraian, yang menyebabkan mereka merasa tidak memiliki kendali atas hidup mereka. Dalam penelitian ini, gangguan konsep diri yang dialami remaja dengan latar belakang perceraian orang tua terlihat dalam ketidakpastian dan keraguan mereka dalam berinteraksi sosial, terutama dalam hubungan romantis. Misalnya, AN merasa bingung dan cemas saat menjelaskan kondisi keluarganya kepada pasangan, yang mencerminkan kesulitan dalam mengatasi rasa rendah diri akibat stigma "*broken home*". Hal ini menunjukkan bahwa AN mengalami penurunan keyakinan terhadap kemampuannya dalam membangun hubungan yang sehat. Selanjutnya, NS dan BL juga menunjukkan pola serupa. NS cenderung menghindari menjalin hubungan dengan lawan jenis karena takut akan penolakan dan stigma yang berkaitan dengan latar belakang keluarganya. Hal ini sesuai dengan pemikiran Rama tentang bagaimana situasi negatif dapat mengurangi motivasi individu.

c. Perilaku Melukai Diri Sendiri

Beberapa remaja yang mengalami perceraian orang tua menunjukkan gejala perilaku melukai diri sendiri sebagai bentuk pelampiasan terhadap tekanan emosional yang sulit mereka kelola. Hal ini tercermin dalam pengalaman NS, seorang siswa di SMA Labschool yang orang tuanya bercerai tiga tahun yang lalu. NS mengaku sering melukai dirinya sendiri saat merasa cemas dan tidak mampu mengatasi tekanan emosional yang ia rasakan. NS menyatakan:

"Aku suka *overthinking*, sampai jedug-jedugin kepala ke tembok. aku bergantung pada obat tidur karena enggak bisa tidur sampai 2-3 hari"

Pernyataan ini menggambarkan bahwa NS mengalami kecemasan yang sangat intens dan menggunakan tindakan menyakiti diri sendiri sebagai

cara untuk merespon ketegangan emosional yang ia alami. Ketergantungan pada obat tidur semakin memperjelas adanya tekanan emosional yang signifikan dalam dirinya. Kakak NS, SG, juga mengkonfirmasi perubahan perilaku drastis yang dialami NS dengan menyampaikan:

"Waktu itu aku pernah nemuin NS lagi jedukin kepala ke tembok. Aku langsung ajak dia ngobrol, tapi kayaknya dia butuh bantuan lebih dari sekadar aku"

Pernyataan SG menunjukkan bahwa orang-orang di sekitar NS menyadari bahwa ia membutuhkan dukungan yang lebih dalam, mungkin memerlukan bantuan dari tenaga profesional. Sementara itu, AN, seorang siswa lainnya, juga menunjukkan tanda-tanda perilaku melukai diri yang berkaitan dengan tekanan emosional yang dialaminya akibat perceraian orang tua. AN mengatakan:

"Aku pernah di masa apa aku nyakitin diri sendiri. Kalau ngeliat ada sesuatu yang tajam, aku suka coba iris-iris ke pergelangan tangan"

Tindakan ini menggambarkan upaya AN dalam menyalurkan rasa frustrasi yang mendalam. Ia berusaha meredakan rasa sakit emosional melalui rasa sakit fisik. Perilaku melukai diri sendiri yang dilakukan AN, sepertihalnya NS adalah respon terhadap tekanan psikososial yang dirasakan.

Perilaku melukai diri sendiri yang ditunjukkan oleh AN dan NS mengindikasikan bahwa remaja yang orang tuanya bercerai sering kali mengalami kesulitan dalam mengelola emosi dan mencari cara yang sehat untuk menghadapi tekanan psikososial. Melukai diri sendiri menjadi bentuk pelarian dari ketidakmampuan mereka untuk mengekspresikan rasa sakit emosional. Kondisi ini dapat berkembang menjadi gangguan psikososial yang lebih serius jika tidak segera ditangani dan menunjukkan pentingnya intervensi profesional untuk membantu remaja dalam memproses emosi mereka dengan cara yang lebih sehat.

Temuan ini menunjukkan bahwa perceraian orang tua memberikan dampak signifikan terhadap kemampuan remaja dalam mengelola emosi dan menghadapi tekanan psikososial yang sejalan dengan teori yang dikemukakan

oleh Caballo et al (2020) yang menyatakan bahwa stres akibat konflik keluarga berkontribusi terhadap peningkatan risiko perilaku melukai diri dan gangguan psikososial pada remaja. Caballo menjelaskan bahwa tekanan emosional yang intens dan hilangnya dukungan keluarga dapat membuat remaja merasa putus asa dan mencari cara destruktif untuk meredakan rasa sakit emosional mereka. Dalam penelitian ini, perilaku melukai diri sendiri yang ditunjukkan oleh NS dan AN adalah contoh nyata dari upaya remaja untuk menyalurkan tekanan emosional yang mereka rasakan. NS mengalami kecemasan hebat yang menyebabkan dirinya sering melukai diri, termasuk membenturkan kepala ke tembok. Selanjutnya, pernyataan AN, yang mengakui bahwa ia pernah mengiris pergelangan tangannya sebagai bentuk pelarian dari rasa frustrasi, juga mencerminkan teori Carballo et al. tentang bagaimana stres dan ketidakmampuan mengelola emosi dapat memicu perilaku melukai diri. Perilaku ini menunjukkan bahwa remaja dengan latar belakang perceraian cenderung mengalami permasalahan dalam mengekspresikan emosi dengan cara yang sehat, dan sering kali membutuhkan bantuan profesional untuk mengatasinya.

d. Kecenderungan Menarik Diri dari Lingkungan Sosial

Kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial adalah salah satu respon psikologis yang sering muncul pada remaja yang mengalami perubahan besar dalam struktur keluarga, seperti perceraian orang tua. Remaja dalam situasi ini merasa kehilangan dukungan dan kenyamanan yang seharusnya mereka dapatkan dari lingkungan keluarga, sehingga mereka cenderung menghindari interaksi sosial. Menarik diri dari pergaulan dapat menjadi cara mereka untuk menghindari pertanyaan, stigma, atau tekanan tambahan yang dirasakan saat berada di sekitar orang lain. Perilaku ini, meskipun tampak sebagai bentuk perlindungan diri, justru dapat memperburuk kondisi psikososial mereka.

Informan AN memperlihatkan kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial, terutama dari keluarganya. AN merasakan tekanan akibat harapan keluarga besarnya yang ingin membuat orang tua AN rujuk

kembali. Tekanan yang dialami oleh AN tidak hanya mempengaruhi perasaan AN, tetapi juga menimbulkan perasaan terjebak dalam situasi yang tidak dapat dikontrolnya. Harapan-harapan tersebut, meskipun mungkin dimaksudkan dengan niat baik, justru menciptakan perasaan cemas dan frustrasi pada AN. Tekanan emosional ini menyebabkan AN merasa terpojok dalam interaksi keluarga, membuatnya memilih untuk menghindari percakapan dan aktivitas bersama.

SG, yang merupakan Kakak dari informan NS juga mengungkapkan bahwa NS cenderung menarik diri dari lingkungan sosial. SG merasakan perubahan perilaku yang dialami oleh NS ketika masa awal perceraian orang tuanya. SG menjelaskan perubahan perilaku adiknya dengan mengatakan:

"Dulu, NS tuh sempet jadi keliatan tertutup dan sekarang jadi jarang cerita. Mungkin dia lagi fokus ke dirinya sendiri dulu kali dan sekarang-sekarang tuh keliatannya jadi jarang main sama temen-temennya"

Pernyataan ini menggambarkan bahwa NS mengalami perubahan perilaku dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Jika sebelumnya NS mungkin lebih terbuka dan aktif dalam bersosialisasi, kini ia tampak lebih tertutup dan jarang berbagi cerita. Perubahan ini bisa menunjukkan bahwa NS tengah bergulat dengan tekanan internal yang membuatnya memilih untuk menarik diri. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa perceraian orang tua berdampak signifikan terhadap perkembangan sosial remaja, sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Sofia (dalam Tolukun, 2020) bahwa remaja berada dalam masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, sosial, dan psikologis. Periode transisi ini rentan terhadap berbagai pengaruh eksternal, termasuk tekanan keluarga seperti perceraian. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa remaja seperti NS dan AN, yang mengalami perceraian orang tua, menunjukkan perilaku menarik diri dari lingkungan sosial sebagai bentuk respons terhadap tekanan emosional. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan besar dalam struktur keluarga dapat mengganggu perkembangan psikologis dan sosial remaja,

membuat mereka lebih sulit mengelola emosi dan berinteraksi sosial secara sehat. Erikson (dalam Rama, 2020) juga menegaskan bahwa perkembangan psikososial mencakup interaksi antara aspek psikologis individu dan lingkungan sosialnya, yang mempengaruhi pertumbuhan kepribadian. Dalam konteks ini, tekanan emosional dan perasaan kehilangan dukungan keluarga, seperti yang dialami oleh NS dan AN, dapat menghambat perkembangan psikososial mereka. Erikson mengemukakan bahwa konflik internal dan eksternal yang tidak diatasi dengan baik dapat mengakibatkan gangguan dalam pertumbuhan kepribadian, seperti yang terlihat pada kecenderungan NS dan AN untuk menarik diri dari lingkungan sosial mencerminkan bagaimana ketidakmampuan remaja untuk mendapatkan dukungan yang memadai dari lingkungan mereka, terutama saat menghadapi tekanan seperti perceraian, dapat menyebabkan mereka menarik diri dan mengalami gangguan psikologis yang lebih serius.

4.3 Dukungan Sosial Memunculkan Mekanisme Coping yang Kuat

Meskipun banyak remaja mengalami dampak negatif akibat perceraian orang tua, beberapa di antara mereka berhasil menemukan dukungan sosial yang membantu dalam menghadapi masalah psikososial. Dukungan ini sering kali datang dari teman sebaya dan kegiatan sekolah yang berperan penting dalam menjaga keseimbangan emosional mereka. Sebagai contoh, AN merasa sangat terbantu oleh teman-temannya di sekolah yang selalu siap menjadi tempat berbagi dan menawarkan dukungan emosional. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya keberadaan teman-teman dalam perjalanannya mengatasi tekanan emosional. Teman-teman yang selalu hadir dan mendengarkan keluh kesah AN memberikan rasa aman dan kepastian bahwa ia tidak sendirian dalam menghadapi situasi yang sulit. Dukungan semacam ini membantu AN merasa lebih dipahami dan dihargai, sehingga ia mampu menjalani kesehariannya dengan lebih baik.

NS, seorang siswa lain, juga merasakan hal yang sama dalam menghadapi dampak perceraian orang tuanya. Meskipun ada saatnya NS

menarik diri dari orang lain, NS mengaku bahwa keluarga besarnya dan teman-temannya adalah sumber dukungan utama yang sangat berarti baginya. Hal ini mengungkapkan bahwa, meskipun ada masa-masa ketika NS menjaga jarak dengan orang lain, ia tetap merasakan dukungan dari lingkungannya sebagai *support system*-nya. SG, kaka dari NS, turut menegaskan hal ini dengan mengatakan:

"NS punya keluarga besar yang sayang sama dia, kita semua berusaha jadi *support system*-nya, walau kadang dia suka jaga jarak"

Pernyataan dari SG ini menunjukkan bahwa keluarga besar NS berperan aktif dalam memberikan perhatian dan dukungan emosional, meskipun NS terkadang memilih untuk menjaga jarak. Dukungan dari keluarga dan teman-teman memberikan NS perasaan aman dan dikelilingi oleh orang-orang yang peduli yang membantu dalam mengatasi dampak emosional akibat perceraian orang tuanya. Hal ini membuktikan bahwa, di samping peran teman-teman, kehadiran keluarga besar sangat penting dalam membangun jaringan dukungan yang stabil dan membantu remaja melewati masa-masa sulit dengan lebih baik. Selain itu, peran teman-teman dalam mendukung kondisi psikososial remaja juga diakui oleh Ibu UC, guru bimbingan konseling di SMA Labschool. Ibu UC menjelaskan bahwa siswa yang orang tuanya bercerai sering kali merasa terasing dan kehilangan, sehingga mereka mencari dukungan melalui kelompok pertemanan sebagai cara untuk mengatasi rasa kesepian yang mereka alami. Ibu UC menambahkan bahwa ikatan dalam kelompok ini dapat memberikan rasa aman dan nyaman bagi siswa, sehingga mereka merasa tidak sendirian dalam menghadapi masalah. Keterlibatan dalam komunitas ini juga membantu mereka mengalihkan fokus dari tekanan emosional yang mungkin muncul akibat situasi di rumah. Dengan demikian, interaksi sosial yang terjalin dapat menjadi sumber kekuatan bagi remaja dalam melewati masa-masa sulit. Selain dukungan sosial melalui pertemanan, BL, seorang mahasiswi dan alumni SMA Labschool Bandung, merasakan bahwa

keterlibatannya dalam organisasi sekolah, seperti OSIS, membantu dirinya membangun ikatan persahabatan yang erat. BL mengatakan:

"Aku dari kelas 11 sampai kelas 12 OSIS terus. Aku bisa dekat sama sahabat-sahabat aku juga karena OSIS sih. Soalnya OSIS angkatan aku dulu tuh emang kekeluargaannya erat banget"

Keterlibatan dalam organisasi seperti OSIS memberikan BL rasa memiliki dan komunitas yang mendukung, yang sangat penting untuk mengalihkan fokus dari masalah di rumah. Teman-teman BL, seperti yang disampaikan oleh KN, merasa bahwa BL tetap positif berkat keberadaan teman-temannya di sekolah:

"Aku kenal BL dari OSIS dan kita sering curhat. Walaupun dia banyak masalah di rumah, dia tetap positif karena merasa punya banyak teman di sekolah"

Keterlibatan aktif dalam kegiatan sekolah membantu remaja membangun komunitas yang kuat, yang menyediakan dukungan emosional dan mengalihkan perhatian mereka dari masalah keluarga. Sebagaimana yang disampaikan oleh informan AN dan NS sebagai berikut:

"Aku ikut ekstrakurikuler sama OSIS juga. Selalu cari alasan untuk enggak pulang cepat ke rumah" (Informan AN)

"Aku aktif di OSIS, lebih senang nyibukin diri biar enggak kepikiran masalah keluarga" (Informan NS)

Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan dalam kegiatan sekolah tidak hanya memberikan aktivitas yang produktif, tetapi juga membangun jaringan dukungan sosial yang penting bagi remaja. Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial, baik dari teman sebaya, keluarga, maupun keterlibatan dalam kegiatan sekolah seperti ekstrakurikuler, sangat membantu remaja yang orang tuanya bercerai dalam mengatasi gangguan psikososial. AN, misalnya, merasa sangat terbantu dengan kehadiran teman-temannya yang selalu menyediakan dukungan emosional dan menjadi tempat berbagi cerita. Begitu pula dengan NS, yang merasa keluarganya dan teman-temannya memainkan peran penting dalam menjaga keseimbangan emosionalnya, meskipun ia kadang menarik diri dari interaksi sosial. BL

juga merasa bahwa keterlibatannya dalam OSIS membantu membentuk ikatan persahabatan yang erat dan mengalihkan perhatiannya dari masalah keluarga. Dukungan ini menjadi mekanisme coping yang penting dalam menghadapi tekanan emosional akibat perceraian orang tua mereka.

Temuan ini menunjukkan bahwa perceraian orang tua berdampak pada kemampuan remaja dalam mengatasi tekanan emosional, namun banyak remaja mampu menghadapinya dengan baik berkat dukungan sosial. Hal ini sesuai dengan teori Carpenito-Moyet yang dikutip Rama (2020), yang menyatakan bahwa kemampuan mengelola stres tergantung pada ketersediaan sumber daya seperti dukungan psikologis dan sosial. Dalam penelitian ini, remaja seperti AN merasa lebih kuat secara emosional karena dukungan teman-temannya di sekolah. Teman-teman AN menjadi tempat aman untuk berbagi cerita dan mendapatkan dukungan, membantu AN mengurangi kecemasan dan stres.

Selain itu, temuan ini juga sejalan dengan teori Indari dkk. (2021) yang menyebutkan bahwa dukungan psikososial, yang mencakup aspek emosional, instrumental, dan edukasi, memiliki peran penting dalam membantu individu mengatasi tekanan sosial dan emosional yang dihadapi. Dalam konteks remaja dengan orang tua yang bercerai, pemberian dukungan psikososial terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan dan memperkuat kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial. Dukungan dari teman-teman dan keluarga besar, seperti yang dialami oleh AN, NS, dan BL, menunjukkan bagaimana dukungan psikososial berperan dalam memperbaiki kesejahteraan mental dan sosial mereka, serta membantu mereka mengembangkan keterampilan untuk mengelola stres dan membangun hubungan sosial yang sehat.

BAB 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini menyajikan kesimpulan dan saran dari penelitian yang telah dilakukan mengenai dampak perceraian orang tua terhadap gangguan psikososial remaja di SMA Labschool Bandung. Kesimpulan dirumuskan berdasarkan analisis data yang diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Selain itu, saran diberikan untuk berbagai pihak terkait agar dapat membantu remaja mengatasi dampak psikososial yang dialami dan mendorong penelitian lanjutan untuk memperluas wawasan di bidang ini.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengumpulan data dan pembahasan, penelitian mengenai dampak perceraian orang tua terhadap gangguan psikososial remaja di SMA Labschool Bandung dapat disimpulkan sebagai berikut: Perceraian orang tua memicu gangguan ansietas, di mana remaja merasa cemas berkelanjutan akibat ketidakstabilan keluarga dan ketidakpastian hubungan dengan orang tua. Gangguan ini memengaruhi keseharian mereka, baik di rumah maupun di sekolah, dan sering kali disertai dengan beban emosional yang berat.

Perceraian juga berdampak pada pembentukan konsep diri remaja, khususnya dalam hubungan sosial dan romantis. Remaja yang orang tuanya bercerai sering merasa rendah diri dan khawatir akan penolakan atau stigma sosial. Selain itu, sebagian remaja menunjukkan perilaku melukai diri sebagai cara mengatasi tekanan emosional dan rasa putus asa akibat ketidakstabilan keluarga.

Kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial juga menjadi respons umum, di mana remaja enggan bergaul atau berbicara dengan teman-teman dan keluarga akibat tekanan yang dihadapi. Namun, meskipun perceraian orang tua memberikan dampak negatif, sebagian remaja mampu mengatasi tekanan emosional dengan dukungan sosial yang diperoleh dari teman sebaya, keluarga, dan keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Dukungan sosial ini terbukti menjadi faktor penting dalam menjaga keseimbangan psikologis remaja dan membantu mereka membangun kembali kepercayaan diri.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa perceraian orang tua memberikan dampak psikososial yang kompleks, termasuk gangguan kecemasan, gangguan konsep diri, perilaku melukai diri, dan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Namun, dukungan sosial dari teman sebaya, keluarga, dan lingkungan sekolah dapat berfungsi sebagai mekanisme coping yang membantu remaja dalam menghadapi tekanan emosional tersebut.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat diajukan untuk membantu remaja yang orang tuanya bercerai dalam menghadapi gangguan psikososial yang mereka alami:

a. Orang Tua yang Bercerai

Orang tua yang bercerai dapat lebih memahami dampak psikososial dari perceraian terhadap perkembangan anak mereka. Dengan pemahaman ini, orang tua dapat berupaya menciptakan lingkungan yang mendukung, stabil, dan memberikan perhatian yang memadai, meskipun struktur keluarga telah berubah. Orang tua juga disarankan untuk memperhatikan kondisi emosional anak secara lebih intensif serta mempertimbangkan bantuan profesional, seperti konselor keluarga atau psikolog, untuk mendukung anak dalam mengelola perubahan yang terjadi.

b. Pihak Sekolah

Sekolah memiliki peran penting dalam mendeteksi dan menangani gangguan psikososial yang dialami oleh siswa yang orang tuanya bercerai. Guru bimbingan konseling perlu lebih proaktif dalam memberikan dukungan kepada siswa yang mengalami perceraian orang tua, baik melalui konseling individual maupun melalui program-program pendukung seperti kegiatan ekstrakurikuler.

c. Remaja yang Mengalami Perceraian Orang Tua

Remaja yang mengalami perceraian orang tua perlu memahami bahwa mereka tidak sendirian. Penting bagi mereka untuk mencari dukungan dari teman-teman, keluarga, atau konselor sekolah untuk mengurangi tekanan emosional yang dialami. Terlibat dalam kegiatan positif seperti

ekstrakurikuler atau organisasi di sekolah dapat membantu untuk mengembangkan keterampilan sosial dan menemukan jaringan dukungan yang lebih luas.

d. Peneliti Selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan lebih banyak sekolah dan wilayah yang berbeda, agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai dampak perceraian orang tua pada remaja.

Sebagai penutup, penelitian ini menegaskan pentingnya perhatian dan dukungan yang konsisten dari berbagai pihak untuk membantu remaja mengatasi dampak psikososial akibat perceraian, sehingga mereka dapat mencapai kesejahteraan yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Syakir Media Press.
- Abror, D. H. K. (2020). *Hukum Perkawinan dan Perceraian* (2nd ed.). Ladang Kata.
- Bungin, B. (2012). *Analisa Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Creswell, J. W. (2016). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran* (4th ed.). Pustaka Pelajar.
- Kotijah, S., Yusuf, Ah., D. (2021). *Masalah Psikososial: Konsep dan Aplikasi dalam Asuhan Keperawatan*. Mitra Wacana Media.
- Rama, T. A. (2020). *Psikososial (Definisi, Perkembangan, Gangguan, dan Penanganan)*. Oase Pustaka.
- Savitri, L. S. yulia. (2011). *Pengaruh Perceraian pada Anak*. Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini Nonformal dan Informal.
- Umami, I. (2019). *Psikologi Remaja* (1st ed.). Idea Press.

Jurnal

- Ariani, A. I. (2019). Dampak Perceraian Orang Tua dalam Kehidupan Sosial Anak. *Jurnal Phinisi Integration Review*, 2(2), 269.
- Fatmawaty, R. (2017). Memahami Psikologi Remaja. *Jurnal Pendidikan dan Pemberlajaran*, 6(2), 56-57.

- Fomby, Paula., Cherlin, A. J. (2007). Family Instability and Child Well-Being. *Am Sociol*, 72(2), 181–204.
- Gunawan. (2014). *Dampak-Dampak Perceraian terhadap Para Pihak yang Melakukan Perceraian. Jurnal Ilmu Hukum*, 2(2), 7-8.
- Hidayaturohman, Fajar, E. (2021). Analisis Kelimpahan Bakteri *Aeromonas Hydrophilia* di Perairan Rawa Pening Desa Kebondowo, Semarang. *Jurnal Pasir Laut*, 5(1), 2-3.
- Indari, Priasmoro, D. P., Fatma, E. D., & Puspita, V. (2022). Mental and Psychosocial Support for Adolescents with Broken Home Parents. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3).
- Matar, Jodie., Laletas, Stella., Lubman, D. (2024). Mental Health Concerns and Help-Seeking Behaviors Among Adolescents in High Socioeconomic Status Groups: A Scoping Review. *Adolescent Research Review*, 9(93), 134. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s40894-023-00214-y>
- Pribadi, B. M. (2023). Psychological Well-Being pada Remaja Akhir Korban Perceraian Orang Tua di Kabupaten Pati. *Social Science Research*, 3(2), 2–3.
- Siregar, Dahris., D. (2023). Studi Hukum tentang Tingkat Perceraian dan Efeknya terhadap Anak. *Jurnal Derma Pengabdian Dosen Perguruan Tinggi*, 3(2), 178–185.
- Suroso, U., Arsanti, M. (2023). Perceraian dan Perkembangan Psikologis Anak: Analisis Tematis Temuan Tinjauan Literatur. *Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 5(2), 331–346.
- Tolukun, T. (2020). Penyuluhan Dampak Minuman Alkohol Pada Remaja di Kelurahan Koya Kecamatan Tondano Selatan. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 6(4), 1142.
- Widiyastuti, Nuraini Yuni., Nurmahmudah, F. (2023). Peran Guru dalam Mendeteksi dan Membantu Penanganan Gangguan Psikososial Peserta Didik di Usia Sekolah Dasar. *Journal on Education*, 5(3), 8883–8897.
- Yusanto, Y. (2019). Ragam Pendekatan Penelitian Kualitatif. *Jurnal Scientific Communication*, 1(1), 9–11

Skripsi

- Amelia, E. (2023). *Dampak Psikososial Anak Korban Perceraian Orang Tua*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.

Website

Churchill, W. (2013). *Winston Churchill for Traders & Analysts*. International Churchill Society. <https://winstonchurchill.org/publications/churchill-bulletin/bulletin-057-mar-2013/winston-churchill-for-traders-analysts/?highlight=%22Success+is+not+final%2C+failure+is+not+fatal%3A+it+is+the+courage+to+continue+that+counts.%22>

Dampak. 2016. Pada KBBI Daring. Diambil 24 Maret 2024, dari <https://kbbi.web.id/dampak>

Hartini, N. (2019). *Dampak Perceraian Orang Tua terhadap Kondisi Psikologis Anak*. UNAIR NRWS. <https://news.unair.ac.id/2019/10/31/dampak-perceraian-orang-tua-terhadap-kondisi-psikologis-anak/?lang=id>

Jabar, D. S. (2023). *Kota Bandung jadi Wilayah dengan Pemilik Akta Cerai Terbanyak*.

Ridwan, M. F. (2023). *Perceraian di Kota Bandung Capai 7.365 Perkara di Tahun 2022*. Rejabar. https://rejabar.republika.co.id/berita/rono9z396/perceraian-di-kota-bandung-capai-7365-perkara-di-tahun-2022#google_vignette

LAMPIRAN-LAMPIRAN

