

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kota Malang memiliki tingkat kepadatan yang cukup tinggi. Data pada Pusat Statistik (BPS) Kota Malang mencatat hingga tahun 2023 jumlah penduduk Kota Malang adalah 847.182 jiwa. Adanya kepadatan penduduk yang cukup tinggi memunculkan berbagai macam fenomena sosial dalam masyarakat, salah satunya adalah remaja yang mengalami perceraian orang tua. Pada tahun 2024 dalam kurun waktu empat bulan, dari bulan Januari hingga April Pengadilan Agama (PA) Kota Malang mencatat sebanyak 977 pasangan yang cerai. Kondisi tersebut menyebabkan terganggunya perkembangan psikologis dan sosial dari korban perceraian tersebut. Dilihat dari tingkat perceraian yang terjadi di Kota Malang penulis memutuskan untuk melakukan penelitian terkait remaja yang menjadi korban dari keluarga yang *broken home*.

Hikmah (2022) menyatakan keluarga yang tidak utuh atau yang sering disebut *broken home* merujuk pada situasi yang dimana hubungan antar anggota keluarga tidak harmonis, sehingga mengakibatkan perceraian. Fenomena ini juga penulis temukan pada kehidupan sosial ketika mengamati secara langsung perilaku remaja *broken home*. Fakta yang ditemukan penulis adalah, remaja tersebut sering mengatasi masalahnya dengan cara-cara yang negatif seperti malas belajar, masuk kedalam pergaulan yang tidak sehat, acuh terhadap kondisi dalam rumah, sensitif ketika berbicara dengan orang tua.

Masa remaja merupakan fase penemuan diri. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), masa remaja terjadi antara usia 12 dan 18 tahun, yaitu

belum mencapai kematangan jiwa secara utuh. Menurut Monks (dalam Nasution et al., 2024) masa remaja adalah tahap perkembangan yang terjadi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, dimana pemikiran remaja masih berada dalam batas-batas penalaran konkrit. Fase ini dipengaruhi oleh proses pendewasaan yang berlangsung pada diri remaja pada masa tersebut. Pada proses perkembangannya remaja mengalami perkembangan secara fisik, kognitif, psikologis, dan sosial yang terjadi secara bertahap.

Perkembangan remaja terbagi melalui tiga tahap yaitu masa remaja awal dengan usia 10-13 tahun, pertengahan masa remaja dengan usia 14-17 tahun, dan masa akhir remaja atau dewasa muda dengan usia 18 tahun ke atas (Atifa Adlina, 2024). Hikmah (2022) menyatakan perkembangan yang dialami oleh remaja membutuhkan dukungan positif yang signifikan dari orang-orang di sekitar mereka untuk tumbuh dan berkembang menjadi individu yang utuh. Salah satu dukungan terbesar diawali dari lingkungan terkecil yaitu lingkungan keluarga.

Keluarga berasal dari bahasa Sansekerta: *kula* dan *warga* "kulawarga" yang berarti "anggita" "kelompok kerabat". Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang tinggal atau berkumpul di suatu tempat serta saling ketergantungan (Lubis et al., 2023). Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, "keluarga" mengacu pada ibu, ayah, dan anak-anak mereka, yang merupakan unit dasar kekerabatan dalam masyarakat. Keluarga adalah unit pendidikan yang pertama dan utama dalam masyarakat (Besari, 2022).

Karena dalam keluarga anak dilahirkan dan berkembang menjadi dewasa, Maka dengan adanya keluarga yang utuh anak-anak yang sedang mengalami proses menjadi dewasa dapat mengalami perkembangan secara utuh dan

sempurna. Sebuah keluarga yang mengalami masalah hingga menyebabkan keretakan dapat menimbulkan berbagai dampak bagi remaja, terutama pada perilaku sosialnya.

Aziz (2015) menyatakan bahwa korban *broken homes* menunjukkan sikap tidak sopan, memiliki motivasi belajar yang rendah, suka melanggar aturan, dan memiliki tingkat emosional yang tinggi. Menurut Santrock (2003), menyatakan bahwa remaja yang berasal dari keluarga broken home cenderung mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dibandingkan dengan remaja yang berasal dari keluarga utuh. Hal tersebut ditunjukkan dengan berbagai perilaku, salah satunya adalah kecemasan atau depresi (Ildil et al., 2020). Remaja *broken home* seringkali mengalami tekanan mental berupa depresi, yang dapat menyebabkan remaja berperilaku buruk (Hafiza & Mawarpury, 2018).

Amato dan Sobolewski (dalam Harfiza, 2009) mencatat bahwa remaja dari rumah tangga yang rusak sering menghadapi ketidakbahagiaan, pengendalian diri yang buruk, dan kurangnya kepuasan hidup. Para remaja seringkali mengalami perasaan kehilangan, cemas, dan kesepian dalam hidup mereka. Nuryana (dalam Mar'atussholihan, 2022) mengatakan bahwa dalam fase kesedihan dan kehilangan, anak cenderung menutupi perasaan sedihnya dan mencari pengalihan apabila ia tidak mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekatnya. Dalam keluarga yang tidak lengkap, anak-anak mungkin menghadapi masalah kesehatan mental seperti gangguan penyesuaian dan bahkan stres (Hastuti dalam Mar'atussholihah, 2022).

Stres merupakan proses di mana seseorang menilai sebuah peristiwa sebagai ancaman, tantangan, atau bahaya, dan individu tersebut meresponsnya melalui reaksi fisiologis, emosional, kognitif, serta perilaku (Robert dalam

Purnama, 2017). Remaja yang berasal dari keluarga *broken home* seringkali mengalami ketidakstabilan emosi akibat konflik keluarga, perceraian, sehingga membuat mereka lebih sulit mengatasi stres (Smith dalam Yohanes et al., 2024). Teori *Attachment* Bowlby (dalam Yohanes et al., 2024) mengemukakan bahwa anak-anak yang memiliki hubungan yang kuat dengan orang tua mereka cenderung memiliki kemampuan *coping* yang lebih baik dalam menghadapi stres dan trauma. Namun, remaja yang berasal dari keluarga *brokenhome* sering kali mengalami ikatan yang lemah atau terganggu dengan orang tua mereka, sehingga mereka menjadi lebih rentan terhadap dampak negatif dari situasi tersebut.

Stres terjadi ketika individu dihadapkan pada situasi internal dan eksternal yang mempengaruhi dirinya. Ketika seseorang menghadapi stres akibat suatu masalah, secara alami mereka akan berupaya untuk melakukan *coping* untuk mengatasi perasaan stres tersebut. Hal ini juga termasuk remaja yang menghadapi perceraian orang tuanya (Lazarus & Folkman dalam Lestari, 2014).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rahman dan Paryontri (2023) mengenai "*Stress Coping in Adolescents Who Have Disharmonious Families in Sidoarjo: Mengatasi Stres pada Remaja dari Keluarga Tidak Harmonis di Sidoarjo*" menyatakan bahwa subjek dengan latar belakang *broken home* menimbulkan stres pada subjek. Bentuk stres *coping* yang digunakan oleh kedua subjek terdiri atas *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. *Coping* stres bentuk *emotion focused coping* cenderung lebih banyak digunakan pada kedua Subjek, antara lain *use emotional support, mental disengagement, positive reinterpretation and growth, humor, substance use, turning to religion*.

Atmasari dan Adzkia (2023) dengan judul penelitian “Strategi *Coping* Stress Remaja Dalam Menghadapi Perceraian Orang Tua” menemukan bahwa subyek dengan latar *broken home* mengalami stres berat. Sumber stres yang dialami oleh subjek adalah konflik dari kedua orang tua yang berakhir dengan proses perceraian. Bentuk *coping* stres yang digunakan oleh subjek pertama adalah *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Sedangkan, subjek kedua menggunakan bentuk *emotion-focused coping*.

Dari masalah-masalah yang terjadi, untuk mencari jalan keluar atau solusi dari permasalahan tersebut. Setiap individu mempunyai cara yang berbeda untuk mengatasi permasalahannya. Salah satu cara yang dipakai oleh individu adalah dengan strategi *coping*. Strategi *coping* atau mekanisme *coping* adalah cara yang dilakukan oleh seseorang untuk mengatasi stres, cemas, atau situasi yang menekan. Folkman dan Lazarus (1984) mendefinisikan bahwa strategi *coping* ialah metode yang digunakan individu untuk menangani situasi yang menegangkan atau tuntutan yang membebani secara emosional. Selain menggunakan mekanisme penanganan ini, remaja juga dapat mengelola stres dengan mencari dukungan sosial.

Salah satu teknik dalam pengelolaan stres adalah dukungan sosial. Dukungan sosial terbukti efektif dalam meningkatkan kesehatan mental individu (Mentari et al., 2020). Ada berbagai cara untuk mengatur stres, salah satunya adalah mengubah stres negatif menjadi stres positif, di mana tekanan, ancaman, kecemasan, atau situasi yang tidak nyaman diubah menjadi dorongan yang positif sehingga individu menjadi lebih termotivasi dan produktif (Mentari et al., 2020). Purnama (2023) bahwa ada berbagai mekanisme untuk mengelola stres, yang

paling umum dilaporkan adalah *coping* aktif, dan mencari dukungan sosial emosional.

Mengingat meningkatnya angka perceraian yang berdampak pada banyak anak yang tumbuh dalam struktur keluarga yang tidak utuh. Dalam konteks ini, anak-anak sering mengalami masalah psikologis seperti stres, kecemasan, dan ketidakstabilan emosional. Jika permasalahan ini tidak ditangani dengan baik, dampaknya dapat berlanjut hingga dewasa, mempengaruhi kesehatan mental dan perilaku sosial mereka. Penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang strategi *coping* yang digunakan oleh remaja dari keluarga *broken home*. Oleh karena itu, judul yang dipilih untuk penelitian ini adalah "Strategi *Coping* Pada Remaja dengan Latar Belakang *Broken Home*".

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini berfokus pada kajian mengenai strategi *coping* yang digunakan pada remaja dengan latar belakang *broken home*

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yang ingin dicapai adalah mengetahui bagaimana strategi *coping* yang digunakan oleh remaja dengan latar belakang *broken home* untuk mengatasi gejala stres mereka.

D. Manfaat Penelitian

Adanya penelitian yang dilakukan oleh penulis diharapkan mampu memberi manfaat bagi setiap pembacanya. Manfaat penelitian ini dikategorikan menjadi dua bagian, yaitu manfaat praktis dan manfaat teoritis.

1. Manfaat Teoritis

Menambah wawasan dan pengetahuan bagi penulis serta remaja korban perceraian orang tua, mengingat penelitian ini berakitan erat dengan ilmu psikologi

terutama pskiologi klinis. Penelitian ini juga diharapkan dapat menambah sumber acuan untuk penelitian mendatang.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Remaja *Broken Home*

Diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan serta dorongan bagi individu untuk menghadapi situasi keluarga yang *broken home*.

b) Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan untuk menjaga keutuhan dalam keluarga maupun sebagai pertimbangan bagi orang tua yang akan bercerai.