



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 2 Tahun 2023 Page 14889-14901

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## *Psychological Well-Being* Pada Remaja Akhir Korban Perceraian Orang Tua Di Kabupaten Pati

Bianca Mayang Pribadi<sup>1✉</sup>, Krismi Diah Ambarwati<sup>2</sup>

Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

Email: [802018105@student.uksw.edu](mailto:802018105@student.uksw.edu)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran *Psychological well-being* remaja akhir korban perceraian orang tua dengan menggunakan metode kualitatif dengan teknik *purposive sampling*. Kriteria partisipan dalam penelitian ini yaitu dua remaja akhir perempuan dan laki-laki berusia 18 sampai 21 tahun mengalami perceraian orang tua yang tinggal bersama dengan saudaranya. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan dokumentasi. Wawancara ini dilakukan dengan dialog tanya jawab untuk memperoleh informasi dari partisipan, sedangkan dokumentasi digunakan sebagai bukti pengumpulan data menggunakan rekaman video dan foto dari kedua partisipan. *Psychological well-being* ini dapat dilihat dari beberapa aspek yang mempengaruhi diri seseorang yaitu penerimaan diri, relasi dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, pengembangan diri dan tujuan hidup. Terdapat juga dua faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* seseorang yaitu dampak perceraian dan *coping stress*. Hasil dari penelitian ini yaitu adanya pengaruh perceraian terhadap *psychological well-being* seseorang. Dapat dibuktikan bahwa pada kedua partisipan mencoba untuk memperbaiki dan mengontrol diri dengan baik, agar di masa depan dapat memiliki *psychological well-being* yang baik.

Kata Kunci: *Perceraian orang tua, Psychological well-being, Remaja akhir*

### Abstract

The aims of this study is to delineate the psychological well-being of those late adolescents who are being the victims of parental divorce by using a qualitative method. The design of this research is a qualitative phenomenological perspective. Moreover, the technique of this research is a purposive sampling technique that had been done in Pati Regency, Central Java. The criteria for participants in this study are two late adolescent people that is consist of a girl and a boy around 18 to 21 years old who experienced a parental divorce that live with their sibling. This interview was conducted with a dialogue that consists of questions and answers to obtain more informations from the participants. Furthermore, the documentations attachment as the evidences of data collections which consist of video recordings, voice recordings, chat evidences and photos from the two participants. Psychological well-being can be seen from several themes that emerge, such as; self-acceptance, relation with others, relation with family, autonomy matter, environmental mastery, self-improvement, life goals, coping stress system and the impact of divorce.

Keyword: *Parental divorce; Psychological well-being; Late adolescence*

### PENDAHULUAN

Salah satu kelompok usia krusial yang perlu menjadi perhatian masyarakat adalah remaja. Remaja adalah mereka yang mengalami masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa dengan rentan usia antara 12 sampai 21 tahun. Berdasarkan usia remaja digolongkan menjadi tiga tahap yaitu remaja awal (usia 10-13 tahun), remaja tengah (usia 14-17 tahun), remaja akhir (usia 18-21 tahun) (Steinberg, 2013). Keluarga adalah unit terpenting di dalam kehidupan manusia. Orangtua atau keluarga mempunyai tugas untuk memenuhi perkembangan remaja. Menurut Friedman (2004) keluarga didefinisikan sebagai sekumpulan orang yang berada dalam satu rumah dihubungkan dengan suatu ikatan aturan dan emosional serta memiliki peran masing-masing setiap individunya dalam sebuah keluarga. Masa peralihan yang dialami remaja menuju dewasa akan berpotensi memunculkan gejala emosi terhadap suatu masalah keluarga yaitu perceraian orang tua.

Perceraian orang tua berdampak buruk terhadap psikologis remaja karena hilangnya peran sosial ayah dan ibu dalam sebuah keluarga. Remaja yang sudah mengerti apa arti perceraian akan menimbulkan dinamika psikologis dan dampaknya. Menurut Santrock (2013) remaja yang berasal dari keluarga tidak utuh memperlihatkan penyesuaian diri yang buruk daripada remaja yang memiliki keluarga utuh. Hal ini ditandai dengan adanya penurunan akademis remaja, penyimpangan perilaku, depresi, kecemasan, kurang memiliki

tanggung jawab, dan kurang kompeten dalam memiliki hubungan dengan orang lain. Dengan demikian, kondisi perceraian ini memiliki pengaruh terhadap *psychological well-being* pada remaja. Data perceraian di Kabupaten Pati terhitung dari tahun 2020 disebutkan sebanyak 2716 kasus. Pada tahun 2020 kasus ini mengalami penurunan dari tahun sebelumnya yakni tahun 2018 sebanyak 2903 kasus dan pada tahun 2019 sebanyak 2716 kasus. Dilihat dari banyaknya kasus pada tahun 2018 sampai 2020, banyak keluarga yang tidak dapat mempertahankan rumah tangganya akibat berbagai masalah yang terjadi dan solusi terakhir yang ditempuh adalah perceraian. Kasus ini berdampak bagi pertumbuhan anak. Perkembangan remaja dalam keluarga terganggu dengan adanya masalah keluarga yang pada akhirnya menuju ke perceraian orang tua, yang pada dasarnya keluarga memiliki fungsi yang sangat penting untuk keberlangsungan tumbuh kembang remaja. Menurut Ryff (1995) *Psychological well-being* adalah konsep kesejahteraan psikologis manusia yang dapat menerima dirinya dengan baik dan apa adanya, tidak memiliki gejala depresi, mempunyai tujuan hidup yang dipengaruhi oleh fungsi psikologi positif berupa aktualisasi diri, penguasaan diri dan penguasaan lingkungan sosial. Bradburn (Ryff, C.D 1995) menyatakan bahwa *Psychological well-being* ini merujuk pada kegiatan yang dilakukan oleh individu memungkinkan mengalami pikiran dan perasaan yang dimulai dengan pikiran negatif kemudian menjadi mental yang positif. *Psychological well-being* mempunyai enam dimensi yang dikemukakan oleh Ryff (1989) yaitu *Self-acceptance* (penerimaan diri) ditandai dengan sikap yang positif pada dirinya sendiri dan menerima diri, *Positive relations with others* (hubungan baik dengan orang lain) ditandai dengan adanya hubungan yang hangat serta dapat memahami dan menerima hubungan dengan orang lain, *Autonomy* (Otonomi) individu yang dapat mengatur perilaku di dalam dirinya untuk tidak bergantung pada orang lain. *Environmental mastery* (Memahami lingkungan) ditandai dengan individu yang mampu memahami aktivitas eksternal, *Purpose in life* (Tujuan hidup) individu yang mempunyai tujuan hidup yang jelas, *Personal Growth* (Pengembangan diri) individu yang memiliki keinginan dan pemikiran yang terus berkembang. Pada penjelasan diatas individu dapat dikatakan mempunyai *psychological well-being* yang baik ditandai dengan berfungsinya enam aspek yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth* (Ifdil et al., 2020).

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan *psychological well-being* merupakan keadaan psikologis individu yang ditandai dengan menerima diri apa adanya, dapat menciptakan hubungan yang baik dengan orang lain, mampu mengambil keputusan

mandiri, memiliki orientasi kehidupan yang baik, dan dapat melalui segala macam tahap-tahap perkembangan hidupnya.

Hasil penelitian oleh Tia Ramadhani, Djunaedi & Sismiati, A menunjukkan sebuah fenomena bahwa 33 orang remaja di SMKN 26 Pembangunan Jakarta dengan kondisi orang tua yang bercerai menunjukkan bahwa 52% remaja memiliki kondisi kesejahteraan psikologis yang rendah (Ramadhani et al., 2016). Hasil penelitian lain yang mendukung penelitian tersebut dilakukan oleh Herdian bahwa dari 29 remaja dengan kondisi orang tua bercerai sebanyak 66% mengaku tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar hal ini menyebabkan kesejahteraan psikologis yang rendah pada penerimaan diri remaja (Ifdil et al., 2020).

Peneliti melakukan pra-penelitian kepada 4 orang remaja korban perceraian orang tua di Kabupaten Pati yang berusia 18-21 tahun, dari hasil wawancara tersebut semua telah mengalami perceraian orang tua lebih dari 3 tahun. Tiga orang memilih cara menyikapi kondisi keluarga dengan mengerti keadaan dan 1 orang memilih untuk berpikir negatif tentang keluarganya. Semua responden merasakan rasa sedih melihat kondisi keluarga yang sudah tidak lagi utuh. Semenjak tidak utuhnya keluarga, kebanyakan mereka mementingkan orang lain daripada dirinya sendiri. Sebagian responden masih berhubungan baik dan sebagian tidak berhubungan baik dengan orang tuanya. Satu orang tinggal dengan ayah, 1 orang lagi tinggal bersama ibunya, kemudian 2 responden ini tinggal sendiri tanpa orangtuanya. Mereka selalu dipandang sebelah mata oleh orang lain tetapi mereka selalu menghiraukannya. Tiga responden mempunyai teman yang selalu *mensupport* segala aktifitasnya dan 1 responden saja memiliki teman yang suka *membully*. Peneliti melakukan pra-penelitian kepada 4 orang remaja korban perceraian orang tua di Kabupaten Pati yang berusia 18-21 tahun, dari hasil wawancara tersebut semua telah mengalami perceraian orang tua lebih dari 3 tahun. Tiga orang memilih cara menyikapi kondisi keluarga dengan mengerti keadaan dan 1 orang memilih untuk berpikir negatif tentang keluarganya. Semua responden merasakan rasa sedih melihat kondisi keluarga yang sudah tidak lagi utuh. Semenjak tidak utuhnya keluarga, kebanyakan mereka mementingkan orang lain daripada dirinya sendiri. Sebagian responden masih berhubungan baik dan sebagian tidak berhubungan baik dengan orang tuanya. Satu orang tinggal dengan ayah, 1 orang lagi tinggal bersama ibunya, kemudian 2 responden ini tinggal sendiri tanpa orangtuanya. Mereka selalu dipandang sebelah mata oleh orang lain tetapi mereka selalu menghiraukannya. Tiga responden mempunyai teman yang selalu *mensupport* segala aktifitasnya dan 1 responden saja

memiliki teman yang suka *membully*. Perceraian orang tua menyebabkan responden mengalami penerimaan diri yang kurang baik. Mereka cenderung pesimis akan adanya kondisi seperti ini. Responden juga tidak memiliki hubungan yang baik dengan saudara maupun keluarganya tetapi keempat responden dapat menyesuaikan perilaku dilingkungannya. Pada kehidupan selanjutnya mereka memilih untuk bangkit dari keterpurukan akibat dari perceraian orang tua dan menjadikan hal tersebut sebagai semangat untuk kehidupan yang lebih baik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui *Psychological Well-Being* pada remaja korban perceraian orang tua di Kabupaten Pati. Adapun manfaat yang Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang Psychological well-being pada remaja akhir korban perceraian orangtua.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan perspektif kualitatif fenomenologi yang mengungkap dan mempelajari suatu fenomena yang dialami oleh individu. Menurut Alase (2017) fenomenologi adalah sebuah metode kualitatif untuk mengizinkan peneliti mengaplikasikan kemampuan subyektifitas dalam proses penelitian. Adapun definisi yang dikemukakan oleh Creswell yang menyatakan bahwa penelitian kualitatif ini sebuah penelitian yang menganalisis dan mendeskripsikan sebuah pengalaman dan fenomena pada kehidupan sehari-hari (Helaluddin, 2018). Pemilihan partisipan dalam penelitian kualitatif relatif kecil dibandingkan dengan penelitian kuantitatif. Dalam penelitian yang dilakukan di Kabupaten Pati tentang remaja akhir korban perceraian orang tua dilakukan secara *purposive sampling*. Jumlah partisipan dalam penelitian ini sebanyak 1 orang laki-laki dan 1 orang perempuan remaja akhir yang berusia antara 18 sampai 21 tahun mengalami orangtua yang bercerai, yang tinggal bersama salah satu orangtuanya atau saudara. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah wawancara dan observasi. Menurut Moleong (2009) wawancara merupakan percakapan yang dilakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara yang memberikan pertanyaan dan terwawancara yang menjawab semua pertanyaan yang telah diberikan. Teknik wawancara adalah informasi yang diperoleh dari peneliti (suryono, 2011). Wawancara dengan tanya jawab dengan bertatap muka dengan mengajukan pertanyaan yang telah disiapkan oleh peneliti. Proses ini dilakukan dengan cara berdialog antar peneliti dan subjek penelitian mengenai pengalaman pribadi subjek terkait dengan pengalaman mempunyai orang tua yang

bercerai. Sedangkan observasi adalah proses pengamatan yang bersifat logis, objektif dan rasional dengan berbagai macam fenomena di dalam situasi yang sebenarnya maupun situasi buatan untuk tujuan tertentu. Dengan metode ini peneliti dapat melihat kondisi yang sebenarnya subjek saat akan di wawancarai (Arifin, 2011).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Perceraian orang tua tidak menutup kemungkinan akan membawa dampak buruk bagi anak. Dampak ini dapat menyebabkan perubahan pada diri sendiri, lingkungan dan keluarga. Pada kedua partisipan ini memiliki dampak yang berbeda-beda. Berdasarkan pengalaman partisipan pertama dampak yang terjadi yaitu adanya rasa iri hati dengan temannya yang memiliki kehidupan lebih baik dibandingkan dirinya sendiri, sedangkan dampak yang dirasakan bagi partisipan kedua yakni harus tinggal tanpa kedua orang tuanya setelah berpisah sehingga memilih hidup bersama nenek dan kakaknya. Dampak tersebut membuat partisipan tidak terlalu terburu-buru untuk menikah. Mereka masih ingin menghabiskan waktunya untuk memperbaiki diri agar kehidupannya di masa lalu tidak dirasakan oleh anak-anaknya di masa depan nanti. Dengan adanya dampak perceraian yang terjadi di kehidupan kedua partisipan ini, mereka mempunyai cara untuk mengalihkan pikiran mereka dengan cara melakukan hal yang positif agar mereka dapat hidup tenang dan lebih baik. Coping stress diartikan sebagai penyesuaian secara kognitif dan perilaku menuju lebih baik dengan mengurangi tuntutan yang menyebabkan stres (Radley, 2005). Partisipan pertama mengalihkan pikirannya dengan membaca buku dan mendengarkan musik sedangkan partisipan kedua memiliki coping stress dengan melakukan aktivitas outdoor seperti naik gunung dan pergi ke tempat yang tenang dan senang.

Berdasarkan penelitian Hartati (2021) *Psychological well-being* adalah seseorang yang memiliki kualitas mental yang positif, mampu menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan dan kepribadiannya. Dapat diartikan bahwa *Psychological well-being* merupakan individu yang mampu menerima keadaan dirinya dengan apa adanya, mampu menciptakan komunikasi yang baik dengan orang lain, memiliki kemampuan untuk mengatasi permasalahan yang sedang terjadi, memiliki perkembangan hidup yang baik, dan juga memiliki tujuan hidup yang jelas dan terarah. *Psychological well-being* (Ryff, 1989) ini memiliki enam aspek diantaranya penerimaan diri, relasi positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, pengembangan diri dan tujuan hidup. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui *Psychological well-being* dari remaja akhir korban perceraian orang tua. Menurut G. Stanley Hall (2016) mengungkapkan bahwa remaja memiliki masa yang penuh dengan badai dan tekanan jiwa, dimana terjadi perubahan secara fisik, intelektual, dan emosional yang menyebabkan kesedihan dan rasa

bimbang pada individu, juga menimbulkan konflik dengan lingkungannya. Bentuk hubungan yang negatif juga dapat berasal dari perceraian orang tua (Hurlock, 2012). Dengan adanya dampak perceraian yang diterima oleh kedua partisipan tersebut dapat mempengaruhi *Psychological well-being* seseorang.

Aspek yang akan diulas pertama yaitu otonomi. Otonomi merupakan kemampuan seseorang yang memiliki independensi, determinasi, regulasi diri dan menghindari tekanan sosial (Compton & Hoffman, 2013; Ryff, 2014). Ryff (1989) mengatakan bahwa otonomi adalah suatu gambaran ketika individu dapat mengatur hidupnya, berupaya secara mandiri, dan dapat mengevaluasi dirinya sendiri. Hal ini akan terlihat dari pengendalian diri yang dilakukan seseorang ketika mendapatkan masalah. Berdasarkan hasil wawancara dengan kedua partisipan, otonomi yang mereka lakukan dengan melakukan kontrol terhadap dirinya sendiri dan menenangkan diri. Tindakan melakukan kontrol terhadap diri sendiri dan menenangkan diri dengan tidak berbicara ketika sedang emosi menjadi salah satu bentuk kemandirian. Kemandirian yaitu suatu kemampuan individu dalam memutuskan suatu masalah secara mandiri, dan mengatur tindakannya berlandaskan syarat perseorangan (Ryff, 1989). Hal ini terlihat dari tindakan kedua partisipan yang cenderung memilih untuk menyelesaikan masalah tanpa bantuan orang tua ataupun keluarga dan melakukan introspeksi diri ketika menghadapi masalah. Pengembangan diri yang baik dapat dilihat dari potensi yang telah dikembangkan (Ryff, 1989). Seseorang yang memiliki kemampuan untuk menggali potensi diri dan berusaha mengembangkannya serta mencari pengalaman baru dapat dikatakan dengan pertumbuhan hidup (Compton & Hoffman, 2013; Ryff, 2014). Upaya pengembangan diri yang mereka lakukan dengan menjadikan orang lain sebagai motivator untuk menjadi lebih baik di masa depan.

Kemandirian merupakan hal yang menjadi perhatian utama pada masa remaja yang terjadi perubahan sosial, fisik dan kognitif (Santrock, 2007). Hal ini terlihat ketika mereka berhasil melewati masalah-masalah yang telah dilaluinya. Masalah-masalah yang telah dilaluinya dijadikan sebuah pembelajaran untuk membangun kehidupan di masa mendatang. Meskipun banyak hal yang telah terjadi di kehidupannya, mereka memiliki tujuan hidup yang baik di masa depan. Tujuan hidup ini didefinisikan sebagai arah kehidupan (Ryff, 2014). Pada hasil wawancara terhadap partisipan pertama maupun partisipan kedua, mereka sama-sama belum memiliki pandangan hidup kedepan namun ada keinginan agar kehidupan di masa depan dapat lebih terarah. Keinginan tersebut dapat diketahui dari upaya keduanya untuk memperbaiki kehidupannya untuk menjadi lebih baik, misalnya saja dalam hal cita-cita yang dimiliki kedua partisipan. Partisipan pertama mengungkapkan cita-citanya untuk masuk ke perguruan tinggi

sedangkan partisipan kedua berkeinginan untuk membahagiakan orang tuanya.

Penguasaan lingkungan merupakan individu yang memiliki kompetensi untuk mengatur dan memilih lingkungan untuk memenuhi kebutuhan dan nilai-nilai yang dimiliki individu (Compton & Hoffman, 2013; Ryff, 2014). Aspek penguasaan lingkungan ini menggambarkan individu dengan pemahaman yang baik tentang lingkungannya dan mampu mengontrol aktivitas eksternal (Ryff, 1989). Kedua partisipan memiliki perbedaan cara ketika berada di lingkungannya, salah satunya berkomunikasi. Cara berkomunikasi partisipan pertama yaitu yang menurut dia nyaman ia akan mudah beradaptasi namun berbeda dengan partisipan kedua, dimanapun ia berada ia dapat berkomunikasi baik bahkan dengan orang yang baru saja dikenal. Ketika orang tua mereka bercerai ternyata terjadi banyak perubahan yang dialami oleh kedua partisipan, termasuk pula pada lingkungan sekitarnya yaitu tetangga. Banyak tetangga yang membicarakan tentang kehidupannya, namun mereka menanggapi dengan bijak. Ketika mereka mendapatkan berbagai cemoohan dari orang lain tentang kehidupannya, respon mereka akan diam dan membuktikan bahwa kehidupannya tidak seburuk apa yang orang lain katakan.

Individu yang memiliki relasi positif ditandai dengan tumbuhnya hubungan yang hangat, saling memiliki rasa empati, kasih sayang, dan dapat memahami hubungan dengan orang lain (Ryff, 1989). Relasi positif yaitu ketika seseorang memiliki ikatan yang intim, peduli, dan memiliki penuh kasih sayang dengan orang lain (Compton & Hoff, 2013; Ryff, 2014). Kurangnya memiliki relasi yang positif dengan orang lain menyebabkan individu merasa kesepian, ketidakberhargaan, dan merasa putus asa (Aronson, Wilson, Akert, & Sommers, 2016). Kedua partisipan ini terlihat tetap berusaha menjalin hubungan baik dengan orang tuanya walaupun orang tuanya telah berpisah. Khususnya, pada partisipan pertama walaupun memiliki hubungan yang kurang baik dengan ibunya karena jarang bertemu sehingga menghambat komunikasinya namun ia berusaha untuk terus menghubungi ibunya agar dapat memperbaiki hubungannya dengan ibunya. Sementara itu, partisipan kedua tetap memiliki hubungan yang baik pada kedua orang tuanya, baik ayah maupun ibu. Akan tetapi, perbedaan suku dan ras dari keluarga ayahnya memungkinkan hubungan dengan keluarga ayahnya sendiri dapat menjadi renggang. Walaupun demikian, partisipan kedua tetap berusaha menjalin hubungan baik dengan keluarga ayahnya agar tetap rukun.

Membangun hubungan dengan orang lain sangatlah penting bagi kehidupan kedua partisipan. Mereka memiliki lingkungan yang baik serta saling mendukung. Walaupun partisipan pertama memiliki jumlah teman yang relatif lebih sedikit dibandingkan partisipan kedua, namun

ia mempunyai teman dekat untuk berkeluh kesah tentang kehidupannya. Relasi dengan orang tua dapat berpengaruh dengan penerimaan diri individu. Penerimaan diri merupakan evaluasi positif terhadap diri sendiri dan dapat mengenali aspek diri yang baik maupun kekeruanan yang seimbang (Compton & Hoffman, 2013; Ryff, 2014). Penerimaan diri, menurut Ryff (1989) adalah sebuah sikap positif yang ditandai dengan memahami, mengenali, mengakui, dan menerima diri sendiri serta kekuatan dan kelemahannya. Hal ini terlihat pada penerimaan diri kedua partisipan sebagai anak korban perceraian orang tuanya. Kedua partisipan awalnya belum dapat menerima dirinya sebagai anak korban perceraian orang tua namun setelah beberapa waktu kedua partisipan tersebut dapat menerima dirinya sebagai anak dari perceraian orang tua. Mereka berdua memiliki cara yang berbeda dalam hal penerimaan diri. Penerimaan diri pada partisipan pertama dilakukan dengan melakukan kesenangannya untuk bepergian sendiri sedangkan partisipan kedua dengan cara menguatkan diri agar dapat menerima semua yang telah terjadi dalam kehidupannya.

Adapun keterbatasan penelitian ini yang menimbulkan kurangnya hasil dari penelitian yang didapat. Keterbatasan yang terdapat pada penelitian ini yaitu kurangnya jumlah partisipan yang tidak memenuhi syarat kriteria peneliti, sehingga peneliti kesulitan mencari partisipan.

Tabel Hasil Analisis Data Penelitian

Tema	Subtema
Penerimaan diri	Menerima apa yang sudah terjadi
	Adanya perbedaan diri subjek di keluarga orang tuanya
	Subjek tidak memikirkan hal yang sudah terjadi
	Menjalani hidup dengan kebiasaan subjek
	Penerimaan diri subjek yang memiliki keluarga tidak utuh
	Subjek merasa hidup mandiri menjadikan dewasa
Otonomi (mengontrol diri, <i>problem solving</i> dan kemandirian)	Usaha mengontrol diri dan emosi

	Belajar mengontrol diri
	Tidak ingin bergantung pada orang lain
	Menyelesaikan masalah sendiri
	Cara menyelesaikan masalah
	Cara mengatasi hambatan
	Cara subjek menyelesaikan masalah
	Tidak mengulangi kesalahan yang dilakukan oleh orang tuanya (bercerai) membuatnya belum memikirkan pernikahan
Relasi positif dengan orang lain	Hubungan positif dengan keluarga
	Cara berkomunikasi dengan ibu
	Hubungan positif dengan keluarga
	Subjek memiliki teman yang mensupport
	Subjek memiliki relasi yang luas menjalin hubungan baik dengan berkomunikasi bersama tetangga
	Hubungan baik dengan teman
	Hubungan positif dengan kakak subjek
	Subjek terlibat dalam setiap pengambilan keputusan
	Dukungan dari teman
	Mempunyai teman untuk mendengarkan cerita subjek
Penguasaan lingkungan	Perubahan sikap di lingkungan
	Memiliki hubungan baik di lingkungan, namun sesekali muncul masalah
	Memiliki hubungan baik dengan lingkungan
	Subjek diterima dengan baik di lingkungan
	Belum pernah mendapat ejekan
Pengembangan diri	Bersemangat untuk mencapai tujuan

	Subjek sudah bekerja walau dari rumah
	Subjek membuktikan diri menjadi lebih baik
	Subjek dapat berkembang karna belajar dari masalah yang sudah berlalu
	Subjek belajar dari pengalaman orang tua bercerai agar tidak terulang di kehidupannya
	Tidak memikirkan hal yang sudah berlalu
	Subjek mengejar cita-cita namun kadang lelah
	Memiliki potensi yang baik
Tujuan hidup	Tujuan hidup subjek untuk menjadi lebih baik di masa depannya
	Tidak ada hambatan untuk menggapai cita-cita
	Tujuan hidup subjek belum jelas
	Tujuan hidup belum terarah
	Ingin kuliah di UGM
	Optimis untuk mendapatkan yang ia inginkan
<i>Coping stress</i>	Mengalihkan pikiran dengan membaca buku
	Membaca buku menghilangkan capek
	Bepergian sendiri ketika ingin menenangkan pikiran
	Cara untuk bahagia dan coping stress

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa kedua partisipan telah mencoba untuk menerima kondisi yang mereka alami. Menguatkan diri adalah cara untuk menerima semua yang terjadi dalam hidupnya. Otonomi yang dilakukan partisipan ketika mendapat masalah yaitu dengan cara menenangkan diri, mengontrol perilaku dan tidak berbicara ketika sedang emosi. Namun mereka memiliki kemandirian yang sangat baik. Mereka dapat menyelesaikan masalah sendiri tanpa bantuan keluarga ataupun orang lain. Perkembangan diri dapat dilihat pada potensi mereka. Bersaing dengan orang lain salah satu cara mereka untuk memotivasi diri agar hidup menjadi lebih

baik di masa depan. Mereka memiliki relasi yang baik dengan keluarga dan lingkungannya. Dapat dibuktikan bahwa mereka dapat menjalin komunikasi yang baik. Perceraian ini tidak menutup kemungkinan menjadi dampak bagi kedua partisipan. Dampak yang mereka dapatkan yaitu merasa iri dengan kehidupan orang lain namun mereka mempunyai cara agar tidak memikirkan hal itu berulang kali. Dengan cara mengalihkan pikiran pergi ke tempat yang mereka sukai, mendengarkan musik dan menikmati kesendirian. Dengan kondisi perceraian orang tua yang mereka alami, mereka merasa tidak ingin terlalu tergesa-gesa untuk memutuskan menikah di usia muda.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, Andayani, & Karyanta (2014). Proses Penerimaan Anak (Remaja Akhir) Terhadap Perceraian Orangtua Dan Konsekuensi Psikososial Yang Menyertainya. *Jurnal Fakultas Kedokteran Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret*.
- Arifin. (2011). Pengertian Observasi Menurut Para Ahli dan Secara Umum [Lengkap]. from <https://www.zonareferensi.com/pengertian-observasi/>
- Bachri, B. S. (2010). Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif. *Teknologi Pendidikan, 10*, 46–62.
- Helaluddin. (2018). Mengenal Lebih Dekat dengan Pendekatan Fenomenologi: Sebuah Penelitian Kualitatif. *Uin Maulana Malik Ibrahim Malang, March*, 1–15.
- Ifdil, I., Sari, I. P., & Putri, V. N. (2020). Psychological well-being remaja dari keluarga broken home. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling, 5*(1), 35. <https://doi.org/10.23916/08591011>
- Kirana, A. M., & Suprpti, V. (2021). *Psychological Well Being* Dewasa Awal yang Mengalami Riwayat Perceraian Orang Tua di Masa Remaja. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM), 1*(1), 1003–1014. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.27695>
- Monks, FJ & Knoers, AMP, Haditono, (1999). Psikologi Perkembangan : Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya, (Terjemahan Siti Rahayu Haditono). *Yogyakarta: Gadjah Mada University Press*.
- Perceraian di Pati Naik 30 Perkara Sehari - SMARTCITY PATI \_Bumi Mina Tani from:[https://smartcity.patikab.go.id/index.php/data\\_berita/detail/berita\\_online/3231](https://smartcity.patikab.go.id/index.php/data_berita/detail/berita_online/3231)
- Ramadhani, T., Djunaedi, & S, A. S. (2016). Kesejahteraan Psikologis ( Psychological Well- Being ) Siswa Yang Orangtuanya Bercerai. *Jurnal Bimbingan Konseling, 5*(1), 108–115.
- Ryff, C. D, Keyes, C. . (1995). The Structure of Psychological Well -Being Revisited. *Journal of*

*Personality and Social Psychologi*, 69, 719–727.

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well being. *Journal of Personality and Social Psychologi*, 57, 1069–1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). *The Structure of Psychological Well-Being Revisited*. 69(4), 719–727.
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Simanjuntak, J. G. L. L., Prasetio, C. E., Tanjung, F. Y., & Triwahyuni, A. (2021). Psychological well-being sebagai prediktor tingkat kesepian mahasiswa. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(2), 158.
- Steinberg, L. (2013). *Tenth Edition: Adolescence (Tenth Edit)*. McGraw-Hill Higher Education.
- Suryono. (2011). Teknik Wawancara Interview. *Kuliah, Mata Penelitian*, 1–26.
- Tasema, J. K. (2018). *Jurnal maneksi vol 7, no. 1, juni 2018*. 7(1), 39–46.
- T. O. Ihromi, Bunga Rampai Sosiologi Keluarga, Jakarta: *Yayasan Obor Indonesia*, 2004.
- Untari, I., Putri, K. P. D., & Hafiduddin, M. (2018). Dampak perceraian orang tua terhadap kesehatan psikologis remaja. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 15(2), 106.
- Wulandri, D., & Fauziah, N. (2019). Pengalaman Remaja Korban Broken Home (Studi Kualitatif Fenomenologis). *Empati*, 8(1), 1–9