

## Gambaran Penerimaan Diri Remaja yang Mengalami Perceraian Orang Tua

### *Description of Self-Acceptance of Adolescents Experiencing Parental Divorce*

**Nabilah Alysia**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: [Nabilah.20034@mhs.unesa.ac.id](mailto:Nabilah.20034@mhs.unesa.ac.id)

**Hermien Laksmiwati**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: [hermienlaksmiwati@unesa.ac.id](mailto:hermienlaksmiwati@unesa.ac.id)

#### **Abstrak**

Menerima kondisi yang tidak utuh bukanlah perkara yang mudah, apalagi jika menyangkut keluarga. Dampak dari perceraian dapat menimbulkan luka batin dan penerimaan diri remaja yang rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses penerimaan diri remaja yang mengalami perceraian orang tua. Penerimaan diri merupakan kondisi individu yang memiliki kemampuan dalam menerima kelebihan dan kelemahan yang dimiliki. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif fenomenologi. Fenomena pada penelitian ini yaitu tingginya angka perceraian orang tua di Indonesia. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu wawancara semi terstruktur dan menggunakan analisis *Interpretative Phenomenological Analysis* kepada empat subjek remaja yang mengalami perceraian orang tua. Tiga tema utama yaitu proses perceraian orang tua subjek, dampak perceraian, serta proses penerimaan diri menjadi temuan dalam penelitian ini. Terdapat tujuh hal yang mempengaruhi proses penerimaan diri subjek; memiliki perasaan sederhana, percaya akan kemampuan yang dimiliki, rasa tanggung jawab, orientasi keluar diri, memiliki pendirian, menyadari adanya keterbatasan, dan menerima sifat kemanusiaan. Dukungan sosial dari ibu, teman, maupun orang terdekat lainnya memberikan pengaruh signifikan dalam penerimaan diri subjek.


**Kata kunci :** Perceraian Orang tua, Penerimaan diri

#### ***Abstract***

*Accepting an incomplete condition is not an easy matter, especially when it concerns family. The impact of divorce can cause emotional wounds and low self-acceptance in teenagers. This research aims to determine the self-acceptance process of adolescents who experience parental divorce. Self-acceptance is a condition of individuals who have the ability to accept their strengths and weaknesses. This research uses a qualitative phenomenological research method. The phenomenon in this research is the high rate of parental divorce in Indonesia. The technique used in this research is semi-structured interviews and using Interpretative Phenomenological Analysis with four teenage subjects who experienced their parents' divorce. Three main themes, namely the subject's parents' divorce process, the impact of divorce, and the process of self-acceptance are the findings in this research. There are seven things that influence the subject's self-acceptance process; have feelings of equality;*

*believe in one's abilities, a sense of responsibility, self-orientation, have a stance, be aware of limitations, and accept human nature. Social support from mother, friends and other closest people has a significant influence on the subject's self-acceptance.*

**Key word :** *Parent's divorce, Self acceptance*

<b>Article History</b>	
<b>Submitted :</b> 19-06-2024	 <p><i>This is an open access article under the <a href="#">CC-BY</a> license</i>                      Copyright © 2024 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</p>
<b>Final Revised :</b> 02-07-2024	
<b>Accepted :</b> 04-07-2024	

Angka perceraian di Indonesia dalam dua tahun terakhir terus meningkat. Data Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2021 mencatat angka perceraian sebanyak 447.743 kasus, pada tahun 2022 mencapai 516.344 kasus, yang diartikan naik sebesar 15%. Sebanyak 75,21% atau

388.358 merupakan cerai gugat yang diajukan oleh pihak istri, sedangkan sebanyak 24,79% atau 127.986 merupakan cerai talak yang diajukan oleh pihak suami. Kabupaten Gresik mencatat angka perceraian meningkat dari tahun ke tahun. Pada tahun 2021 angka perceraian di Kabupaten Gresik tercatat sebanyak 2.302 kasus dan naik pada tahun 2022 sebesar 2.728 kasus. Pada tahun 2022, Kabupaten Gresik menduduki peringkat ke-14 dari 36 Kabupaten/Kota berdasarkan angka perceraian di Jawa Timur. Angka perceraian paling banyak berasal dari daerah Driyorejo dan Menganti. Terdapat berbagai faktor penyebab terjadinya perceraian di Kabupaten Gresik. Faktor yang mendominasi disebabkan karena faktor ekonomi sebanyak 42% yaitu sebesar 943 kasus. Sedangkan faktor kedua disebabkan karena perselisihan dan pertengkaran sebesar 318 kasus. Perceraian orang tua tidak hanya berdampak bagi orang tua, tetapi juga berdampak bagi anak terutama remaja.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Umumnya remaja adalah seorang individu yang berusia 12-21 tahun (Santrock, 2012). Remaja akan mengalami berbagai perubahan seperti perubahan fisik, sosial, mental, dan emosional. Masa remaja menjadi masa yang sulit dalam mengatasi masalah, karena pada masa anak-anak masalah yang dimiliki akan diselesaikan oleh orang tua maupun guru sehingga memiliki ketidakmampuan dalam menyelesaikan masalahnya sendiri (Hurlock, 2004). Menurut Harefa dan Savira (2021), individu biasanya akan meniru perilaku orang yang lebih tua, baik orang tua maupun orang sekitarnya. Individu yang mengalami perceraian orang tua tidak mendapatkan peran secara optimal dari kedua orang tuanya sehingga tidak dapat berkembang secara optimal. Kondisi remaja yang mengalami ketidakharmonisan di rumah dan keluarganya berdampak signifikan pada kondisi psikologis remaja yaitu munculnya rasa sedih yang mendalam, rasa kesepian, merasa sial atau tidak beruntung, merasa kehilangan sosok pelindung, dan dapat menyebabkan anak memiliki gangguan secara psikologis dan sosial. Seseorang yang memasuki usia remaja mulai memiliki peningkatan kesadaran. Remaja juga berupaya dalam mencapai kemandirian dan menemukan jati dirinya. Hal yang sangat mempengaruhi remaja pada tahap ini ialah peran keluarga dalam membantu remaja dalam menemukan jati dirinya. Perhatian utama yang dibutuhkan oleh remaja yaitu keluarga yang didalamnya terdapat ikatan dan struktur (Lestari, 2012).

Dampak dari perceraian dapat menimbulkan luka batin dan penerimaan diri remaja yang rendah. Hal ini sesuai penelitian Andriani *et al.* (2020), bahwa remaja yang menjadi korban perceraian orang tua cenderung memiliki penerimaan diri yang rendah. Hal tersebut

didasari pada lingkungan yang tidak sesuai dengan keinginan sehingga mengakibatkan munculnya emosi negatif seperti kecewa dan marah (Rahmatinna, Sartika, & Qadariah, 2021). Penerimaan diri merupakan kondisi individu yang disertai dengan sikap positif, merasa puas dengan diri sendiri, dan menghargai adanya keterbatasan (Chaplin, 2014). Menurut Sheerer (1949), penerimaan diri merupakan kondisi individu yang mampu menerima kelebihan dan kelemahan yang dimiliki, serta mampu menilai diri dan keadaan secara objektif. Adapun aspek-aspek yang dinilai dari penerimaan diri berdasarkan teori Sheerer (1949), yaitu perasaan sederhana, percaya akan kemampuan yang dimiliki, dapat bertanggung jawab, orientasi keluar diri, memiliki pendirian, menyadari adanya keterbatasan, dan menerima sifat kemanusiaan.

Remaja dengan penerimaan diri rendah cenderung tidak dapat mengontrol diri serta emosi. sikap negatif yang dimiliki disebabkan karena remaja tidak mendapatkan peran secara penuh dari orang tua sehingga membuat remaja menjadi susah diatur dan merasa frustrasi. Hasil pra-survey yang juga dilakukan oleh Nugraha dan Budiman (2020), menunjukkan bahwa penerimaan diri yang rendah membuat remaja merasa malu atas perceraian orang tuanya. Remaja juga mendapatkan ejekan dari teman-temannya dan diperlakukan berbeda, kesulitan untuk fokus pada sesuatu karena memikirkan masalah yang dialami, enggan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, tidak memiliki tujuan hidup, dan merasa tidak aman. Hal tersebut didasari pada lingkungan yang tidak sesuai dengan keinginan sehingga mengakibatkan munculnya emosi negatif seperti kecewa dan marah (Rahmatinna *et al.*, 2021).

Sedangkan remaja dengan penerimaan diri baik memiliki kemampuan mengembangkan potensi yang dimiliki. Remaja juga mampu menghadapi permasalahan yang terjadi serta mampu menerima kritik dari individu lain (Kusumawardhani & Mamesah, 2020). Penerimaan diri yang baik dapat membuat individu memiliki emosi positif serta dapat beradaptasi dalam peristiwa negatif (Bernard, 2013). Remaja yang memandang perceraian orang tua secara positif dapat menerima bahwa orang tuanya tidak lagi bersama dalam suatu ikatan pernikahan. Remaja juga mengakui keterbatasan diri dan tidak menyalahkan atas perceraian orang tua. Penerimaan diri akan menjadikan remaja memiliki rasa optimis terhadap dirinya dan dapat mengembangkan potensi yang dimiliki. Remaja juga mampu menerima peristiwa negatif di masa lalu dengan sikap positif (Nender *et al.*, 2013). Remaja dengan penerimaan diri yang baik akan mengalami proses penerimaan diri yang berbeda. Remaja tidak memiliki waktu tertentu atau durasi tertentu hingga dapat dikatakan mampu menerima dirinya. Remaja dengan penerimaan diri yang baik merasa lebih siap dalam mencapai aktualisasi diri dan memandang kehidupan di masa mendatang secara positif (Hf *et al.*, 2019).

Penelitian sebelumnya telah membahas variabel penerimaan diri dengan subjek yang mengalami perceraian orang tua. Penelitian relevan pertama “Penerimaan Diri Remaja dengan Orang Tua Bercerai: Menguji Peran Dukungan Sosial dan Konsep Diri” oleh (Putri *et al.*, 2024). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri remaja dengan dengan orang tua bercerai dan mengetahui hubungan antara konsep diri dengan penerimaan diri remaja yang mengalami perceraian orang tua. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya akan memiliki penerimaan diri lebih tinggi. Dukungan sosial yang diberikan oleh orang lain dapat membuat individu merasa lebih dihargai dan dicintai. Penelitian relevan kedua berjudul “Penerimaan Diri pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai” oleh Jalal, Idris, Siswanti, & Daud (2022). Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji gambaran penerimaan diri remaja dengan orang tua bercerai. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan dalam penerimaan yang dimiliki oleh remaja. Terdapat remaja yang dapat menerima Keputusan orang tuanya untuk bercerai dan terdapat pula remaja yang belum dapat menerima perceraian orang tuanya. Terdapat dua faktor individu dalam menerima diri yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Keterbaruan dari penelitian ini yaitu menggunakan subjek remaja yang berada di

Kabupaten Gresik guna mengetahui proses penerimaan diri remaja yang bertempat tinggal di Kabupaten Gresik.

Berdasarkan uraian di atas, maka penelitian ini akan menganalisis “Gambaran Penerimaan diri Remaja yang Mengalami Perceraian Orang Tua”. Penelitian ini akan meninjau secara mendalam gambaran remaja dengan orang tua bercerai sampai pada titik mampu menerima dirinya. Saat ia mampu menerima dirinya, maka ia akan mampu untuk menjadi individu yang utuh yang dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya secara maksimal.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian kualitatif merupakan penelitian menggunakan proses pemahaman secara mendalam yang biasanya digunakan untuk membahas mengenai permasalahan sosial atau individu. Penelitian kualitatif mengarah pada narasi yang kompleks serta memberikan informasi secara rinci (Creswell, 2015). Menurut Abdussamad (2021), pendekatan fenomenologi merupakan fenomena yang didasarkan pada kesadaran tiap individu.

### Subjek Penelitian

Menurut Creswell (2015), pendekatan fenomenologi menggunakan partisipan sebanyak tiga hingga 10 partisipan. Partisipan dalam penelitian ini adalah empat orang perempuan yang mengalami perceraian orang tua.

*Tabel 1 Subjek Penelitian*

Inisial	Kode	Usia	Usia saat Mengalami
		<b>Partisipan Partisipan Partisipan Perceraian Orang Tua</b>	
	CY	P1	17 tahun
	AN	P2	17 tahun
	SK	P3	16 tahun
	LA	P4	17 tahun

### Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu wawancara dengan teknik wawancara mendalam (*indepth interview*). Menurut Sugiyono (2022), wawancara digunakan untuk menggali data diri serta pengetahuan subjek. Jenis wawancara yang digunakan pada penelitian ini yaitu wawancara semi-terstruktur agar dapat menemukan permasalahan secara lebih terbuka.

### Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses yang dilakukan dalam mengolah data secara sistematis dengan melakukan pengelompokan terhadap tema tertentu serta menyusun kesimpulan dari data yang dihasilkan. Analisis data kualitatif bersifat induktif dimana data yang diperoleh akan dikembangkan menjadi hipotesis (Sugiyono, 2022). Penelitian ini menggunakan teknik analisis data *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). IPA digunakan agar peneliti dapat mendalami topik yang dibahas.

## Hasil

Telah dilakukan proses wawancara pada keempat subjek remaja yang mengalami perceraian orang tua. Berdasarkan data yang telah diperoleh dari sesi wawancara, ditemukan tiga tema besar yaitu Proses Perceraian, Dampak, Perceraian, dan Proses Penerimaan Diri.

### TEMA 1 : Proses Perceraian

#### Konflik Orang Tua

Sebelum resmi bercerai, orang tua subjek dihadapkan dengan konflik rumah tangga. Penyebab dari konflik tersebut menyangkut masalah keuangan.

*Itu berantem gara-gara papa gabisa kelola uang. Ya dipakai main di luar sama usaha apa gitu, tapi gaada hasilnya (CY, 22 April 2024).*

*Awal mulanya itu masalah ekonomi kak. Papaku orangnya pelit banget terus perhitungan. Uang bulanan yang dikasih buat mama sering gacukup gitu loh (AN, 4 April 2024).*

*Secara garis besarnya, awalnya dari pereconomian. Papaku berhenti kerja dari aku masih SD. Jadi mama yang memenuhi kebutuhan keluarga sampai kerja di dua tempat dan sering pulang malem. Kayanya itu yang bikin papaku marah (SK, 5 April 2024).*

*Iyaa kak, itu berantem gara-gara keuangan sama ayah selingkuh sih. jadi tiap ayah punya uang tuh dihabiskan buat selingkuhannya (LA, 1 April 2024).*

#### Respon ketika Mengetahui Orang Tua Bercerai

Keempat subjek menunjukkan respon yang sama yaitu merasa sedih dan bersimpati pada ibu kandungnya setelah mengetahui perceraian orang tua mereka.

*... jadinya aku simpati ke mama gitu ngerasa kasian. ... Jadi ya sedih tapi kalau mama ga cerai, takut mama lebih sedih gitu loh kak (CY, 22 April 2024).*

*Pastinya sedih sih kak, apalagi kalau cerai kan ortuku udah gabisa satu rumah lagi. Tapi aku diem aja (AN, 4 April 2024).*

*Ngerasa takut pasti, sedih juga tapi ga nangis. Ga nyangka kalau papaku seberani itu di depan nenek dan aku (SK, 5 April 2024).*

*Yang pasti ngerasa sedih kak, sedih banget (LA, 1 April 2024).*

#### Penyebab Perceraian Orang Tua

Terdapat beberapa alasan yang menjadi penyebab perceraian orang tua subjek. Tetapi, setiap subjek memiliki satu alasan yang sama yaitu karena masalah pereconomian.

*Soalnya visi-misinya beda sih, kalau kata mama. Beda pandangan juga terutama masalah keuangan (CY, 22 April 2024).*

*... jadi orang tuaku tuh cerai gara-gara KDRT dan pereconomian (AN, 4 April 2024).*

... alasan utamanya karena perekonomian. Terus pribadi papa yang agak tempramen dan kasar sih (SK, 5 April 2024).

... jadi ayah ibu cerai karena ayah selingkuh. Ayah emang suka main perempuan kak sampai pernah punya anak. Terus masalah ekonomi juga sampe ibu ikut kerja itu (LA, 1 April 2024).

## TEMA 2 : Dampak Perceraian Orang Tua

### Dampak Negatif Perceraian Orang Tua

Dari keempat subjek menunjukkan dampak negatif yang berbeda. Dua subjek menunjukkan dampak sosial dan dua subjek menunjukkan dampak psikologis.

... jadi lebih tertutup, kurang bisa bersosialisasi sama yang lain. Lebih pendiam intinya (SK, 5 April 2024).

... interaksi sosialku jadi lebih sedikit. Padahal sebelumnya aku termasuk tipe orang yang ceria gitu. Terus juga kadang aku susah ngerespon obrolan dari orang lain (LA, 1 April 2024).

Dua subjek lainnya yaitu subjek AN dan CY menunjukkan dampak yang berbeda. Kedua subjek mengaku perceraian orang tua berdampak pada psikologis individu.

Ada kak tapi pas dulu, gimana yaa.. aku jadi gampang sedih gitu sih pas SMP, ditambah lagi lingkungan pertemananku juga kayanya kurang enak gitu (CY, 22 April 2022).

Lumayan kak, sebenarnya dari sebelum perceraian itu juga udah merasa tertekan kalau di rumah (AN, 4 April 2024).

### Dampak Positif Perceraian Orang Tua

Perceraian orang tua yang dialami subjek tidak hanya menimbulkan dampak negatif. Keempat subjek mengaku juga merasakan dampak positif dari adanya perceraian.

Sekarang aku udah mulai ngerasain dampak positif aja jadi lebih giat belajar buat banggain mama sama mas (CY, 23 April 2024).

... dampak positifnya aku masih bisa menjalani hari-hari kaya biasa sih, masih bisa bergaul sama temen juga terus bisa sekolah dengan baik (AN, 4 April 2024).

Salah satu distraksinya dari belajar itu kak. Rajin belajar biar ga terlalu kepikiran sama masalah di rumah (SK, 5 April 2024).

... rasa kesalku ke ayah bisa naikin semangat belajar aku kak (LA, 1 April 2024).

### Hubungan dengan Orang Tua Setelah Perceraian

Perceraian orang tua yang dialami subjek tentunya berpengaruh terhadap kedekatan antara orang tua dengan anak. Anak cenderung menyalahkan orang tua yang diduga menjadi penyebab perceraian. Keempat subjek sama-sama memiliki hubungan yang kurang dekat dengan ayah kandungnya. Hal tersebut terjadi karena ayah kandung subjek diduga menjadi

penyebab perceraian rumah tangga. Meskipun demikian, subjek masih berkomunikasi meski tidak terlalu sering.

*Hubungan sama papa sebenarnya biasa aja kak, cuma sering kesel soalnya papa gabisa pahami perasaanmu (NA, 4 April 2024).*

*Kalau hubungan sama ayah itu sebenarnya kurang dekat. Apalagi dulu setelah cerai itu pernah lost contact sama ayah selama satu tahun-an (SK, 5 April 2024).*

*Ya.. kalau sama ibu ya makin dekat kak, soalnya kan serumah terus sering cerita-cerita juga. Kalau ayah masih komunikasi tapi jarang banget (LA, 1 April 2024).*

### **TEMA 3 : Proses Penerimaan Diri**

#### **Perasaan Sederajat**

Subjek sempat merasa minder dan *insecure* karena terlabel sebagai anak *broken home*. Ketakutan subjek bertambah seiring dengan bayangannya bahwa orang lain akan menganggap berbeda karena orang tua mereka yang bercerai. Namun, ketakutan tersebut hanya ada pada pikiran subjek saja. Kini subjek mampu bangkit dan membuktikan bahwa orang-orang tidak menilai mereka demikian.

*Aku tetap bisa dapat kaya anak yang lain gitu loh. Akhirnya sekarang ya biasa aja. (CY, 23 April 2024).*

*Biasanya temenku yang broken home itu ngerasa ga pede ya buat sosialisasi, kalau aku santai aja sih. Soalnya emang aku tuh ga minderan. Dibawa enjoy aja (AN, 20 April 2024).*

*Tapi ya lama-lama ngapain juga ngerasa insecure sama orang lain gitu, malah akunya yang cape sendiri kak. Toh juga temenku selama ini ga mikir yang gimana-gimana sama aku (SK, 5 April 2024).*

*Ternyata orang-orang tetep baik sama aku, temenku juga ga berubah. Itu cuma bayanganku aja yang terlalu takut. Makanya aku udah ga ngerasa minder lagi sama temen-temen (LA, 1 April 2024).*

#### **Percaya akan Kemampuan yang Dimiliki**

Subjek memiliki keyakinan dan kemampuan pada dirinya dalam menghadapi permasalahan. Perceraian orang tua tidak membuat keempat subjek berhenti dalam mengembangkan dirinya. Subjek tetap dapat berkembang dan berprogres agar tujuan hidupnya dapat tercapai.

*Aku yakin kalau imanku kuat, aku bakal bisa ngelewatin ini semua termasuk cerainya mama papa (CY, 23 April 2024).*

*Meskipun aku punya masalah di rumah, tapi aku tetap bisa kembangin diriku di luar rumah (AN, 4 April 2024).*

*Makanya aku sekarang belajar yang rajin kak biar nilaiku bagus terus bisa bikin mama seneng (SK, 24 April 2024).*

*Dari sini aku mulai yakin sama diriku sendiri kalau aku tuh bisa ngelewatin ini semua dan bisa berkembang lagi (LA, 22 April 2024).*

### **Bertanggung Jawab**

Subjek memiliki rasa tanggung jawab untuk membantu meringankan beban orang tua terutama pada subjek dengan orang tua *single parent*. Keinginan atau cita-cita yang dimiliki oleh keempat subjek tidak lain adalah untuk membahagiakan orang tuanya.

*Gara-gara itu aku beneran mau punya masa depan yang baik terus jadi orang sukses. Biar bisa gantiin menuhin kebutuhan mama ... (CY, 23 April 2024).*

*Tapi pas aku udah besar nanti, gantian mama yang bergantung ke aku kak itung-itung bales jasanya mama gitu (AN, 20 April 2024).*

*Aku harus bisa bangga mamaku kak jadi gaboleh terpuruk lama-lama. Makanya aku makin semangat belajar biar kerja keras mamaku ga sia-sia (SK, 24 April 2024).*

*Soalnya sungkan kak ibuku udah kerja keras tapi akunya masih gini gini aja. (LA, 22 April 2024).*

### **Orientasi Keluar Diri**

Perceraian yang terjadi pada orang tua subjek berasal dari pihak ayah yang dinilai kurang baik dalam mengelola keuangan dan rumah tangga. Hal tersebut tentunya berdampak terhadap keempat subjek sehingga mengalami dampak psikologis maupun sosial. Namun, subjek dapat memaafkan kesalahan orang tuanya dan dapat menjalin hubungan baik kembali.

*... meskipun aku tau jeleknya papa gimana, tapi aku bisa maafin kok dan yakin papa bisa berubah (CY, 23 April 2024).*

*Tapi buat sekarang aku coba lebih mengenal dan memahami papa. Aku juga udah maafin sikap papa yang dulu sih ... (AN, 20 April 2024).*

*Tapi sekarang aku udah memaafkan papa sih, soalnya pas papa sakit itu bilang ke aku bakal berubah (SK, 24 April 2024).*

*Udah kak, udah aku maafin dari dulu. Gimapun juga masih tetap ayahku (LA, 22 April 2024).*

*Setelah memaafkan, subjek mencoba untuk menerima kondisi yang terjadi di masa lalu. Subjek juga tetap dapat membuka diri untuk dapat menerima kondisi keluarga barunya.*

*Kan aku udah tahu alasan mama papa pisah, jadi aku bisa nerima (CY, 23 April 2024).*

*... sampai akhirnya jadi bundaku (Istri papa) gitu, aku ya nerima aja (AN, 20 April 2024).*

*Dari papaku juga lama-lama bisa memperlakukanku dengan baik kak dan akhirnya kita sama-sama bisa menerima terus jadi jarang debat sekarang (LA, 22 April 2024).*



Subjek dapat memahami kondisi yang ada pada dirinya dan orang lain. Seperti pada subjek CY yang dapat memahami kondisi orang tuanya dan orang lain yang mengalami perceraian. CY tidak menganggap perceraian sebagai suatu hal yang buruk dan harus ditutupi. Sedangkan subjek AN, dirinya dapat memahami kondisi ibunya yang kala itu pergi meninggalkan AN pasca perceraian orang tua. AN kini dapat memahami alasan dari peristiwa tersebut.

*Terus pas udah kumpul lagi di Gresik, aku jadi paham alasan mama pergi waktu itu (AN, 4 April 2024).*

Keempat subjek tetap dapat memberikan *support* pada orang lain atau teman yang mengalami hal sama, yaitu perceraian orang tua. Subjek juga dapat bersimpati dan bersikap terbuka karena merasa bahwa perceraian orang tua adalah hal yang berat dan tentunya membutuhkan dukungan dari orang lain.

*Ee.. aku bakal bilang ke dia kalau ini seperti lagu BTS Lifes goes On hahaha... jadi gausah terlalu dipikir dalem-dalem, yang ada malah stres sendiri nanti. Terus ya support juga pastinya (CY, 23 April 2024).*

*Yang pasti kasih support ya kak, mungkin bagi dia itu hal yang berat (AN, 20 April 2024).*

*Bakal ngehibur, nanyain kalau dia ada masalah, terus ingetin jangan ngerasa sendirian ... (SK, 24 April 2024).*

*Karena aku ngerasa senasib ya kak hehe, jadi ya kasih support gitu terus bilang jangan ngerasa sendirian (LA, 22 April 2024).*

### **Memiliki Pendirian**

Subjek mampu menyusun standar kehidupannya sendiri tanpa adanya pengaruh dari orang lain. Subjek menyusun standar hidup berdasarkan keinginan yang akan dicapai serta kemampuan yang dimiliki.

*Soalnya itu kan emang aku udah pengen banget dari kecil (CY, 23 April 2024).*

*Kaya misalnya pas tim basketku tanding, sebisa mungkin harus menang gitu (AN, 20 April 2024).*

*Kaya aku bisa bikin patokan harus punya nilai segitu tuh soalnya ada yang aku kejar, targetku masuk ke jurusan apa ke kampus mana (SK, 24 April 2024).*

*Kurang lebih aku nyusun standarnya ya berdasarkan yang aku alami gitu sih (LA, 22 April 2024).*

### **Menyadari Adanya Keterbatasan**

Pada awalnya, terdapat beberapa subjek yang masih memiliki keinginan untuk menyatukan orang tuanya. Namun, setelah mengetahui bahwa kondisi rumah tangga orang tuanya tidak lagi baik, subjek mampu mendukung perceraian orang tuanya. Subjek tidak lagi menyalahkan perceraian orang tuanya dan menganggap bahwa perceraian adalah solusi terbaik agar kedua orang tuanya tidak saling menyakiti.

*Kalau tetap memaksakan orang tuaku biar ga cerai kan egois juga namanya, padahal mamaku udah ngerasa sakit (CY, 23 April 2024).*

*... lagian mereka juga udah sama-sama ga cocok jadi ngapain dilanjutin lagi (AN, 20 April 2024).*

*Aku juga gabisa maksain mereka buat balik lagi ... (SK, 5 April 2024).*

*Lagian orang kalau cerai kan pasti udah dipikir mateng-mateng dan kayanya cerai jadi jalan yang paling baik (LA, 22 April 2024).*

### **Menerima Sifat Kemanusiaan**

Subjek dapat mengekspresikan emosinya ketika mengalami suasana hati yang tidak baik. Subjek memiliki cara yang berbeda-beda dalam mengekspresikan emosinya, antara lain menonton film sedih, mendengarkan lagu dengan musik yang sedih, serta hanya berdiam diri dan merasakan emosi tersebut. Subjek mengaku bahwa emosi yang dikeluarkan membuat subjek menjadi lebih lega.

*Paling juga nangis kak, biar ngerasa lega aja hatinya. Soalnya kalau dipendem tuh jadi sesak (CY, 23 April 2024).*

*Aku kalau lagi sedih tuh ga lama. Biasanya kalau sedih paling dengerin lagu-lagu galau biar nangis sekalian (AN, 4 April 2024).*

*... biasanya kakakku tau kalau aku nangis soalnya kan sekamar gitu. (SK, 24 April 2024).*

*Aku juga suka sedih pas sebelum tidur gitu gara-gara inget mereka. Terus nangis yang ga bersuara, akhirnya ketiduran. (LA, 22 April 2024).*

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa keempat subjek mengalami berbagai dampak akibat perceraian orang tua. Alasan utama yang menjadi penyebab perceraian orang tua subjek yaitu karena masalah perekonomian. Subjek dapat mengatasi hal tersebut karena adanya pengaruh motivasi diri serta dukungan eksternal. Perceraian adalah suatu kondisi berakhirnya hubungan suami istri yang mendapatkan keputusan dari lembaga hukum dan agama karena adanya hubungan rumah tangga yang tidak lagi harmonis (Sukmawati & Oktora, 2021). Terdapat berbagai penyebab faktor perceraian. Adapun penyebab perceraian yaitu karena faktor perekonomian, KDRT, orang ketiga atau perselingkuhan, komunikasi yang buruk, serta sosial budaya. Angka perceraian di Indonesia terus meningkat dan lebih banyak diajukan oleh pihak istri (Manna *et al.*, 2021). Orang tua berperan penting dalam perkembangan remaja. Orang tua juga memiliki peranan yang besar dalam membangun hubungan yang sehat antara orang tua dengan anak (Ananda & Satwika, 2022). Perceraian orang tua dapat memengaruhi penerimaan diri remaja serta pemenuhan kebutuhan karena terdapat perubahan dinamika pada keluarga seperti tempat tinggal, hak asuh, serta peran orang tua (Kusumawardhani & Mamesah, 2020).

Orang tua dari keempat subjek yang mengalami perceraian memiliki penyebab konflik yang sama, yaitu perekonomian. Subjek CY merasa bahwa ayah kandungnya tidak dapat mengelola keuangan dengan baik. Subjek AN mengakui bahwa ayah kandungnya memiliki

sifat yang pelit dan perhitungan. Ayah kandung subjek SK memutuskan untuk berhenti bekerja sejak SK menginjak sekolah dasar, sehingga ibu SK juga berperan untuk mencari nafkah. Sedangkan pada subjek LA, merasa bahwa keuangan keluarga terus menipis karena digunakan untuk kebutuhan orang lain yang diduga adalah kekasih ayahnya. Menurut Marzuki (2016), menjelaskan bahwa perceraian dapat disebabkan karena faktor perekonomian dimana suami tidak mampu dalam memenuhi kewajibannya untuk menafkahi keluarga. Anak yang mengalami perceraian orang tua akan menunjukkan keberpihakan pada salah satu orang tuanya yang menurutnya dianggap benar (Alfaruqi & Laksmiwati, 2023).

Diketahui setelah mengalami perceraian orang tua, keempat subjek sempat mengalami dampak negatif perceraian. Subjek SK dan LA merasakan dampak negatif pada interaksi sosialnya. SK dan LA merasakan bahwa setelah mengalami perceraian orang tua, mereka menjadi individu yang tertutup dan kurang dapat berinteraksi dengan orang lain. Tidak hanya dampak sosial, subjek lain yaitu CY dan AN juga mengalami dampak psikologis akibat perceraian orang tua. CY merasakan dampak psikologis seperti mudah sedih saat menginjak bangku SMP. Ditambah lagi lingkungan pertemanan CY yang kurang menyenangkan membuat CY menjadi mudah sedih dan kesepian. Subjek AN merasakan dampak negatif sebelum orang tuanya bercerai. Orang tua AN mengalami konflik berkepanjangan sehingga membuat AN merasa tidak nyaman untuk tinggal di rumah. AN merasa tertekan ketika mendengar atau melihat orang tuanya berkonflik.

Menurut Sheerer (1949), Terdapat tujuh aspek penerimaan diri yaitu perasaan sederajat, percaya akan kemampuan yang dimiliki, bertanggung jawab, orientasi keluar diri, memiliki pendirian, menyadari adanya keterbatasan, dan menerima sifat kemanusiaan. Individu yang memiliki perasaan sederajat dapat mengakui bahwa dirinya memiliki nilai yang sama dengan individu lain. Individu tidak merasa dirinya lebih tinggi atau lebih rendah dari individu lainnya. Keempat subjek sempat merasa minder dan *insecure* ketika orang tuanya bercerai. Mereka beranggapan bahwa anak dengan orang tua bercerai akan dianggap berbeda dengan orang lain. Namun, setelah mendapatkan dukungan sosial dari orang sekitar yaitu ibu dan teman terdekat, subjek mampu melawan rasa minder dan insecure. Hal tersebut juga didukung oleh kemauan subjek untuk melawan rasa takut yang ada pada diri.

Individu yang memiliki kepercayaan akan kemampuannya yang dimiliki merasa mampu untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi serta dapat mengembangkan kelebihanannya. Perceraian orang tua yang dialami keempat subjek tidak membuat dirinya putus asa. Hal tersebut justru meningkatkan motivasi subjek agar mampu menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi termasuk perceraian orang tua. Subjek juga memiliki keyakinan dapat menggapai cita-cita yang diinginkan serta membahagiakan orang tua terutama ibu. Kondisi ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hf *et al.* (2019), bahwa remaja dengan penerimaan diri yang baik tetap dapat mempersiapkan dirinya di masa mendatang serta berpikir positif. Rasa tanggung jawab yang dimiliki individu akan membuat dirinya lebih fokus dalam menata kehidupan kedepannya (Padillah & Nurchayati, 2022). Individu yang bertanggung jawab dapat menerima dirinya serta sifat yang dimiliki. Keempat subjek memiliki rasa tanggung jawab tinggi terhadap orang sekitarnya. Rasa tanggung jawab individu merupakan bentuk balas jasa terhadap orang-orang yang telah mendukung dirinya selama ini. Kesadaran dalam bertanggung jawab pada subjek biasanya diberikan pada ibu kandungnya sebagai bentuk balas jasa atas segala bentuk dorongan yang selama ini telah diberikan untuk dirinya.

. Individu yang dapat membangun sikap-sikap positif dapat menimbulkan penilaian diri serta penerimaan diri yang baik (Hurlock, 1993). Individu yang memiliki orientasi keluar diri dapat meningkatkan rasa toleransi pada orang lain sehingga berdampak pada penerimaan sosial

di lingkungan sekitarnya. Keempat subjek menunjukkan berbagai sikap orientasi keluar diri seperti sikap memaafkan, sikap menerima, dan dapat memahami kondisi orang lain. Subjek mampu memaafkan kesalahan ayah kandungnya, karena subjek menganggap bahwa ayah kandungnya yang menjadi penyebab perceraian. Beberapa orang tua subjek juga memutuskan untuk menikah lagi dan dapat diterima oleh subjek. Meskipun pada awalnya merasa sedikit kesulitan, tetapi subjek mampu menerima kehadiran ayah tirinya. Subjek juga mampu memberikan dukungan pada teman yang mengalami hal serupa. Subjek tentunya memberikan dukungan dan motivasi agar tidak berlarut-larut dalam kesedihan.

Individu yang memiliki pendirian mampu menyusun standar kehidupannya sendiri tanpa memandang standar kehidupan orang lain agar tidak mengakibatkan tekanan sosial. Keempat subjek dapat menyusun standar kehidupannya sendiri meskipun masih menduduki bangku SMA. Subjek menyusun standar kehidupannya berdasarkan kemampuan serta pengalaman yang dimiliki. Sehingga subjek dapat berusaha untuk meraih harapannya secara optimal dan tanpa adanya paksaan dari orang lain. Individu yang menyadari adanya keterbatasan dapat memahami kekurangan yang dimiliki dan tidak menyalahkan kekurangan tersebut. Subjek menyadari bahwa perceraian yang terjadi berada di luar batasannya, sehingga tidak memaksakan kehendak orang tuanya untuk bersatu kembali. Subjek dapat memahami bahwa keputusan perceraian telah dipertimbangkan oleh orang tua subjek dengan matang dan merupakan solusi yang terbaik. Keempat subjek sepakat untuk mendukung perceraian orang tuanya karena tidak lagi memiliki kecocokan serta pandangan yang berbeda. Kondisi ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Pambudi dan Darmawanti (2022), bahwa individu dengan penerimaan diri yang baik memiliki kesadaran akan keterbatasan yang dimiliki sebagai manusia.

Perceraian orang tua yang dialami mengakibatkan remaja menjadi lebih emosional. Emosi yang muncul disebabkan karena remaja yang mengetahui bahwa orang tuanya akan berpisah (Alfaruqi & Laksmiwati, 2023). Individu yang dapat menerima sifat kemanusiaan dapat mengekspresikan emosinya dengan baik dan tidak berusaha untuk menahan jika sedang mengalami emosi negatif. Perceraian orang tua yang dialami mengakibatkan keempat subjek menjadi lebih emosional. Subjek dapat mengekspresikan emosinya dengan baik dan tidak merasa malu jika terdapat orang lain yang mengetahuinya.

Subjek dapat dikatakan menerima dirinya karena telah memenuhi semua aspek dari penerimaan diri. Hampir terdapat kesamaan dalam proses penerimaan diri keempat subjek. Pada awalnya, subjek mengalami adanya penolakan atas perceraian orang tuanya. Terdapat pula subjek yang mendukung perceraian tersebut, namun merasa sedih ketika orang tuanya tidak lagi bersama. Perceraian orang tua yang dialami berdampak pada kehidupan sehari-hari. Terdapat subjek yang mudah merasa sedih serta menutup diri dari orang lain. Adanya dukungan dari orang sekitar seperti ibu dan teman terdekat mampu membuat subjek mulai mempertimbangkan dampak negatif yang dialami dan sadar bahwa dampak tersebut dapat merugikan dirinya sendiri. Sehingga subjek termotivasi dan dapat menjalani aktivitas sehari-hari seperti semula.

## **Kesimpulan**

Penelitian ini menghasilkan temuan proses penerimaan diri subjek pasca orang tua bercerai. Subjek yang merupakan seorang remaja, mengalami kompleksitas untuk dapat menerima kondisi yang tidak ideal dari keluarganya. Dukungan sosial dari ibu, teman, maupun orang terdekat lainnya memberikan pengaruh signifikan dalam penerimaan diri subjek. Keempat subjek telah memenuhi aspek-aspek penerimaan diri dan telah dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Keempat subjek telah memenuhi aspek-aspek penerimaan diri dan telah

dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Pada aspek perasaan sederajat, subjek saat ini tidak merasa berbeda dengan teman lainnya dan merasa memiliki *value* yang sama. Pada aspek percaya akan kemampuan yang dimiliki, subjek percaya memiliki kemampuan dalam menyelesaikan suatu permasalahan termasuk perceraian orang tua. Pada aspek bertanggung jawab, subjek dapat bertanggung jawab pada dirinya sendiri dan orang lain. Pada aspek orientasi keluar diri, subjek memiliki rasa toleransi terhadap orang lain dan tidak mementingkan dirinya sendiri. Pada aspek memiliki pendirian, subjek mampu menyusun standar kehidupannya sendiri dan tidak membandingkan dengan orang lain. Pada aspek menyadari adanya keterbatasan, subjek mampu menerima perceraian orang tuanya dan dapat memahami alasan orang tuanya berpisah. Pada aspek perasaan sederajat, subjek tidak merasa malu ketika mengekspresikan emosinya dan diketahui oleh orang lain.

## Saran

Diharapkan agar remaja tetap mempertahankan pola pikir yang positif serta mengikuti kegiatan yang dapat membantu untuk menemukan bakat atau kemampuan yang ada pada diri. Individu tetap dapat mengembangkan potensinya dan berprogres meski tidak mendapatkan *support system* secara maksimal dari orang tua. Diharapkan orang tua tetap memberikan dukungan dan kasih sayang pada anak terutama bagi remaja. Karena pada usia remaja, individu mulai mencari jati dirinya sehingga perlu adanya bimbingan dari orang tua agar perkembangan remaja dapat optimal. Terdapat saran bagi peneliti selanjutnya agar memperkaya referensi variabel lain selain penerimaan diri serta memperdalam faktor penerimaan diri. Keterbatasan pada penelitian ini yaitu penulis tidak membahas lebih dalam mengenai faktor penerimaan diri remaja, karena peneliti fokus untuk membahas aspek pada penerimaan diri.

## Daftar Pustaka

- Abdussamad, A. (2021). Metode penelitian kualitatif. Syakir Media Press.
- Alfaruqi, M. M. D., & Laksmiwati, H. (2023). Penyesuaian diri pada remaja pasca perceraian orang tua. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(3), 511-530. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/54362>
- Ananda, S. W., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan antara kelekatan orang tua dengan kecerdasan emosional pada remaja. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(4), 233-242. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/46800>
- Andriani, N. R., Romli, M. E., & Arizona. (2020). Pengaruh kontrol diri terhadap penerimaan diri siswa *broken home* di SMA Negeri 10 Palembang. *Jurnal KOPASTA*, 7(1), 47-52. <https://doi.org/10.33373/kop.v7i1.2116>
- Badan Pusat Statistik. (23 Februari 2023). Nikah dan cerai menurut provinsi, 2022. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/VkhwVUszTXJPVmQ2ZFRKamNIZG9RMVo2VEdsbVVUMDkjMw==/nikah-dan-cerai-menurut-provinsi--2022.html?year=2022>.
- Bernard, M. E. (2013). *The strength of self-acceptance: Theory, practice, and research*. Springer.
- Chaplin, J. P. (2014). *Kamus lengkap psikologi*. PT RajaGrafindo Persada.

- Creswell. J. W.(2015). *Penelitian kualitatif & desain riset: Memilih di antara lima pendekatan*. Pustaka Belajar.
- Harefa, I. E., & Savira, S. I. (2021). Studi fenomenologi mengenai forgiveness pada perempuan dewasa awal dari keluarga broken home. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(01), 167–184.  
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/38699>
- Hf, T. H. S., Nurhasanah, & Bakar, A. (2019). Penerimaan diri remaja di panti asuhan LPI Markaz Al-Ishlah Banda Aceh. *Estuarine, Coastal and Shelf Science*, 2020(1), 473–484.
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan edisi kelima*. Erlangga.
- Kusumawardhani, D. D., & Mamesah, M. (2020). Gambaran penerimaan diri siswa yang mengalami perceraian orang tua. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(2), 138–149. <https://doi.org/10.21009/insight.092.04>.
- Lestari, S. (2012). *Psikologi keluarga*. Prenadamedia Group.
- Manna, N. S., Doriza, S., & Oktaviani, M. (2021). Cerai Gugat: Telaah Penyebab Perceraian Pada Keluarga di Indonesia. *JURNAL AL-AZHAR INDONESIA SERI HUMANIORA*, 6(1), 11. <https://doi.org/10.36722/sh.v6i1.443>
- Marzuki, S. N. (2016). Relevansi kesejahteraan ekonomi keluarga dengan peningkatan perceraian di kabupaten bone. *Al-Risalah: Jurnal Hukum Keluarga Islam (Ahwal Al-Syakhsiyah)*, 2(1), 93–110. <https://doi.org/10.30863/al-risalah.v2i1.435>
- Nender, E. widya A., Widyawati, S., & Savitri, A. D. (2013). Penerimaan diri pada remaja yang orang tuanya bercerai. *Assertive*, 1(1), 1–78.
- Nugraha, N. N., & Budiman, A. (2020). Hubungan dukungan sosial dan penerimaan diri remaja awal dengan orang tua bercerai. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 154–158. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29313/.v6i2.22341>.
- Padillah, D. F., & Nurchayati. (2022). Penerimaan Diri Pada Korban Kekerasan Seksual Sekaligus Pelaku Pembunuhan. *RAP (Riset Aktual Psikologi)*, 13(2), 136–153. <https://doi.org/10.24036/rapun.v13i2>.
- Pambudi, H. B., & Darmawanti, I. (2022). Gambaran penerimaan diri pada remaja yatim/piatu. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(8), 23–33.  
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/48767>
- Putri, F. T., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2024). Penerimaan diri remaja dengan orang tua bercerai: Menguji peran dukungan sosial dan konsep diri. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(4), 529–540. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/1244>
- Rahmatinna., Sartika, D., & Qadariah, S. (2021.) Efektivitas *forgiveness therapy* untuk meningkatkan *self acceptance* pada dewasa dini dari *keluarga broken*

- home* di bandung. *SCHEMA-Journal of Psychological Research*, 6(1), 1-10. <https://doi.org/10.29313/schema.v0i0.5001>
- Santrock, J. W. (2012). *Life span development: Perkembangan masa hidup jilid I*. Erlangga.
- Sugiyono.(2022). *Metode penelitian kualitatif*. Alfabeta Bandung.
- Sheerer, B. Y. (1949), Analysis of the relationship between acceptance of and respect for self and acceptance of and respect for others in ten counseling cases. *Journal of personality and social psychology*, 13(3), 169-175. <https://doi.org/10.1037/h0062262>
- Sukmawati, B., & Oktora, N. D. (2021). Dampak perceraian orang tua bagi psikologis anak. *JSGA*, 3(2), 24-34. <https://doi.org/10.32332/jsga.v3i2.3801>.