

# **PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA KORBAN PERCERAIAN ORANGTUA**

Leidy Karunia Sari  
Fakultas Psikologi  
Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta

leidykarunia151999@gmail.com

## **ABSTRAK**

Dewasa ini fenomena perceraian semakin marak terjadi. Hal tersebut kemudian berdampak pada penerimaan diri anaknya. Tujuan penulisan ini untuk memberikan gambaran penerimaan diri pada remaja dengan latar belakang keluarga *broken home*. Metode yang digunakan adalah observasi wawancara serta studi pustaka. Hasil temuan di lapangan serta studi literatur menunjukkan bahwa meskipun pada awalnya subjek merasa sedih dengan peristiwa perceraian orangtuanya, akan tetapi seiring berjalannya waktu subjek perlahan dapat menerima kenyataan bahwa orangtuanya telah bercerai. Subjek juga mempunyai keinginan besar dalam hidupnya agar suatu saat menjadi seorang yang sukses agar bisa membahagiakan ibunya.

**Kata Kunci:** penerimaan diri, perceraian orangtua, remaja

## **PENDAHULUAN**

Keluarga merupakan lembaga pertama dan utama bagi anak, peranan orangtua sangat penting dalam pembentukan kepribadian dan tumbuh kembang anak misalnya mendapat bimbingan dan pendidikan melalui orangtua. Melalui keluarga kita dapat mengenal arti hidup. Namun, pada kenyataannya tidak semua keluarga dapat menjalankan kehidupan berumah tangga dengan baik sebab begitu banyak kasus perceraian yang terjadi di dunia. Muchlisa Choiriah (2004) menyatakan data perceraian pada tahun 2011 dan 2012 yaitu: Tahun 2011, sebanyak 158.119 ribu perceraian dari 285.184 ribu sidang talak setahun sebelumnya sedangkan tahun 2012 Kala itu palu hakim yang mengesahkan perceraian diketok 372,557 kali. Artinya, terjadi 40 perceraian setiap jam di Indonesia.

Perceraian tidak hanya membawa dampak bagi orangtua saja tetapi juga membawa dampak pada anak khususnya remaja. Dampak dari perceraian orangtua sangat berpengaruh terhadap anak salah satunya pada penerimaan diri, terutama penerimaan diri terhadap kenyataan yang dialami oleh dirinya sendiri. Penerimaan diri adalah sikap yang

mencerminkan perasaan senang sehubungan dengan kenyataan yang ada pada dirinya, sehingga seseorang yang dapat menerima dirinya dengan baik dan akan mampu menerima kelemahan dan kelebihan yang dimiliki (Chaplin, 2000).

Pentingnya penerimaan diri ini juga dijelaskan dari hasil penelitian Tentama (2012) tentang manfaat penerimaan diri pada difabel yaitu sebagai pendorong untuk mengembangkan diri meskipun kemampuan yang dimiliki terbatas. Tentama (2011) dalam hasil penelitian yang lain bahwa kemampuan penerimaan diri dapat menurunkan inferioritas pada difabel sehingga menerima keadaan diri secara realistis. Tentama (2010) pada anak difabel ditemukan bahwa kemampuan menjalani hidup dengan nyaman serta dapat mengatasi problematika hidup dikarenakan adanya pikiran positif meski mengalami kenyataan bahwa kondisi fisiknya yang serba kekurangan. Remaja belum sepenuhnya bisa menerima kejadian yang ia alami bahwa ayah dan ibunya telah bercerai, sehingga pikiran mereka menjadi tidak terarah dan dapat terjerumus kedalam hal-hal negatif.

Seorang psikolog, Philip M. Stahl (2004), menulis beberapa kasus remaja dari orangtua yang bercerai tentang kehidupan dan perceraian yang menyebutkan bahwa remaja belum sepenuhnya mampu menerima adanya perceraian orangtua. Bilamana terjadi perceraian, menjadikan remaja berpotensi mengalami kegagalan akademis, ketidakteraturan waktu makan dan tidur, depresi, bunuh diri, kenakalan remaja, dewasa sebelum waktunya, penyalahgunaan narkoba, kekhawatiran hilangnya keluarga, cenderung kurang bertanggung jawab, merasa bersalah dan marah. Banyak anak korban perceraian menderita masalah psikologis dan sosial selama bertahun-tahun akibat stres yang berkepanjangan. Namun, dari keadaan tersebut terdapat hal positif dari remaja yang mengalami perceraian orangtua seperti remaja mempunyai harapan dalam hidupnya agar suatu saat ia menjadi orang sukses.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk mengetahui bagaimana penerimaan diri pada anak dengan latar belakang korban perceraian orangtua.

## **PEMBAHASAN**

Perceraian merupakan titik puncak dari pengumpulan berbagai permasalahan yang menumpuk beberapa waktu sebelumnya dan jalan terakhir yang harus ditempuh ketika hubungan perkawinan itu sudah tidak dapat dipertahankan lagi (Dariyo, 2007). Ada beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya kasus perceraian antara lain: persoalan ekonomi, perbedaan usia yang relatif jauh maupun persoalan tentang perbedaan prinsip.

Perceraian orangtua dapat mempengaruhi perkembangan remaja pada penerimaan diri. Ada beberapa remaja yang tidak dapat menerima kenyataan pada dirinya bahwa ayah

dan ibunya telah bercerai namun ada sebagian remaja yang sudah menerima kenyataan bahwa orangtuanya telah bercerai. Remaja dengan kondisi keluarga yang mengalami perceraian dapat menumbuhkan penerimaan diri pada dirinya, kemampuan remaja dalam menumbuhkan penerimaan diri akan menjadikan remaja mampu mengontrol emosi dan dapat mengendalikan dirinya sendiri karena masa remaja merupakan persiapan untuk memasuki masa dewasa. Menurut Gunarsa (1991) masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Mappiare (1982) memberi batasan masa remaja pada usia 13-22 tahun dimana usia 12/13-17/18 tahun merupakan masa remaja akhir.

Beberapa remaja korban perceraian orangtua mengakibatkan dampak pada penerimaan diri, remaja yang tidak dapat menerima dirinya sebagai korban perceraian orangtuanya akan menjadikan penerimaan dirinya rendah seperti remaja merasa tidak mempunyai keyakinan untuk menghadapi persoalan yang ia hadapi, remaja tidak menerima kenyataan dalam hidupnya, dan tidak dapat menerima celaan dari orang sekitar. Menurut Cole (2004) dampak perceraian dengan penerimaan diri rendah adalah: Merasa diabaikan oleh orangtua yang meninggalkannya, mengalami kesulitan dalam menerima kenyataan pada perubahan akibat perceraian, menarik diri dari teman-teman lama dan dari kegiatan favoritnya, kehilangan minat belajar, melakukan tindakan yang tidak bisa dilakukan atau perbuatan yang tidak dapat diterima seperti mencuri, membolos, selain itu mulai menggunakan bahasa yang kasar, menjadi agresif atau memberontak, merasa marah dan tidak yakin akan kepercayaannya sendiri menyangkut cinta, pernikahan dan keluarga, mulai menghawatirkan persoalan orang dewasa, seperti keamanan *financial* keluarga, merasa wajib menanggung lebih banyak tanggungjawab orang dewasa dalam keluarga.

Remaja yang mempunyai penerimaan diri yang baik terhadap perceraian orangtuanya yaitu seperti ia dapat menerima kenyataan pada dirinya dan remaja tidak menyalahkan diri atas keterbatasan yang ia miliki. Penelitian Tentama (2014) juga menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara berpikir positif dengan penerimaan diri. Menurut Shereer (Sutadipura, 1984) menyatakan bahwa ciri-ciri orang yang menerima dirinya adalah: Individu mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi persoalan, individu menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia dan sederajat dengan orang lain, individu tidak menganggap dirinya aneh atau abnormal dan tidak ada harapan ditolak orang lain, individu tidak malu atau hanya memperhatikan dirinya sendiri, individu berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya, individu dapat menerima

pujian atau celaan secara objektif, individu tidak menyalahkan diri atas keterbatasan yang dimilikinya ataupun mengingkari kelebihanannya.

Hasil data di lapangan menunjukkan bahwa subjek yang dibesarkan dari kondisi orangtua yang bercerai merasa bahwa dirinya tidak seberuntung teman-temannya yang lain. Korban perceraian yang terjadi pada remaja menjadikan subjek kecewa dengan salah satu orangtuanya. Reaksi penerimaan diri subjek yang mengetahui orang tuanya akan bercerai hanya berdiam, sedih, murung, dan pasrah pada keadaan namun subjek perlahan dapat menerima kejadian bahwa orangtuanya telah bercerai. Menerima diri bukanlah berarti pasrah apa adanya, melainkan menerima segala bentuk kenyataan yang menimpa diri sendiri dengan alasan untuk memperbaiki diri (Ubaedy, 2008). Penelitian Tentama (2012) tentang manfaat penerimaan diri pada difabel yaitu sebagai pendorong untuk mengembangkan diri meskipun kemampuan yang dimiliki terbatas. Tentama (2011) dan Tentama (2012) dalam hasil penelitian yang lain bahwa kemampuan penerimaan diri dapat menurunkan inferioritas pada difabel sehingga menerima keadaan diri secara realistis.

Remaja yang berada dalam masa transisi diharapkan dapat menumbuhkan penerimaan diri yang baik. Remaja dengan kondisi orangtuanya yang bercerai tidak ingin mendapatkan rasa iba dari orang sekitar tentang statusnya sebagai anak korban perceraian orangtua. Subjek mempunyai harapan yang besar agar suatu saat dapat menjadi orang yang sukses, dapat membahagiakan ibunya, dan subjek juga berharap dapat bertemu ayahnya dikemudian hari. Penerimaan diri pada remaja tersebut ingin diwujudkan dengan tekad yang kuat agar dapat mencapai kesuksesan di masa depan. (Ubaedy, 2008) menyatakan bahwa penerimaan diri adalah sebuah tekad untuk mempersiapkan diri dalam melakukan perubahan ke arah yang lebih baik. Penerimaan diri terbentuk berdasarkan beberapa faktor yang mempengaruhinya, antara lain aspirasi yang realistis, keberhasilan, wawasan diri, wawasan sosial, dan konsep diri yang stabil (Hurlock, 1999).

Penelitian Tentama (2010) pada anak difabel ditemukan bahwa kemampuan menjalani hidup dengan nyaman serta dapat mengatasi problematika hidup dikarenakan adanya pikiran positif meski mengalami kenyataan bahwa kondisi fisiknya yang serba kekurangan. Penelitian Tentama (2014) juga menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara berpikir positif dengan penerimaan diri. Tentama (2011) Adapun hubungan penerimaan diri dengan inferioritas pada seseorang berdifat negatif, semakin tinggi penerimaan diri maka semakin rendah inferioritas seseorang.

## SIMPULAN

Diketahui bahwa setelah orang tuanya bercerai hal tersebut berdampak pada kondisi psikologis dan perilaku remaja sehingga membawa dampak pula pada proses penerimaan diri. Hal yang dialami subjek perasaan sedih, merasa tidak percaya diri, merasa berbeda dari remaja lain, pasrah pada keadaan dan menyalahkan orang tuanya. Faktor yang mempengaruhi penerimaan diri pada subjek remaja yang orangtuanya bercerai adalah keberhasilan/kesuksesan, aspirasi yang realistik, harapan, semangat, tekad, wawasan diri, wawasan sosial, kekecewaan dan konsep diri yang stabil. Dampak perceraian orangtua terhadap remaja, dampak penerimaan diri pada remaja yang orangtuanya bercerai menjadikan seorang remaja tidak ingin kehilangan sosok keluarga, dan berusaha melakukan yang terbaik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Chaplin, J. P. (2000). *Kamus lengkap psikologi*. Penerjemah: Kartini kartono, Cetakan Kelima. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Dariyo, A. (2007). *Psikologi perkembangan, anak tiga tahun pertama*. Bandung : PT. Refina Aditama.
- Gunarsa. (1991). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Hurlock, E. B. (1999). *Perkembangan Anak*. Jilid 2. Alih Bahasa : Med Meitasari Thandrasa. Jakarta : Erlangga.
- Lestari, D. W. (2014). Penerimaan diri dan strategi coping pada remaja korban perceraian orangtua. *E-Journal Psikologi*, 2(1), 1–13.
- Mappiare, A. (1998). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Muchlisa, C. (2016). Indonesia darurat perceraian. Diakses melalui <https://www.merdeka.com/khas/indonesia-darurat-perceraian-tren-perceraian-meningkat-1.htmls>
- Stahl, P. M. (2004). *Parenting after divorce*. Jakarta: Penerbit PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sutadipura, B. (1984). *Kompetensi guru dan kesiapan mental anak*. Jakarta: Rajawali.
- Tentama, F. (2010). Berpikir positif dan penerimaan diri pada remaja penyandang cacat tubuh akibat kecelakaan. *Humanitas*, VII(1), 66-75.
- Tentama, F. (2011). Hubungan inferioritas dengan *self-acceptance* pada penyandang tuna daksa. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian Dosen Kopertis Wilayah V Yogyakarta*. Yogyakarta: Kopertis Wilayah V.

Tentama, F. (2012). *Manfaat penerimaan diri bagi difabel*. Republika, 69.

Tentama, F. (2012). *Mencari sisi penerimaan diri difabel*. Harian Jogja, 1367.

Tentama, F. (2014). Hubungan *positive thinking* dengan *self-acceptance* pada difabel (bawaan lahir) di SLB Negeri 3 Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Integratif*, 2(2), 1-7.

Wangge, Barbara D.R. dan Nurul Hartini. (2013). Hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pasca perceraian orangtua. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 2(1), 1-6.