

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pada usia 18-25 tahun, manusia memasuki sebuah fase yang disebut dengan fase *emerging adulthood*. Fase ini merupakan fase peralihan dari masa remaja ke masa dewasa awal. Pada fase ini, individu bukan termasuk remaja tetapi belum dapat dikatakan sebagai dewasa awal. Ciri khas dari fase ini adalah eksplorasi akan bidang-bidang kehidupan, seperti percintaan. Hal ini dilakukan sebelum individu membuat keputusan untuk berpacaran dan memikirkan hubungan ke arah yang serius, yaitu pernikahan. Menurut Santrock (2007), pernikahan merupakan persatuan sistem antar dua keluarga dan membentuk sistem yang baru. Setiap orang yang menikah berharap agar memiliki keluarga yang harmonis.

Keharmonisan dapat diraih apabila pasangan saling mencintai. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Aziz & Mangestuti (2021) yang menyatakan bahwa keharmonisan pasangan dapat diraih apabila pasangan membangun keluarga berdasarkan cinta dan spiritualitas. Keharmonisan yang ada dalam keluarga juga memiliki dampak positif bagi anak-anak. Berdasarkan penelitian milik Nurhasanah (2014), keharmonisan keluarga memberikan sumbangan sebesar 19% dan sebanyak 68,88% dari 182 subjek penelitian memiliki konsep diri yang positif. Konsep diri yang positif ini dapat membuat remaja merasa aman dan memiliki kepercayaan diri untuk mengekspresikan dirinya sehingga dapat dikatakan bahwa remaja-remaja tersebut dapat melewati fase *identity vs identity confusion*.

Keharmonisan keluarga yang telah terbangun dapat mengalami keretakan. Ada beberapa hal yang dapat dilakukan oleh pasangan menurut Goode (2009) untuk mempertahankan keharmonisan, yaitu mengesampingkan keinginan pribadi yang tidak sesuai dengan keinginan pasangan, tidak membesar-besarkan perselisihan yang terjadi, serta mengajarkan anak mengenai harapan yang sama akan pernikahan sehingga dapat melakukan peran yang sesuai dengan harapan pasangan. Apabila

hal ini tidak berhasil dilakukan, maka akan terjadi keretakan yang mengganggu keharmonisan keluarga atau disebut dengan istilah *broken home*.

Istilah *broken home* menurut Willis (2011), memiliki dua arti. Arti yang pertama ialah tidak utuhnya sebuah keluarga yang diakibatkan oleh kematian atau perceraian. Arti yang kedua ialah tidak adanya perceraian tetapi ayah maupun ibu jarang berada di rumah dan atau tidak memperlihatkan kasih sayang lagi. Dapat dikatakan bahwa *broken home* tidak hanya memaksudkan perceraian tetapi juga diakibatkan oleh kematian orang tua, kurangnya interaksi antar anggota keluarga, dan tidak adanya kasih sayang. Selain itu, Goode (2009, dalam Hadi, Putri, & Rosyada, 2020) memaparkan adanya lima kriteria yang dapat menunjukkan sebuah keluarga mengalami *broken home*. Salah satu dari kelima kriteria tersebut adalah keluarga selaput kosong. Keluarga selaput kosong memaksudkan bahwa kedua orang tua masih terikat dalam perkawinan dan tinggal bersama tetapi sudah tidak menunjukkan adanya kepedulian maupun kasih sayang akan satu sama lain. Hal tersebut dapat terbukti dengan adanya kondisi keluarga yang tampak baik-baik saja atau harmonis tetapi sering terjadi pertengkaran-pertengkaran yang hebat di dalamnya. Ketegangan yang terjadi di antara kedua orang tua ini dapat memiliki dampak bagi anak mereka.

Dampak yang terjadi pada individu yang berada dalam keluarga *broken home* dapat berupa menurunnya prestasi akademik, memicu perilaku agresif, menarik diri, perilaku menyimpang, dan gangguan psikologis. Penelitian yang dilakukan oleh Trianingsih, Inayati, & Faishol (2019) memaparkan bahwa anak yang mengalami *broken home* akan memiliki rasa rendah diri, suka membandingkan diri dengan orang lain, dan tidak semangat untuk mempelajari hal baru. Penelitian yang dilakukan oleh Aziz (2015) juga menyebutkan adanya dampak negatif dari *broken home*. Dampak tersebut adalah rata-rata perilaku sosial anak bermasalah memiliki latar belakang keluarga yang *broken home*. Selain hal-hal yang telah disebutkan, *broken home* juga memiliki dampak pada *psychological well-being*.

Psychological well-being mengacu pada keseimbangan psikologis yang dimiliki oleh seorang individu (Amichai-Hamburger, 2009). Menurut Ryff (1989,

dalam Irma, 2018), *psychological well-being* merupakan kondisi individu yang dapat membuat keputusan dengan mandiri, mampu membangun relasi yang positif dengan sesama, dapat menerima diri sendiri secara positif, dapat mengembangkan potensi yang dimiliki secara berkesinambungan, serta memiliki kemampuan untuk menguasai lingkungan. Santrock (2003, dalam Ifdil, Sari, & Putri 2020) memaparkan bahwa remaja yang mengalami kasus *broken home* memiliki penyesuaian diri yang rendah dibandingkan dengan remaja yang masih memiliki keluarga utuh. Hal ini dapat menyebabkan individu memiliki konsentrasi belajar yang rendah, memicu perilaku yang menyimpang, memicu timbulnya gejala kecemasan dan depresi. Apabila tidak diperhatikan, hal ini dapat mempengaruhi individu di fase selanjutnya, yaitu fase *emerging adulthood*.

Arnett (2000, dalam Al Kahfi & Hamidah, 2017) memaparkan bahwa fase *emerging adulthood* adalah fase peralihan dari masa remaja ke masa dewasa awal yang dialami oleh individu yang berusia 18 hingga 25 tahun. Tugas perkembangan pada fase ini adalah memiliki peningkatan dalam bidang akademis maupun karir, tinggal terpisah dari orang tua, memiliki kematangan emosional, membangun relasi intim, serta dapat membuat keputusan secara mandiri (Miller, 2011 dalam Arini, 2021).

Peneliti melakukan *preliminary* kepada informan M dan L. M dan L adalah perempuan berusia 21 tahun atau yang berada dalam fase *emerging adulthood* dan mengalami *broken home*. M dan L mengaku bahwa keluarganya berada dalam suasana yang tidak harmonis lagi. Kondisi keluarga M dan L termasuk dalam kriteria *broken home* selaput kosong. Ketegangan yang terjadi pada orang tua M dimulai sejak akhir tahun 2020 sedangkan ketegangan yang terjadi pada orang tua L dimulai sejak L masih kecil.

“Keluargaku masih utuh. Belum cerai, belum ada yang meninggal juga. Tapi keluargaku sekarang nggak harmonis. Jadi orang tua sering sekali bertengkar. Hal itu bahkan terjadi hampir setiap hari.”

(M, 21 tahun)

“Keluargaku kurang harmonis, selalu ada perdebatan.”

(L, 21 tahun)

Dari peristiwa yang dialaminya, M dan L menyadari bahwa ia merasakan dampak negatif dari ketidakharmonisan keluarganya.

“Aku ngerasa ada dampak negatif. Yang pertama, tentu saja aku ngerasa kecewa sama orang tua. Selain itu, aku juga ngerasa kurang nyaman. Aku kurang nyaman karena harus ngelihat kedua orang tua yang kurang harmonis. Gak hanya itu aja, aku juga kurang nafsu makan. Aku juga gak suka ada di tempat yang rame. Yaaa bisa dibilang aku jadi pribadi yang suka menyendiri. Aku merasa kalau mati adalah hal yang baik”

(M, 21 tahun)

“Aku merasa marah dan juga kesal. Aku merasa kalau aku kurang percaya diri dan kurang bersosialisasi. Aku juga pernah berpikir untuk melakukan bunuh diri karena hal ini.”

(L, 21 tahun)

Walaupun M dan L merasakan dampak negatif dari ketidakharmonisan orang tuanya, M dan L berusaha untuk mengalihkan perhatian ketika merasakan emosi negatif.

“Kalo udah ngerasa nggak nyaman, aku sih biasanya main handphone. Jadi biasanya aku bakal buka sosmed gitu. Atau nggak ya pergi main sama temen-temen kalo sempet.”

(M, 21 tahun)

“Ya aku bakal pergi bermain.”

(L, 21 tahun)

M dan L juga memaparkan bahwa ingin mendapatkan dukungan dari orang lain ketika menghadapi permasalahan keluarga yang terjadi.

“Aku cuma berharap ada seseorang yang mau menemani dan juga dengerin keluh kesahku.”

(M, 21 tahun)

“Aku pengen orang lain mengajak keluar supaya bisa cari suasana baru.”

(L, 21 tahun)

Dari wawancara yang telah dilakukan, dapat dilihat bahwa individu yang hidup dalam kondisi keluarga *broken home* dengan kriteria keluarga selaput kosong memiliki dampak negatif. Keluarga yang seharusnya menjadi tempat yang aman

dan nyaman bagi anak dapat menjadi tempat yang membuat perasaan menjadi tidak nyaman. Hal ini dapat dilihat bahwa M merasa tidak nyaman ketika melihat orang tuanya bertengkar. M juga kehilangan nafsu makan hingga memiliki pemikiran bahwa meninggal adalah hal yang lebih baik. Baik M maupun L merasa kondisi keluarga yang tidak harmonis membuat mereka memiliki kekurangan dalam hal bersosialisasi dengan masyarakat yang menyebabkan M menjadi pribadi penyendiri dan tidak menyukai keramaian serta L kurang dapat bersosialisasi dengan orang lain. Selain itu, *psychological well-being* yang dimiliki oleh anak dalam keluarga *broken home* juga mengalami penurunan akibat perasaan negatif yang dimiliki. Penelitian yang dilakukan oleh Munandar, Purnamasari, dan Peristiano (2020) yang berjudul “*Psychological well-being* pada Keluarga *Broken Home*” memaparkan bahwa individu yang mengalami *broken home* memiliki tujuan hidup rendah, kurang mampu untuk terlibat dalam pergaulan di sekitar, menjadi pribadi yang kurang mandiri, memiliki relasi yang kurang positif, serta kurangnya perkembangan secara personal. Ini sesuai dengan M yang menjadi pribadi penyendiri akibat dari ketidakharmonisan yang terjadi dalam keluarganya. Dari enam dimensi *psychological well-being*, M tidak memenuhi dimensi *positive relationships with others* yang ditunjukkan dari kurangnya memiliki relasi yang baik dengan sesama dan menarik diri, dimensi *self-acceptance* yang ditunjukkan dari perasaan kurang nyaman akibat adanya pertengkaran orang tua, dan dimensi *purpose in life* yang ditunjukkan dengan adanya pemikiran untuk mengakhiri hidup.

Begitu pula yang dirasakan oleh L. L juga merasakan adanya dampak negatif dari permasalahan yang dihadapi. Dari informan L dapat dilihat bahwa L tidak memenuhi dimensi *positive relationships with others* yang ditandai dari kurang dapat bersosialisasi dengan orang lain, dimensi *self-acceptance* yang ditandai dengan kurangnya rasa percaya diri, serta dimensi *purpose in life* yang ditandai dengan adanya keinginan untuk mengakhiri kehidupannya. Hal yang menjadi perbedaan antara M dan L adalah L masih menginginkan menjalin sebuah relasi yang intim walaupun memiliki keluarga yang kurang harmonis.

“*Iya. Aku masih mau berpacaran dan menikah*”

(L, 21 tahun)

Tidak hanya anak korban perceraian orang tua saja yang menjadi perhatian, individu pada fase *emerging adulthood* yang memiliki keluarga utuh tetapi tidak harmonis atau keluarga selaput kosong patut diperhatikan juga. Penelitian yang dilakukan oleh Faradillah (2020) memaparkan bahwa melihat kondisi keluarga yang dimiliki mengalami keretakan, individu menghindari lawan jenisnya. Hal ini sesuai dengan informan M yang tidak ingin menjalin relasi intim dengan lawan jenis. Apabila tidak diperhatikan, hal ini dapat mengganggu tugas perkembangan individu pada fase *emerging adulthood* yang salah satunya berkaitan dengan membangun relasi intim dengan lawan jenis.

Seorang individu dikatakan memiliki *psychological well-being* yang baik apabila memenuhi enam aspek yang terdapat pada *psychological well-being*. Jika dilihat dari hasil *preliminary* yang telah dilakukan, kedua informan memiliki perbedaan dalam pemenuhan keenam aspek. *Psychological well-being* dapat dikatakan rendah apabila tidak memenuhi keenam aspeknya, yaitu *self-acceptance*, *positive relationships with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Hal ini dapat terlihat dari individu yang memiliki penerimaan diri yang rendah, tidak memiliki kepercayaan dengan orang lain, kesulitan dalam mengambil keputusan dan menentukan keinginan sendiri, tidak dapat menguasai lingkungan, tidak memiliki tujuan hidup yang ingin diraih, serta tidak mampu untuk menyadari serta mengembangkan potensi-potensi yang ada dalam diri. Apabila keenam aspek tersebut tidak terpenuhi, maka akan mengakibatkan munculnya gejala kecemasan hingga depresi (Ryff, 1995 dalam Kurniasari, Rusmana, & Budiman, 2019). Berangkat dari latar belakang inilah, peneliti ingin melakukan sebuah penelitian yang berkaitan dengan tema “*psychological well-being* pada fase *emerging adulthood* yang berada dalam keluarga *broken home*”.

1.2 Fokus penelitian

Fokus dari penelitian yang dilakukan ini adalah “bagaimana gambaran *psychological well-being* pada fase *emerging adulthood* yang berada dalam keluarga *broken home*?”.

1.3 Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian yang dilakukan ini adalah untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada fase *emerging adulthood* yang berada dalam keluarga *broken home*.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi kajian ilmiah dalam ranah psikologi positif mengenai *psychological well-being* pada fase *emerging adulthood* yang berada dalam keluarga *broken home*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi informan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai *psychological well-being* informan ketika berada dalam keluarga yang *broken home*.

2. Bagi orang tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan terhadap orang tua mengenai *psychological well-being* anak yang terkena dampak dari *broken home*.

3. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan agar masyarakat dapat tahu mengenai *psychological well-being*, khususnya pada fase *emerging adulthood* yang berada dalam keluarga *broken home* sehingga dapat memberikan bantuan atau dukungan yang diperlukan.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan agar dapat menjadi salah satu referensi untuk penelitian selanjutnya dengan topik yang serupa.