

Konsep Diri, Kesejahteraan Spiritual, dan Pengalaman Perceraian Orang Tua pada Remaja: Tinjauan Psikologi Agama

Indah Rise, Yulius Yusak Ranimpi, Mariska Lauterboom

Universitas Kristen Satya Wacana

Corresponding email: indahrise007@gmail.com

ARTICLE INFO

Article History

Received : 2025-02-05
Revised : 2025-04-16
Accepted : 2025-04-21

Keywords

Divorce,
Adolescents,
Self-concept,
Spiritual Wellbeing

Kata Kunci

Perceraian
Remaja
Konsep Diri
Kesejahteraan Spiritual

ABSTRACT

This study aims to describe and analyze how the concept of self and spiritual well-being of adolescents whose parents are divorced from the perspective of religious psychology. This research method uses qualitative with phenomenological research type and data collection by interview. The data analysis technique uses the Miles and Huberman model, namely the data reduction stage, data presentation, and drawing conclusions. Based on the results of the data analysis, it was found that divorce was caused by economic problems. The impact on adolescents after divorce is that they experience a fragile self-concept, spiritual obstacles and obstacles in physical growth. However, they remain optimistic with the efforts to optimize their weaknesses so that they can experience growth in spiritual life and build a good view of themselves. In addition, they are able to manage emotions according to the conditions they face. This is inseparable from the support and motivation they receive from those closest to them.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis bagaimana konsep diri dan kesejahteraan spiritual remaja yang orang tuanya bercerai dari perspektif psikologi agama. Metode penelitian ini menggunakan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi serta pengumpulan data dengan cara wawancara. Teknik analisis data menggunakan model Miles dan Huberman, yaitu tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Berdasarkan hasil analisis data ditemukan bahwa perceraian disebabkan oleh masalah ekonomi. Dampaknya pada remaja setelah perceraian adalah mereka mengalami konsep diri yang rapuh, hambatan spiritual dan hambatan dalam pertumbuhan fisik. Meskipun demikian, mereka tetap optimis dengan adanya usaha untuk mengoptimalkan kelemahannya sehingga mereka bisa mengalami pertumbuhan dalam kehidupan spiritual dan membangun pandangan baik terhadap dirinya. Selain itu mereka mampu mengelola emosi sesuai dengan kondisi yang mereka hadapi. Hal tersebut tidak terlepas dari dukungan dan motivasi yang mereka terima dari orang-orang terdekatnya.

Pendahuluan

Keluarga merupakan tempat yang penting bagi perkembangan anak secara fisik, emosi, spiritual, dan sosial. Karena keluarga merupakan sumber kasih sayang, perlindungan, dan identitas bagi anggotanya (Lestari, 2012). Namun, ketika masalah yang serius muncul dalam sebuah keluarga, perasaan positif selama ini yang dibangun secara mendalam dapat berubah menjadi perasaan negatif yang mendalam juga (Lestari, 2012). Artinya kasih sayang yang menyatukan sebuah keluarga sudah tidak ada lagi (Robinsin et al., 1993). Bahkan rencana orang tua untuk melihat tumbuh kembang anak secara langsung memudar ketika orang tua menghadapi masalah yang besar (Campbell, 2006). Dalam keadaan seperti ini, komunikasi antara anggota keluarga menjadi terganggu sehingga komunikasi yang harusnya positif gagal (McIntire, 2005). Ini membuat remaja tidak mendapatkan sikap tenang, percaya diri, penggunaan waktu luang secara kreatif, mempunyai hubungan yang baik dengan orang tua (Knight, 2004). Oleh karena itu bisa menjadi konflik keluarga yang bersifat jangka panjang dan bahkan bisa dihentikan dengan mengakhiri hubungan, berupa perceraian.

Wijayanti, mengungkapkan perceraian disebabkan masalah ekonomi, perselingkuhan, perselisihan, pekerjaan, pendidikan, usia, kekerasan dalam rumah tangga dan jumlah anak (Wijayanti, 2021). Apapun alasan perceraian pasti berdampak terhadap anak. Kristian dan Octavianus menyebutkan perceraian berdampak terhadap perilaku anak (Kristian et al., 2020). Sedangkan Untari dan kawan-kawan mengungkapkan bahwa perceraian berdampak pada kesehatan psikologis remaja baik secara positif maupun negative (Untari et al., 2018). Sedangkan Ariani, menyatakan bahwa kehidupan sosial anak menjadi buruk setelah perceraian (Ariani, 2019).

Remaja memaknai keluarga sebagai pemenuhan fungsi ekonomi, keutuhan keluarga dan kasih sayang (Endrawan, 2019). Keluarga harmonis sangat berarti bagi kehidupan remaja, sebab masa perkembangan remaja sangat menginginkan keluarga bahagia. Kekacauan keluarga meruntuhkan pilar sistem pendukung kehidupan anak. Tanpa dukungan keluarga, remaja akan merasa tidak mampu menghadapi tantangan dari lingkungannya (Prayitno, 2020). Orang tua seharusnya berperan sebagai sahabat dan mitra yang memberikan masukan tentang yang buruk dan salah (Niken, 2016). Dengan demikian pembentukan konsep diri remaja sangat dipengaruhi oleh kehadiran orang tua. Remaja dengan perceraian orang tua tentunya mempengaruhi konsep dirinya. Menurut Reina, dan kawan-kawan, perceraian menimbulkan konsep diri remaja mengarah pada ranah yang negatif (Irawan et al., 2020). Ini berbanding terbalik dengan orang tua lengkap yang berikan semangat dan dukungan kepada anaknya. Konsep diri remaja dengan

ekspektasi positif orang tua memberikan pengaruh positif pada prestasi akademik anak (Wu et al., 2021).

Perceraian juga berhubungan dengan spiritual remaja. Menurut Juliati, dkk, remaja memiliki spiritual yang rapuh karena perceraian orang tuanya (Attu et al., 2023). Orang tua adalah motivator sekaligus fasilitator untuk memberikan kebutuhan spiritualnya. Kebersamaan remaja dengan keluarga adalah peluang besar untuk meningkatkan aspek spiritual remaja (Polii, 2021). Menurut Yuni, dkk spiritual remaja berdasarkan gender dan jurusan pendidikan (IPA & IPS) memiliki kesamaan tingkat spiritual (Yuni Novitasari, 2017). Berbeda dengan Denny, yang menerangkan bahwa remaja menggambarkan perilaku spiritual mereka berdasarkan pandangan orang lain (Saputra, 2017). Dalam ruang lingkup keluarga, orang tua adalah model atau teladan remaja, sehingga perilaku spiritual remaja juga ditentukan oleh nasihat orang tua (Saputra, 2017).

Dalam penelitian ini, konsep diri dan kesejahteraan spiritual diteliti berdasarkan perspektif psikologi agama yang merupakan salah satu cabang dari psikologi. Psikologi agama merupakan kajian psikologi pada perilaku orang yang beragama melalui kesadaran, emosi persepsi, sugesti dan motivasi beragama (Khairunnas Rajab, 2012).

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: bagaimana konsep diri dan kesejahteraan spiritual pada remaja yang orang tuanya bercerai? Bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis konsep diri dan kesejahteraan spiritual remaja yang orang tuanya bercerai dari perspektif psikologi agama. Sedangkan teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah tentang remaja, konsep diri, kesejahteraan spiritualitas, dan perceraian.

Remaja merupakan individu yang mencari jati diri dan berkembang ke arah dewasa yang memerlukan bimbingan (Marsela & Supriatna, 2019) yang dalam perkembangan psikologisnya melibatkan perubahan dalam perilaku sosial, emosional, moral, dan intelektual (Umami, 2019). Secara fisik, remaja mengalami perubahan seperti pertumbuhan rambut, suara, dan tubuh pada laki-laki dan perempuan (Diananda, 2019). Perubahan lainnya meliputi perbedaan tinggi badan antara laki-laki dan perempuan yang pada umumnya laki-laki lebih tinggi dari perempuan (Jersildd, 1965). Remaja juga mengalami perkembangan emosional yang sangat dipengaruhi oleh pengalaman sosial, terutama hubungan dengan orang tua dan teman sebaya yang penting untuk dukungan emosional (Jersildd, 1965).

Menurut Jersildd, pemikiran dan sikap remaja mengenai dirinya mempengaruhi dan dipengaruhi oleh responnya terhadap segala sesuatu yang terjadi pada masa remajanya. Diri yang dikenal mencakup semua gagasan dan perasaan yang dimiliki seseorang mengenai sifat-sifat tubuhnya, kualitas pikirannya,

dan karakteristik pribadinya. Konsep diri remaja mencakup dua aspek utama: Diri yang Diketahui (seperti pandangan tentang diri yang sebenarnya dan ideal) dan Diri yang Tidak Diketahui, yang melibatkan pemahaman yang lebih dalam tentang dorongan dasar dan kesadaran moral melalui konsep id, ego, dan superego (Jersild, 1965).

Konsep diri menurut Burn, merupakan pengenalan diri berdasarkan pengalaman sosial yang membentuk harga diri (R.B. Burn, 1993). Keberhargaan ini muncul saat seseorang merasa diterima dan mendapatkan kasih sayang. Sedangkan, penolakan menghancurkan harga diri individu. Ada tiga sumber utama konsep diri: 1. Diri Fisik dan Citra Tubuh, yang mencakup pengetahuan dan gambaran tentang tubuh fisik, penampilan, dan ukuran tubuh. 2. Bahasa dan Perkembangan Konsep Diri. Bahasa membantu seseorang memahami diri mereka melalui penggunaan kata-kata, dan semakin kompleksnya bahasa yang digunakan. 3. Umpan Balik dari Orang-Orang Lain yang Dihormati. Orang tua, yang memberikan kasih sayang dan perasaan diterima, penting untuk pembentukan konsep diri anak (R.B. Burn, 1993).

Menurut John Fisher, kesejahteraan spiritual adalah penegasan hidup dalam hubungan dengan Tuhan, diri sendiri, komunitas, dan lingkungan yang memelihara dan merayakan keutuhan (Fisher, 2000). Ada empat domain yang disebutkan Fisher dalam kesejahteraan spiritual, yaitu: 1. Domain pribadi, merupakan domain diri sendiri, di mana seseorang berhubungan secara intra dengan dirinya sendiri sehubungan dengan makna, tujuan, dan nilai-nilai dalam kehidupannya. 2. domain komunal berkaitan dengan kualitas dan kedalaman hubungan interpersonal, antara diri sendiri dan orang lain, berkaitan dengan moralitas, budaya dan agama. 3. Domain lingkungan berupa keterikatan terhadap lingkungan secara natural, kemampuan memelihara, merawat dan pengasuhan lingkungan agar dapat memberikan manfaat di sekitar. 4. Domain Transendental berkaitan dengan hubungan diri dengan sesuatu atau seseorang di luar tingkat manusia, yaitu kemampuan untuk menjalin hubungan dengan pencipta, melibatkan iman, keyakinan, pemujaan, dan pemujaan terhadap realita transenden yaitu Tuhan (Fisher, 2000).

Menurut Khoirul, perceraian merupakan hancurnya dunia pernikahan yang mengakibatkan perpisahan kehidupan bersama suami istri (Abror, 2017). Sedangkan menurut Imron, perceraian merupakan solusi terakhir untuk mengatasi konflik rumah tangga dengan mengedepankan prinsip persamaan hak dan keadilan sosial yang berbasis pada nilai-nilai dasar kemanusiaan (Imron, 2016). Menurut Matondang, faktor perceraian adalah usia dini yang membuat pasangan tidak siap dengan duniapernikahan serta faktor ekonomiyang kompleks (Matondang, 2014).

Sementara Dariyo, mengungkapkan bahwa faktor perceraian adalah adanya perselingkuhan yang mengecewakan pasangan, serta adanya kekerasan verbal yang berdampak pada psikologis (Dariyo, 2004).

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi. Murdiyanto, menjelaskan penelitian fenomenologi mencoba mengungkap makna konsep atau fenomena pengalaman yang didasari oleh kesadaran yang terjadi pada beberapa individu (Murdiyanto, 2020). Pengumpulan data menggunakan teknik wawancara. Menurut Murdiyanto, wawancara merupakan salah satu metode pengumpulan data dengan jalan komunikasi, yaitu melalui percakapan yang dilakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (interviewee) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu (Murdiyanto, 2020). Jenis wawancara yang digunakan adalah semi terstruktur dengan melibatkan 3 partisipan remaja yang berusia 15-19 tahun dengan orang tua bercerai hidup. Teknik analisis data menggunakan model Miles dan Huberman, yaitu tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Murdiyanto, 2020).

Hasil dan Diskusi

Penelitian ini mendeskripsikan dan menganalisis delapan tema utama yang mencerminkan keadaan konsep diri dan kesejahteraan spiritual remaja yang memiliki orang tua bercerai.

Tabel 1.
Partisipan

Partisipan	Nama/Inisial	Jenis Kelamin	Usia
Partisipan 1	S	Perempuan	15 Tahun
Partisipan 2	M	Perempuan	16 Tahun
Partisipan 3	J	Laki-Laki	15 Tahun

Profil Partisipan Remaja yang Orang Tuanya Bercerai:

Penelitian ini melibatkan 3 remaja (S, M, dan J) korban perceraian. Dua partisipan berusia 15 tahun (laki-laki dan perempuan), dan satu partisipan berusia 16 tahun (perempuan). Perceraian orang tua tentu tidak mudah diterima oleh ketiga partisipan, hal ini mempengaruhi konsep diri dan kesejahteraan spiritual mereka.

Kronologi Perceraian

Ketiga partisipan menjelaskan penyebab perceraian ialah ekonomi, ketidakmampuan ayah memenuhi kebutuhan keluarga, serta perilaku berjudi dan pemabuk. Selain itu keegoisan orang tua karena tidak melibatkan anak dalam keputusan perceraian. Demikian pernyataannya:

"Gak kak, langsung pisah gitu aja. Katanya sih karna ekonomi. Karna waktu itu bapak sering main judi. Kalau kerja juga sikit dikasih sama mama. Jadi kebutuhan keluarga gak tercukupi" (S.30April2024.B650-654).

Konsep Diri yang Rapuh

J memiliki persepsi yang baik terhadap dirinya, sementara S dan M memiliki konsep diri yang rapuh. Hal ini diakibatkan oleh stress yang berujung pada tubuhnya yang sering sakit. Sakit tersebut dialami setelah perceraian orang tua mereka. Demikian pernyataannya:

"Aku merasa gak bisa jaga diri lagi, waktu masih disini orang tua masih sehat, jarang sakit-sakitan, pikiran juga gak stress. Tapi sekarang sering sakit-sakitan, sering demam, sering mikirin mereka". (S.16April2024.B125-129).

Upaya Pengoptimalan Konsep Diri

Dalam upaya peningkatan persepsi diri, ketiga partisipan membangun persepsi diri yang lebih sehat, stabil dan positif terhadap diri mereka sendiri dengan belajar dan merawat diri. Demikian pernyataannya:

"Kek manalah kak, kita ubahlah diri kita menjadi lebih baik, belajar yang baiklah kak. Kalau menurutku kek kita bisa membangun diri kita sendiri itu melalui hal-hal yang kecil aja. Kayak bisalah menanggung uang jajan kita sendiri tanpa membebani orang tua. Tanpa, kek manalah kak biar mengurangi sedikit biaya untuk diri". (M.16Mei2024.B395-404).

Hambatan Kesejahteraan Spiritual dan Pertumbuhan Spiritual

S dan M, mengalami hambatan spiritual dalam aspek hubungan dengan diri, orang lain dan kepada Tuhan. Demikian pernyataannya:

"Pernah, pertama kali orang tua saya bercerai. Mungkin Tuhan meninggalkan ku karna jarang beribadah sampai orang tua bercerai" (S.30April2024.B300-302).

Pertumbuhan spiritual, dilihat berdasarkan aspek hubungan partisipan terhadap alam dan kepada Tuhan. Ketiga partisipan mampu melihat alam sebagai sumber kekuatan, ketenangan, dan harapan, serta membawa mereka pada hubungan yang erat dengan Tuhan. Demikian ungkapannya:

"Sering Beribadah, sering berdoa kepada Tuhan biar bisa di tolong" (S.30April2024.B286-287). "Kayak dibawa angin itulah masalah itu, jadi membuat tenang" (J.5Mei2024.B350-352).

Perkembangan dan Pertumbuhan Fisik Serta Hambatannya

S dan J, mengalami perkembangan dan pertumbuhan fisik yaitu dalam hal tinggi badan dan ototnya semakin membesar dan kuat dibandingkan teman-temannya. Hal ini terjadi karena ia menjaga fisiknya dengan baik dengan tidak begadang dan tidak merokok serta tidak peminum. Demikian keterangannya:

"Ada kak, teman-temanku perokok, peminum, begadang jadi mereka fisiknya gak kuat. Kalo aku gak perokok, gak peminum, dan gak pernah begadang. Menurutku aku lebih sehat dibandingkan mereka" (J.5Mei2024.B436-442).

Perkembangan dan pertumbuhan fisik tidak di alami oleh semua partisipan. M dan S mengalami hambatan fisik karena tubuh gampang lelah, keterlambatan pertumbuhan tinggi dan menstruasi serta tubuh kurus. Demikian ungkapannya:

"Yang gak ku suka, badan tinggi tapi kurus. Gak kayak kawan tinggi tapi gendut. Trusss, mmm.... kawan semua itu masa menstruasinya cepat-cepat sementara aku gak" (S.30April2024.B343-346).

"Kayak misalnya melakukan aktivitas kayak mudah capek aja kak. Misalnya lakuin kerjaan ini aja sebentar langsung mudah capek kayak ngos-ngosan aja kayak gitu Mudah juga kayak lakuin sebentar aja badan udah sakit kek gitu" (M.16Mei2024.B761-767).

Faktor hambatan pertumbuhan fisik adalah partisipan tidak merawat dan menjaga fisik mereka serta tidak memperoleh perawatan dan perhatian pola makan dari orang lain setelah perceraian.

"Kan kemarin itu ada periksa tentang kesehatan, di rumah datang. Kan nenek juga sakit-sakit dia asamurat. Trus diperiksa juga aku katanya ada lambung sama usus buntu. Karna memang kak, selama di Andandewi aku kemarin, selama dua tahun itu gak pernah makan nasi" (M.16Mei2024.B47-54).

Kemampuan Mengelola Emosi

Dalam kondisi orang tua bercerai, ketiga partisipan memiliki emosi yang berbeda-beda dalam mengutarakan perasaannya tentang orang tua. S mengekspresikan emosinya dengan cara menangis. M berkecil hati ketika karena penolakan dari Bapaknyanya. Sedangkan, J merasa tidak nyaman sekaligus terharu ketika melihat kehadiran orang tua teman-temannya di acara perpisahan.

Karna sakit, karna orang tua (Sambil menahan tangis) (S.30April2024.B38-39). Waktu itu, waktu selesai SMP aku mau kesini kata Bapak gak ada uangnya menyekolakan, gak usahlah dulu di sini kau sama nenek aja lah kau biar mamamu yang nyekolakan. Trus kayak berkecil hati kali aku kak, karna kan kayak berpikir aku. Mau ku bilang tapi gak mungkin dia orang tuaku. Kayak hatiku berbicara kayak gini "Jadi apa gunanya aku anaknya kalau gak bisa disekolahkan mending dari dulu gak usah kalau jadi beban aku sekarang

mending dari dulu gak usah di lahirkan pikirku kek gitu" (M.16Mei2024.B325-329). Kayak merasa gak nyaman aja, terharu (J.5Mei2024.B522-524).

Persamaan dari partisipan dalam mengelola emosinya. M dan J, mengontrol kemarahannya dengan cara mendengarkan lagu serta bernyanyi. Berbeda dengan S ketika marah ia tidak bisa mengendalikan dirinya dan mengeluarkan kata-kata kotor. Demikian ungkapannya:

" Kalau marah-marah memang kalau lagi emosi itu kebanyakan diam. Terus mutar lagunya yang tentang kayak lagu tentang yang broken home gitu lh kak. Kayak lagu diary depresiku. "Seperti menyesuaikan diri dengan lagu, mengikuti alur dari lagu tersebut saja" (M.16Mei2024.B175-182). "Belum bisa, karna kalo lagi marahan sama teman trobos-trobos aja bicaranya. Kayak sering cakap kotor aja sama kawan kalau udah marah (S.30April2024.B370-373).

Persamaan selanjutnya adalah J dan S, yang mengungkapkan perasaan tidak suka mereka dengan cara mengatakannya secara langsung kepada orangnya atau terbuka dengan apa yang mereka rasakan. Demikian ungkapannya:

" Soalnya kek gitu kak. Di bilang mandodos kita! Mandodos.Terus pulangkan angkong itu! Udah capek kali aku Pak ku bilang. Pulangkan!!! Terpaksalah" (J.5Mei2024.B649-656)." Kalau gak suka langsung bilang, misalnya kan kak kalo lagi belajar terus teman minta. Langsung bilang sama orangnya gak usahlah minta-minta cari sendiri "(S.30April2024.B467-470).

Dukungan Sosial

Setelah perceraian orang tua, semua partisipan memperoleh dukungan sosial dari orang-orang terdekat mereka seperti Nenek, Ibu atau Bapak, Kakak dan teman yang berlatar keluarga broken home. Mereka meredakan stress dan pemikiran buruk, dengan dukungan dan motivasi yang menumbuhkan ketenangan hati sehingga mereka mampu menjalani hari-hari. Demikian ungkapannya:

"Cuman dengar nasihat Oppung (nenek) aja, kalau cerita sama oppung trus dinasehatin, gak usah dengar katanya namanya juga orang sekarang pasti diceritain orang (Sambil menahan tangis) (S.30April2024.B66-70)." Ada, kayak mamalah misalnya kalau lagi cerita. Kalau lagi cerita tentang Bapak dibilang kek gini "Semangat lah Boru memang kek gitunya Bapak mu, yang penting perbaikilah dirimu, perbaikilah diri kalian biar bisa sukses. Biar bisa membanggakan mama. Kalau di tengok Bapak mu pun baik aja kalian, gak boleh kek gitu! Tetap juga nya Bapak kalian itu. Yang penting baik ajalah kalian sekolah. Ingat kalau mau cita-cita kalian itu mau sukses. Angkat derajat orang tua mu!" itulah kata mama (M.16Mei2024.B421-434).

Dukungan sosial dari orang tua, setelah perceraian sangat diinginkan oleh M dan J untuk memenuhi biaya hidup, sekolah, sumber pengetahuan dalam bidang

akademik yang sulit, serta kasih sayang. Namun faktanya mereka tidak bisa mendapatkan dukungan sosial tersebut. Demikian ungkapannya:

"Penting kak, karna kan masa sekolah kita sekarang ini pasti perlu dukunganlah perlu kasih sayang perlu perhatian. Kayak kita juga pengen kayak orang-orang diajari kek gitu kan. Kalau kita gak tau ini nanya "ini kek mana Pak, ini kek mana Ma" kan pasti di kasih tau. kayak sekarang ini kan kita gak tau mau tanya kemana? Orang tua juga jauh, udah cerai juga kan. Kayak hampa aja. Gak tau kita mau bertanya kemana, gak mungkin kan kita bertanya sama diri sendiri kita aja gak tau jawabannya (M.16Mei2024.B908-921). Ia, seperti ketika susah untuk membayar biaya sekolah (J.5Mei2024.B540-541).

Profil Partisipan Remaja yang Orang Tuanya Bercerai

Dalam penelitian Suryana, dkk, remaja adalah individu yang belajar tentang baik atau buruk, serta siap menghadapi segala hal termasuk masalah kehidupan dan pergaulan(Suryana et al., 2022). Pencarian jati diri dan spiritual dilakukan oleh dua partisipan perempuan dan satu laki-lakipada rentang usia 15-16 tahun. Kelompok usia tersebut adalah remaja pertengahan yaitu usia 15-19 tahun yang labil dan belum mampu mengatasi masalah tanpa orang terdekatnya(Susanti et al., 2018). Diusia tersebut banyak masalah yang harusnya melibatkan orang tua, namun faktanya mereka harus berjuang sendiri. Dalam perbedaan jenis kelaminnya, perempuan dipandang lebih lemah daripada laki-laki karena perempuan lebih peka terhadap hinaan daripada laki-laki dalam menghadapi masalah(Susanti et al., 2018). Penelitian ini menunjukkan bahwa perempuan lebih rentan mengalami gangguan terkait persepsi diri dan kehidupan spiritualnya, sedangkan partisipan laki-laki terlihat lebih stabil.

Kronologi Perceraian

Menurut Matondang, perselisihan yang berakhir perceraian terjadi karena masalah ekonomi(Matondang, 2014). Dalam penelitian ini kondisi ekonomi adalah faktor utama terjadinya perceraian. Bapak/Ayah dari ketiga partisipan tidak melakukan tanggungjawab untuk memenuhi kebutuhan keluarga karena memiliki perilaku bermain judi dan pemabuk sehingga Ibu mereka memilih bercerai.Sedangkan Sinaga, dkk,menunjukkan bahwa faktor terjadinya perceraian ialah perselingkuhan yang berdampak pada ekonomi dan anak yang merasa diabaikan(Sinaga, M. Harwansyah Putra., Yasri, A., Nadila, O. R., Geopani, A., & Thasfa, 2023).

Konsep Diri yang Rapuh

Menurut R.B. Burns, konsep diri merupakan persepsi tentang dirinya yang dipengaruhi oleh pengalaman sosialnya, dengan citra tubuh sebagai salah satu sumbernya(R.B. Burn, 1993). Pengalaman remaja dengan orang tua bercerai menyebabkan stres dan rapuh, terutama terkait dengan tubuhnya. S dan Mmengalami persepsi buruk akibat kondisi tubuh sering sakit setelah perceraian,

sementara J merasa dirinya kuat. Berdasarkan jenis kelamin ini sesuai karena persepsi perempuan tentang dirinya sendiri datang dari kondisi fisik sedangkan laki-laki bersumber pada kekuatan diri (Irawan et al., 2020). Aiba dan kawan-kawan, menyebutkan bahwa remaja broken home memandang dirinya buruk karena mendapatkan perundungan dan tidak mendapatkan dukungan dari orang-orang di sekitarnya (Aiba et al., 2024). Dengan demikian ini menunjukkan adanya kesesuaian dengan ungkapan Burn tentang perasaan diterima dan rasa aman yang penting dalam pembentukan persepsi individu tentang dirinya (R.B. Burn, 1993).

Upaya Pengoptimalan Konsep Diri

Noni dan Yolivia, menyebutkan bahwa remaja dengan orang tua bercerai sangat pesimis dan pasrah (Noni & Aviani, 2022). Berbeda dengan ketiga partisipan yang berupaya meningkatkan persepsi diri agar optimis, sehat dan kuat meskipun orang tua mereka telah bercerai. Strateginya adalah menerima perceraian, menjaga kesehatan, meningkatkan kualitas belajar, mandiri, dan mengatasi keterpurukannya. Penelitian lain menjelaskan bahwa remaja korban perceraian mengalami konsep diri yang rendah karena adanya bully dan perbandingan antara dirinya dan adik tirinya, sehingga bersikap tertutup (Irani & Laksana, 2018). Kekecewaan terhadap perceraian orang tuanya memang melemahkan diri dan persepsi individu.

Hambatan Kesejahteraan Spiritual dan Pertumbuhan Spiritual

Kesejahteraan spiritual adalah kemampuan individu menjalin hubungan harmonis dengan diri, orang lain, alam dan Tuhan (Fisher, 2000). S dan M mengalami ketidakmampuan menjalin hubungan dengan diri, sosial dan Tuhan. Penyebabnya, mereka gagal mengenal dirinya, membatasi interaksi sosial karena konflik serta merasa Tuhan meninggalkan mereka. Hubungan dengan Tuhan, serupa dengan Nadapdap dan kawan-kawan, bahwa remaja korban perceraian menjauhkan diri dari Tuhan, tidak pernah berdoa, dan berpikir bahwa perceraian adalah kehendak Tuhan (Nadapdap et al., 2024).

Ketiga partisipan menemukan ketenangan, kenyamanan dan harapan dari alam, serta keeratn hubungan kepada Tuhan setelah perceraian. Purwanto dan Hendriyani, menjelaskan bahwa dewasa awal mengalami pertumbuhan spiritual dan mampu mengobati luka dengan membangun komunitas untuk merangkul para korban perceraian (Purwanto & Hendriyani, 2021). Walaupun bukan remaja, tetapi pengalaman mereka sebagai korban perceraian membangkitkan spiritual dan hidup yang berdampak pada orang lain.

Perkembangan dan Pertumbuhan Fisik Serta Hambatannya

Pertumbuhan dan perkembangan remaja dilihat berdasarkan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya, seperti pertumbuhan tinggi (Jersildd, 1965). S dan J mengalami hal tersebut, terdapat pertumbuhan tinggi badan serta perkembangan otot yang terjadi karena tidak merokok, dan tidak begadang. Artinya perceraian tidak sepenuhnya mengganggu masalah fisik mereka. Lie dan kawan-

kawan, menyatakan fisik anak broken home sesuai dengan anak seusianya, karena kepedulian, perhatian serta hal positif mereka peroleh dari lingkungan(Lie et al., 2019).

Hartanti dan Salsabila, fisik remaja yang orang tuanya bercerai mendapatkan kekerasan yang bisa menjadi trauma, berupa tamparan keras dan pemerkosaan oleh ayahnya(Hartanti & Salsabila, 2020). Dalam penelitian ini, fisiknyabermasalah bukan karena kekerasan, tetapi dampak perceraian membuat M dan S memiliki fisik yang lemah, kurus dan tidak tinggi, serta mengalami keterlambatan menstruasi.Penyebabnya adalah mereka tidak mampu menjaga diri dan pola makan setelah perceraian.

Kemampuan Mengelola Emosi

Sebuah penelitian mengungkapkan setiap peristiwa yang dialami remaja mempengaruhi pandangan mereka tentang diri sendiri, baik yang membantu menemukan bakat dan kelemahan, maupun yang berpotensi mengancam pandangan tentang dirinya membangkitkan emosi(Jersilld, 1965). Perceraian orang tua membangkitkan emosi partisipan dengan cara berbeda-beda. J merasa tidak nyaman sekaligus tersentuh. M kecewa pada penolakan Bapaknya. Sedangkan S hanya bisa menangis. Di lain sisi,pewnelitian lain menyatakan bahwa remaja korban broken home mampu mengendalikan emosi, berpikir positif,melakukan aktivitas positif, serta menerima perceraian orang tuanya (Putri &, Dahlia Novarianing, 2023).

Jersilld, ungkapan remaja terkait yang disukai atau tidak adalah informasi emosionalnya (Jersilld, 1965). Ketidaksukaan dapat ditunjukkan dengan perasaan marah, namun M dan J, mampu mengontrol rasa marahnya dengan bernyanyi dan mendengarkan musik. Sedangkan S sulit mengendalikan diri saat marah, karena mengeluarkan kata-kata buruk dan membentak orang yang membuatnya marah. Perilaku S ini, sama dengan Juandra dan kawan-kawan, yang menyatakan bahwa anak-anak broken home belum mampu memperlihatkan emosinya dengan tepat karena adanya perilaku memukul teman ketika marah(Mahendra et al., 2022).

Selain itu, J dan S terbuka dengan apa yang tidak di sukai, meskipun pada akhirnya menerima penolakan. Sikap terbuka ini, tentunya tidak dimiliki oleh semua remaja korban perceraian. Penelitian Nadya dan kawan-kawan, mengungkapkan remaja korban perceraian cenderung tertutup, murung dan melamun(Nadya Paramitha et al., 2019).

Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan perolehan semangat dan motivasi oleh individu yang membutuhkan (Alyaa Prameswari & Muhid, 2022). M dan J membutuhkan kasih sayang, penyemangat akademik, serta pemenuhan kebutuhan akademik yang pada realitanya tidak diperoleh dari orang tua. Sehingga, ketiganya mendapatkannya dari orang-orang terdekatnya seperti nenek, ibu atau bapak, saudara, bahkan teman dengan latar belakang keluarga yang sama. Mereka mengaku hadirnya orang-orang tersebut memberi motivasi dan kekuatan untuk meredakan stres.Satu penelitian menyatakan bahwa dukungan sosial pada remaja *broken home*

merupakan pengalaman menyenangkan yang menumbuhkan semangat, dan kebahagiaan (Hafiza & Mawarpury, 2018).

Kesimpulan

Sebuah perceraian pada dasarnya sangat berdampak pada kehidupan setiap anggota keluarga. Namun yang lebih rentan terhadap dampak dari sebuah perceraian ialah anak. Remaja yang orang tuanya bercerai tentunya memiliki kehidupan yang tidak mudah dibandingkan dengan teman seusianya yang berasal dari latar keluarga lengkap. Remaja yang memiliki orang tua bercerai memiliki konsep diri yang tidak stabil. Hal ini terjadi karena adanya perasaan stress dengan tubuh yang sering sakit setelah perceraian. Namun, pada kondisi tertentu mereka berupaya untuk mengoptimalkan dirinya, seperti dalam bidang akademik.

Dalam aspek spiritual remaja korban perceraian mengalami dampak, dimana mereka tidak mengalami kesejahteraan spiritual karena tidak dapat menjalin hubungan yang baik kepada Tuhan, diri sendiri dan orang lain. Meskipun demikian mereka mengalami pertumbuhan dalam hubungannya dengan alam dan kepada Tuhan. Mereka bisa merasakan ketenangan dan kedamaian karena alam dan keyakinannya kepada Tuhan.

Perkembangan bukan hanya terjadi pada kehidupan spiritualnya, tetapi dalam fisiknya juga. Remaja korban perceraian mengalami pertumbuhan tinggi badan yang sama dengan teman seusianya karena menjaga dirinya. Tetapi yang tidak menjaga tubuhnya mengalami hambatan perkembangan fisik karena lebih lemah dan mudah sakit. Namun dalam kondisi emosionalnya, mereka cukup terbuka dan mampu mengelola emosi meskipun jika berbicara tentang perceraian orang tuanya, mereka cukup rapuh. Sehingga peran dukungan sosial memang sangat penting bagi seluruh aspek kehidupannya.

Deklarasi

Author contribution. Indah Rise berkontribusi dalam perancangan penelitian, pengumpulan data, analisis data, dan penulisan naskah. Yulius Yusak Ranimpidan Mariska Lauterboom berkontribusi memberikan judul naskah, membimbing, masukan teoritis, dan menginterpretasi hasil penelitian, pembahasan serta revisi naskah.

Funding statement. Penelitian ini tidak menerima dukungan finansial dari lembaga atau agensi manapun.

Conflict of interest. Para penulis menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan terkait dengan publikasi artikel ini.

Additional information. Tidak ada informasi tambahan yang tersedia untuk artikel ini.

Referensi

- Abror, K. (2017). Hukum Perkawinan dan Perceraian. LADANG KATA.
- Aiba, A. J., Wullur, M. M., & Kapahang, G. L. (2024). Gambaran Konsep Diri Remaja Dari Keluarga Broken Home Di Desa Rerer Kabupaten Minahasa Dan Di Kelurahan Talete Satu Kota Baku Beking Pande ..., 1(1). <http://ejurnal.unima.ac.id/index.php/b2p/article/view/9116%0Ahttp://ejurnal.unima.ac.id/index.php/b2p/article/download/9116/5025>
- Alyaa Prameswari, S., & Muhid, A. (2022). Dukungan Sosial Untuk Meningkatkan Psychological Well Being Anak Broken Home: Literature Riview. Jurnal Psimawa, 5(1), 1–9. <https://doi.org/10.36761/jp.v5i1.1600>
- Ariani, A. I. (2019). Dampak Perceraian Orang Tua Dalam Kehidupan Sosial Anak. Phinisi Integration Review, 2(2), 257. <https://doi.org/10.26858/pir.v2i2.10004>
- Attu, J., Eting, S., & Indri, I. (2023). ANALISIS PEDAGOGI KRISTEN TERHADAP PERKEMBANGAN SPIRITUALITAS ANAK PADA KELUARGA BROKEN HOME. 5(1), 50–58.
- Campbell, R. (2006). How to really parent Your Child Panduan menjadi Orang Tua Idaman. Visimedia.
- Dariyo, A. (2004). Memahami Psikologi Perceraian dalam Kehidupan Keluarga. Jurnal Psikologi, 2(2), 94–100. <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=62924&val=4564>
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. Journal ISTIGHNA, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Endrawan, N. (2019). MAKNA KELUARGA BAGI REMAJA KORBAN PERCERAIAN (Studi Kasus di Kelurahan Sudiang, Kecamatan Biringkanaya). iii.
- Fisher, J. (2000). Being Human, Becoming Whole: Understanding Spiritual Healty and Well-Being. 3.
- Hafiza, S., & Mawarpury, M. (2018). Pemaknaan Kebahagiaan oleh Remaja Broken Home. Psympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi, 5(1), 59–66. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.1956>
- Hartanti, S., & Salsabila, V. (2020). Analisis Kondisi Fisik Dan Psikis Terhadap Anak Korban Broken Home. Seminar Nasional Edusainstek FMIPA UNIMUS, 4, 563–570. <https://ejurnal.ips.ac.id/index.php/JE>
- Imron, A. (2016). Memahami Konsep Perceraian dalam Hukum Keluarga. BUANA GENDER: Jurnal Studi Gender Dan Anak, 1(1), 15–27.

<https://doi.org/10.22515/bg.v1i1.66>

- Irani, L. C., & Laksana, E. P. (2018). Konsep Diri dan Keterbukaan Diri Remaja Broken Home yang Diasuh Nenek. 685–692.
- Irawan, R. R., Asrina, A., Kesehatan, P., Masyarakat, I. K., Masyarakat, F. K., & Muslim, U. (2020). Pembentukan Konsep Diri Remaja (Studi Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua) Kota Makassar Tahun 2020. 01(02), 48–58.
- Jersild, A. T. (1965). *The Psychology of Adolescence*. The Macmillan Company.
- Khairunnas Rajab. (2012). *Psikologi Agama* (F. Wati (ed.)). Aswaja Pressindo.
- Knight, J. F. (2004). *Jadi Kamu Sudah Remaja?* Indonesia Publishing House.
- Kristian, W. A., Octavianus, S., & ... (2020). Potret Perilaku Anak Korban Perceraian Orang Tua Di Dusun Bumiayu. *SAGACITY Journal of ...*, 44–55. <http://jurnal.sttsangkakala.ac.id/index.php/sagacity/article/view/5%0Ahttp://jurnal.sttsangkakala.ac.id/index.php/sagacity/article/download/5/4>
- Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga Penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*. Kencana.
- Lie, F., Ardini, P. P., Utoyo, S., & Juniarti, Y. (2019). Tumbuh Kembang Anak Broken Home. *Jurnal Pelita PAUD*, 4(1), 114–123.
- Mahendra, J. P., Rahayu, F., & Ningsih, B. S. (2022). Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun (Studi Kasus Di Tk Sedesa Tegal Maja Lombok Utara). *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(2), 562–566. <https://doi.org/10.58258/jupe.v7i2.3824>
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling*, 3(2), 65–69. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Matondang, A. (2014). Faktor-faktor yang mengakibatkan perceraian dalam perkawinan. *Jurnal Ilmu Pemerintahan Dan Sosial Politik UMA*, 2(2), 141–150. <http://ojs.uma.ac.id/index.php/jppuma>
- McIntire, R. W. (2005). *Teenagers and Parents: 10 Langkah Menciptakan Hubungan yang Lebih Baik*. Kanisius.
- Murdiyanto, E. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif (Sistematika Penelitian Kualitatif)*. In Bandung: Rosda Karya. http://www.academia.edu/download/35360663/METODE_PENELITIAN_KUALITATIF.docx
- Nadapdap, M. L., Julianto, S., & Kristiantoro, S. (2024). Perspektif Spiritualitas Remaja Korban Perceraian Orang Tua Di Hkbp Sigumpar. *Jurnal Gamaliel: Teologi Praktika*, 6(1), 47–61.
- Nadya Paramitha, Nuraeni, N., & Setiawan, A. (2019). Sikap Remaja Yang Mengalami Broken Home : Studi. *Jmcrh*, 3(3), 137–149.

- Niken, A. (2016). Peran Penting Konsep diri dalam membentuk track Record. Salemba Humanika.
- Noni, & Aviani, Y. I. (2022). Studi Fenomenologis: Pengalaman Remaja Broken Home. 2(3), 1030–1037.
- Polii, M. (2021). Peran Keluarga terhadap Peningkatan Spiritual Remaja pada Masa Pandemi Covid 19. DUNAMIS: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristiani, 6(1), 31–45. <https://doi.org/10.30648/dun.v6i1.386>
- Prayitno, I. (2020). Perkembangan Anak: Masalah dan solusinya. Penerbit Erlangga.
- Purwanto, M. D., & Hendriyani, R. (2021). Tumbuh dari Luka: Gambaran Post-Traumatic Growth pada Dewasa Awal Pasca Perceraian Orang Tua. Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah, 12(2), 185–197. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v12i2.24697>
- Putri, D. E., & , Dahlia Novarianing, and B. P. (2023). Kematangan Emosi Remaja Pada Keluarga Broken Home. 2, 36–42.
- R.B. Burn. (1993). Konsep Diri Teori, pengukuran, perkembangan dan perilaku (S. Satyanegara (ed.)). Arcan.
- Robinsin, P. W., Newby, T. J., & Hill, R. D. (1993). Tingkah Laku Negatif Anak. Arcan.
- Saputra, D. S. (2017). Perkembangan Spiritual Remaja Sma Dharma Putra. Perkembangan Spiritual Remaja SMA Dharma Putra Jurnal Psikologi, 15(9), 60.
- Sinaga, M. Harwansyah Putra., Yasri, A., Nadila, O. R., Geopani, A., & Thasfa, S. A. (2023). Faktor Penyebab Perceraian dan Dampaknya Terhadap Psikis Anak. Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendekia, 2(3), 415–421. <https://jurnal.penerbitdaarulhuda.my.id/index.php/NJPC/article/view/334>
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. Jurnal Ilmiah Mandala Education, 8(3), 1917–1928. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>
- Susanti, Y., Pamela, E. M., & Haryanti, D. (2018). Gambaran perkembangan mental emosional pada remaja description of emotional mental development in adolescent. Nurse Roles in Providing Spiritual Care in Hospital, Academic and Community, 38–44.
- Umami, I. (2019). Psikologi Remaja. IDEA Press Yogyakarta.
- 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. <https://doi.org/10.26576/profesi.272>
- Wijayanti, U. T. (2021). Analisis Faktor Penyebab Perceraian pada Masa Pandemi

- Covid-19 di Kabupaten Banyumas. Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen, 14(1), 14–26. <https://doi.org/10.24156/jikk.2021.14.1.14>
- Wu, H. P., Wang, C. C., & Chiu, W. C. (2021). Adolescent athletes' physical self-concept mediates the relationship between parental expectations and athletes' sports achievement. *Social Behavior and Personality*, 49(7). <https://doi.org/10.2224/sbp.10460>
- Yuni Novitasari, S. Y. (2017). PERBANDINGAN TINGKAT SPIRITUALITAS REMAJA BERDASARKAN GENDER DAN JURUSAN Yuni Novitasari 1 , Syamsu Yusuf LN 2 , dan Ilfiandra 2. *Indonesian Jurnal Of Education Counseling*, 1(2002), 163–178.