

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Berdasarkan data BPS (2025), sepanjang tahun 2024 tercatat ada 399.921 pasangan yang bercerai. Perceraian dalam konteks keluarga merujuk pada cerai hidup, yaitu putusnya ikatan perkawinan akibat keputusan hukum atau kesepakatan antara pasangan, dan dibedakan dari cerai mati yang terjadi karena meninggalnya salah satu pasangan. Perceraian dapat terjadi karena beberapa hal, seperti perzinahan, kondisi ekonomi, hingga kekerasan dalam rumah tangga. Fenomena ini mencerminkan meningkatnya kompleksitas masalah dalam hubungan keluarga modern yang tidak hanya melibatkan aspek individu, tetapi juga faktor sosial dan ekonomi. Selain itu, perceraian sering kali menjadi sumber konflik berkepanjangan yang berdampak pada pola komunikasi dan hubungan antar anggota keluarga.

Perceraian menyebabkan perubahan besar dalam dinamika keluarga, seperti pemisahan emosional, hukum, finansial, dan fisik, bahkan menjauhkan mereka dari masyarakat (Hartini, 2019). Hal tersebut dapat mempengaruhi kesejahteraan anggota keluarga, termasuk anak. Lingkungan tempat anak-anak dibesarkan sangat penting bagi kesejahteraan mereka, perubahan yang diakibatkan oleh perceraian dapat berdampak signifikan terhadap perkembangan anak (Baig, dkk., 2021; Morawska & Sanders, 2017). Anak-anak yang orang tuanya bercerai cenderung menghadapi lebih banyak gangguan kesehatan mental dan fisik dibandingkan dengan anak-anak yang orang tuanya tetap bersama dalam pernikahan (Amato, 2012).

Dampak perceraian orang tua juga sangat dirasakan oleh mereka yang berada pada tahap perkembangan remaja. Hurlock (2012) menyatakan bahwa remaja dan orang tua yang memiliki hubungan baik akan membantu remaja untuk mengoptimalkan tugas perkembangan yang sedang mereka jalani. Sedangkan remaja yang memiliki hubungan buruk akibat perceraian, akan menghambat pencapaian tugas perkembangan bagi remaja tersebut. Remaja yang memiliki hubungan yang mendukung dengan orang tua, sekolah, dan komunitas cenderung berkembang secara positif dan sehat (Youngblade dkk., 2007). Sebaliknya, remaja yang orang tuanya bercerai sering merasa kehilangan cinta dan perhatian dari orang tua mereka, yang pada akhirnya berdampak pada berbagai aspek perkembangan mereka dan membuat proses tersebut menjadi lebih menantang (Siregar dkk., 2024).

Fase perkembangan remaja telah dikonseptualisasikan sebagai periode kerentanan dan dianggap momen penuh tekanan, fase remaja juga menjadi fase dimana orang tua mulai melibatkan anak dalam permasalahan mereka (Nixon, 2014; Tang dkk., 2014; Amato, 2012). Remaja kerap menghadapi konflik emosional yang intens akibat perceraian orang tua, disertai perasaan kehilangan rasa aman dan stabilitas yang selama ini menjadi sandaran mereka (Siregar dkk., 2024). Kondisi tersebut juga mengakibatkan remaja mulai menyalahkan diri sendiri sebagai penyebab perceraian orang tua mereka (Ramadhani & Krisnani, 2019).

Selain itu, remaja juga memiliki respon yang cukup berbeda ketika menghadapi perceraian orang tua. Seperti pada anak-anak berusia 9 hingga 12 tahun sudah mampu memahami dan mengendalikan perasaan mereka, namun kemarahan adalah emosi yang paling kuat dirasakan oleh anak-anak pada usia ini (Smith, 2013).

Ellison dkk. (2011) juga menyatakan bahwa remaja dengan keluarga bercerai akan mengalami trauma seperti ketakutan, stres, kecemasan, hingga renggangnya relasi dengan orang tua. Konflik keluarga yang intens, pola pengasuhan yang buruk, dan hubungan yang tidak harmonis antara orang tua dan anak setelah perceraian juga diketahui dapat menghambat kemampuan anak untuk beradaptasi dengan situasi ini yang menyebabkan dampak negatif pada kesehatan emosional, perilaku, dan fisik anak (Frosch & Mangelsdorf, 2001; Krishnakumar & Buehler, 2000).

Perceraian juga seringkali disertai dengan berbagai peristiwa lainnya, seperti pindah rumah, pernikahan ulang orang tuanya, hilangnya kontak dengan kakek nenek, dan berbagai peristiwa lainnya yang menjadi stres tambahan bagi anak-anak tersebut (Amato, 2010). Sebagian besar anak dari pasangan yang bercerai atau berpisah juga mengalami masalah pendidikan, termasuk tantangan emosional seperti kemarahan, kehilangan, kesedihan, dan menyalahkan diri sendiri (Garriga & Pennoni, 2022; Wambua dkk., 2021). Sebagai respons terhadap tantangan ini, penting untuk memahami seperti apa kondisi kesejahteraan remaja guna mengembangkan strategi untuk menghadapi situasi sulit tersebut dan membangun ketahanan diri.

Dikarenakan kondisi remaja yang mengalami dampak negatif dari perceraian orang tua mereka, pendekatan yang holistik sangat dibutuhkan dalam melihat kesejahteraan remaja. Untuk melihat kesejahteraan anak dan remaja, diperlukan pendekatan *eudaimonia* dan *hedonia* secara bersamaan (Vittersø, 2004; Fave dkk., 2011). *Eudaimonia* mencakup keterbukaan pada pengalaman, rasa ingin tahu, pertumbuhan pribadi, kompetensi, makna hidup, dan aktualisasi diri.

Sementara *hedonia* berfokus pada pengalaman kesenangan dan perasaan bahagia (Vittersø, 2004). Memiliki tingkat *eudaimonia* dan *hedonia* yang tinggi dapat dilihat pada individu yang telah mencapai kondisi *flourishing* (Schotanus-Dijkstra dkk., 2015).

Flourishing adalah kondisi dimana individu dapat berkembang dengan optimal serta semua fungsinya bekerja dengan baik (Seligman, 2012). Menurut Parks & Schueller (2014), *flourishing* dapat diartikan sebagai kondisi individu yang mengalami perasaan positif yang kuat, berjalannya fungsi kognitif dan sosial dengan baik, serta memiliki tujuan hidup dan berusaha mengejarnya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *flourishing* adalah kondisi dimana individu dapat berkembang secara optimal dengan berjalannya fungsi kognitif dan sosial dengan baik, merasakan perasaan positif yang kuat, memiliki tujuan hidup dan berusaha mengejarnya.

Memahami kondisi *flourishing* pada remaja menjadi sangat penting dikarenakan adanya hubungan nyata antara kesehatan mental, faktor-faktor pelindung, dan tanda-tanda pencapaian yang bisa dilihat, seperti kepercayaan diri dalam belajar, dukungan dari lingkungan sosial, kesehatan fisik, resiliensi, dan nilai akademis mereka (Casas, 2011). Penelitian Schalkwyk & Wissing (2010) juga menunjukkan bahwa penilaian *flourishing* pada remaja dapat menjadi sumber informasi berharga untuk pengambilan keputusan politik dan pengembangan kebijakan sosial.

Individu yang mengalami *flourishing* cenderung memiliki prevalensi *mood disorder* seperti depresi dan kecemasan yang lebih rendah, penurunan berbagai

perilaku berisiko, penyesuaian psikologis yang lebih baik, penerapan gaya hidup sehat, serta menunjukkan perilaku prososial yang lebih banyak (Singh dkk., 2015; Nelson dkk., 2016; Sofija dkk., 2020; Doré dkk., 2020; Schotanus-Dijkstra dkk., 2017). Individu yang *flourish* juga cenderung menggunakan kemampuan mereka secara optimal, termasuk kemampuan mengelola emosi dan menjalin hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar (Berman dkk., 2016). Remaja yang *flourish* juga dikaitkan dengan terjadinya peningkatan kemampuan belajar, kreatifitas, *gratitude*, optimisme, *self-esteem*, kebahagiaan, kesehatan fisik dan kepuasan hidup (Datu, 2018; Conner, 2018; De Carvalho, 2023; Butler & Kern, 2016).

Venning dkk. (2012) menyatakan bahwa remaja yang mencapai kondisi *flourishing* dapat terbebas dari gangguan psikologis, serta menunjukkan tingkat kesejahteraan emosional yang tinggi dan tingkat keberfungsian positif (kesejahteraan psikologis dan sosial) yang tinggi. Remaja dengan tingkat *flourishing* yang tinggi juga cenderung memiliki peluang lebih besar untuk meraih karier profesional, aktif dalam kegiatan sosial, dan berpartisipasi dalam aktivitas sukarela satu dekade kedepan (O'Connor dkk., 2017).

Untuk mencapai kondisi *flourishing* pada remaja, dibutuhkan peran orang tua yang signifikan. Menurut Davids dkk. (2017), berbagai kontribusi orang tua, seperti kehangatan orang tua, pola asuh yang penuh empati, dorongan orang tua, dan keterlibatan orang tua, memiliki hubungan positif dengan *flourishing* pada remaja. Selain itu, Thomas dkk. (2020) mengemukakan bahwa baik jumlah waktu maupun jenis hubungan yang didedikasikan orang tua kepada anak-anak mereka dapat memberikan dampak positif atau negatif pada perkembangan fisik, mental,

dan sosial remaja. Semakin banyak dan baiknya hubungan yang didedikasikan orang tua kepada anak, maka akan semakin positif dampaknya terhadap perkembangan fisik, mental, dan sosial remaja.

Berdasarkan penjelasan mengenai masalah yang dihadapi remaja dengan orang tua yang bercerai, penting untuk memahami konsep *flourishing* pada remaja sebagai kondisi di mana mereka tidak hanya mampu menghadapi situasi sulit tersebut, tetapi juga dapat tumbuh dan berkembang secara maksimal meskipun menghadapi berbagai tantangan. Sebelumnya telah terdapat beberapa penelitian mengenai keterkaitan hubungan orang tua dan remaja dengan tingkat *flourishing* pada remaja tersebut, seperti pada penelitian Kim dkk. (2020), Davids dkk. (2017), dan Bethell dkk. (2019). Ditemukan bahwa keterhubungan emosional, kelekatan dalam aktifitas dan waktu yang dihabiskan bersama, serta kualitas hubungan antara orang tua dengan remaja dapat mempengaruhi *flourishing* pada remaja tersebut. Namun pada penelitian sebelumnya, masih sangat minim literatur yang mengkaji *flourishing* pada remaja dengan kondisi yang tidak menguntungkan, seperti remaja dengan orang tua yang bercerai. Sehingga dari fenomena, teori, serta penelitian terdahulu, membuat peneliti tertarik melihat seperti apa gambaran *flourishing* pada remaja pasca orang tua bercerai.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Seperti apa gambaran *flourishing* pada remaja pasca orang tua bercerai?”

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat gambaran *flourishing* pada remaja pasca orang tua bercerai.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan dan menjadi dasar penelitian selanjutnya mengenai *flourishing* pada remaja pasca orang tua bercerai.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan oleh:

1. Orang tua yang bercerai sebagai informasi tentang faktor-faktor yang mendukung *flourishing* pada remaja, sehingga mereka dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan anak, meskipun dalam situasi pasca perceraian.
2. Lembaga Pendidikan sebagai masukan kepada sekolah atau lembaga Pendidikan lainnya untuk menyusun program bimbingan dan konseling yang dapat membantu remaja menghadapi dampak perceraian orang tua dan mendukung kesejahteraan psikologis mereka.
3. Ilmuan atau praktisi psikologi serta bidang keilmuan terkait sebagai acuan bagi penelitian selanjutnya untuk menggali lebih lanjut terkait *flourishing* pada remaja pasca orang tua bercerai.