

# PENGALAMAN PSIKOLOGIS REMAJA DENGAN KELUARGA BROKEN HOME DI KOTA BANDUNG

Silmi Nur Jannah<sup>1</sup>, Fitra Herdian<sup>2</sup>, Oktarian Pratama<sup>3</sup>, Jahidul Fikri A<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Diploma Tiga STIKes Dharma Husada

[silminurjannah287@gmail.com](mailto:silminurjannah287@gmail.com)

## Abstract

*Broken home means a fractured family, characterized by divorce and the death of one or both parents. The number of divorce cases in Indonesia, West Java, especially Bandung has increased compared to the previous year. This can have a negative impact on adolescent psychology such as drunkenness, depression and loneliness. The purpose of the research is to find out how the psychological experiences of adolescents with broken home families in Bandung City. The type of research used a qualitative approach with a phenomenological study method. Data were collected by in-depth interviews. The research informants amounted to 3 teenagers. The sample selection technique used purposive sampling. Data analysis used univariate analysis. The research instrument is a voice recorder. The results showed that the informants felt that they were unlucky children, their emotional condition was very sad, almost every day they cried, disappointed, lonely, desperate and thought about suicide. Two informants have maladaptive coping mechanisms by crying every night, doing self harm, often going to bars to get drunk and smoke. It can be concluded that broken home families have a negative psychological impact on adolescents who experience them. Suggestions for victims of broken homes are expected to be able to cope with stress with positive things such as telling stories to trusted people, doing hobbies, or writing diaries and being more aware of mental health.*

**Keywords :** *broken home, experience, adolescent, psychological*

## Abstrak

*Broken home berarti keluarga retak, yang dicirikan sebagai perceraian dan salah satu atau kedua orang tuanya meninggal. Angka kasus perceraian di Indonesia, Jawa Barat, terutama Bandung mengalami peningkatan dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Hal tersebut dapat berdampak negatif pada psikologis remaja seperti mabuk-mabukan, depresi dan kesepian. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui bagaimana pengalaman psikologis yang dialami remaja dengan keluarga *broken home* di Kota Bandung. Jenis penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi fenomenologis. Data dikumpulkan dengan wawancara mendalam. Informan penelitian berjumlah 3 orang remaja. Teknik pemilihan sampel menggunakan *purposive sampling*. Analisa data menggunakan analisis univariat. Instrumen penelitian berupa *voice recorder*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, informan merasa menjadi anak yang kurang beruntung, kondisi emosi sangat sedih, hampir setiap hari menangis, kecewa, kesepian, sampai putus asa dan memikirkan ingin bunuh diri. Dua informan memiliki mekanisme coping yang maladaptif dengan menangis setiap malam, melakukan *self harm*, sering ke bar untuk mabuk dan merokok. Dapat diambil kesimpulan keluarga *broken home* menimbulkan dampak psikologis negatif bagi remaja yang mengalaminya. Saran bagi korban *broken home* diharapkan bisa mengatasi stress dengan hal-hal yang positif seperti bercerita kepada orang yang bisa dipercaya, melakukan hobi, atau bisa juga menulis diari dan lebih *aware* lagi terhadap kesehatan mental.*

**Kata Kunci :** *broken home, pengalaman, remaja, psikologis*

## I. PENDAHULUAN

Remaja sebagai masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, istilah ini menunjukkan masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan (Shilphy A, 2020). Remaja dimulai pada usia 10-22 tahun (Kemenkes RI, 2022).

Keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri atas kepala keluarga dan beberapa orang yang terkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah satu atap dalam keadaan saling ketergantungan (Wahyu S, 2019). Keluarga memiliki peranan yang penting dalam perkembangan remaja.

Keluarga yang dulunya akrab dan hidup damai mulai berubah menjadi kurang perhatian, renggang, tegang dan sering cemas (Sofyan S. Willis, 2011). Kondisi keluarga yang seperti ini akan memicu terjadinya keretakan dalam keluarga atau yang biasa disebut dengan istilah *broken home*.

Menurut Sofyan S. Willis (2011) keluarga retak (*broken home*) dapat dilihat dari 2 aspek yaitu dimana salah satu kepala keluarga meninggal atau bercerai, atau tidak bercerai namun orang tua sering tidak di rumah atau tidak menunjukkan kasih sayang lagi dalam keluarga, misalnya orang tua

sering bertengkar sehingga keluarga tidak sehat secara psikologis.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada Laporan Statistik Indonesia 2022, bahwa kasus perceraian yang terjadi di Indonesia berjumlah 516.334 kasus di tahun 2022. Angka ini naik 15,31% jika dibandingkan dengan kasus perceraian yang terjadi pada tahun 2021.

Berdasarkan wilayahnya, yang menjadi urutan pertama paling banyak terjadi perceraian adalah di Jawa Barat, yakni 113.643 kasus.

Pengadilan Agama mencatat, angka perceraian di Kota Bandung yang ditangani mencapai 7.365 perkara di tahun 2022. Angka tersebut mengalami kenaikan dibandingkan tahun 2021 yang hanya mencapai 7.075 perkara.

Berdasarkan fenomena diatas, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengalaman Psikologis Remaja Dengan Keluarga *Broken Home* di Kota Bandung".

## II. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi fenomenologis. Data dikumpulkan dengan wawancara mendalam. Informan penelitian

berjumlah 3 orang remaja. Teknik pemilihan sampel menggunakan *purposive sampling*. Analisa data menggunakan analisis univariat. Instrumen penelitian berupa *voice recorder*.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Penyebab *Broken Home*

Ketiga informan memiliki penyebab *broken home* masing-masing yang berbeda. Informan 1 dan Informan 2 mengatakan penyebab *broken home* karena merasakan ketiadaan dari salah satu atau kedua orang tua yang disebabkan karena meninggal. Sedangkan Informan 3 mengatakan penyebab *broken home* karena perceraian kedua orang tuanya. Hal tersebut secara tidak langsung dapat mempengaruhi perkembangan anak khususnya anak yang tengah beranjak remaja. Informan 1 mengalami ketiadaan saat berusia 18 tahun, Informan 2 saat berusia 16 tahun, dan Informan 3 saat berusia 15 tahun. Kemenkes RI (2022) menyatakan masa remaja biasanya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun. Masa ini dikenal sebagai masa yang sulit dan membingungkan sehingga dibutuhkanlah bimbingan dan arahan dari orang-orang terdekat seperti orang tua atau keluarga untuk membantu remaja melewati masa krisisnya. Oleh

sebab itu kondisi keutuhan keluarga dapat memberikan pengaruh besar bagi kehidupan remaja.

#### Proses Terjadinya *Broken Home*

Ketiga informan memiliki pengalaman proses terjadinya keluarga *broken home* yang berbeda-beda. Informan 1 menyatakan pernah kepikiran untuk bunuh diri di *flyover* setelah papahnya meninggal, saat itu keluarga dalam keadaan ekonomi yang sulit sehingga informan terpaksa pindah program studi kuliah. Informan 2 menyatakan setahun setelah bapaknya meninggal, mamahnya merencanakan pernikahan secara diam-diam tanpa sepengetahuan informan karena keadaan ekonomi keluarga yang sulit, dan Informan 3 menyatakan kedua orang tua bercerai karena perselingkuhan ayahnya, informan juga menyebutkan mengetahui tentang perselingkuhan tersebut. Hal ini sesuai dengan pernyataan Sofyan S. Willis (2011) yaitu ada tujuh faktor yang menjadi penyebab keluarga mengalami *broken home* diantaranya adalah permasalahan ekonomi keluarga dan perselingkuhan.

#### Persepsi Terhadap Diri Sendiri

Ketiga informan memiliki persepsi terhadap diri sendiri atau konsep diri yang negatif. Ketiga

informan mengatakan merasa menjadi anak yang kurang beruntung dan menyedihkan, merasakan perubahan pada karakteristik dirinya yang menjadi lebih sensitif, kesepian, tidak betah di rumah dan merasakan iri. Kemudian juga ketiga informan mengatakan merasa kurang percaya diri karena lingkungan sangat mempengaruhi terhadap tingkat kepercayaan diri dan juga kepercayaan untuk terbuka terhadap orang lain. Informan juga merasakan perubahan peran diri untuk ikut merasa tanggung jawab terhadap kenyataan pahit yang ada yaitu menjadi tulang punggung keluarga. Tetapi berdasarkan pengalaman mereka yang tidak mengenakkan, ketiga informan masih memiliki harapan yang positif untuk masa depan terutama dalam hal perbaikan terhadap diri sendiri.

### Kondisi Emosi

Ketiga informan memiliki kondisi emosi masing-masing yang dirasakan. Informan 1 mengatakan saat papahnya meninggal, ia merasakan kehilangan yang mendalam. Pikirannya semakin kacau saat ibunya ikut pergi meninggalkannya, hal ini membuat informan sangat sedih, hampir setiap hari menangis dan juga putus asa dengan pemikiran ingin ikut dengan kedua orang tuanya. Informan 2 mengatakan merasa sedih dan juga

kecewa terhadap mamahnya yang memutuskan untuk menikah kembali, ia merasa tidak memiliki siapa-siapa lagi, hal ini sampai membuat informan melakukan *self harm* karena merasa putus asa akan keluarganya. Informan 3 mengatakan merasa sedih, kecewa terhadap ayahnya mengapa harus berselingkuh dan juga kecewa mengapa ujungnya harus perceraian. Ungkapan ketiga informan juga sesuai dengan (Rita Eka Izzaty, 2008) yang menuturkan bahwa masa remaja dicirikan dengan keadaan emosi yang tidak menentu, tidak stabil dan meledak-ledak.

### Strategi Koping Remaja

Ketiga informan, mereka semua memiliki strategi untuk mengatasi stress yang berbeda-beda. Informan 1 memiliki mekanisme koping yang adaptif, informan mengatakan saat sedang bersedih jika mengingat kedua orang tuanya, ia mengatasinya dengan bernyanyi, mendengarkan musik, menonton *youtube podcast*, kemudian menceritakan perasaannya kepada neneknya dan juga sering menulis di buku diari. Informan 2 memiliki mekanisme koping yang maladaptif, informan mengatakan sering menangis setiap malam memikirkan kondisi keluarganya, ia juga melampiaskannya dengan melakukan *self harm*, kemudian menjadi *fangirl k-pop*,

menonton drama, terkadang jajan dan makan. Informan 3 memiliki mekanisme coping yang maladaptif, informan mengatakan saat sedang teringat dan sedih akan kondisi keluarga, ia mencari kebahagiaan diluar yang tidak terdapat di keluarganya dengan sering ke bar untuk mabuk, merokok, dan pergi nongkrong pada malam hari. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Stuart & Sundein (2012) yaitu mekanisme coping berdasarkan penggolongannya dibagi menjadi dua yaitu mekanisme coping adaptif dan mekanisme coping maladaptif. Mekanisme coping adaptif yaitu mekanisme coping yang mendukung fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar, dan mencapai tujuan, seperti berbicara dengan orang lain, dapat menerima dukungan dari orang lain, dan aktivitas konstruktif. Mekanisme coping maladaptif merupakan mekanisme coping yang menghambat fungsi integrasi, memecah pertumbuhan, menurunkan otonom dan cenderung menguasai lingkungan, seperti menghindar, melakukan perilaku menyimpang, bahkan resiko bunuh diri.

## V. KESIMPULAN

1. Informan 1 mengalami ketiadaan dari kedua orang tua yang disebabkan karena meninggal.

Peristiwa tersebut terjadi saat informan berusia 18 tahun dan menyebabkan sulitnya keadaan ekonomi keluarga. Informan 1 menyatakan pernah kepikiran untuk bunuh diri di *flyover* setelah papahnya meninggal. Informan 1 berpandangan buruk mengenai diri sendiri, sering merasa menjadi anak yang kurang beruntung, kurang percaya diri, harus menjadi tulang punggung keluarga, tetapi memiliki harapan positif untuk masa depan. Kondisi emosi informan 1 sangat sedih, hampir setiap hari menangis dan juga putus asa dengan pemikiran ingin ikut dengan kedua orang tuanya. Informan 1 memiliki mekanisme coping yang adaptif, informan mengatakan saat sedang bersedih jika mengingat kedua orang tuanya, ia mengatasinya dengan bernyanyi, mendengarkan musik, menonton *youtube podcast*, kemudian menceritakan perasaannya kepada neneknya dan juga sering menulis di buku diari.

2. Informan 2 mengalami ketiadaan dari salah satu orang tua (bapak) yang disebabkan karena meninggal. Peristiwa tersebut terjadi saat informan berusia 16 tahun dan menyebabkan sulitnya keadaan ekonomi keluarga. Informan 2 menyatakan setahun setelah

bapaknya meninggal, mamahnya merencanakan pernikahan secara diam-diam tanpa sepengetahuan informan. Tetapi karena hubungan yang toxic, pernikahan tersebut tidak berlangsung lama. Hal ini membuat informan berpandangan buruk mengenai diri sendiri, sering merasa menjadi anak yang kurang beruntung, kurang percaya diri, harus menjadi tulang punggung keluarga, tetapi memiliki harapan positif untuk masa depan. Kondisi emosi informan 2 merasa sedih dan juga kecewa terhadap mamahnya yang memutuskan untuk menikah kembali, ia merasa tidak memiliki siapa-siapa lagi. Informan 2 memiliki mekanisme coping yang maladaptif, informan mengatakan sering menangis setiap malam memikirkan kondisi keluarganya, ia juga melampiaskannya dengan melakukan *self harm*, kemudian menjadi *fangirl k-pop*, menonton drama, terkadang jajan dan makan.

3. Informan 3 memiliki pengalaman perceraian keluarga karena perselingkuhan yang dilakukan oleh ayahnya. Peristiwa tersebut terjadi saat informan berusia 15 tahun dan menyebabkan informan berpandangan buruk mengenai diri sendiri, sering merasa menjadi anak yang kurang beruntung, kurang

percaya diri, tetapi memiliki harapan positif untuk masa depan. Kondisi emosi informan 3 merasa sedih, kecewa terhadap ayahnya mengapa harus berselingkuh dan juga kecewa mengapa ujungnya harus perceraian. Informan 3 memiliki mekanisme coping yang maladaptif, informan mengatakan saat sedang teringat dan sedih akan kondisi keluarga, ia mencari kebahagiaan diluar yang tidak terdapat di keluarganya dengan sering ke bar untuk mabuk, merokok, dan pergi nongkrong pada malam hari.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Afiyanti, Y & Rachmawati, NI. (2014). Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Riset Keperawatan Edisi 1. Jakarta: *Rajawali*.
2. Bagong, Suyanto dan Sutinah. (2006). Metode Penelitian Sosial Berbagai Alternatif Pendekatan. Jakarta: *Prenada Media Group*.
3. Budiman, M., & Widyastuti, D. (2022). Dinamika Psikologis Remaja Dengan Orang Tua yang Bercerai. *Cognicia*, 10(2), 72-79.
4. Chaplin, J. P. (2006). Kamus Lengkap Psikologi. Jakarta: *PT Rajagrafindo Persada*.
5. Cresswell, John. W. (2016). *Research Desain Penelitian Kuantitatif & Kualitatif & Mixed*. Yogyakarta: *Pustaka Pelajar*.

6. Creswell, John W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. Pearson: New York.
7. Djamarah Syaiful Bahri. (2012). *Pola Komunikasi Orangtua dan Anak dalam Keluarga*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
8. Geldard, Kathryn & Geldard, David. (2011). *Konseling Remaja (Pendekatan Proaktif untuk Anak Muda)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
9. Goode, J.William. (2004). *Sosiologi Keluarga*. Jakarta: Bumi Aksara.
10. Goode, J.William. (2007). *Sosiologi Keluarga*. Jakarta: Bumi Aksara.
11. Helmawati. (2014). *Pendidikan Keluarga (Teoritis dan Praktis)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
12. Hurlock, Elizabet. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi kelima). Jakarta: Erlangga.
13. Jahja, Yudrik. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
14. Kemenkes RI. (2022). *Kesehatan Reproduksi Remaja : Permasalahan dan Upaya Pencegahan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan.
15. Marilyn M. Friedman. (1998). *Keperawatan Keluarga : Teori Dan Praktik*. Jakarta: EGC.
16. Melissa Ribka Santi, dkk. (2015). *Pola Komunikasi Anak-Anak Delinkuen Pada Keluarga Broken Home di Kelurahan Karombasan Selatan Kecamatan Wanea Kota Manado*. *E-journal Acta Diurn* (Vol. IV, No. 4).
17. Miles, M. B. & Huberman, M. (1992). *Analisis Data Kualitatif*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.
18. Mohammad Ali dan Mohammad Asrori. (2012). *Psikologi Remaja (Perkembangan Peserta Didik)*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
19. Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
20. Nur Salam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
21. Rita Eka Izzaty, dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
22. Santrock, John W. (2003). *Adolescence* (Perkembangan Remaja). Jakarta: Erlangga.
23. Sarlito Wirawan Sarwono. (2012). *Pengantar Ilmu Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang.
24. Satori, D. A., & Komariah, A. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif*, cet. 6. Bandung: Alfabeta.
25. Shilphy. A. (2020). *Motivasi Belajar Dalam Perkembangan Remaja*. Yogyakarta: Deepublish.
26. Smith. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method, and Research*. London: Sage Publication.
27. Sofyan S. Willis. (2011). *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Bandung: Alfabeta.

28. Sofyan S. Willis. (2012). Remaja dan Permasalahannya. *Bandung: CV Alfabeta.*
29. Stuart, Sundeen. (2012). Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5. *Jakarta: EGC*
30. Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. *Bandung: Alfabeta.*
31. Sugiyono. (2017). Metode Penelitian : Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. *Bandung: Alfabeta.*
32. Sugiyono. (2020). Metode Penelitian Kualitatif. *Bandung: Alfabeta Bandung.*
33. Sukmawati, B. (2021). Dampak Perceraian Orang Tua Bagi Psikologis Anak. *JSGA*, 03(02), 24-34.
34. Syamsu Yusuf. (2006). Psikologi Perkembangan Anak & Remaja. *Bandung: PT Remaja Rosdakarya.*
35. Syamsu Yusuf. (2007). Psikologi Perkembangan Anak & Remaja. *Bandung: PT Remaja Rosdakarya.*
36. 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), 99-106.
37. Wahyu. S. (2019). Mengembalikan Fungsi Keluarga. *Yogyakarta: Ide Publishing.*