

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Menurut Sarafino & Smith, dukungan sosial dapat diartikan sebagai kenyamanan, perhatian, ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain, dimana orang lain disini bisa berarti individu secara perseorangan ataupun kelompok.¹ Dukungan sosial biasanya berasal dari orang-orang yang memiliki hubungan dekat, seperti orang tua, pasangan, saudara, anak, sahabat, dan lainnya. Beberapa pengertian dukungan sosial menurut para ahli yang lainnya yaitu:

- a. Menurut Taylor, dukungan sosial yang diberikan oleh orang-orang terdekat dengan individu yang bersangkutan dapat lebih berarti bagi individu tersebut.²
- b. Menurut Ginting, dukungan sosial adalah apa yang orang dapatkan dari lingkungannya berupa semangat, perhatian, penghargaan, bantuan, dan kasih sayang. Hal ini memberi kesan pada remaja bahwa orang lain mencintai, peduli, dan menghargai mereka.³
- c. Menurut Sarafino, dukungan sosial adalah perasaan bahwa orang atau kelompok lain memberi mereka kenyamanan, perhatian, penghargaan,

¹ Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology*. Biopsychosocial Interactions. 7th Ed., New Jersey. John Wiley & Sons Inc.

² Taylor, E. S. (2009). *Health Psychology*. New Jersey : Mc. Grawhill.

³ Ginting, D.C.E. (2015). *Dukungan sosial orangtua, pengasuh panti, dan teman sebaya sebagai predictor terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan di Boyolali*.

atau bantuan. Dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial adalah semua aspek dukungan.⁴

- d. Menurut Gottlieb, dukungan sosial adalah dukungan yang terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan atau non-verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran orang yang mendukung serta hal ini mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima.⁵

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Menurut Sarafino & Smith, dukungan sosial terdiri atas 4 aspek yaitu:⁶

- a. Dukungan emosional atau penghargaan

Dinyatakan dalam bentuk bantuan berupa dorongan untuk memberikan empati, kasih sayang, perhatian, dan penghargaan positif. Dukungan ini akan menyebabkan penerima dukungan merasa nyaman, tenang kembali, serta merasa dimiliki dan dicintai.

- b. Dukungan nyata atau instrumental

Dukungan instrumental mencakup bantuan langsung seperti memberikan pinjaman uang atau menolong dengan melakukan sesuatu pekerjaan guna menyelesaikan tugas-tugas individu.

⁴ Sarafino, E. P. (2002). *Health psychology biopsychosocial interaction*. United States Amerika: John Wiley & Sons, Inc.

⁵ Gottlieb, B. H. (1988). *Marshaling Social Support Formats, Processes and Effects*. United States: Sage Publication.

⁶ Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology*. Biopsychosocial Interactions. 7th Ed., New Jersey : John Wiley & Sons Inc.

c. Dukungan informasi

Memberikan informasi, nasihat, sugesti ataupun umpan balik mengenai apa yang sebaiknya dilakukan oleh orang lain yang membutuhkan.

d. Dukungan persahabatan

Jenis dukungan ini diberikan dengan cara membuat kondisi agar seseorang menjadi bagian dari suatu kelompok yang memiliki persamaan minat dan aktivitas sosial. Dukungan jaringan sosial merupakan suatu interaksi sosial yang positif dengan orang lain yang memungkinkan individu dapat menghabiskan waktu dengan individu lain dalam suatu aktivitas sosial maupun hiburan.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Sarafino & Smith, tidak semua individu mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang sekitarnya. Ada beberapa faktor yang menentukan seseorang menerima dukungan sosial, berikut adalah faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yang diterima individu:⁷

a. Faktor penerima dukungan

Seseorang akan memperoleh dukungan sosial jika dia juga melakukan hal-hal yang dapat memicu orang lain untuk memberikan dukungan terhadap dirinya. Individu harus memiliki proses sosialisasi yang baik dengan lingkungannya, termasuk didalamnya membantu orang lain yang butuh pertolongan atau dukungan, dan membiarkan

⁷ Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology*. Biopsychosocial Interactions. 7th Ed., New Jersey : John Wiley & Sons Inc.

orang lain tahu bahwa dirinya membutuhkan dukungan atau pertolongan jika memang membutuhkan.

b. Faktor penyedia dukungan

Providers yang dimaksud mengacu pada orang-orang terdekat individu yang dapat diharapkan menjadi sumber dukungan sosial. Ketika individu tidak mendapatkan dukungan sosial, bisa saja orang yang seharusnya memberikan dukungan sedang dalam kondisi yang kurang baik seperti tidak memiliki jenis bantuan yang dibutuhkan oleh recipients, sedang mengalami stress, atau kondisi-kondisi tertentu yang membuatnya tidak menyadari bahwa ada orang yang membutuhkan bantuannya.

c. Komposisi dan struktur jaringan social

Maksud dari komposisi dan struktur jaringan sosial adalah hubungan yang dimiliki individu dengan orang-orang dalam keluarga dan lingkungannya. Hubungan ini dapat dilihat dalam ukuran (jumlah orang yang sering berhubungan dengan individu), frekuensi hubungan (seberapa sering individu bertemu dengan orang-orang tersebut), komposisi (apakah orang-orang tersebut merupakan anggota keluarga, teman, rekan kerja dan sebagainya) dan intimasi (kedekatan hubungan individu dan kepercayaan satu sama lain).

B. Remaja

1. Pengertian Remaja

Menurut Jahja, mengemukakan bahwa masa remaja adalah suatu masa perubahan. Pada masa remaja terjadi perubahan yang cepat baik secara

fisik, maupun psikologis.⁸ Kata latin *adolescere* yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa” merupakan asal mula dari istilah remaja atau pemuda. Saat ini, istilah “remaja” atau “masa muda” sering digunakan untuk merujuk pada tahap perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang ditandai dengan pergeseran fisik, kognitif, dan sosial.

Untuk mengelompokkan mereka, remaja dibagi ke dalam tahapan sebagai berikut:⁹

- a. Pra Remaja (11 atau 12-13 atau 14 tahun), pra remaja ini memiliki masa yang sangat singkat, sekitar satu tahun untuk anak laki-laki antara usia 12 atau 13 tahun sampai 13 atau 14. Karena kecenderungan perilaku negatif, fase ini juga disebut sebagai fase negatif. Waktu yang menantang bagi orang tua dan anak-anak untuk berkomunikasi. Perubahan hormon, misalnya, mengganggu perkembangan fungsi tubuh dan dapat menyebabkan perubahan suasana hati yang tidak terduga.
- b. Remaja awal (13 atau 14 tahun - 17 tahun), selama masa ini, perubahan terjadi dengan cepat dan mencapai puncaknya. Di usia ini, banyak manifestasi dari ketidakseimbangan dan ketidakstabilan emosi. Karena statusnya saat ini tidak diketahui, dia sedang mencari identitas. Pola hubungan mulai bergeser. Remaja, seperti orang dewasa muda, sering percaya bahwa mereka berhak membuat pilihan sendiri.
- c. Remaja Lanjut (usia 17-20 atau 21 tahun), remaja di usia ini ingin menjadi pusat perhatian, ingin menarik perhatian pada dirinya sendiri

⁸ Jahja. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.

⁹ Amita Diananda. (2018). *Psikologi Remaja dan Permasalahannya*. Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam. Vol. 1, (No. 1). Hlm. 117-118.

dengan cara yang berbeda dari remaja. Remaja di usia ini memiliki banyak energi, bersemangat, dan memiliki cita-cita yang tinggi serta ingin menemukan identitasnya dan menjadi mandiri secara emosional.

Banyak ahli yang memberikan pendapat terkait dengan pengertian remaja. Adapun pengertian remaja menurut para ahli antara lain :

- a. Menurut Santrock, istilah “masa muda” atau “masa remaja” mengacu pada masa perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional antara masa kanak-kanak dan masa dewasa.¹⁰
- b. Menurut Yudrik, masa remaja merupakan suatu masa yang pada saat itu terjadi perubahan perilaku individu menjadi seseorang yang mandiri, timbulnya keinginan-keinginan seksual, dan adanya perhatian terhadap nilai-nilai yang ada dan isu-isu moral.¹¹
- c. Menurut Gunarsa, masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa.¹²
- d. Menurut Papalia, masa remaja merupakan masa penting dalam perkembangan individu dimana pada masa remaja seorang individu sedang melewati tahap-tahap peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa yang meliputi perubahan emosi, perubahan fisik tubuh, perubahan minat dan juga perubahan pola perilaku.¹³

2. Ciri-Ciri Remaja

¹⁰ Santrock, J., W. (2003). *Adolescence. Perkembangan Remaja*. Edisi keenam terjemahan. Jakarta: Erlangga.

¹¹ Yudrik. (2012). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.

¹² Gunarsa.(1991). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.

¹³ Papalia, D. F. (2009). *Perkembangan manusia*. (B. Marswendy, Ed.). Jakarta: Salemba Humanika.

Ada beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja menurut Jahja, yang memiliki ciri-ciri sebagai berikut:¹⁴

- a. Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada masa remaja awal banyak tuntutan dan tekanan yang ditunjukkan kepada remaja, misalnya mereka diharapkan untuk tidak lagi bertingkah laku seperti anak-anak, mereka harus lebih mandiri, dan bertanggung jawab.
- b. Perubahan yang cepat secara fisik juga disertai dengan kematangan seksual. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat, baik perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan dan sistem respirasi maupun perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja.
- c. Perubahan dalam hal uang menarik bagi dirinya dan hubungannya dengan orang lain. Hal ini dikarenakan adanya tanggung jawab yang lebih besar pada masa remaja, maka remaja diharapkan untuk dapat mengarahkan ketertarikan mereka pada hal-hal yang lebih penting.
- d. Perubahan nilai, di mana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting, karena telah mendekati dewasa.
- e. Kebanyakan remaja bersikap ambivalen dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Di satu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi tidak di sisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan itu, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab itu.

¹⁴ Jahja. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.

C. Perceraian

1. Pengertian Perceraian

Menurut Emery, perceraian adalah berpisahnya pasangan suami istri dan berakhirnya suatu ikatan perkawinan atas dasar kesepakatan antara pihak suami maupun pihak istri, disebabkan oleh tidak terpenuhinya kebutuhan antara kedua belah pihak.¹⁵ Islam menyebut cerai (talak), dan kata “cerai” berasal dari kata Arab “itlaq” yang berarti melepaskan atau meninggalkan. Karena kata tallaqa, yutalliqu, dan tatliiqan membentuk kata talak, maka sinonimnya dengan kata tahliq, yang berarti melepaskan dan meninggalkan.¹⁶

Adapun beberapa pengertian perceraian menurut para ahli dapat dilihat sebagai berikut:

- a. Menurut Widiastuti, ketidakcocokan suami istri menjadi akar penyebab perceraian di Indonesia. Namun, khususnya disebabkan oleh kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), perselingkuhan, poligami, masalah ekonomi, pernikahan terselubung, pasangan yang terpisah jarak, pasangan yang tidak lagi berbicara dengan baik, sering bertengkar, dan bahkan pasangan yang tidak mau menyampaikan.¹⁷

¹⁵ Emery. (1999). *Marrage, Divorce, and Chidren*. New york: Prentice Hall.

¹⁶ Mahdatillah dan Sri. (2020). *Strategi Coping pada Remaja Korban Perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang*. Undergraduate thesis.

¹⁷ Widiastuti, R.Y. (2015). *Dampak Perceraian pada Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Usia 5-6 Tahun*. Jurnal PG-PAUD Trunojoyo. Vol. 2, (No. 2). Hlm. 45.

- b. Menurut Rachmadi, sebagai berakhirnya suatu perkawinan karena seorang suami menyatakan cerai dari istrinya yang perkawinannya diatur oleh hukum Islam.¹⁸
- c. Menurut Dariyo, 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.¹⁹

2. Dampak Perceraian

Menurut Cole, bagi pasangan yang telah memiliki anak, perceraian dapat memberikan dampak sebagai berikut:²⁰

- a. Penyangkalan

Penyangkalan adalah salah satu cara yang sering digunakan untuk mengatasi luka emosinya dan melindungi dirinya dari perasaan dikhianati dan kemarahan. Penyangkalan yang berkepanjangan merupakan indikasi bahwa anak yakin dialah penyebab perceraian yang terjadi pada orang tuanya.

- b. Rasa malu

¹⁸ Uswatun Hasanah. (2019). *Pengaruh Perceraian Orang Tua bagi Psikologis Anak*”, Jurnal Analisis Gender dan Agama. Vol. 2, (No. 1). Hlm. 21.

¹⁹ Dariyo, A. (2007). *Psikologi Perkembangan, Anak Tiga Tahun Pertama*. Bandung : PT. Refina Aditama.

²⁰ Cole, K. (2004). *Mendampingi Anak Menghadapi Perceraian Orang Tua*. Jakarta: Aneka Prestasi Pustaka.

Rasa malu merupakan suatu emosi yang berfokus pada kekalahan atau penyangkalan moral, membungkus kekurangan diri dan memuat kondisi pasif atau tidak berdaya.

c. Rasa bersalah

Rasa bersalah adalah perasaan melakukan kesalahan sebagai suatu sikap emosi umumnya menyangkut konflik emosi yang timbul dari kontroversi atau yang dikhayalkan dari standar moral atau sosial, baik dalam tindakan atau pikiran.

d. Ketakutan

Anak menderita ketakutan karena akibat dari ketidakberdayaan mereka dan ketidakberdayaan yang disebabkan oleh perpisahan kedua orang tuanya. Anak menunjukkan ketakutan ini dengan cara menangis atau berpegangan erat pada orang tuanya atau memiliki kebutuhan untuk bergantung pada benda kesayangannya seperti boneka.

e. Kesedihan

Kesedihan adalah reaksi yang paling mendalam bagi anak-anak ketika orang tuanya berpisah. Anak akan menjadi sangat bingung ketika hubungan orang tuanya tidak berjalan baik terutama jika mereka terus menerus menyakiti, entah secara fisik maupun verbal.

f. Rasa marah

Beberapa anak khususnya menunjukkan kemarahan mereka pada orang tua yang ditinggal bersama mereka, karena mereka merasa aman melampiaskan frustrasi mereka pada orang tua yang tidak meninggalkan mereka. Anak biasanya menyalahkan orang tuanya

karena telah menimbulkan ketakutan baginya yang disebabkan oleh banyaknya perubahan setelah perceraian.