

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Resiliensi

1. Definisi Resiliensi

Istilah resiliensi berasal dari bahasa latin “*resilire*” yang memiliki arti melambung kembali. Resiliensi dapat dikatakan sebagai kemampuan untuk bangkit atau pulih kembali dari suatu keadaan dan kembali pada bentuk semula, setelah mengalami tekanan. Dalam psikologi resiliensi ialah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk segera pulih dalam perubahan setelah mengalami sakit, kemalangan atau-pun kesulitan.¹

Resiliensi merupakan sebuah konseptual yang relatif baru dalam ranah psikologi. Istilah resiliensi pada mulanya didasari oleh pandangan yang kontemporer yang berasal dari lapangan, psikiatri, psikologi, dan sosiologi mengenai anak, remaja dan individu yang telah dewasa yang berhasil bangkit kembali dan bertahan dalam kondisi stress, trauma, serta resiko yang ada dalam kehidupannya.²

Menurut Garmezy, resiliensi merupakan keterampilan, kemampuan, pengetahuan, serta insight yang terkumpul sepanjang waktu, dan dapat diwujudkan sebagai kekuatan individu dalam menghadapi berbagai macam tantangan atau-pun kesulitan. Grotberg menggambarkan resiliensi merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk

¹ Eem Munawaroh dan Esya Anesty Mashudi, Resiliensi (Semarang: CV.Pilar Nusantara, 2019), 10.

² Intan Mutiara Mir'attannisa, Nandang Rusmana dan Nandang Budiman “Kemampuan Adaptasi Positif Melalui Resiliensi”, *Journal of Innovative Counseling*, 2 (Agustus, 2019), 72.

bertahan dan beradaptasi dalam menghadapi serta memecahkan sebuah permasalahan setelah merasakan kesengsaraan.

Reivich dan Shatte menjelaskan resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam merespon trauma yang dirasakannya dengan cara-cara yang sehat serta produktif. Secara umum, resiliensi ditandai dengan beberapa ciri, yaitu; adanya kemampuan dalam menghadapi kesulitan, ketangguhan dalam menghadapi stress maupun bangkit dari trauma yang dirasakannya.³

Resiliensi merupakan proses dinamis yang mencakup suatu adaptasi positif yang dilakukan oleh individu dalam situasi sulit yang dalam menjalaninya mengalami hambatan yang signifikan dan dapat berubah sejalan dengan perbedaan waktu dan lingkungan yang ada disekitarnya. Menurut Meichenbaum dalam proses resiliensi membutuhkan interaksi yang kompleks yang melibatkan berbagai peran yaitu; individu, keluarga serta lingkungan masyarakat yang luas.⁴

Hal positif yang didapat melalui resiliensi yaitu perbaikan efek negatif dari stres yang dialami individu, peningkatan dalam beradaptasi, serta dapat mengembangkan keteampilan koping yang produktif dalam menghadapi perubahan serta kesulitan.⁵

Dari definisi di atas, dapat disimpulkan resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk bangkit dari situasi sulit yang dialaminya, menghadapi tekanan yang ada dihidupnya dan berusaha

³ Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologis* (Jakarta: Prenamedia Group, 2018), 22.

⁴ Ibid, 23.

⁵ Cicilia Tanti Utami, Avin Vadilla Helmi, "Self-Efficacy dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis", *Jurnal Buletin Psikologi*, 1 (2017), 55.

memecahkan permasalahan yang dihadapinya. Dalam memperoleh resiliensi membutuhkan proses adaptasi secara positif yang melibatkan berbagai peran dalam melaluinya seperti keluarga atau lingkungan sosial sekitarnya.

2. Aspek-aspek Resiliensi

Menurut Reivich dan Shatte, terdapat tujuh aspek dalam resiliensi, antara lain:

a. Regulasi Emosi

Regulasi emosi merupakan suatu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk tetap tenang dalam sebuah situasi yang penuh tekanan. Ketika individu dapat mengatur emosinya secara tepat, baik positif atau-pun negatif hal ini merupakan hal yang sehat dan dapat bersifat membangun. Pengungkapan emosi secara tepat dapat dikatakan sebagai salah satu kemampuan yang dimiliki oleh individu yang resilien.

Regulasi emosi adalah hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena regulasi emosi merupakan bentuk pengendalian emosi yang dilakukan individu terhadap emosi yang dimilikinya. Setiap hari, individu akan terus menghadapi berbagai rangsangan yang dapat menggugah emosi. Oleh karena itu, reaksi emosi yang tidak tepat, ekstrim atau tidak terkendali dapat

mengganggu peran individu dalam masyarakat, sehingga regulasi emosi sangat diperlukan dalam setiap waktu.⁶

Reivich & Shate berpendapat hal yang penting dalam regulasi emosi yaitu ketenangan dan fokus. Oleh karena itu, jika individu mampu mengatur hal tersebut dan menggunakan kemampuannya untuk meredakan serta mengurangi emosi yang ada, maka individu tersebut mampu mengungkapkan emosinya dengan tepat dan individu tersebut merupakan individu yang resilien.⁷

b. Pengendalian Impuls

Pengendalian impuls yaitu suatu kemampuan dalam mengendalikan sebuah keinginan, dorongan, kegemaran, tekanan yang muncul dalam diri individu. Individu dengan pengendalian impuls yang rendah akan cepat mengalami perubahan emosi yang pada akhirnya berdampak terhadap pikiran dan perilaku mereka. Kemampuan dalam mengontrol impuls akan membawa kepada kemampuan dalam berpikir secara jernih serta akurat.⁸

c. Optimisme

Individu yang memiliki resiliensi dapat dikatakan sebagai individu yang optimis. Optimis memiliki arti jika seseorang menanamkan sikap optimism maka sesuatu yang dijalannya akan

⁶Daisy Prawitasari Poegoeh, "Peran Dukungan Sosial dan Regulasi Emosi terhadap Resiliensi Keluarga Penderita Skizofrenia", *Jurnal Insan*, 1 (Juni, 2016), 15.

⁷Septia Laura, "*Hubungan antara Self Efficacy dan Regulasi Emosi dengan Resiliensi pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan*" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Lampung, 2019).

⁸Septiyani, "Resiliensi Remaja Broken Home" (Skripsi, Institut Agama Islam Negeri, Purwokerto, 2018), 21.

berlangsung lebih baik. Individu yang optimis akan mempunyai kemungkinan yang kecil merasakan depresi dan mereka akan mempercayai bahwa permasalahan atau situasi yang sulit akan menjadi lebih baik ketika mereka menamkan sikap optimisme.

Reivich dan Shatte menjelaskan sikap optimism dalam diri seseorang terus didorong dalam menemukan sebuah solusi dari permasalahan dan terus berusaha dalam mencapai keadaan yang lebih baik.⁹

d. Analisis Penyebab Masalah

Analisis penyebab masalah yaitu suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam mengidentifikasi penyebab-penyebab dari permasalahannya serta menganalisis secara akurat dari permasalahan yang dihadapinya. Apabila individu mengalami kesulitan dalam menemukan penyebab dari permasalahannya secara akurat, maka individu tersebut akan membuat kesalahan yang sama.¹⁰

Menurut Reivich dan Shatte individu ciri individu yang resilien tidak akan menyalahkan orang lain atas tingkah laku yang mereka pilih. Mereka mengabaikan faktor-faktor lain yang ada di sekitar mereka, tetapi mereka hanya fokus mengenai pemecahan dari permasalahan yang dihadapinya.¹¹

⁹ Alvionita Valentina Mega Rini, "Resiliensi Siswa SMA Negeri 1 Wuryantoro (Studi Deskriptif pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Wuryantoro Tahun Ajaran 2015/2016 dan Implikasinya Terhadap Usulan Topik-Topik Bimbingan Pribadi-Sosial)" (Skripsi, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta, 2016), 17.

¹⁰ Karen Reivich, Adrew Shatte, A. *Theresilience faktor: 7 Essential skills for overcoming life's inevitable obstacle*. (New York: Three Rivers Press, 2003), 55.

¹¹ Septiyani, "Resiliensi Remaja Broken Home" (Skripsi, Institut Agama Islam Negeri, Purwokerto, 2018), 24.

e. Empati

Empati berasal dari bahasa Yunani “*pathos*”, yang mempunyai arti perasaan yang mendalam serta kuat ketika mendekati sebuah penderitaan. Ketika seseorang menerapkan sikap empati secara mendalam maka akan terbentuk suatu sikap yang pengertian, mempengaruhi satu sama lain, serta hubungan antar pribadi yang penting.

f. Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan sebuah keyakinan yang dimiliki oleh seseorang bahwa ia dapat memecahkan suatu permasalahan yang dialaminya. Efikasi diri juga dapat diartikan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang terhadap kemampuannya dalam mencapai kesuksesan.

g. *Reaching Out*

Reaching Out atau pencapaian merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu dalam mencapai keberhasilan. Hal ini berhubungan dengan tekad seseorang dalam mencoba mengatasi masalah, karena menurutnya suatu permasalahan tidak dianggap sebagai sebuah ancaman, melainkan sebuah tantangan. Individu yang resilien merupakan individu yang mampu melakukan 3 hal, mampu menganalisis resiko dari suatu permasalahan, memahaminya dirinya dengan baik, serta mampu menemukan makna dan tujuan baru dalam hidupnya.¹²

¹² Karen Reivich, Adrew Shatte, A. *Theresilience faktor: 7 Essential skills for overcoming life's invetable obstacle*. (New York: Three Rivers Press, 2003), 58.

3. Faktor - faktor Resiliensi

Grotberg, sebagaimana yang dikutip oleh Suryadi, menjelaskan terdapat beberapa faktor dalam membentuk resiliensi seseorang antara lain:

1) *I am*

I am merupakan suatu kekuatan yang berasal dalam diri individu itu sendiri. Hal ini meliputi; perasaan, perilaku, serta keyakinan yang melekat dalam diri individu. Individu yang resilien mempunyai sebuah pandangan yang positif mengenai dirinya serta dapat bersikap tenang ketika menghadapi sebuah permasalahan.

2) *I Can*

I can merupakan suatu kemampuan yang dipunyai individu dalam mengungkapkan perasaan serta pikiran ketika berkomunikasi dengan orang lain atau orang sekitarnya dalam memecahkan masalah kehidupan yang dihadapinya, seperti permasalahan pribadi, akademik, pekerjaan, atau-pun permasalahan sosial. Dalam hal ini individu mengelola tingkah lakunya dan mendapatkan bantuan ketika saat membutuhkannya. Terdapat beberapa aspek yang mempengaruhi faktor *I Can* antara lain: berkomunikasi, pemecahan masalah, mengatur perasaan serta rangsangan yang timbul, dan mencari serta mempertimbangkan hubungan yang dapat dipercainya.

3) *I Have*

I Have merupakan sebuah dukungan eksternal atau dukungan yang berasal dari lingkungan sekitar individu. Dukungan ini dapat meliputi hubungan yang baik yang dapat diciptakan dari keluarga, teman atau guru di lingkungan sekolah, atau-pun hubungan dengan orang lain yang diluar keluarga atau-pun lingkungan sekolah. Dengan dukungan eksternal individu akan merasakan serta memiliki hubungan yang penuh dengan kepercayaan.¹³

4. Resiliensi dalam Perspektif Islam

Secara teologis, al-Qur'an merupakan kitab yang telah mengatur kehidupan manusia dan sesuatu keseluruhan yang ada dalam kehidupan ini termasuk pendidikan serta kehidupan sosial, demikian mengenai bangkit dari keterpurukan (resiliensi), sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qur'an: Q.S. Al-Baqarah ayat 214:

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخَلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّتْهُمُ الْبَأْسَاءُ
وَالضَّرَّاءُ وَوَرُّنَا لُوْحًا حَتَّىٰ يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا مَعَهُ مَتَىٰ نَصْرُ اللَّهِ ۗ أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ
قَرِيبٌ

Artinya: Ataukah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) seperti (yang dialami) orang-orang terdahulu sebelum kamu. Mereka ditimpa kemelaratan, penderitaan, dan diguncang (dengan berbagai cobaan), sehingga rasul dan orang-orang beriman bersamanya berkata, “Kapanakah datang pertolongan Allah?” Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu dekat.¹⁴

Menurut Adz-Dzakiey, terdapat beberapa indikator resilien dalam konsep islam, antara lain mempunyai sikap sabar, yaitu kekuatan

¹³ Denrich Suryadi, *Melenting menjadi Resilien* (Yogyakarta: ANDI, 2018), 4.

¹⁴ Al-Fattah, *Al-Qur'an 20 Baris & Terjemahan 2 Muka*, Jakarta: WALI, QS. al-Baqarah (2): 214.

jiwa dan hati dalam menghadapi permasalahan hidup yang berat serta menyakitkan. Sikap ini dapat ditemukan dalam firman Allah Swt dalam Q.S Al-Baqarah ayat 155-156:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالتَّمَرَاتِ وَبِثَبِّرِ
الصَّابِرِينَ (١٥٥) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ (١٥٦)

Artinya: Dan Kami pasti akan menguji kalian dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar, (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata “Inna lillahi wa inna ilaihi raji’un (sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nyalah kami kembali).¹⁵

Jika seseorang telah belajar bersabar dalam menanggung derita hidup, bersabar dalam menyikapi orang yang menyakiti dan membencinya, bersabar dalam beribadah serta taat kepada Allah Swt, dan bersabar melawan hawa nafsunya serta bersabar dalam menjalani pekerjaannya atau aktivitasnya maka seseorang tersebut akan menjadi kepribadian yang matang, seimbang serta produktif.¹⁶

Semua orang di dunia ini pasti diberikan masalah atau cobaan oleh Allah SWT. Dengan menyerahkan segala apa yang terjadi kepada Allah maka akan membuat jiwa seseorang merasa tenang dan dapat menumbuhkan rasa optimis serta menggugurkan rasa putus asa dalam menghadapi permasalahan yang dialaminya. Dan hanya orang-orang yang mampu bertahan dan bangkit kembali untuk menyelesaikan

¹⁵Al-Fattah, *Al-Qur'an 20 Baris & Terjemahan 2 Muka*, Jakarta: WALI, QS. al-Baqarah (2): 155-156.

¹⁶Evi Yuliatul Wahidah, “Resiliensi Perspektif Al-Qur’an” *Jurnal Islam Nusantara*, 1 (Juni, 2018), 114.

permasalahannya maka ia akan mendapatkan kesenangan dari Allah sebagai balasan atas keberhasilannya menghadapi masalah. Hal ini dapat disimpulkan bahwa resiliensi dalam islam merupakan sebuah kewajiban. Dengan memiliki resiliensi berarti seorang hamba telah teruji keimanannya dan ketangguhannya sebagai seorang muslim.

Bersikap optimis dan pantang menyerah, merupakan keyakinan yang kuat bahwa bagaimana-pun sulitnya cobaan dalam hidup dan rintangan pasti dapat diselesaikan dengan baik. Seperti yang tercantum dalam surat Yusuf ayat 87:

يٰۤاَيُّهَا اٰذْهَبُوْا فَتَحَسَّسُوْا مِنْ يُۤوسُفَ وَاٰخِيْهِ وَاَلَا تٰتٰنِسُوْا مِنْ رُّوْحِ اللّٰهِ اِنَّهٗ لَا يٰۤاَيُّسُ
مِنْ رُّوْحِ اللّٰهِ اِلَّا الْفٰۤقُوْمُ الْكٰفِرُوْنَ

Artinya: “Wahai anak-anakku! Pergilah kamu, carilah (berita) tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya yang berputus asa dari rahmat Allah, hanyalah orang-orang yang kafir”.¹⁷

Ayat tersebut memberikan motivasi agar tidak berputus asa ketika menghadapi suatu kesulitan yang dihadapinya dan tetap menjaga self efficacy dalam melakukan perbaikan diri untuk menjadi individu yang lebih baik.

¹⁷Al-Fattah, *Al-Qur'an 20 Baris & Terjemahan 2 Muka*, Jakarta: WALI, QS. Yusuf (12): 87.

B. Remaja

1. Definisi Remaja

Kata Remaja dikenal sebagai " *adolescence*" dan berasal dari bahasa Latin "*adolescere*", yang berarti tumbuh dan berkembang memasuki masa dewasa. Masa remaja merupakan masa peralihan sepanjang hidup, karena mengaitkan masa kanak-kanak dengan masa dewasa saat ini. Menurut Rice remaja adalah masa transisi, yaitu seseorang tumbuh dari masa kanak-kanak menjadi pribadi yang dewasa.

Hurlock percaya bahwa semua tugas perkembangan remaja difokuskan pada mengatasi sikap dari kekanak-kanakan dan mempersiapkan diri untuk menjadi dewasa.¹⁸

Psikolog G. Stanley Hall menyebutkan bahwa, remaja adalah masa yang penuh dengan badai dan stres, Karena pada saat ini telah terjadi perubahan besar pada tubuh, kecerdasan dan emosi, hal ini membuat remaja mengalami kesedihan dan kebingungan (konflik), serta berujung pada konflik dengan lingkungan.¹⁹

Batasan usia remaja yang biasa digunakan para ahli adalah antara 12 hingga 21 tahun. Rentang usia remaja adalah sebagai berikut:

- a) 12-15 tahun, masa remaja awal.
- b) 15-18 tahun, pertengahan masa remaja.
- c) 18-21 tahun, remaja akhir.²⁰

¹⁸ Nur Astuti Agustriyana dan Insan Suwanto, "Fully Human Being pada Remaja sebagai Pencapaian Perkembangan Identitas", *Jurnal Bimbingan Knseling Indonesia*, 1 (Maret, 2017), 10.

¹⁹ Miftahul Jannah, "Remaja dan Tugas-tugas Perkembangannya dalam Islam", *Jurnal Psikoislamedia*, 1 (April, 2016), 245.

²⁰Desmita, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), 190.

Remaja berada dalam keadaan transisi, yaitu karena status orang tua mereka dan sebagian karena usaha mereka sendiri, yang pada gilirannya memberi mereka prestise tertentu. Keadaan ini terkait dengan masa transisi yang terjadi setelah kematangan seksual atau pubertas. Diperlukan masa transisi agar generasi muda dapat bertanggung jawab di masa dewasa nanti.

Dari definisi diatas, dapat disimpulkan,masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, dan dalam perkembangannya tersebut terjadi perubahan secara fisik, intelektual, dan emosional.

2. Ciri-ciri Remaja

Masa remaja adalah masa perubahan. Selama masa remaja, perubahan yang cepat terjadi baik secara fisik maupun mental. Ada beberapa perubahan pada masa remaja, antara lain:

a) Peningkatan emosional

Masa remaja awal disebut masa badai dan stres. Suasana hati yang meningkat ini disebabkan oleh perubahan fisik, terutama peningkatan hormon pada masa remaja. Dilihat dari kondisi sosial, peningkatan emosi remaja menunjukkan bahwa remaja berada pada situasi baru yang berbeda dengan periode sebelumnya. Dalam situasi seperti ini, kaum muda akan memiliki banyak kebutuhan dan tekanan. Karena orang mengharapkan mereka tidak lagi bertingkah seperti anak-anak, mereka harus lebih mandiri dan bertanggung jawab.

b) Perubahan secara fisik dan kematangan seksual

Perubahan fisik terjadi dengan cepat baik secara internal maupun eksternal. Perubahan internal, seperti sistem peredaran darah, sistem pencernaan, dan sistem pernapasan. Pada saat yang sama terjadi perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan dan proporsi tubuh.

c) Perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain.

Selama masa remaja, hal-hal tertentu menarik kehidupan masa kecilnya dan digantikan oleh hal-hal baru yang lebih dewasa dan menarik. Dalam hal ini, karena tanggung jawab yang lebih besar, remaja hendaknya mengalihkan minatnya ke hal-hal yang lebih penting dan bermanfaat. Hubungan dengan orang lain juga akan berubah. Remaja tidak hanya berhubungan dengan individu dengan jenis kelamin yang sama, tetapi juga berhubungan dengan lawan jenis dan orang dewasa

d) Perubahan nilai

Pada hal ini apa yang dianggap penting di masa kanak-kanak menjadi kurang penting karena mereka mendekati masa dewasa.

e) Remaja bersikap ambivalen dalam menghadapi perubahan yang terjadi.

Ketika remaja menghadapi perubahan yang sedang terjadi, di satu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi di sisi lain, mereka takut akan tanggung jawab yang ditimbulkan oleh kebebasan ini dan

meragukan kemampuan mereka untuk memikul tanggung jawab tersebut.²¹

3. Tugas-tugas Perkembangan Remaja

Karl C. Garrison, sebagaimana yang dikutip oleh Al-Mighwar, membagi tugas perkembangan pada remaja, sebagai berikut:

a) Menerima kondisi jasmani

Pada periode pra remaja ataupun periode pubertas orang berkembang cepat yang mengarahkannya pada wujud orang berusia. Perkembangan ini diiringi dengan pertumbuhan perilaku serta citra diri. Anak muda perempuan kerap mendambakan mukanya secantik artis idolanya, sebaliknya remaja pria kerap berkhayal jadi seseorang pahlawan pujaannya. Mereka pula hendak kerap menyamakan dirinya dengan sahabat sebayanya, sehingga mereka hendak takut bila keadaan mereka tidak cocok dengan sahabat sebayanya ataupun dengan idolanya.

Pada masa remaja, perihalnya hendak terus menjadi menurun, serta mereka mulai menerima keadaan raga ataupun jasmaninya serta merawatnya dengan seoptimal bisa jadi.

b) Mendapatkan hubungan baru dengan teman sebaya yang berlainan jenis kelamin

Kematangan seksual yang dicapai pada awal masa remaja mendorong remaja untuk menjalin hubungan sosial terutama dengan

²¹ Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Kencana Prenada Media, 2011), 235.

lawan jenis. Remaja diharapkan dapat mencari dan menjalin hubungan pertemanan dengan lawan jenis, agar mereka mendapatkan penerimaan dari kelompok teman sebaya lawan jenis dan sesama jenis agar mereka merasa dibutuhkan dan dihargai.

c) Menerima kondisi dan belajar hidup sesuai dengan jenis kelaminnya

Disaat masa puber, perbandingan tubuh pria serta wanita nampak jelas serta tumbuh pada masa berusia. Apabila wujud badannya tidak memuaskan, mereka menyesali diri selaku pria ataupun wanita, sementara itu mereka sepatutnya menerima kondisinya dengan penuh tanggung jawab.

Remaja pria wajib bertabiat maskulin, lebih banyak memikirkan soal pekerjaan sebaliknya untuk remaja wanita wajib bertabiat feminim, memikirkan pekerjaan yang berhubungan dengan urusan rumah tangga serta pola asuh anak.

d) Mendapatkan kebebasan emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya

Memiliki kebebasan dari ketergantungan emosional ialah tugas pertumbuhan yang berarti didapatkan remaja. Apabila tidak mempunyai kebebasan emosional mereka akan menghadapi kesukaran dalam masa berusia, tidak bisa membuat keputusan sendiri serta tidak bertanggung jawab atas pilihannya.

e) Mendapatkan kesanggupan berdiri sendiri dalam hal-hal yang berkaitan dengan masalah ekonomi.

Anak muda atau remaja hendak hidup selaku orang berusia.

Kesanggupan disini mencakup dua tugas, ialah: awal, mencari sumber keuangan ataupun pendapatan. Kedua Pengelolaan keuangan, remaja wajib dapat mengendalikan pengeluaran keuangannya. Memperoleh nilai-nilai dan filsafat hidup.

Berbagai riset membuktikan kalau permasalahan yang dialaminya berkaitan dengan kehidupan serta falsafah hidup, semacam tujuan hidup, sikap dirinya, keluarganya serta orang lain disekitarnya. Remaja diharapkan memiliki pola pikir, perilaku, perasaan serta sikap yang menunda menanti aspek kehidupannya pada masa berusia nanti. Dengan demikian mereka wajib mempunyai kepastian diri, tidak mudah bimbang, serta tidak gampang terbawa arus kehidupan yang terus berganti.²²

C. Perceraian

1. Definisi Perceraian

Perceraian bisa dimaksud sebuah peristiwa berakhirnya ataupun terputusnya ikatan antara suami serta istri. Dalam perihal ini perceraian ialah opsi terakhir ketika konflik rumah tangga tidak bisa ditangani oleh kedua pihak ialah suami serta istri.

Lembaga demografi Universitas Indonesia menerangkan perceraian banyak dipengaruhi oleh aspek demografi semacam; usia, kelompok etnik, asal wilayah, kota atau- pun desa. Sebaliknya aspek yang jadi penunjang dari perceraian antara lain; keadaan

²²,Muhammad Al-Mighwar, *Psikologi Remaja* (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2006), 152.

ekonomi, pembelajaran, serta sebagainya. Lamanya sebah pernikahan jadi sangat berarti dalam menghitung kemampuan serta stabilitas perkawinannya.²³

Brodkin mendefinisikan peristiwa perceraian selaku putusannya ikatan dalam pernikahan. Bagi Hurlock perceraian merupakan suatu kulmnasi dari penyesuaian pernikahan yang kurang baik. Perceraian terjalin bila antara suami serta istri tidak sanggup lagi mencari metode penyelesaian permasalahan yang baik serta memuaskan anantara kedua belah pihak.

Menurut Soemiyati sebagaimana yang dikutip oleh Putri Rosalia Nigrum perceraian ialah terputusnya jalinan pernikahan anantara suami serta istri lewat keputusan majelis hukum dengan persoalan tertentu, karena diantara suami- istri yang tidak dapat hidup rukun lagi selaku pendamping suami istri.

Perceraian dalam keluarga ialah suatu peralihan besar serta penyesuain utama untuk anak, mereka hendak hadapi respon emosi serta sikap sebab mereka sudah kehabisan dari satu orang tua. Dalam perihal ini anak memerlukan kasih sayang, dukungan sosial, serta kepekaan dari orang sekitarnya dalam membantunya menanggulangi kehabisan salah satu kedudukan dari orang tuanya sepanjang masa sulitnya.

²³Salsabila Wahyu Hadianti, R. Nunung Nurwati dan Rudi Saprudin Darwis, “Resiliensi Remaja Berprestasi dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai”, *Jurnal Penelitian dan PKM*, 2 (Juli, 2017), 225.

Adrian menjelaskan bahwa perceraian bagi anak merupakan suatu ciri kematian keutuhan keluarganya, serta mereka merasa sepauh dirinya sudah lenyap, hidup tidak hendak sama lagi dengan keadaan orang tuanya sudah berpisah. Mereka hendak hadapi kesedihan serta perasaan kehabisan yang mendalam akibat perceraian orang tuanya.²⁴

Jadi dapat disimpulkan, perceraian ialah terputusnya ikatan perkawinan antara suami serta istri dengan alibi tertentu yang melandasinya lewat keputusan yang sudah diresmikan oleh majelis hukum.

2. Penyebab Perceraian

Perceraian dalam keluarga berawal dari konflik antara anggota keluarga, berikut penyebab-penyebab perceraian dalam sebuah keluarga, antara lain:

a. Faktor Internal

- 1) Beban psikologis bapak ataupun ibu yang berat, semacam tekanan di tempat kerja serta kesusahan keuangan keluarga.
- 2) Hadapi perlakuan agresifitas, semacam marah- marah serta sebagainya.
- 3) Perselingkuhan ataupun kecurigaan suami ataupun istri kalau salah satu diantara mereka diprediksi berselingkuh

²⁴ Putri Rosalia Nigrum, "Perceraian Orang Tua dan Penyesuain Diri Remaja Studi Pada Remaja Sekolah Menengah Atas/ Kejuruan di Kota Samarinda", *Jurnal Psikoborneo*, 1 (2013), 40.

4) Perilaku egoistis serta kurang demokratis dari salah satu suami ataupun istri, semacam perilaku suka mengendalikan suami ataupun istri, memaksakan komentar, otoriter, kurang suka berdiskusi menimpa permasalahan keluarga, serta pada kesimpulannya suami ataupun istri mengambil keputusan sendiri tanpa musyawarah, bila keputusan tersebut tidak cocok apa yang di idamkan anggota keluarga yang lain, hingga hendak menyinggung perasaannya serta terjalin percecokan antara anggota keluarga.

b. Faktor Eksternal

- 1) Campur tangan pihak ketiga dalam masalah keluarga, paling utama dalam wujud isu- isu negatif.
- 2) Pergaulan yang negatif.
- 3) Kebiasaan istri berguncing di rumah orang, yang hendak bawa isu- isu negatif untuk keluarganya.
- 4) Kerutinan berjudi..²⁵

3. Dampak Perceraian

Menurut Hurlock keluarga yang mengalami perceraian akan memberikan dampak yang dapat mengganggu psikis anak serta hubungan keluarga daripada rumah tangga yang berpisah karena adanya kematian. Ada beberapa alasan sebagai berikut:

²⁵ Hari Ferdinand Mone, "Dampak Perceraian Orang Tua terhadap Perkembangan Psikososial dan Prestasi Belajar,*Jurnal Pendidikan IPS*", 2 (September, 2019), 157.

1. Periode penyesuaian terhadap perceraian lebih lama serta lebih susah dialami oleh anak daripada periode penyesuaian yang dirasakan oleh orang tua. Froiland menciptakan kalau mayoritas anak yang mengalami perceraian dari orang tuanya hendak melalui lima tahap dalam penyesuaiannya, ialah: penolakan terhadap perceraian, kemarahan yang ditunjukkan kala mereka dalam suasana tersebut, tawar menawar dalam usaha mempersatukan ibu dan bapaknya, deperesi serta kesimpulannya ia bisa menerima perceraian tersebut.
2. Perpisahan yang diakibatkan oleh perceraian bisa dikatakan sungguh- sungguh, sebab dengan perihal tersebut cenderung membuat anak“ berbeda” dalam mata sahabat sebayannya. Kala anak ditanya dimana orang uanya ataupun kenapa ereka memiliki orang tua baru selaku pengganti oragtuanya, mereka hendak jadi serba salah serta merasa malu kepada teman atau sahabatnya.²⁶

Menurut Kartono sebagaimana yang dikutip oleh Nisfiannoor dan Yulianti, akibat perceraian orang tua, anak akan merasakan sebagai berikut:

1. Anak kurang menemukan atensi, kasih sayang, serta tuntutan pembelajaran dari orang tuanya, sebab bapak serta ibunya padat jadwal mengurus permasalahan dan konflik pribadinya.

²⁶ Elizabeth B. Hurlock, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, 1978), 217.

2. Kebutuhan raga ataupun psikis anak jadi tidak terpenuhi. Kemauan anak tidak dapat tersalur secara memuaskan.
3. Anak tidak sempat memperoleh latihan secara fisik serta mental yang sangat dibutuhkan buat hidup yang lebih baik. Akibat perceraian tersebut anak kurang mempraktikkan sikap disiplin serta kontrol diri yang baik.²⁷

D. Resiliasi Remaja Korban Perceraian Orang Tua

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Dalam masa remaja terjadi sebuah perkembangan fisik, kognitif dan emosi. Oleh karena itu peran keluarga sangat penting dalam mendukung atau-pun mendampingi aktivitas remaja dalam kesehariannya.

Dengan hal tersebut, peran keluarga diharapkan mendampingi dan menjadi wadah bagi anak dalam menghadapi permasalahan-permasalahan yang dihadapinya ketika menghadapi perkembangan dalam dirinya. Namun berbeda dengan remaja yang memiliki keluarga yang tidak utuh atau bercerai. Remaja akan mengalami berbagai problema dalam beradaptasi terkait masalah perceraian orang tuanya. Terkait hal itu remaja diharapkan mempunyai resiliensi dalam upaya bangkit dalam hal keterpurukan yang dihadapinya.

²⁷M. Nisfiannoor & Eka Yulianti, "Perbandingan Perilaku Agresif antara Remaja yang Berasal dari Keluarga Bercerai dengan Keluarga Utuh", 3 (Juni, 2005), 10.

Remaja yang memiliki resiliensi yang kuat dalam dirinya akan memudahkan remaja dalam menjalani dan melanjutkan aktivitas kesehariannya setelah peristiwa perceraian orang tuanya, karena remaja sudah berusaha untuk bangkit dari keterpurukan yang dialaminya. Remaja yang memiliki faktor-faktor resiliensi dalam diri atau-pun dari lingkungannya dapat memudahkan remaja bangkit dari peristiwa negatif yang dialaminya dan mampu menjadi remaja yang resilien.

Apabila remaja mampu mencapai sikap yang resilien, remaja akan mudah dalam menyelesaikan permasalahannya serta dapat mengurangi dampak atau resiko dalam peristiwa perceraian orang tuanya. Sumber-sumber resiliensi tak hanya dalam diri remaja itu sendiri, akan tetapi lingkungan sekitar berpengaruh besar bagi remaja untuk mencapai sikap yang resilien, seperti interaksi atau komunikasi dengan keluarga, saudara atau orang sekitarnya dalam memecahkan permasalahannya. Dan tak hanya itu dukungan dari lingkungan sekitar juga berpengaruh penting dalam mencapai sikap sebagai remaja yang resilien pasca peristiwa perceraian orang tuanya.