

Psychological Well-Being pada Siswa Broken Home

Yuanita Armasari Muslih¹, Heri Saptadi Ismanto², Lyanna Oktavia T³

Universitas PGRI Semarang^{1,2}

Email: yuanitaarmasari@gmail.com

SMA Negeri 8 Semarang³

Email: herisaptadi@yahoo.co.id

Article Info	ABSTRACT
<p>Article history: Submitted: 11 May 2024 Accepted: 16 May 2024 Published: 16 May 2024</p>	<p>Families that are not intact either diminish or increase and are unable to perform their roles optimally to meet their needs related to affection, emotional, and financial can have an impact and affect the psychological well-being of individuals. Psychological well-being can be interpreted as a condition in which a person feels comfortable with attitudes such as accepting oneself, purposeful, establishing positive relationships, independent, and developing. This study aims to determine and describe the psychological well-being of students who experience broken homes. This research uses qualitative methods with a phenomenology study design. Participants were selected using purposive sampling techniques with characteristics of adolescence, the same grade level and coming from broken home. Participants amounted to three people, namely in the age range of 16 to 18 years. Collection of research data by means of in-depth interviews and participant observation. The results showed that the three participants had different aspects of psychological well-being. NSF's psychological well-being is positive, RTK is more positive while ZPD is less positive.</p>
<p>Keyword: Psychological Well-Being, Broken Home, Remaja, Studi Fenomenologi</p>	<p>ABSTRAK Keluarga yang tidak utuh baik berkurang ataupun bertambah serta tidak mampu untuk menjalankan peran mereka secara optimal untuk memenuhi kebutuhan mereka yang berhubungan dengan kasih sayang, emosional, dan finansial dapat berdampak dan berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis individu. Kesejahteraan psikologis dapat diartikan sebagai kondisi di mana seseorang merasa nyaman dengan sikap-sikap seperti menerima diri sendiri, bertujuan, menjalin hubungan positif, mandiri, dan berkembang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menggambarkan kesejahteraan psikologis siswa yang mengalami broken home. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain studi fenomenologis. Partisipan dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan karakteristik usia remaja, tingkat kelas yang sama dan berasal dari keluarga broken home. Partisipan berjumlah tiga orang yaitu dalam rentang usia 16 hingga 18 tahun. Pengumpulan data penelitian dengan cara wawancara mendalam dan observasi partisipan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga partisipan memiliki aspek – aspek kesejahteraan psikologis yang berbeda – beda. Kesejahteraan psikologis NSF bersifat positif, RTK bersifat lebih positif sedangkan ZPD bersifat kurang positif.</p>
<p>Corresponding Author: Author Name, Yuanita Armasari Muslih Email: yuanitaarmasari@gmail.com</p>	

PENDAHULUAN

Keluarga adalah suatu perkumpulan kecil yang terkoordinasi dan bertanggung jawab untuk menjaganya secara konsisten. Hampir setiap keluarga

membutuhkan keramahan dan kejujuran keluarga, serta menjauhi perselisihan atau perdebatan antar saudara. Ada dua akibat yang bisa timbul dari perpisahan orang tua untuk seorang anak hal tersebut antara mengakui kondisi dalam keluarga atau anak tersebut tidak akan mengakuinya. Hal ini sangat menantang bagi anak-anak yang tidak mau menyelesaikan sesuatu karena berdampak pada kondisi rumah mereka yang akan menimbulkan ketakutan atau kesuraman (Okoree et al., 2020)

Membangun suasana saling menghormati, menerima, percaya, dan mencintai merupakan salah satu strategi untuk mencapai keharmonisan keluarga. Dalam upaya mewujudkan keluarga bahagia, hal ini memungkinkan setiap orang menjalankan perannya dengan matang dan menghasilkan kepuasan batin. Perspektif masyarakat terhadap keluarga yang tidak memenuhi harapannya berbeda-beda karena tidak semua keluarga diciptakan sama. Keadaan yang dialami anak setelah perpisahan orang tuanya dikenal dengan istilah “*broken home*”. Keadaan rumah tangga yang rusak (*broken home*) terjadi dalam keluarga ketika orang tua tidak dapat melakukan tugasnya dengan baik untuk memenuhi kebutuhannya yang berhubungan dengan kasih sayang, perhatian dan finansial (Fatchurrahmi & Sholichah, n.d.)

Anak-anak dari keluarga yang berantakan mengalami evaluasi diri sebagai korban dan pemahaman bahwa kepuasan tidak dapat dicapai (Dhara, 2013). Anak yang mengalami *Broken home* menunjukkan rendahnya kesejahteraan mental bagi keluarga yang mengalaminya, antara lain berupa rasa takut yang tidak beralasan, tidak diasosiasikan dengan komunikasi, dan lebih mudah tersinggung. Mereka juga sering memberontak, yaitu kabur dari rumah, berkelahi, melawan guru dan walinya. Remaja yang berasal dari keluarga yang kehilangan tempat tinggal pasti akan lebih merasakan perasaan pesimis dibandingkan perasaan baik (Firdausi et al., 2020)

Mengenai *Broken Home*, ada dua perspektif yang harus dilihat. Keluarga dipisahkan karena pimpinan keluarga meninggal atau berpisah, dan juga orang tua tidak berpisah, namun karena fakta bahwa ayah atau ibu tidak ada di rumah atau tidak menunjukkan rasa sayang lagi. Misalnya, orang tua sering bertengkar, sehingga berdampak buruk pada kesejahteraan emosional keluarga. Selain itu, hal ini dapat memicu keretakan keluarga, yang dapat memicu hancurnya rumah, hancurnya keluarga inti, atau hancurnya struktur pekerjaan sosial jika setidaknya

salah satu kerabat tidak menjalankan kewajibannya dengan baik. Rumah tangga yang berantakan adalah sebuah keluarga yang mengalami ketidakharmonisan antara ayah dan ibu,” dan “*Broken home* adalah sebuah kondisi keluarga yang sumbang dan orang tua pada saat ini merupakan contoh yang buruk bagi anak-anaknya.

Broken home terjadi ketika struktur keluarga sudah tidak utuh lagi, seperti ketika salah satu orang tua meninggal atau keluarga mengalami perceraian. Oleh karena itu, ada yang berpendapat bahwa *broken home* merupakan suatu keadaan keluarga yang tidak bermanfaat, seperti perpisahan, meninggalnya pasangan, atau kehidupan sehari-hari yang selama ini tidak menyenangkan. Faktor penyebab kondisi keluarga *Broken Home* adalah sebagai berikut: (1) Perpisahan antara suami/istri yang saat ini sudah tidak hidup masing-masing menunjukkan bahwa cinta yang menjadi landasan perkawinan telah hilang dan tidak bisa menjaga keselarasan keluarga. (2) Ketidaksetiaan di antara pasangan (3) Tidak adanya wali: Misalnya, dengan asumsi kedua wali kehabisan tenaga setelah bekerja dan pulang ke rumah pada sore hari, mereka tidak mempunyai kesempatan untuk mengganggu anak-anak mereka. Perceraian orang tua merupakan sebuah kenyataan yang tidak bisa dihindari ketika orang tua mempunyai permasalahan, baik itu ayah maupun ibu. Demikian pula, ada kemungkinan bahwa pemisahan tersebut dilakukan oleh pihak luar. Bagi seorang anak, alasan apa pun yang menjadi alasan mengapa orang tuanya berpisah adalah beban mental yang sangat besar. Hal ini dapat menyebabkan ketidakrataan dalam hubungan orang tua muda dan kurangnya kejelasan.

Psychological Well-Being merupakan salah satu kesejahteraan yang patut diperhatikan bagi generasi muda yang berasal dari keluarga yang kehilangan tempat tinggal. Kesejahteraan mental ditandai dengan kondisi dimana individu merasa baik-baik saja dengan cara pandang seperti menoleransi diri sendiri, memiliki tujuan, menjalin hubungan baik, bebas, dan berkreasi (Wahyuningsih Endang Surjaningrum et al., 2013)

Akibat dari perpisahan orang tua antara lain: (1) Karena kedua orang tua sibuk menyelesaikan konflik dan permasalahan internalnya sendiri, anak kurang mendapat kasih sayang, perhatian, dan tuntutan pendidikan dari orang tuanya; lebih jauh lagi (2) remaja tidak mempunyai kesempatan luar biasa untuk memenuhi

kebutuhan fisik dan mentalnya. Anak-anak tidak pernah mendapatkan pendidikan mental dan fisik yang mereka perlukan untuk menjalani kehidupan yang bermoral, dan kebutuhan mereka juga tidak terpenuhi dan juga tidak dibayar, mereka kurang memiliki pengendalian diri dan disiplin. Seseorang dengan kecenderungan ini adalah orang yang tidak peduli, tidak bertanggung jawab, suka mencari perhatian, kasar, egois, dan mengabaikan nasihat orang lain. Mereka juga umumnya akan kehilangan “nilai hidup” yang sebenarnya, atau “apa yang saya butuhkan”.

Berdasarkan hasil pengamatan awal di SMA Negeri 8 Semarang, siswa yang mengalami keluarga broken home mengalami banyak permasalahan, baik dengan dirinya sendiri, dengan teman atau orang lain. Kondisi ini membuat siswa menjadi jauh dari teman di sekolah dan keluarga di rumah serta menjadi kurang terbuka bahkan tidak damai. Melihat kondisi di lapangan, tugas pengarahan dan bimbingan para pendidik di sekolah sangatlah penting dalam kemajuan setiap siswa melalui melalui layanan bimbingan dan konseling yang komprehensif. Dengan adanya layanan bimbingan dan konseling dengan harapan ketika siswa mendapatkan layanan ini mereka dapat memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik dengan apa pun yang mereka hadapi terjadi dengan kualitas yang baik. Selain itu, penggarapan hakikat pendidikan terletak pada tugas mengarahkan dan membimbing administrasi dalam membina pribadi seutuhnya yang mencakup berbagai bagian dalam diri siswa. Kesejahteraan psikologis pelajar atau remaja yang *broken home* menjadi fokus penelitian berdasarkan isu-isu tersebut.

METODE PENELITIAN

Fokus dari penelitian ini adalah kondisi psychological well - being siswa SMA N 8 Semarang yang mengalami Broken Home. Pengumpulan data yang dilakukan menggunakan teknik antara lain observasi, wawancara dan dokumentasi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, peneliti merupakan instrumen utama yang menggunakan metode pengumpulan data triangulasi (gabungan) dan analisis data induktif(Munandar et al., 2020) Hasil penelitian lebih menekankan makna dibandingkan spekulasi. Analisis dalam penelitian ini tidak mengubah faktor atau mengubah kondisi lokasi. Konfigurasi eksplorasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah Studi fenomenologi. Fenomenologi adalah metode kualitatif yang

memungkinkan peneliti menggunakan keterampilan interpersonal dan subjektivitasnya dalam penelitian eksplorasi (Sugiyono, 2018). Partisipan dipilih dengan menggunakan teknik purposive sampling yang karakteristiknya disesuaikan dengan tujuan penelitian. Siswa sekolah menengah atau remaja yang memiliki struktur keluarga yang tidak lengkap, memiliki anggota keluarga tambahan, atau berpisah tidak menunjukkan hubungan kasih sayang selama masa pertumbuhan mereka. Partisipan terdiri atas 3 orang, yaitu NSF (16 tahun), RTK (usia 18 tahun) dan ZPD (16 tahun). Ada dua perempuan dan satu laki-laki di antara tiga peserta, semuanya berasal dari kelas yang sama, X SMA. Informasi data partisipan diperoleh melalui wawancara secara mendalam dan dengan metode observasi – partisipan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini dengan partisipan memperoleh data yang akan diuraikan dalam bentuk narasi. Hasil analisis data yang dijabarkan dengan menggunakan aspek – aspek *psychological well-being* yang digunakan sebagai pedoman wawancara. Dalam penelitian ini terdapat tiga partisipan utama.

Tabel 1. Aspek *Psychological Well - Being*

<i>Aspek Psychological Well - Being</i>	
1.	Identitas
2.	Penerimaan Diri
3.	Penguasaan Lingkungan
4.	Kemandirian
5.	Hubungan Positif dengan Orang Lain
6.	Perkembangan Diri
7.	Tujuan Hidup

Dalam penelitian ini peneliti mengambil 3 subjek untuk diteliti dengan ketentuan siswa sekolah menengah atau remaja yang memiliki struktur keluarga yang tidak lengkap, memiliki anggota keluarga tambahan, atau berpisah tidak menunjukkan hubungan kasih sayang selama masa pertumbuhan mereka. Dari ketiga subjek memiliki kondisi *psychological well being* yang berbeda-beda ada yang bersifat positif dan bersifat negatif. NSF 16 tahun memiliki kondisi *psychological well being* bersifat positif karena mampu berkembang menjadi lebih baik dari sebelumnya, mampu membuat relasi positif, mengembangkan potensi diri, mandiri, dan mampu berhubungan baik dengan lingkungan di sekolah. Akan tetapi

NSF masih membutuhkan dorongan agar lebih mampu berhubungan lebih baik dengan ibu dan kedua adiknya serta papa tiri dan NSF merasa lebih nyaman dirumah dan merasa memiki keluarga yang utuh. Subjek RTK 18 tahun, memiliki kondisi *psychological well being* bersifat lebih positif karena memiliki tujuan hidup yang sudah direncanakan sedari dini, memiliki relasi positif yang berkembang, mandiri dan mampu memiliki hubungan baik dengan lingkungan, namun RTK membutuhkan dorongan agar lebih mampu untuk semangat berangkat sekolah dan mencoba untuk membangun hubungan yang lebih baik dengan bapak dan juga ibu sambungnya. Subjek ZPD 16 tahun memiliki kondisi *psychological well being* bersifat cenderung negatif karena kurang memiliki kesadaran diri dan bahkan sering bingung tentang dirinya sendiri dan sering merugikan diri sendiri, memiliki tujuan hidup yang rendah karena masih bergantung dengan ayahnya, kurangnya komunikasi dengan anggota keluarga lain, dan apabila ZPD sedang mengalami masalah dengan ibunya maka akan langsung berdampak ke fisik ZPD seperti sakit maag dan di sekolah lebih banyak untuk diam. Namun ZPD masih secara aktif untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada subjek NSF di dominasi oleh dukungan sosial (*social support*)(Berdaya & Sejahtera, 2018.). yaitu dari teman – teman di sekolah yang menganggap NSF adalah seorang pendengar yang baik. Subjek NSF meningkatkan kesejahteraan psikologisnya dengan selalu memperbaiki diri dan meningkatkan kualitas diri dengan aktif mengikuti berbagai macam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Pada subjek RTK juga di dominasi oleh dukungan sosial (*social support*)(Adi et al., 2015.) yang berasal dari teman – teman RTK yang selalu menolong dan mendukung. Serta faktor internal dari keluarga sehingga RTK memiliki tujuan hidupnya sendiri dengan mengembangkan potensi diri yang dimiliki. Subjek RTK meningkatkan kesejahteraan psikologisnya dengan keinginan untuk membuka sebuah usaha bengkel sendiri. Subjek ZPD di dominasi oleh faktor internal yaitu masih belum tahu tentang tujuan hidup yang dimiliki karena keadaan keluarga yang terjadi. Serta faktor eksternal berupa dukungan sosial (*social support*) dari orang lain berupa *Appraisal Support* (Adi et al., 2015.)dimana dengan maksud membantu partisipan ZPD untuk memahami suatu peristiwa dan

memberikan pilihan bagaimana caranya mengatasi peristiwa tersebut dengan lebih baik.

Menurut Cobb (1976)(Artikel et al., 2016) mencirikan bantuan sosial (*social support*) sebagai data yang berasal dari satu atau tiga hal berikut: kecenderungan bahwa seseorang benar-benar diperhatikan dan dipuja, kecenderungan bahwa seseorang merasa penting dan dihargai, dan kecenderungan bahwa seseorang berasal dari organisasi pertukaran serupa. Seperti yang ditunjukkan oleh Cohen, Mermelstein, Kamarck, dan Hoberman (1985), ada tiga jenis bantuan sosial: dukungan nyata, dukungan untuk memiliki, dan dukungan penilaian. Dukungan evaluasi adalah bantuan yang membantu seseorang dalam menangkap suatu peristiwa dan memberikan pilihan tentang cara yang paling ideal untuk mengelola peristiwa tersebut. Memiliki dukungan tempat adalah bantuan yang tersedia dari orang lain yang dapat diakses kapan saja seseorang merasa perlu melakukan aktivitas berat. Selain itu, bantuan yang pasti adalah bantuan dalam bentuk administrasi atau keuangan

Hal ini sesuai dengan (Ryff, 2013) bahwa kesejahteraan mental dicirikan sebagai kepuasan dan pengakuan diri individu yang berubah menjadi sumber fleksibilitas diri saat menghadapi kesulitan individu dan menjadi sehat secara intelektual. Dengan demikian, individu yang mampu memaksimalkan potensi dan kemampuannya agar dapat berfungsi secara positif sebagaimana mestinya dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan mental berpusat pada kebutuhan manusia dan kapasitas mereka yang sebenarnya. Kesejahteraan mental biasanya dikaitkan dengan pengakuan diri, kemandirian, kemampuan untuk membangun hubungan sosial yang positif, dan potensi pintu terbuka untuk kemajuan (Ryff, 2013).

PENUTUP

Dari data ketiga partisipan dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis dengan keluarga yang *broken home* pada siswa yaitu NSF dan RTK bersifat positif, sedangkan ZPD bersifat kurang positif. Faktor internal yang positif, seperti penerimaan diri, tujuan hidup, kemandirian dan pertumbuhan secara personal dapat membantu kesejahteraan seorang individu. Peran lingkungan yang memupuk

hubungan positif dengan orang lain juga dapat memengaruhi kesejahteraan individu. Dari hasil penelitian menunjukkan partisipan yang mengalami *broken home* tahu apa yang akan mereka lakukan. Para partisipan harus terus meningkatkan *psychological well-being* mereka yang dapat membantu mengurangi tekanan dan masalah yang sedang dihadapi. Selain itu peran anggota keluarga, teman ataupun masyarakat dapat memberikan dukungan berupa dukungan sosial dan moral yang dapat menjadi contoh bagi banyak orang dengan cara membantu dan mengurangi penilaian buruk atau *stigma* yang buruk terhadap keluarga yang mengalami *broken home*.

Upaya untuk mengetahui kondisi *psychological well-being* pada siswa *broken home* sangat diperlukan peran guru BK di sekolah serta kolaborasi dengan pihak lain salah satunya orang tua siswa. Diharapkan Guru BK selalu membantu peserta didik yang mengalami *broken home* dalam mencapai kesejahteraan psikologis yang bersifat positif melalui layanan bimbingan dan konseling yaitu konseling kelompok ataupun konseling individu.

DAFTAR RUJUKAN

- Adi, S., Amawidyati, G., Muhana, &, & Utami, S. (2015). *Religiusitas dan Psychological Well-Being Pada Korban Gempa*. 34(2), 164–176. <http://222.124.164.132/article>.
- Artikel, I., *Riset Tindakan Indonesia*, J., Hasanah, S., Sahaara, E., Permata Sari, I., Wulandari, S., & Pardomuan Hutasuhut, K. (2016). *Electronic*. 2(2), 1–6. <http://jurnal.iicet.org/index.php/jrti>
- Berdaya, M., & Sejahtera, D. (2018). *Seminar Nasional Dan Call For Paper : "Community Psychology" Sebuah Kontribusi Psikologi Menuju*.
- Dhara, D. (2013). *Depression and Psychological Well-being in Old Age*. *Journal of Psychology & Psychotherapy*, 03(03). <https://doi.org/10.4172/2161-0487.1000117>
- Fatchurrahmi, R., & Sholichah, M. (2021). *Mindfulness for Adolescents from Broken Home Family*. In *International Journal of Latest Research in Humanities and Social Science*. www.ijlrhss.com
- Firdausi, N. I. A., Hotifah, Y. M., & Simon, I. M. (2020). *Psychological Dynamics of Young People on Broken Home Families*. *Southeast Asia Mental Health and Counseling Association*, 1(1), 31–41. <https://doi.org/10.46637/xxxxx>
- Munandar, A., Esterlita Purnamasari, S., Varadhila Peristianto, S., & Mercu Buana Yogyakarta, U. (2020). *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA KELUARGA BROKEN HOME PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN*

BROKEN FAMILY. Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi, 22(1), 1693–2552.
<https://doi.org/10.26486/psikologi.v22i1>

Okoree, B. I. A., Sedegah, D. D. D. D., & Parku, E. (2020). *How Do They Cope: Traumatic Impact of Broken Homes on the Academics of the Children Living in Ga East Municipality, Ghana. Journal of Education, Society and Behavioural Science*, 15–26. <https://doi.org/10.9734/jesbs/2020/v33i730240>

Ryff, C. D. (2013). *Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>

Wahyuningsih Endang Surjaningrum, A. R., Psych, Ma., & Wahyuningsih Departemen Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya Jalan Dharmawangsa Dalam Selatan Surabaya, A. (2013). *Kesejahteraan Psikologis pada Orang dengan Lupus (Odapus) Wanita Usia Dewasa Awal Berstatus Menikah. In JURNAL Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental (Vol. 2, Issue 01)*.