

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keluarga memiliki peran penting dalam tahap perkembangan psikososial anak yang membantu dalam menciptakan karakter positif (Fachrial dan Maulydia, 2023). Fungsi keluarga dapat bertanggung jawab pada pola pengasuhan anak dan mengatasi masa krisis identitas remaja (Hermansyah dan Hadjam, 2020).

Dinamika dalam sebuah keluarga tidak sesuai dengan apa yang setiap individu inginkan. Seiring berjalannya waktu akan terjadi konflik dalam keluarga baik itu karena perselingkuhan, ekonomi, dan kesalahpahaman (Manna, Doriza, dan Oktaviani, 2021). Dampak yang paling berpengaruh dari adanya keretakan dalam rumah tangga adalah anak. Ketika anak menyadari tidak ada orang yang bisa membuat ia merasa aman dan nyaman maka akan timbul emosi negatif dimana anak merasa tidak dipedulikan, didampingi, dan didengarkan (Ismiati, 2018).

Anak yang berada pada usia remaja dan harus menghadapi situasi dimana orangtuanya bercerai akan lebih beresiko mengalami gangguan psikologis (Dianovinina dan Surjaningrum, 2023). Menurut Saputro (2018) Masa remaja merupakan usia yang bermasalah dikarenakan remaja mengalami kesulitan dalam mengatasi masalah mereka sendiri.

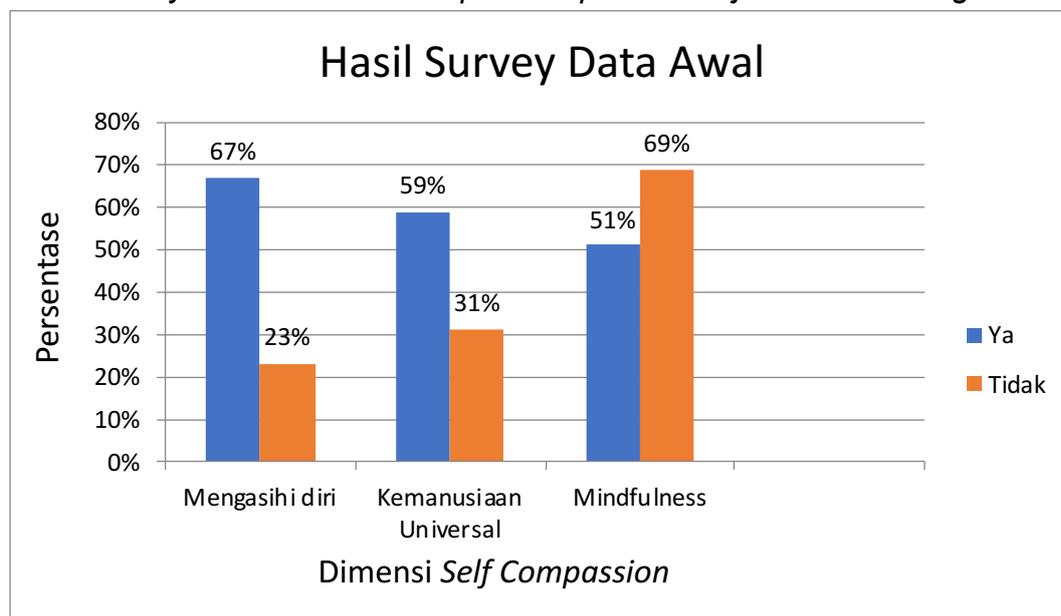
Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuniar dan Darmawati (2017) diperoleh 27,1% remaja yang kurang merasakan dukungan keluarga memiliki kecerdasan emosional dalam kategori rendah. Sebagian remaja hidup bersama keluarga yang tidak dapat menjalankan peran fungsinya dengan baik, seperti contohnya remaja yang mengalami *broken home* (Cholifah, Nurhayati, Fitriana, 2023).

Menurut Willis (2008) *broken home* dapat dilihat dalam dua aspek yaitu

pertama strukturnya tidak lagi utuh dimana salah satu orangtua meninggal atau bercerai, aspek yang kedua orang tua tidak bercerai namun struktur dalam keluarganya tidak lagi utuh, maksudnya kedua orang tua tidak lagi menjalankan peran sebagaimana mestinya mereka lebih jarang dirumah, tidak lagi menunjukkan kasih sayangnya, dan sering terjadi pertengkaran diantara keduanya sehingga menimbulkan ketidaksehatan psikologis.

Gambar 1.1

Hasil survey data awal self compassion pada remaja latar belakang broken home



Keterangan:

Dimensi 1 : *Self Kindness*

Dimensi 2 : *Common Humanity*

Dimensi 3 : *Mindfulness*

Salah satu dampak dari *broken home* yaitu *psychological problem* dimana kondisi ini membuat anak yang menjadi korban *broken home* menghakimi diri sendiri, ketidaksempurnaan, dan menyalahkan diri sendiri, dimana kondisi tersebut juga merupakan bagian dari *self compassion* (Fachrial dan Mauliyda, 2023).

Berdasarkan diagram hasil survey data awal *self compassion* pada remaja berlatar belakang keluarga *broken home* yang diberikan kepada 30 responden dengan kriteria remaja yang memiliki orang tua bercerai, dapat dilihat hasil perolehan

berdasarkan dimensi mengasihi diri lebih banyak yang menjawab “Ya” pada pernyataan mencintai diri dan memahami diri. Hal ini menandakan bahwa remaja yang berlatar belakang keluarga *broken home* tersebut memiliki dimensi mengasihi diri yang tinggi. Pada hasil dimensi kemanusiaan universal lebih banyak yang menjawab “Ya” pada pernyataan menjaga emosional tetap stabil dan menganggap kesukaran sebagai hal yang wajar. Hal ini menandakan bahwa remaja tersebut memiliki kemanusiaan universal yang lebih tinggi. Pada hasil dimensi *mindfulness* lebih banyak yang menjawab “Tidak” pada pernyataan melihat situasi secara berimbang dan mampu menjaga perasaannya.

Hal ini menandakan bahwa remaja yang berlatar belakang *broken home* tersebut memiliki dimensi *mindfulness* yang rendah. Maka dapat disimpulkan dari hasil data survey awal bahwa *self compassion* remaja dengan latar belakang broken home di Kabupaten Aceh Utara, Lhoksukon memiliki komponen mengasihi diri dan kemanusiaan universal yang tinggi, tetapi memiliki komponen *mindfulness* yang rendah.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Afifah (2023) memperoleh hasil bahwa remaja yang mengalami kondisi keluarga *broken home* termasuk kedalamnya bercerai, meninggal dunia, atau keluarga tidak harmonis menunjukkan hubungan sosial yang kurang baik, kurang dapat bersosialisasi, kerap merasa tidak beruntung, dan menyalahkan diri sendiri.

Dampak *broken home* bagi anak menimbulkan perasaan kurang kasih sayang, kurang kontrol, dan anak menjadi merasa terbebani. Dalam penelitian Achilike (2017) menyatakan bahwa rumah tangga yang retak (*broken home*) menciptakan jalan bagi masalah sosial dan psikologis seperti ketidaksosialan, kurangnya cinta, rasa yang

tidak aman, membolos ketika sekolah, dan gangguan emosional yang mempengaruhi konsentrasi dalam kegiatan belajarnya.

Tidak semua remaja *broken home* menjerumuskan dirinya dalam kenakalan. Remaja yang mampu menerima keadaan masa lalunya akan lebih mampu menerima kelebihan dan kekurangan dalam diri (Fisabillah dan Agustina, 2024). Disisi lain ada juga dari mereka yang melakukan *coping stress* dengan baik sehingga dapat beradaptasi pada masalah yang sedang dialaminya, salah satu bentuk resiliensinya yaitu melakukan *self compassion* dengan berusaha menerima semua yang terjadi dalam keluarganya, mereka memahami bahwa kegagalan dalam keluarganya bukan alasan untuk terus merasakan keterpurukan ataupun penderitaan.

Menurut Neff (2011) *Self compassion* mengartikan bagaimana kita menghentikan penilaian diri yang terus-menerus dan komentar internal yang meremehkan yang sebagian besar dari kita anggap sebagai hal yang normal. Hal ini menuntut kita untuk memahami kelemahan dan kegagalan kita alih-alih mengutuknya. Hal ini memerlukan pemahaman yang jelas tentang sejauh mana kita merugikan diri sendiri melalui kritik diri yang tiada henti dan mengakhiri perang internal kita. Meliputi aspek dari *self compassion* : *self kindness* yaitu kemampuan memahami dan menerima, *common humanity* yaitu kesadaran dalam melihat kesulitan dan kegagalan, *mindfulness* yaitu menerima kenyataan tanpa harus menghakimi

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hasmalin dan Himaningsih (2019) menunjukkan bahwa *self compassion* efektif untuk mengendalikan emosi negatif yang muncul pada seseorang. Menurut Neff dan Germer (2018) *self compassion* mulai berkembang pada seseorang saat mereka memasuki usia remaja yaitu sekitar usia

14 sampai dengan 18 tahun. Penelitian yang dilakukan oleh Harning (2018) menyatakan terdapat hubungan antara *self compassion* dengan resiliensi pada remaja dengan keluarga bercerai, berarti menandakan bahwa *self compassion* merupakan salah satu hal yang mampu mempengaruhi resiliensi pada keluarga bercerai.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan peneliti, dapat disimpulkan bahwa tingginya kasus perceraian di Lhoksukon berdampak pada remaja yang mengalami kondisi keluarga berpisah. Kondisi remaja dengan latar belakang keluarga *broken home* mengakibatkan remaja kurang kasih sayang, kurang kontrol, dan anak menjadi merasa terbebani. Salah satu hal yang dapat menjadi solusi dalam kondisi ini adalah *self compassion*, dimana *self compassion* memberikan pemahaman dan kebaikan pada diri sendiri saat mengalami sebuah kegagalan atau saat melakukan kesalahan, tidak akan menghakimi diri sendiri secara keras, ataupun mengkritik diri sendiri dengan berlebihan atas ketidak sempurnaan, kegagalan dan kelemahan yang dialami. Maka dari itu dalam penelitian ini, ingin melihat bagaimana *self compassion* pada remaja-remaja yang mengalami kejadian *broken home* dalam keluarganya.

1.2 Keaslian Penelitian

Hasil Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fachrial dan Mauliydia (2023) dengan judul Hubungan Antara *Self-Compassion & Loneliness* Pada Remaja *Broken Home* menunjukkan bahwa nilai rata-rata *self-compassion* remaja perempuan lebih rendah dibanding remaja laki-laki. Penelitian ini menggunakan teori Neff (2009) untuk mengungkap variabel *self compassion*. Desain penelitian yang digunakan adalah pendekatan korelasional, pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan kriteria subjek remaja usia 15-22 tahun. Perbedaan dalam penelitian yang akan dilakukan adalah peneliti menggunakan satu variabel yaitu *self compassion* dari teori

Neff (2011), dan desain penelitian yang digunakan adalah studi deskriptif, dan juga lokasi penelitian berada di Kabupaten Aceh Utara, Lhoksukon.

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Afifah (2023) dengan judul *Gambaran self compassion pada remaja broken home di kecamatan indrapuri kabupaten aceh besar*, menunjukkan bahwa *Gambaran self compassion pada remaja broken home di kecamatan indrapuri* bahwa rata-rata remaja cenderung memiliki *self compassion* yang tinggi, ditandai dengan sikap remaja yang cenderung baik dalam memandang dirinya ketika menghadapi masalah, tidak menghakimi diri secara keras dan mampu menerima dengan baik kejadian yang tidak menyenangkan dalam hidupnya, serta tidak merasa paling menderita dalam menghadapi masalah ataupun kesulitan dalam hidupnya. Sedangkan dua informan lainnya cenderung memiliki *self compassion* yang rendah, dapat dilihat dari kurang memandang diri positif ketika menghadapi masalah, berlarut-larut dalam kesedihan dan kekecewaan, juga kurang mampu menerima dengan baik dan apa adanya suatu kejadian atau masalah dalam hidupnya. Teori *self compassion* dalam penelitian ini menggunakan teori Neff (2011) dan menggunakan metodologi kualitatif. Perbedaan dalam penelitian yang akan dilakukan ini adalah lokasi penelitian yang berbeda dan dipilih berdasarkan data tingkat perceraian tertinggi di Aceh yaitu Kabupaten Aceh Utara, Lhoksukon. Penelitian ini akan menggunakan metodologi kuantitatif deskriptif dengan jumlah subjek 96 orang responden.

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fachrial dan Herdiningtyas (2023) dengan judul *Pengaruh Self Compassion Terhadap Resiliensi Pada Remaja Yang Memiliki Orang Tua Tunggal*. Memperoleh hasil bahwa *Self compassion* pada remaja dengan rentang usia 18–21 tahun berada dalam kategori tinggi sedangkan usia 22–25 tahun berada pada kategori perempuan memiliki *self compassion* yang

lebih rendah. Hal ini, dijelaskan karena perempuan lebih sering terfokus pada kegagalan di masa lalu, menyendiri saat dihadapi permasalahan dan juga. Teori variabel *self compassion* pada penelitian ini menggunakan Neff (2003). Metodologi penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *non probabilitas*. Skala item *self compassion* berjumlah 26 item. Perbedaan dalam penelitian ini adalah variabel yang akan diteliti berfokus pada *self compassion* menggunakan teori Neff (2011) berlokasi di Kabupaten Aceh Utara, Lhoksukon. Dengan menggunakan pendekatan studi deskriptif.

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Maisari dan Aulia (2022) dengan judul Hubungan *Social Support* dengan *Self Compassion* Pada Remaja dengan Orangtua yang Bercerai, mengatakan bahwa *self compassion* pada remaja dengan orang tua bercerai akan cenderung lebih tinggi jika mendapatkan *social support*. Teori yang digunakan dalam variabel *self compassion* disini adalah dari teori Neff (2003) . Dengan menggunakan pendekatan metodologi korelasional. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penggunaan metode yaitu dengan metode kuantitatif deskriptif dan variabel *self compassion* diambil dari teori Neff (2011).

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Elfira (2019) dengan judul Pengaruh *Self Compassion* terhadap Resiliensi Remaja dengan Orang Tua Yang Bercerai, memperoleh hasil bahwasanya terdapat pengaruh *self compassion* terhadap resiliensi remaja dengan orang tua yang bercerai. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self compassion* yang dimiliki remaja dengan orang tua yang bercerai, maka semakin tinggi pula resiliensi yang dimiliki. Teori yang digunakan dalam variabel *self compassion* ini menggunakan Neff (2003). Subjek dalam penelitian ini yaitu 60 sampel remaja. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah selain lokasi penelitian juga metode penelitian yang akan fokus dengan satu variabel

saja yaitu *self compassion* Neff (2011). Subjek berjumlah 96 orang dengan pengambilan sampel menggunakan *incidental sampling*.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijabarkan diatas, maka dapat dibuat rumusan masalah: Bagaimana gambaran *Self Compassion* Pada Remaja Dengan Latar Belakang Keluarga *Broken Home*?

1.4 Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah diatas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran *Self Compassion* Pada Remaja Dengan Latar Belakang Keluarga *Broken Home*.

1.5 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat secara teoritis dan praktis. Adapaun manfaat dalam penelitian ini adalah:

1.5.1 Manfaat teoritis

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi bagi peneliti selanjutnya sebagai acuan dalam melakukan penelitian selanjutnya. Selain itu diharapkan juga hasil dari penelitian ini dapat menjadi literatur yang berkontribusi dalam dunia psikologi sosial

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Remaja

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membuat remaja *broken home* lebih sadar dan peduli untuk meningkatkan *self compassion* yang bisa dilakukan dengan mengikuti seminar ataupun membaca bahan bacaan terkait yang dapat meningkatkan

self compassion.

2. Bagi Mahasiswa

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi informasi dalam menambah wawasan dan pengetahuan kepada mahasiswa tentang gambaran *self compassion* remaja dengan latar belakang keluarga *broken home*.

3. Bagi Universitas

Diharapkan penelitian ini menjadi sumbangsih data dan informasi terkait populasi perceraian tertinggi di Aceh, kondisi remaja dengan latar belakang keluarga *broken home*, dan aspek apa yang paling berpengaruh dalam menimbulkan *self compassion* remaja dengan latar belakang keluarga *broken home*.