

---

**DINAMIKA RESILIENSI REMAJA DENGAN KELUARGA *BROKEN HOME*****Berna Detta<sup>1</sup>, Sri Muliati Abdullah<sup>2</sup>**<sup>1</sup>Universitas Mercu Buana Yogyakarta<sup>1</sup>Dettaberna9@gmail.com, <sup>2</sup>muliatiyogya@gmail.com**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dinamika resiliensi remaja dengan keluarga *broken home*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus, responden utama dalam penelitian ini sebanyak dua orang dengan karakteristik sebagai berikut : orang tua kandung bercerai serta ayah menikah lagi sebanyak 3 kali dan pertengkaran orang tua yang terus-menerus sehingga memberikan dampak yang negatif pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memperlihatkan dinamika resiliensi cenderung sama, yaitu terbentuknya kemampuan resiliensi berdasarkan proses belajar individu dari permasalahan yang dihadapi, kemampuan individu untuk melakukan evaluasi setiap tindakan yang dilakukan dan segi spritual yaitu mendekatkan diri kepada Tuhan sehingga menjadikan nilai-nilai agama sebagai pedoman kehidupan. Sementara itu subyek yang memiliki kemampuan optimis dan efikasi diri yang belum baik, hal ini disebabkan proses belajar individu untuk menghadapi permasalahan yang masih berkembang, ketakutan individu mengenai pengalamannya tentang keluarga *broken home* menyebabkan kesulitan individu untuk memiliki kemampuan optimisme dan efikasi dengan baik, hal ini menyebabkan remaja cenderung ragu-ragu dengan kemampuan dirinya, berpikir bahwa permasalahan yang dihadapinya akan terjadi hingga di masa depan.

**Kata kunci:** Resiliensi, Remaja dengan Keluarga *Broken Home*.

**DYNAMICS OF ADOLESCENT RESILIENCE WITH THE BROKEN HOME FAMILY****Berna Detta<sup>1</sup>, Sri Muliati Abdullah<sup>2</sup>**<sup>1</sup>Universitas Mercu Buana Yogyakarta<sup>1</sup>Dettaberna9@gmail.com, <sup>2</sup>muliatiyogya@gmail.com**Abstrack**

This study aims to describe the dynamics of adolescent resilience with broken home family. This research used qualitative research method with case study approach. The main respondents in this research were two people with the following characteristics: the birth parents divorced in the year and the father remarried as many as 3 times and continuous parent squabbling that gives negative impact in adolescents. The results showed that the respondents had the resilience dynamics tend to be the same, namely the formation of resilience ability based on the individual learning process of the problems encountered, the ability of individuals to evaluate every action performed and the spiritual aspect that is closer to God so as to make religious values as a guide of life. Meanwhile, subjects who have the ability to optimize and self-efficacy that has not been good, this was due to individual learning process to deal with the problems that were still developing, individual fears about his experience of broken families caused individual difficulties to have the ability of optimism and efficacy well, this caused adolescents tend to hesitate with his ability, thinking that the problems he faced will occur until the future.

**Keywords :** Resilience, teenagers with Broken Home Family.

## PENDAHULUAN

Keluarga merupakan kelompok sosial yang bersifat abadi, dikukuhkan dalam sebuah pernikahan yang memberikan pengaruh keturunan dan lingkungan sebagai dimensi penting bagi individu, serta keluarga adalah tempat yang penting dimana individu terutama adalah anak untuk memperoleh dasar dalam mem-bentuk kemampuannya agar menjadi orang berhasil di masyarakat, keluarga terdiri dari pribadi-pribadi yakni ayah, ibu dan anak-anak sebagai keluarga inti (Gunarsa, 2008).

Secara psikososilogis keluarga berfungsi sebagai : (1) pemberi rasa aman bagi anak dan anggota keluarga lainnya, (2) sumber pemenuhan kebutuhan, baik fisik maupun psikis, (3) sumber kasih sayang dan penerimaan, (4) model pola perilaku yang tepat bagi anak untuk belajar menjadi anggota masyarakat yang baik, (5) pemberi bimbingan baik pengembangan perilaku sosial dianggap tepat, (6) pembentuk anak dalam memecahkan masalah yang dihadapinya dalam rangka menyesuaikan dirinya terhadap kehidupan, (7) pemberi bimbingan dalam belajar keterampilan motorik, verbal dan sosial yang dibutuhkan untuk penyesuaian diri, (8) stimulator bagi pengembangan kemampuan anak untuk mencapai prestasi, baik di sekolah maupun di masyarakat

pembimbing dalam mengembangkan aspirasi, dan (9) sumber persahabatan / teman bermain bagi anak sampai cukup usia untuk mendapatkan teman di luar rumah, atau apabila persahabatan di luar rumah tidak memungkinkan (Yusuf, 2004). Berfungsinya peran sebuah keluarga merupakan sebagai syarat utama bagi kelancaran terlaksanakannya suasana keluarga yang baik, dengan suasana keluarga yang bahagia anak (remaja) bisa mengembangkan dirinya dengan bantuan orang tua dan saudara-saudaranya (Gunarsa, 2008). Selanjutnya Yusuf (2004) menjelaskan bahwa keluarga yang bahagia merupakan suatu hal yang sangat penting bagi perkembangan emosi para anggotanya (khususnya anak) karena kebahagiaan diperoleh apabila keluarga dapat mem-perankan fungsinya secara baik dalam hal ini adalah keluarga yang harmonis.

Dalam perkembangannya yang sulit, remaja juga membutuhkan keluarga sebagai pembimbingnya saat melalui perkembangan yang remaja hadapi. Willis (2009) mengemukakan bahwa remaja merupakan usia transisi, pada masa ini remaja telah meninggalkan masa kanak-kanak yang lemah dan penuh ketergantungan, akan tetapi belum mampu bertanggung jawab terhadap dirinya atau masyarakat. Sebab di masa remaja merupakan fase perkembangan biologis,

kognitif, dan sosio-emosional untuk mempersiapkan diri memasuki masa dewasa (Santrok, 2007). Masa remaja merupakan suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa (Hurlock, 2012).

Hal ini senada dengan ungkapan Sarwono (2016) bahwa perkembangan remaja merupakan tahap “*entropy*” ke kondisi “*nege-tropy*” yaitu keadaan kesadaran manusia belum tersusun rapi, dalam hal ini dimaksud kemampuan fisik remaja telah berfungsi secara maksimal, namun belum dapat membawa remaja dalam kemandirian yang maksimal. Sebab masa remaja merupakan proses penyempurnaan pertumbuhan fisik dan perkembangan aspek-aspek psikis yang telah dimulai sejak masa-masa sebelumnya, yang mengarah pada kematangan yang sempurna hingga pada masa remaja akhir hingga disebut wanita muda atau pria muda (Mighwar, 2006). Diharapkan pada fase ini dapat mempersiapkan remaja untuk memasuki masa dewasa (Santrok, 2007).

Yusuf (2004) menjelaskan bahwa suasana atau iklim keluarga penting bagi perkembangan kepribadian remaja karena, seorang anak atau remaja yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang harmonis dan agamis; dalam arti, orang tua memberikan curahan kasih sayang,

perhatian serta bimbingan dalam kehidupan berkeluarga, maka perkembangan kepribadian remaja tersebut cenderung positif. Namun ada kalanya orang tua tidak dapat memenuhi perannya secara optimal sebagaimana orang tua pada umumnya yang lengkap, yang dapat memenuhi segala kebutuhan anaknya secara *afeksi*, emosional, dan finansial, hal ini dikenal dengan istilah *broken home*.

Menurut Willis (2009), *broken home* dikaitkan dengan krisis keluarga, yaitu kondisi yang sangat labil dalam keluarga, dimana komunikasi dua arah dalam kondisi demokratis sudah tidak ada. *Broken home* dapat digambarkan keadaan keluarga yang tidak utuh hal ini dapat disebabkan perceraian, meninggal atau pergi meninggalkan keluarga (Chaplin, 2005).

Yusuf (2004) menjelaskan bahwa ciri-ciri keluarga yang mengalami disfungsi (*broken home*) itu adalah : (1) kematian salah satu atau kedua orang tua; (2) kedua orang tua berpisah atau bercerai (*divorce*); (3) hubungan kedua orang tua tidak baik (*poor marriage*); (4) hubungan orang tua dengan anak tidak baik (*poor parent-child relationship*); (5) suasana rumah tangga yang tegang dan tanpa kehangatan (*high tension and low warmth*); (6) orang tua sibuk dan jarang berada di rumah (*parent's absence*); dan (7) salah satu atau kedua orang tua

mempunyai kelainan kepribadian atau gangguan kejiwaan (*personality or psychological disorder*).

Selanjutnya Yusuf (2004) menjelaskan bahwa keadaan keluarga yang tidak harmonis atau tidak stabil merupakan faktor penentu berkembangnya kepribadian anak (remaja) tidak sehat, misalnya cara penyesuaian diri yang sulit, perilaku agresif dan kenakalan remaja.

Hal ini pun diungkap oleh Coleman (dalam Slamet & Markam, 2015) bahwa gangguan kepribadian mungkin juga disebabkan oleh pola hubungan antar anggota keluarga yang patogenik, yakni gangguan interaksi antara ayah-ibu, ayah-anak, anak-anak, atau ibu-anak. Hal ini pun disنادa dengan hasil penelitian (Irmawati dan Simatupang, 2006) di Lembaga Per-masyarakatan Anak Tanjung Gusta Medan mengungkapkan bahwa keluarga *broken home* dapat men-yebabkan remaja mengalami antisosial serta dapat menimbulkan sifat agresif pada remaja (Sukoco, Rozano & Utami, 2016)

Untuk menghadapi per-masalahan yang dihadapi remaja yang memiliki keluarga *broken home* maka pengembangan kemampuan dan ketahanan emosional pada remaja menjadi penting untuk menghadapi kesulitan dan permasalahan-permasalahan serta mengubahnya menjadi positif, hal tersebut

dapat tercapai dengan adanya kemampuan resiliensi.

Resiliensi merupakan sebuah kemampuan individu untuk bangkit dari penderitaan, dengan keadaan tersebut diharapkan mental akan menjadi lebih kuat dan memiliki sumber daya (Walsh dalam Lestari, 2016).

Resiliensi memiliki makna yaitu melompat atau melenting kembali (*Resiliency Center*, 2004). Resiliensi juga merupakan sebuah kekuatan yang memungkinkan individu kuat dalam ketepurukan (VanBreda, 2013). Resiliensi merupakan sebuah kapasitas bagi individu untuk bangun lagi dari kejatuhan serta bangkit kembali dari kesulitan (Setyoso, 2013).

Hal ini dijelaskan dengan pendapat Grotberg (1999) bahwa resiliensi berperan sebagai kemampuan individu untuk menilai, mengatasi, dan meningkatkan diri ataupun mengubah dirinya dari ketepurukan atau kesengsaraan dalam hidup, karena setiap individu pasti mengalami kesulitan ataupun sebuah masalah dan tidak ada seseorang yang hidup di dunia tanpa suatu masalah ataupun kesulitan. Siebert (dalam Masna, 2013) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan sebuah kemampuan individu untuk mengatasi dengan baik perubahan hidup pada level yang tinggi, menjaga kesehatan di bawah kondisi penuh tekanan,

bangkit dari keterpurukan, mengatasi ke-malangan, merubah cara hidup ketika cara yang lama dirasa tidak sesuai lagi dengan kondisi yang ada, dan menghadapi permasalahan tanpa melakukan kekerasan. Individu yang memiliki resiliensi diharapkan akan mampu lebih cepat kembali ke kondisi semula serta mampu beradaptasi terhadap stres yang ekstrim dan kesengsaraan (Holaday dalam Widuri 2012).

Reivich dan Shatte (2002) memamparkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi terhadap situasi-situasi yang sulit, individu dapat dikatakan memiliki resiliensi jika individu mampu untuk secara cepat kembali kepada kondisi sebelum trauma dan terlihat kebal dari berbagai peristiwa-peristiwa kehidupan yang negatif serta individu yang resiliens adalah individu yang merespon setiap permasalahan dengan cara yang sehat dan cara produktif, yaitu menjaga dirinya untuk tetap sehat dan tidak melukai dirinya serta orang lain, dalam kemampuan resiliensi ini hal yang terutama adalah mengelola stress secara baik (Reivich & Shatte, 2002).

Menurut Wolin dan Wolin (1999) individu yang resilien ditandai dengan tujuh kemampuan yakni *insight* (kemampuan bertanya jujur pada diri sendiri), kemandirian, dapat mengembangkan hubungan yang jujur,

memiliki inisiatif, kreativitas, memiliki humor, memiliki moralitas yaitu keinginan untuk hidup secara baik dan produktif.

Individu yang resiliensi memiliki 7 (tujuh) aspek yang membentuk kemampuan resiliensi pada individu (Reivich & Shatte, 2002) yaitu:

- a. Regulasi emosi, keadaan untuk tetap tenang dan fokus saat di bawah kondisi menekan.
- b. Pengendalian impuls, kemam-puan dalam mengendalikan setiap dorongan, keinginan, dan tekanan yang muncul dari dalam diri.
- c. Optimis, percaya dapat menangani masalahnya serta menyakini memiliki masa depan yang cemerlang.
- d. Empati, kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain.
- e. Kemampuan analisis masalah, kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang dihadapi.
- f. Efikasi diri, keyakinan individu mampu memecahkan masalah yang dialami dan mencapai kesuksesan.
- g. Peningkatan aspek positif, kemampuan individu untuk memaknai permasalahan yang dihadapi sebagai kekuatan di masa depan.

Menurut Grotberg (1999) ada beberapa sumber yang dapat

mempengaruhi terbentuknya sebuah resiliensi pada diri individu, yaitu sebagai berikut :

- a. *I Am*, kekuatan yang berasal dari dalam diri individu.
- b. *I Have*, pemaknaan individu terhadap besarnya dukungan lingkungan sosial terhadap dirinya,
- c. *I Can*, kemampuan individu dalam memecahkan masalahnya dalam berbagai setting kehidupan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa remaja dengan keluarga *broken home* akan mampu bangkit dari per-masalahannya selagi remaja tersebut memiliki kemampuan resiliensi. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Swastika (2012) bahwa ada remaja yang keluarga *broken home* mampu menghadapi permasalahan tersebut dengan 7 (tujuh) kemampuan resiliensi yang dimilikinya serta menjadi individu yang lebih baik di masa depan.

Remaja diharapkan dapat memahami bahwa kehidupan tidak lepas dari sebuah permasalahan, karena melalui permasalahan yang dihadapi remaja akan menjadi individu yang lebih matang karena pengalaman untuk mencari solusi permasalahannya. Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam pembahasan ini adalah “bagaimana gambaran resiliensi pada remaja dengan keluarga “*broken home* ?

## METODE

Pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus dipandang paling sesuai diterapkan pada penelitian ini. Bahwa studi kasus pengambilan data dengan metode wawancara (riwayat hidup), pengamatan, penelaahan dokumen, (hasil) survei, dan data apa pun untuk menguraikan suatu kasus secara terinci (Mulyana, 2003).

Yin (2011) memaparkan bahwa studi kasus dapat digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian berupa “*bagaimana*” dan “*mengapa*”.

Pendekatan studi kasus yang digunakan peneliti dipilih karena sifat kecenderungannya yang biasa memperhatikan permasalahan mengenai bagaimana (*how*) dinamika resiliensi pada remaja yang memiliki keluarga *broken home* berdasarkan aspek-aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002), serta untuk menjelaskan apakah individu tersebut individu yang resiliens dan mengapa (*why*) untuk mengungkap penyebab adanya atau tidak adanya resiliensi pada remaja yang memiliki keluarga *broken home* berdasarkan sumber-sumber resiliensi menurut Grotberg (1999).

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara yaitu pertemuan dua individu untuk bertukar informasi (Sugiyono, 2012), serta wawancara juga metode yang baik

digunakan dalam menilai pribadi individu, tanpa ada batas usia serta metode yang luwes (Hadi, 2004). Wawancara ditambah dengan alat bantu (alat perekam) *tape recorder*, dan selain wawancara digunakan metode observasi nonpartisipan yaitu teknik pengamatan dengan tehnik pencatatan yang sistematis juga untuk membantu perolehan data yang mendasari pernyataan spesifik dari individu (Kusdiyati & Fahmi, 2015).

Partisipan dalam penelitian ini ada 2 (dua) orang remaja, laki-laki dan perempuan dengan karakteristik sebagai berikut:

- a. Remaja yang memiliki keluarga *broken home* (bercerai dan pertengkar yang terus-menerus).
- b. Mengalami kasus keluarga *broken home* dalam kurun waktu kurang lebih 5 (lima) tahun.
- c. Remaja akhir yang berusia 19 tahun.
- d. Tidak memiliki batasan komunikasi (bisu).

Pengambilan data penelitian berlangsung antara 5 Maret – 26 April 2017, dengan mendatangi masing-masing partisipan untuk melakukan wawancara dan observasi. Data yang diperoleh melalui wawancara diorganisasikan, dikelompokkan, proses *coding*, disajikan melalui naratif, dan interpretasi data (Creswell, 2016).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara ditemukan perbedaan kemampuan resiliensi pada remaja dengan keluarga *broken home*, yaitu perbedaan kemampuan responden dalam kemampuan optimisme dan efikasi diri serta sumber-sumber resiliensi menurut Grotberg (1999) yaitu *I Have* pemaknaan responden terhadap dukungan orang-orang sekitar. Pada aspek regulasi emosi, pengendalian impuls, empati, ke-mampuan analisis masalah dan peningkatan aspek positif serta sumber-sumber resiliensi yaitu *I Am* dan *I Can* menunjukkan kesamaan pada kedua responden.

Gambaran resiliensi pada remaja dengan keluarga *broken home* sebagai berikut :

### a. Aspek-aspek kemampuan resiliensi 1) Kemampuan regulasi emosi

Pada responden DS memiliki perasaan sedih, marah, kecewa, dan kesal terhadap ayahnya karena pernikahan ayahnya yang dilakukan tanpa seijin dari DS, DS merasa bahwa dirinya tidak dihargai sebagai anak sebab tidak diikutsertakan dalam keputusan ayahnya untuk menikah dengan ibu tirinya. Namun DS memilih untuk diam, saat tidak mampu menahan emosinya, DS berdoa seraya menangis, dan mencoba untuk tenang, dan pada responden WA ketika orang tuanya bertengkar, WA memilih diam sambil

mendengarkan musik dan untuk merasa tenang ketika orang tuanya bertengkar WA pergi mencari tempat yang nyaman untuk menenangkan diri lalu berdoa.

#### 2) *Pengendalian Impuls*

Dalam aspek ini partisipan DS dan WA memiliki kesamaan, DS dan WA memilih untuk tidak melakukan hal yang negatif ketika orang tua tidak harmonis sebagai pelampiasan emosinya, sebab agama mengajarkan untuk tidak melakukan hal-hal yang negatif. Pengendalian impuls dari responden DS adalah berpikiran positif, menerima keadaan yang terjadi dan mempertimbangkan segala tindakan sebelum dilakukan, sedangkan pada responden WA, saat menghadapi pertengkaran pada kedua orang tuanya adalah mempertimbangkan segala tindakan yang ingin dilakukan sebagai melampiaskan rasa emosi akibat dari pertengkaran kedua orang tuanya. WA memiliki keinginan untuk pergi dari rumah namun WA mempertimbangkan lagi hal tersebut karena takut akan menambah permasalahan serta ketidakinginan melampiaskan ke hal yang negatif karena menilai bertentangan dengan nilai agama.

#### 3) *Optimisme*

Optimisme yang dimiliki pada responden DS adalah masa depannya akan lebih baik yaitu tentang rumah tangganya di masa depan akan lebih baik dari pada

kedua orang tuanya, dan akan menjadi individu yang lebih baik dan sukses di masa depan. Sebab, DS memiliki keyakinan ketika dirinya memiliki masa depan yang baik, akan menjadi pembuktian serta pembalasan terhadap permasalahan yang dihadapi sekarang. Hal ini berkaitan dengan visi yaitu tujuan individu di masa depan yaitu menggambarkan sebuah daya tarik, hasrat, semangat serta perwujudan ideal individu di masa depan sehingga dapat meningkatkan optimisme (Nanus, dalam Safaria 2007). Pada responden WA pun memiliki harapan yang baik tentang masa depannya yaitu, memiliki rumah sendiri, penghasilan sendiri, berguna bagi orang lain dan menjadi individu yang mampu menyelesaikan per-masalahannya sendiri. WA bersedia kepada Tuhan tentang impiannya dimasa depan, namun terkadang ada keraguan dan ketakutan dalam diri WA tentang masa depannya akibat permasalahan keluarga *broken home*. WA takut ketika dirinya akan memiliki rumah tangga yang serupa dengan orang tuanya.

#### 4) *Kemampuan menganalisis masalah*

Aspek kemampuan analisis masalah, responden DS mengetahui penyebab orang tuanya bercerai dari mendengar dari ibunya dan dari pertengkaran kedua orang tuanya. Hal ini serupa dengan responden WA yang mengetahui penyebab orang tuanya bertengkar dari suara ribut yang didengarkannya saat per-tengkaran kedua



orang tuanya. Kedua responden mengambil pembelajaran dari keadaan keluarganya, mem-fokuskan dan mengarahkan diri untuk lebih baik dengan fokus belajar, dan kegiatan kampus.

#### 5) *Empati*

Responden DS mengungkapkan bahwa setelah perceraian kedua orang tua kandungnya, dan pernikahan ayahnya yang keduanya per-ekonomian keluarga menjadi merosot. DS merasa kasian dengan keadaan yang dialami ayahnya dan memahami kondisi ayahnya dengan tidak meminta macam-macam serta membantu ayahnya dengan bekerja. Pada responden WA, saat memiliki permasalahan keluarga *broken home*. WA memahami perasaan mamahnya ketika diselingkuhin oleh papahnya, yaitu perasaan sedih, sakit dan hilangnya sebuah kepercayaan. WA menunjukkan rasa perhatiannya kepada mamahnya, ketika mamahnya sedang sakit. WA membelikan obat tanpa disuruh ataupun dikasih uang, dan membuat teh lalu memberi obat kepada mamahnya ketika mamahnya bangun dari tempat tidurnya.

#### 6) *Efikasi diri*

Kemampuan efikasi diri terlihat dari responden DS yakin mampu mengatasi permasalahan yang dihadapinya dan mengapai tujuan yang telah ditetapkan dengan apa yang dilakukannya sekarang serta kemampuan yang ada dalam dirinya.

Pada responden WA kemampuan efikasi diri untuk saat ini belum memilikinya dengan baik. WA yakin mampu menyelesaikan per-masalahannya sendiri, namun terkadang timbul keraguan dalam dirinya akibat permasalahan keluarga *broken home* yang dialaminya.

Pada responden WA menyerahkan penuh kepada Tuhan tentang permasalahannya dan masa depannya, namun disisi lain WA ada keinginan untuk mampu mandiri dalam menyelesaikan permasalahan dan yakin bisa karena mendapatkan kekuatan dari spritualitas yang diyakininya. Hal ini juga dijelaskan oleh Bandura (1997) bahwa efikasi diri merupakan individu yang dapat mempercayai bahwa perilaku tertentu membuahkan konsekuensi tertentu, akan tetapi apabila individu tersebut mempunyai keraguan yang besar terhadap kemampuannya maka informasi tentang konsekuensinya itu akan berpengaruh pada perilakunya.

#### 7) *Peningkatan aspek positif*

Dari kedua responden DS dan WA menunjukkan bahwa keduanya dapat memaknai setiap permasalahan keluarga *broken home* yang menimpa dirinya. Responden DS menganggap bahwa perceraian orang tua kandung dan penikahanan baru ayahnya membuat dirinya menjadi individu yang mandiri, kegagalan orang tuanya dalam membangun

rumah tangga merupakan sebuah pembelajaran untuk dirinya untuk memiliki rumah tangga yang baik di masa depan. Pada responden WA merasa bahwa dengan pertengkaran kedua orang tuanya mengajarkan WA untuk lebih berani dari pada sebelumnya, WA mengatakan bahwa dirinya dapat belajar menghargai perasaan orang lain dan menjadi kuat dalam menghadapi permasalahan.

#### **b. Sumber-sumber resiliensi**

##### 1) *I Have*

*I Have*, yaitu dukungan dari orang-orang sekitar responden (eksternal). Pada responden DS merasa bahwa dirinya tidak memiliki orang-orang yang di lingkungannya yang mendukungnya. DS merasa hanya keinginan dirinya sendiri berusaha untuk tegar serta adanya sosok Tuhan yang menjadi panutan, tempat mencurahkan isi hati sehingga membuat dirinya merasa tidak sendirian, sehingga mendapatkan sosok yang mengasihinya dan mengerti dirinya. Responden WA mendapatkan dukungan dari saudara, teman-temannya dan ada sosok Tuhan yang selalu menemani dirinya. Hal ini serupa dengan responden DS, responden WA merasa sosok Tuhan membuat dirinya kuat, menemukan sebuah harapan, ada panutan, sosok yang mengasihinya dan menerima dirinya apa adanya. Sosok teman dan saudara turut membantu untuk mengingatkannya tentang ajaran agama

dan memberi semangat untuk merasa tenang, kuat dan tegar dalam menjalani permasalahan keluarga *broken home* yang dihadapinya.

##### 2) *I Am*

*I Am*, DS menilai kekuatan yang ada dalam diri untuk mampu menghadapi permasalahannya adalah pandai mengarahkan diri, tegar, mampu mengelola emosi, lebih dewasa, kristis, rendah hati, dan rajin sehingga nilai akademisnya lebih bagus. Responden WA mengatakan kekuatan yang dimilikinya adalah pandai mengalihkan pikiran ke negatif menjadi positif, selalu berpikiran positif, sabar, ramah, mudah bergaul dengan orang lain sehingga dirinya menemukan wadah untuk sharing tentang permasalahannya.

##### 3) *I Can*

Responden memperlihatkan dengan cara yang cenderung sama, yaitu mendapatkan bantuan dari orang terdekat untuk memecahkan masalah saat membutuhkan. Saat ayah DS dan mamah tiri DS bertengkar karena uang sekolahnya, DS pergi ke eyangnya untuk melaporkan permasalahan yang dihadapinya untuk membantu menyelesaikannya dan pada responden WA saat kesulitan menahan kesulitan tekanan dalam keluarganya, WA mendapatkan semangat dan motivasi untuk terus bertahan dan bangkit adalah dengan *sharing* kepada teman dan saudaranya.

WA menyadari bahwa dirinya untuk tidak menambah permasalahan dengan pulang larut malam, agar tidak dipandang negatif oleh lingkungan sekitar. Permasalahan dengan teman kampus WA berusaha menyelesaikan dengan meminta maaf terlebih dahulu dan memberi waktu kepada temannya.

Responden DS dan WA memperlihatkan resiliensi yang pada umumnya terbentuk karena adanya keyakinan kepada Tuhan yang menimbulkan sebuah harapan, kekuatan, dan menemukan nilai-nilai kehidupan yang harus dipatuhi sehingga mencegah individu untuk melakukan hal yang merugikan bagi dirinya sendiri dalam penyelesaian permasalahan keluarga *broken home*.

Kemampuan individu untuk mengevaluasi sebab akibat setiap tindakan yang akan dilakukan, proses belajar individu dari melihat keadaan orang tua sehingga menimbulkan kesadaran seperti untuk tidak terpuruk dengan menangis terus menerus dalam menghadapi permasalahan keluarganya serta menjadikan pembelajaran untuk semakin kuat dalam menjalani hidup, dan sebagai bekal untuk menjalankan rumah tangganya di masa depan. DS dan WA memilih untuk mengarahkan dirinya untuk menjalani hidup lebih baik dengan fokus ke kegiatan di kampus dan di pekerjaan, sehingga tidak

untuk terus-terus menerus berdiam diri meratapi nasib.

Perbedaan dari kedua responden adalah aspek optimis dan efikasi diri. Pada responden DS yakin dirinya memiliki masa depan yang cemerlang serta yakin dirinya akan mampu mencapainya dan menyelesaikan permasalahan dengan kekuatan yang dimiliki saat ini tanpa mengkhawatirkan kegagalan yang akan terjadi di masa depan. Pada responden WA sama dengan DS memiliki harapan yang baik tentang masa depan dan ingin mencapainya. Namun, terkadang ada keraguan yang timbul dalam diri WA, hal ini disebabkan permasalahan keluarga *broken home* yang menimbulkan ketakutan dalam diri individu, yaitu WA berpikir bahwa permasalahan yang dihadapinya saat ini akan terjadi lagi dimasa depan. Hal ini yang menghambat remaja untuk dapat memiliki kemampuan optimisme dan efikasi diri dengan baik.

Sumber resiliensi dari kedua responden dari aspek *I have*. Partisipan pertama DS mengatakan bahwa untuk dirinya bisa bangkit dan bertahan dalam kondisi keluarganya yang sekarang adalah keyakinannya dengan Tuhan dan dirinya sendiri. Dukungan dari orang sekitar DS menilai dirinya tidak mendapatkannya. Sedangkan WA mengatakan bahwa saudara dan teman-temannya selalu mendukungnya hingga membuat dirinya

bersemangat, menghibur dirinya untuk tidak sedih dengan mengajak jalan-jalan dan selalu mengingatkan tentang ajaran agama yang menguatkan dirinya. Perbedaan pada kedua responden disebabkan perbedaan sifat, responden DS yang cenderung tertutup dan senang menyendiri ketika ada masalah sehingga cenderung sulit mendapatkan dukungan. Berbeda dengan responden WA yang cenderung ingin berbagi kepada orang-orang sekitar, sifatnya yang senang bergaul membuatnya dirinya mudah untuk mendapatkan dukungan dari teman-teman.

Dalam mengatasi permasalahan dalam berbagi situasi, DS memiliki cara yang sama dengan responden WA, yaitu berbagi cerita ke teman-temannya yang dipercaya walaupun WA lebih dominan untuk berbagi cerita dari pada DS, DS individu yang cenderung tertutup tentang permasalahan pribadi namun DS tetap bisa berbagi dengan orang yang dipercaya walau hanya sebagian yang diceritakan, dan untuk mendapatkan kekuatan, dan ketenangan dalam menghadapi permasalahan keluarga, responden DS lebih mendekati diri kepada Tuhan. Keyakinan kepada Tuhan membantu kedua responden untuk tetap bertahan dan kuat dalam keadaan yang menekan yaitu keributan dalam keluarganya, kedua responden tidak pergi ke hal yang negatif untuk melampiaskan rasa kesedihannya

karena merasa agama melarang untuk melakukan hal-hal yang negatif serta memikirkan dampak selanjutnya apabila melakukan hal yang negatif.

## KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan peneliti maka dapat ditarik kesimpulan bahwa remaja dengan keluarga *broken home* memperlihatkan gambaran dinamika resiliensi sebagai berikut :

### 1. Regulasi emosi

Regulasi emosi pada remaja yang menghadapi permasalahan keluarga *broken home* yang dilakukan dengan mencoba untuk fokus dan tenang dengan cara sebagai berikut : berdiam diri sementara waktu, merenungkan tentang permasalahan yang terjadi, pergi ke sebuah tempat yang nyaman dan berdoa.

### 2. Pengendalian impuls

Permasalahan keluarga *broken home*, menimbulkan dorongan-dorongan pada remaja yaitu ketidakinginan berkomunikasi pada orang tuanya, pergi dari rumah, dan ingin melakukan kekerasan fisik kepada orang tuanya untuk menghentikan pertengkaran yang terjadi pada orang tuanya. Namun dalam mengendalikan dorongan-dorongan yang timbul dari permasalahan keluarga *broken home*, remaja mempertimbangkan tindakan yang ingin dilakukannya, menyesuaikan

tindakannya dengan nilai-nilai agama yang diyakininya, dan berpikir positif.

### 3. Optimisme

Permasalahan keluarga *broken home* yang dialami remaja, membuat remaja ingin memiliki harapan yang baik di masa depan tentang kehidupannya. Remaja merasa harus memiliki kehidupan yang baik sebagai pembalasan takdir kehidupan yang dialaminya saat ini. Namun, terkadang remaja merasa ragu dengan dirinya untuk dapat mencapai impiannya di masa depan, hal ini disebabkan trauma remaja tentang permasalahan keluarga *broken home*. Hal ini menimbulkan ketakutan untuk menikah dan berpikir jika di masa depan akan mengalami hal yang serupa dengan keadaan keluarga *broken home* yang dialaminya saat ini.

### 4. Kemampuan menganalisis masalah

Remaja mengetahui penyebab permasalahan dalam keluarganya yaitu dari keributan pertengkaran kedua orang tuanya. Namun, remaja tidak selalu terfokus memikirkan permasalahan keluarga *broken home* yang sedang terjadi dalam keluarganya, sebab remaja menilai hal tersebut di luar kendalinya, tetapi remaja lebih fokus untuk mengarahkan dirinya untuk tidak terpuruk di dalam permasalahan keluarga *broken home* yaitu fokus dalam memperbaiki diri, misalnya dengan berdoa, fokus belajar, fokus pada

kegiatan kampus dan mengalihkan pikiran dengan jalan-jalan bersama teman-teman.

### 5. Empati

Remaja mampu memahami kesulitan orang tuanya yang ditimbulkan dari permasalahan keluarga *broken home*. Misalnya perekonomian yang menurun, orang tua sedang jatuh sakit dan perasaan sedih orang tua saat menghadapi keluarga yang *broken home*. Remaja berusaha memahami kesulitan kedua orang tuanya, misalnya dengan tidak meminta uang lebih untuk membeli barang yang diinginkannya, bekerja untuk menambah biaya kuliah, dan membeli obat serta membuat teh kepada orang tuanya yang sedang sakit tanpa disuruh atau pun diberi uang.

### 6. Efikasi diri

Remaja yakin dirinya mampu memecahkan permasalahan yang diakibatkan keluarga *broken home* yang dialaminya, yaitu perasaan sedih, marah, keadaan ekonomi yang menurun, dan mengatasi pikiran-pikiran yang kacau yang ditimbulkan dari permasalahan keluarga *broken home*. Remaja juga yakin dengan dirinya akan mampu mengatasi permasalahannya dirinya sendiri, misalnya perkuliahan dan hu-bungannya dengan teman-temannya. Namun terkadang ada keraguan yang timbul dalam diri remaja dan cenderung berserah diri kepada Tuhan tentang keadaan yang dialaminya. Hal ini

disebabkan ada pemikiran tentang permasalahan yang dialaminya saat ini akan terus terjadi hingga di masa depan.

#### 7. Peningkatan aspek positif

Permasalahan keluarga *broken home*, remaja mengambil hikmah dan pembelajaran bagi dirinya sebagai bekal untuk kehidupannya dimasa depan, yaitu menjadi terlatih dalam menyelesaikan permasalahan, lebih kuat, tegar dan spritual remaja menjadi lebih baik.

Selain tujuh kemampuan resiliensi, remaja juga memiliki sumber-sumber yang mendukung remaja untuk menjadi individu resilien yaitu :

##### 1. *I Have*

Ketika remaja menghadapi permasalahan keluarga *broken home*, lingkungan sekitar remaja turut membantu memberi dukungan kepada remaja. Dukungan yang didapatkan remaja dari lingkungan dan segi spritual yaitu merasa ada sosok Tuhan yang mengasihi, sebagai panutan, mengerti dan merima dirinya apa adanya menjadikan remaja kuat, tegar, dapat berpikiran positif, merasa kelegaan, selalu ingat dengan ajaran agama yang diyakininya sehingga menimbulkan sebuah harapan yang baik, dan bersemangat dalam menjalani hidup yang positif.

##### 2. *I Am*

Ketika mengahadapi per-masalahan keluarga *broken home*, kekuatan yang ada dalam diri remaja juga memungkinkan

remaja untuk dapat menjadi individu yang resilien. Misalnya kemampuan mengarahkan diri untuk menjalani kehidupan dengan baik, berpikiran positif, tekun dan rajin dalam belajar serta kesabaran untuk tetap bertahan dalam keluarga *broken home* tanpa melampiaskan ke hal-hal yang bersifat negatif.

##### 3. *I Can*

Remaja menyelesaikan permasalahan keluarga *broken home* yang dihadapinya yaitu dengan mengkomunikasikan permasalahan kepada orang yang dipercayainya untuk mendapatkan bantuan dan mengkomunikasikan secara langsung kepada individu yang menjadi sumber masalah untuk dapat menyelesaikan permasalahan. Misalnya, *sharing* kepada saudara, teman atau kakek/nenek tentang permasalahan keluarga *broken home*, meminta maaf terlebih dahulu kepada orang tua ketika melakukan kesalahan dan kepada teman-teman ketika mengalami konflik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Creswell, J. (2016). *Research Design. Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*, Yogyakarta:Pustaka Belajar.
- Chaplin, C.P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Alih Bahasa: Kartini

- Kartono. Jakarta: Raja Grafindo Pustaka.
- Gunarsa, S D. (2008). *Psikologi praktis, remaja, anak dan keluarga*. Jakarta: BPK Gunung Mulya.
- Grotberg. 1999. *Tapping your inner strenght (How to find the resilience to deal with anything)*. Canada: New harbinger.
- Hadi, S. (2004). *Metodelogi research*. Yogyakarta: Andi Offsset.
- Hurlock, B. (2012). *Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan sepanjang Rentang kehidupan*, Edisi Kelima, Penerjemah: Istiwidayanti dan So-edjarwi, Jakarta: Erlangga.
- Irmawati & Simatupang, H, M. (2006). Dinamika Faktor-faktor Psikososial Pada Residivis Remaja Pria (*Studi kasus Residivis Remaja Pria di Lembaga Per-masyarakatan Anak Tanjung Gusta Medan*). *Psikologia Volume 2 No 1*. Medan: Universitas Sumatra utara  
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/16029/08E00548.pdf;jsessionid=5FF4301019539B0EB0536EAF06B8672D?sequence=1>. Diakses pada tanggal 20 November 2016
- Kusdiyati, S. & Fahmi, I. (2015). *Observasi*. Bandung PT Remaja Rosdakarya.
- Lestari, S. (2016). *Psikologi keluarga*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Masna. (2013). Resiliensi pada remaja penyandang Tunanetra pada SLB A Ruhui Rahayu di Samarinda. *Jurnal psikologi, Ejournal Psikologi FISIP UNMUL*. Samarinda:: Universitas Mulawarman.  
[http://ejournal.psikologi.fisipunmul.ac.id/site/wpcontent/uploads/2013/04/MASNA%20\(04-03-13-04-07-11\).pdf](http://ejournal.psikologi.fisipunmul.ac.id/site/wpcontent/uploads/2013/04/MASNA%20(04-03-13-04-07-11).pdf). Diakses pada 29 oktober 2016.
- Mighwar, M. (2006). *Psikologi remaja*. Bandung: Pustaka Setia Bandung.
- Mulyana, D. (2003). *Metodelogi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Resiliency Center, “*Resiliency individuals, families & communities: Overall concept*”, [://www.resiliencycenter.com/welcome.shtml](http://www.resiliencycenter.com/welcome.shtml), (2005). diakses 13 November 2016 16:56 http
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The resilience faktor*. New york: BroadwayBook.
- Safaria, T. (2007). *Optimistic Quentient*. Yogyakarta: Pyramid Publisher.
- Sarwono, S. (2016). *Psikologi remaja*. Jakarta: PT RajaGrafindo persada.
- Setyoso, T. (2013). *Bukan arek Mbeling*. Yogyakarta: Indie Book Corner.  
[https://books.google.co.id/books?id=3bEdBQAAQBAJ&dq=resiliensi&hl=id&source=gb\\_s\\_navlinks\\_s](https://books.google.co.id/books?id=3bEdBQAAQBAJ&dq=resiliensi&hl=id&source=gb_s_navlinks_s). Diakses pada tanggal 13 November 2016.
- Slamet & Markam. (2015). *Psikologi Klinis*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: ALFA BETA CV
- Sukoco, K.W., Rozano, D., & Utami, T.S. (2016). Pengaruh broken hone terhadap perilaku agresif. *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 38-42.
- Swastika, (2012). Resiliensi pada remaja yang mengalami *Broken Home*.

- 
- Skripsi. Depok: Universitas Gunadarma. www.Publication.gunadarma.ac.id, diakses tanggal 26 Oktober 2016*
- VanBrenda, A, D. (2001). *A Literature review with special chapters on deployment resilience in military families*. South African Military Health Service, Military Psychological Institute, Social Work Research & Development, resilience theory in social work.
- Widuri, E. (2012). Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun pertama. *Jurnal Hu-manitas*, Vol. IX No.2 Agustus 2012.
- Willis, S. S. (2009). *Konseling keluarga (Family counselling)*. Jakarta: Alfa Beta.
- Wolin, SJ. & Wolin, S. (2010). *The resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity*. Random House LCC.
- Yin, R. K. (2011). *Studi Kasus: Desain dan Metode*. Edisi ke-1. Diterjemahkan oleh: M. Djauzi Mudzakir. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Yusuf, S. (2004). *Psikologi perkembangan anak & Remaja*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset-Bandung.