

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA KELUARGA BROKEN HOME

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN BROKEN FAMILY

Aris Munandar¹, Santi Esterlita Purnamasari², Sheilla Varadhila Peristiano³

^{1,2,3}Universitas Mercu Buana Yogyakarta

³sheillavaradhila@gmail.com

Abstrak

Ketidakharmonisan dalam suatu keluarga yaitu akibat kondisi *broken home* dapat berdampak pada tingkat kesejahteraan psikologis individu. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kesejahteraan psikologis yang mengalami *broken home* pada usia dewasa awal. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain studi kasus. Partisipan dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan karakteristik usia dewasa awal berjenis kelamin laki-laki dan berasal dari keluarga *broken home*. Partisipan berjumlah tiga orang yaitu dalam rentang usia masa dewasa awal berkisar antara 18 hingga 25 tahun. Pengumpulan data penelitian dengan cara wawancara mendalam dan observasi partisipan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga partisipan memiliki aspek aspek kesejahteraan subyektif yang berbeda-beda. Kesejahteraan psikologis OD bersifat kurang positif sedangkan RY dan WM bersifat positif.

Kata kunci: *psychological well-being*, dewasa awal, *broken home*, keluarga

Abstract

Disharmony in a broken home has an impact of psychological well-being to early adulthood. This study is to see a psychological well-being who has experienced a broken home in early adulthood. The data in this study using qualitative methods with case study design. Subject selection using purposive sampling technique, with characteristics were male early adulthood individuals who experienced broken home since childhood. Collecting research data by in-depth interviews and participant observation. The result, that the three participants have different aspects of subjective well-being. OD psychological well-being is less positive whereas RY and WM are positive.

Keywords: *psychological well-being, early adult, broken home, family*

PENDAHULUAN

Reiss (2000) dan Lestari (2012) menjelaskan mengenai keluarga sebagai fungsi utama pemeliharaan secara harmonis dan merupakan kelompok kecil yang terstruktur. Hampir setiap keluarga mendambakan keharmonisan dan keutuhan keluarga, serta terhindar dari pertengkaran atau pertikaian dari masing-masing anggotanya.

Terciptanya iklim yang saling menghormati, menerima, menghargai, mempercayai, dan mencintai adalah bentuk keharmonisan dalam keluarga, sehingga masing-masing dapat menjalankan perannya dengan penuh kematangan sikap, serta dapat tercipta kepuasan batin dengan tujuan terbentuknya keluarga yang bahagia (Willis, 2017). Tidak semua keluarga bisa menjadi keluarga yang ideal, akibatnya bermacam-macam sikap individu dalam menghadapi keluarga yang tidak sesuai harapannya.

Santrock (2014) menjelaskan psikologis menjadi dampak utama yang melekat hingga usia dewasa awal dari keluarga yang *broken home*. Hasil penelitian oleh Dhara dan Jogsan (2013) terhadap anak-anak dari keluarga yang *broken home* menyatakan terdapat penilaian diri sebagai korban dan memiliki persepsi tidak akan mencapai kebahagiaan. Anak yang mengalami *broken*

home memiliki ketakutan berlebihan, tidak terlibat dalam interaksi, menjadi penutup, gangguan emosi, dan lebih sensitif. Hal tersebut menunjukkan rendahnya kesejahteraan psikologis bagi individu dari keluarga *broken home*.

Salah satu kesejahteraan yang harus diperhatikan pada anak-anak dengan keluarga *broken home* adalah kesejahteraan psikologisnya. Kesejahteraan psikologis merupakan suatu kondisi menjadi sejahtera dengan sikap-sikap seperti penerimaan diri, bertujuan, hubungan positif, pribadi mandiri, dan bertumbuh (Raidatussalamah & Susanti, 2014); Wahyuningsih (2013); (Ryff, 1989). Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti berfokus untuk melihat bagaimanakah *psychological well-being* pada individu dewasa yang mengalami keluarga *broken home*.

METODE

Pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Penelitian kualitatif digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, yaitu peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian lebih menekankan makna daripada generalisasi (Sugiyono, 2013). Obyek alamiah yang dimaksud oleh Sugiyono (2013) adalah obyek yang apa adanya, tidak dimanipulasi oleh peneliti. Dalam penelitian ini, manipulasi terhadap variabel dan pengaturan kondisi tempat tidak dilakukan oleh peneliti.

Keabsahan data penelitian melalui dua tahap, yaitu triangulasi dalam pengujian kredibilitas yaitu pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan berbagai waktu. Oleh sebab itu terdapat triangulasi sumber, teknik pengumpulan data, dan waktu. Keabsahan data dalam penelitian ini hanya menggunakan triangulasi sumber yang dilakukan dengan cara mengecek data dari beberapa sumber. Selanjutnya dilakukan *member check* untuk mengetahui seberapa jauh data yang diperoleh sesuai dengan apa yang diberikan oleh pemberi data.

Secara lebih spesifik, desain penelitian menggunakan studi kasus. Pemilihan partisipan dengan teknik *purposive sampling* yang karakteristik disesuaikan dengan tujuan penelitian. Dewasa awal yang memiliki struktur keluarga tidak utuh, alasan tersebut karena apabila salah satu dari kepala keluarga meninggal dunia atau telah bercerai maka tidak memperlihatkan hubungan kasih sayang selama masa pertumbuhan dari kanak-kanak sampai beranjak dewasa awal. Partisipan penelitian berjumlah 3 orang yaitu OD 22 tahun, RY 23 tahun, dan WM 23 tahun. Ketiga partisipan memiliki jenis kelamin yang sama yaitu laki-laki. Data partisipan diperoleh melalui wawancara secara mendalam dan dengan metode observasi-partisipan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perolehan data dari hasil wawancara dengan partisipan, diuraikan dalam bentuk narasi. Hasil analisis data dijabarkan dengan menggunakan aspek-aspek *psychological well-being* yang terdapat dalam pedoman wawancara. Dalam penelitian ini terdapat tiga partisipan utama.

Partisipan OD

Tabel 1. Unit-unit Tema Partisipan OD

Tema	Unit Tema
Identitas	Partisipan OD merupakan individu berusia dewasa awal yang memiliki struktur keluarga yang tidak utuh dan bekerja di produksi konveksi sablon
Penerimaan Diri	Masih merasa kurang nyaman di dalam keluarga dan di lingkungan masyarakat maupun teman sebaya masih <i>ikut-ikutan</i> . Meskipun begitu OD menganggap mempunyai sikap yang positif
Penguasaan Lingkungan	Terkadang marah pada saudari dalam pekerjaan rumah. Di tempat kerja sering <i>bolos</i> dan sering minum-minuman maupun obat-obatan
Kemandirian	Belum bisa mengerjakan pekerjaan rumah secara menyeluruh, misal mencuci pakaian. Di tempat kerja juga lembur sampai tengah malam apabila ada <i>deadline</i> . Mampu melunasi pembelian motor
Hubungan positif dengan orang lain	Kurang akrab dengan anggota keluarga yang lain, terlebih sama saudara dan ibunya. Di lingkungan masyarakat berkumpul meski tidak sering dan di dalam pekerjaan mempunyai hubungan yang hangat dengan atasan dan rekan kerja. OD mudah sungkan dan tidak enak hati, sehingga melakukan hal di luar kemauannya
Perkembangan Diri	Partisipan OD tidak memiliki perkembangan diri yang maksimal, menurut OD perkembangan dirinya terhenti karena tidak ada bimbingan dan terhenti karena hidup negatif dan menurut OD perkembangan diri itu wajib menghasilkan ekonomi
Tujuan Hidup	OD memiliki tujuan hidup yang tertuju pada membahagiakan ibu, melunasi motor, menikah dan membuka usaha yang baru sebagai tambahan penghasilan

Partisipan pertama dalam penelitian ini berinisial OD yang berusia 22 tahun. Wawancara sesi pertama dengan OD dilakukan di ruang atas rumah OD pada hari Rabu tanggal 12 Juni 2019 pukul 22.23 sampai pukul 23.03 WIB, wawancara sesi kedua dilakukan pada hari Minggu tanggal 30 Juni 2019 pukul 23.35 sampai pukul 23.55 WIB. Berdasarkan hasil wawancara di atas, dapat diringkas seperti yang terlihat dalam tabel berikut:

Dapat disimpulkan bahwa kondisi kesejahteraan psikologis pada partisipan OD adalah bersifat kurang positif karena dapat diidentifikasi bahwa meskipun mampu menerima diri sendiri, OD memiliki tujuan hidup rendah, relasi positif kurang, menjadi pribadi yang kurang mandiri, kurang mampu terlibat dengan lingkungan, dan secara personal kurang berkembang pula.

Partisipan RY

Partisipan kedua pada penelitian ini berinisial RY yang berusia 23 tahun. Wawancara dengan RY, dilakukan di teras rumah Pakde RY pada hari Kamis, untuk sesi pertama pada tanggal 13 Juni 2019 pukul 17.00 sampai dengan pukul 17.25 WIB, dan yang sesi kedua pada tanggal 15 Juni 2019 pada pukul 20.30 sampai dengan pukul 20.57 WIB. Berdasarkan hasil wawancara di atas, dapat diringkas seperti yang terlihat dalam tabel berikut:

Tabel 2. Unit-unit Tema Partisipan RY

Tema	Unit Tema
Identitas	Partisipan RY merupakan individu yang kurang lengkap struktur keluarganya dan mempunyai seorang istri bekerja di kerajinan kulit
Penerimaan Diri	RY menganggap dirinya sebagai orang yang beruntung dan menerima diri dengan baik. RY mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri setelah mempunyai keluarga kecil
Penguasaan Lingkungan	RY mampu memilah dan memilih hal yang berguna dan yang baik bagi diri sendiri maupun keluarga kecil, meski pernah terjerumus dalam hal negatif. RY mampu mengatur waktu dengan baik, bekerja di dua tempat dalam sehari
Kemadirian	RY sejak kecil belajar mandiri, dididik langsung oleh alm.ibu untuk mengerjakan pekerjaan rumah maupun bekerja untuk memenuhi diri sendiri. Ketika memasuki usia dewasa awal sudah terbiasa dan sudah mempunyai pengalaman untuk memenuhi kebutuhan hidup
Hubungan positif dengan orang lain	Memiliki hubungan yang hangat dengan keluarga budhe maupun keluarga besar lainnya. Di lingkungan masyarakat dan lingkungan kerja memiliki teman dekat dan saling tolong menolong
Perkembangan Diri	Partisipan tidak memiliki perkembangan diri, potensi diri yang dipertahankan sampai pada dewasa awal. Banyak hambatan dan hal-hal dalam diri RY yang ditinggalkan setelah sibuk memenuhi kebutuhan sehari-hari maupun memperhatikan keluarga kecilnya
Tujuan hidup	RY memiliki tujuan hidup, membahagiakan keluarga besar dan kerabatnya yang telah merawat dan membesarkan sampai sekarang. Tujuan paling dekat adalah mempersiapkan kelahiran anak pertamanya

Dapat disimpulkan bahwa kondisi kesejahteraan psikologis pada partisipan RY adalah dapat lebih positif karena dapat diidentifikasi bahwa mampu menerima dirinya sendiri, RY cukup memiliki tujuan, relasi positif berkembang, mandiri, dan mampu berhubungan baik dengan lingkungan. Akan tetapi RY membutuhkan dorongan agar lebih mampu bertumbuh secara personal untuk mengembangkan potensi diri.

Partisipan WM

Tabel 3. Unit-unit Tema Partisipan WM

Tema	Unit Tema
Identitas	Partisipan WM merupakan individu dari keluarga <i>broken home</i> dan bekerja di pabrik kulit
Penerimaan Diri	WM mampu menerima diri sendiri dengan baik setelah mendalami agama, sehingga banyak hal dari dalam dirinya merubah cara pandang, tujuan dan harapan hidup
Penguasaan Lingkungan	WM pernah mengalami pengunduran diri dari sosial dan mengurung diri. Hidup kedalam hal negatif dan merusak diri, tetapi sekarang sudah berubah dan mampu memilah, memilih dan menyikapi lingkungannya berada

Kemandirian	WM sudah belajar mandiri dan dididik sejak kecil, mengerjakan pekerjaan rumah dan kebutuhan sendiri. WM mampu melunasi pembelian motor, bekerja sebaik mungkin dan memenuhi keperluan diri sendiri
Hubungan positif dengan orang lain	WM tidak memiliki teman yang akrab maupun orang lain yang bisa dipercaya. WM mempercayai kakaknya perempuan dan hanya biasa saja terhadap yang lain. Di tempat kerja mudah akrab dan menjalin hubungan di kantor
Perkembangan Diri	WM mampu mengembangkan diri secara internal, yaitu berproses memiliki kebiasaan yang baik, memunculkan sikap-sikap positif untuk merubah ke keadaan yang lebih baik. WM cukup memperhatikan potensi yang ada dalam dirinya
Tujuan Hidup	WM memiliki tujuan hidup membahagiakan nenek dan keluarga serta membina keluarga yang harmonis dihari depan

Partisipan ketiga dalam penelitian ini berinisial WM berusia 23 tahun. Wawancara dengan WM dilakukan di rumah WM pada hari Selasa tanggal 2 Juli 2019 pukul 21.15 sampai pukul 21.50 WIB. Berdasarkan hasil wawancara di atas, dapat diringkas seperti yang terlihat dalam tabel berikut:

Dapat disimpulkan bahwa kondisi kesejahteraan psikologis pada partisipan WM adalah lebih positif karena dapat diidentifikasi bahwa mampu menerima dirinya sendiri, WM memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, dan mampu mengendalikan lingkungan, serta mampu bertumbuh secara personal untuk mengembangkan potensi diri.

Dari data ketiga partisipan, dapat disimpulkan bahwa Kesejahteraan psikologis OD bersifat kurang positif karena OD mengatasi masalahnya dengan cara meminum minuman keras. Kesejahteraan psikologis RY bersifat positif, RY menjalani hidupnya dengan bekerja keras untuk memenuhi kebutuhan keluarga kecilnya. Kesejahteraan psikologis RY bersifat positif yaitu WM taat beribadah serta bekerja keras.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada partisipan OD didominasi oleh faktor eksternal yaitu lingkungan di luar dirinya (misal teman-temannya) yang berperan kurang positif, karena harus berperilaku sesuai keinginan lingkungan sehingga mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis yang dimilikinya sendiri (Amawidyati dan Utami, 2012). Partisipan OD sebaiknya memilih teman lingkungan yang membuat lebih nyaman serta menghindari hubungan dengan orang yang tidak bisa menghargai diri sendiri maupun orang lain.

Pada partisipan RY didominasi oleh faktor internal dalam meningkatkan kesejahteraan psikologisnya, dari faktor keluarga kecil yang mengubah penerimaan diri dan tujuan hidup sehingga faktor internal menjadi meningkat, sehingga memiliki rasa juang yang tinggi. Partisipan RY meningkatkan kesejahteraan psikologisnya dengan keluarga kecilnya, baik istri dan juga buah hatinya, serta menambah kegiatan maupun aktivitas yang menghasilkan nilai perekonomian demi berlangsungnya hidup.

Partisipan WM mengalami kesejahteraan psikologis yang positif karena didorong oleh faktor internalnya yaitu memiliki tujuan hidupnya sendiri, mandiri, bertumbuh secara personal dan justru dapat mengendalikan lingkungan sekitarnya. Kesadaran penuh dalam diri WM membuat WM berpandangan tentang pentingnya introspeksi diri, evaluasi diri sehingga dalam menjalani kehidupan semakin baik dan berdampak positif. Partisipan WM dalam meningkatkan kesejahteraan psikologisnya melalui keluarga besarnya meskipun bukan orang tua kandung, juga dengan aktivitas dalam pekerjaan dan komunitas gereja yang saling menerima satu sama lain. Hal tersebut sependapat dengan Ryff (2014) dan Stern (2013) mengenai *psychological well-being* sebagai pemenuhan dan perwujudan diri seseorang yang menjadi sumber ketahanan diri dalam menghadapi kesulitan dan tetap dapat berfungsi positif, kuat secara personal, dan tetap sehat mental. Oleh sebab itu *psychological well-being* merujuk pada individu yang mampu mengembangkan potensi dan kemampuan yang dimilikinya secara optimal sehingga dapat berfungsi positif sebagaimana berfungsi baik dari sisi fisik dan psikologisnya (Iriani, 2005; Wardiyah 2013; Saputri & Karyanta, 2013).

KESIMPULAN

Dari data ketiga partisipan, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis dengan keluarga yang *broken home* yaitu OD bersifat kurang positif, sedangkan pada RY dan WM bersifat positif. Peran faktor internal yang positif yaitu penerimaan diri, tujuan hidup, kemandirian, dan pertumbuhan secara personal dapat membantu kesejahteraan subyektif individu. Peran lingkungan yang berhubungan positif dengan orang lain juga mempengaruhi kesejahteraan subyektif individu secara positif.

Dari hasil penelitian terkait partisipan yang mengalami *broken home*, diharapkan agar partisipan mengenali usaha-usaha yang sudah dilakukan. Para partisipan hendaknya tetap meningkatkan *psychological well-being* yang dirasakan dapat membantu mengurangi tekanan maupun permasalahan yang dihadapi dalam hidupnya. Hendaknya pula masyarakat memberi dukungan dalam sosial dan moral sehingga bisa menjadi tauladan bagi banyak orang, dengan memberikan support dan mengurangi stigma atau penilaian yang buruk terhadap individu dari keluarga *broken home*.

DAFTAR PUSTAKA

- Amawidyati, S., & Utami, M. (2012). Religiusitas dan *psychological well-being* pada korban gempa. *Jurnal Psikologi UGM*, 34(2), 164-176.
- Dhara, D., & Jogsan, Y.A. (2013). Depression and *psychological well-being*. *Journal Psychology Psychoter*, 3,
- Iriani, F., & Ninawati. (2005). Gambaran kesejahteraan psikologis pada dewasa muda ditinjau dari pola attachment. *Jurnal Psikologi*, 3(1)

- Lestari, S. (2012). Psikologi keluarga: Penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Ryff, D. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality Social Psychology*, 83.
- Ryff, D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83, 1028
- Reiss, IL. (2000). Family system in America. US: Holt, Rinehart, and Winston, Inc.
- Wahyuningsih, A. (2013). Kesejahteraan psikologis pada odapus wanita usia dewasa awal berstatus menikah. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2(1),
- Wardiyah, M. (2013). Group positive psychoterapy untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja. *Jurnal Sains dan Praktik Psikologi*, I(2), 139-152.
- Willis, S. (2017). *Konseling keluarga (family counseling)*. Bandung: Alfabeta Raudatussalamah, & Susanti, R. (2004). Pemaafan (forgiveness) dan psychological well-being pada narapidana wanita. *Jurnal Marwah*, 13(2),
- Santrock, J. W. (2014). *Life-span development (perkembangan masa hidup)*. Jakarta: Rosdikarya
- Saputri & Karyanta. (2013). Hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan psychological well-being pada santri kelas VII pondok pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 2(3),
- Stern, S. (2013). Factors that impact the health and psychological well being of older adults shortly following institutionalization. *Journal of Social Psychological*, 2,
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan, kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta