

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kata perceraian saat ini sepertinya bukan suatu hal yang asing lagi dikalangan masyarakat luas. Jika biasanya hanya kalangan *public figure* yang lekat dengan perceraian, kini perceraian sudah banyak terjadi di kalangan masyarakat luas. Perceraian yang terjadi tentunya juga akan sangat mempengaruhi kondisi dalam sebuah keluarga yang mengalami hal tersebut. Talak atau perceraian merupakan terlepasnya ikatan perkawinan antara suami-istri, baik karena ungkapan talak oleh suami maupun karena gugatan oleh istri melalui meja pengadilan. Meski talak ialah perkara yang diperbolehkan pada syariat, namun selama perkawinan masih dapat dipertahankan, lebih baik hal tersebut dihindari. Karena tak sedikit dampak negatif yang akan timbul akibat perceraian kelak.¹

Banyak perubahan yang akan tampak apabila terjadi perceraian. Misalnya saja akan ada perebutan hak asuh anak antara ayah dan ibu, akan sering terjadi pula *miss* komunikasi antara ayah dan ibu dalam mengasuh anak. Hal ini dikarenakan kondisi dari orang tua yang tak lagi tinggal serumah namun masih sama-sama memiliki tanggungan untuk membesarkan buah hati mereka. Hingga tak jarang terjadi percekocokan diantara ayah dan ibu.

Bukan hanya itu, konflik yang terjadi pasca perceraian juga akan membawa perubahan-perubahan signifikan pada komposisi keluarga, dimana komposisi dalam sebuah keluarga tidak lagi utuh seperti dahulu sebelum terjadi perceraian, akan ada salah satu bagian dalam keluarga yang hilang. Selajutnya adalah ketimpangan peran. Biasanya akan terjadi pada orang tua yang memiliki hak asuh anak. Apabila hak asuh anak jatuh ditangan ibu, maka dalam mengasuh anak seorang ibu harus mampu memainkan dua peran sekaligus, yaitu memainkan peran sebagai ayah dan memainkan peran sebagai ibu. Berikutnya

¹ <https://islam.nu.or.id/post/read/108804/syarat-dan-ketentuan-jatuhnya-talak-atau-cerai-suami-istri> diakses pada 17 November pukul 20.43 WIB

adalah hubungan. Seringkali hubungan antara pasangan yang telah bercerai tidak berjalan dengan baik satu sama lain.

Masalah demi masalah yang muncul pasca perceraian sulit untuk dihindari. Terlebih lagi apabila antara ayah dan ibu tidak dapat berkomitmen dan bersikap dewasa dalam menyikapi permasalahan-permasalahan yang timbul pasca perceraian terjadi. Hal-hal tersebut tentunya akan membawa dampak yang mendalam, seperti pemicu stress, tekanan secara mental yang dapat mengakibatkan depresi sehingga tidak menutup kemungkinan akan mengakibatkan perubahan fisik serta psikis seluruh anggota keluarga. Terlebih lagi pada anak yang menjadi korban atas perceraian kedua orang tuanya.

Tidak dapat dipungkiri lagi salah satu pihak yang merasakan dampak perceraian adalah anak. Anak seringkali tidak dapat menerima kenyataan bahwa kedua orang tuanya kini tak lagi bersatu seperti dahulu. Pada umumnya orang tua lah yang lebih siap dalam menghadapi perceraian dibandingkan dengan anak-anak. Berapapun usia seorang anak ketika orang tua mereka bercerai, mereka akan menjadi tertekan, namun jika anak berada di usia dewasa, tekanan yang mereka alami dimungkinkan akan menjadi sedikit lebih ringan. Berbeda dengan anak yang memasuki fase remaja, mereka akan sedikit kesulitan menerima kenyataan yang sebenarnya bahwa keluarga mereka telah bercerai.²

Hal ini dikarenakan fase remaja merupakan fase peralihan, dimana tingkat kematangan emosi pada fase ini masih belum matang. Remaja juga masih sulit untuk menerima kenyataan-kenyataan yang menyakitkan bagi diri mereka. Berbeda dengan fase dewasa, pada fase ini seseorang mampu menyikapi permasalahan yang ada dengan bijak. Perceraian orang tua merupakan guncangan bagi remaja, kerana pikiran dan mentalnya akan lebih terfokus pada masalah perceraian orang tuanya sehingga seringkali hal tersebut mengganggu apa yang seharusnya ia perhatikan sesuai dengan usianya, yaitu terkait

² Dwi Winda Lestari, "*Penerimaan Diri dan Strategi Coping Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua*", Vol.2 No.1, 2014, Hlm. 2

pembentukan identitas yang sehat, hal ini sangat mempengaruhi remaja korban perceraian dengan dirinya sendiri yaitu penerimaan diri.³

Remaja yang masih belum dapat menerima kenyataan perpisahan kedua orang tuanya ini akan menunjukkan berbagai reaksi. Yang paling umum remaja akan marah, baik itu dengan orang tua maupun diri mereka sendiri. Perasaan marah yang menyelimuti diri seseorang akan berimbas buruk apabila seseorang tersebut tidak mampu mengelola emosinya dengan baik. Pikiran dan tindakan seseorang yang marah akan semakin tidak terarah pula. Hal-hal tersebutlah yang menjadikan remaja stress hingga memunculkan suatu kondisi dimana ia tidak dapat menerima diri dan kehidupannya yang sekarang.

Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan, peneliti banyak menemui anak-anak usia remaja yang merupakan korban perceraian dari orang tuanya yang memiliki penerimaan diri yang rendah. Dimana mereka tidak mampu menerima keadaan yang sebenarnya bahwa kedua orang tuanya tidak lagi bersama. Sehingga kebanyakan mereka melakukan berbagai pemberontakan seperti tidak mematuhi perintah maupun perkataan orang tuanya, merasa bahwa sepertinya tidak ada lagi hal yang harus dicapai sehingga ia akan hidup dengan sesuka hatinya tanpa mengembangkan dan mengasah potensi-potensi dari dalam diri yang dimilikinya.

Adapun contoh-contoh sederhana dari rendahnya penerimaan diri para remaja ini antara lain adalah, hilangnya keyakinan dalam diri mereka untuk mampu menyelesaikan tugas-tugas dari sekolah, hilangnya rasa optimisme mereka untuk dapat menyelesaikan pendidikan mereka. Hal ini terjadi karena kurangnya curahan perhatian dan kasih sayang yang seharusnya ia terima dari kedua orang tuanya untuk membantu perkembangan mereka secara mental, khususnya dalam hal penerimaan diri. Sementara kebanyakan dari orang tua yang telah bercerai akan kesulitan memberikan kasih sayang mereka secara utuh kepada anak-anak mereka karena berbagai alasan.

³ *Ibid.*, Hlm. 2

Lebih lanjut dari hilangnya keyakinan-keyakinan positif serta sikap optimis dari dalam diri remaja, berlanjut pada hilangnya satu per satu aspek-aspek penerimaan diri yang harus dimiliki oleh para remaja. Contohnya saja, berawal dari ketidakpercayaan mereka untuk mampu menyelesaikan tugas sekolah dengan baik akan berdampak pada pola belajar mereka yang semakin menurun yang mana hal ini pun juga akan berdampak pada menurunnya prestasi mereka di sekolah. Seiring dengan hal tersebut, remaja akan merasa bahwa dirinya adalah anak yang bodoh dan tidak seperti anak lain yang memiliki prestasi yang lebih bagus. Dengan begitu perlahan-lahan mereka akan menarik diri dari pergaulan dan lingkungan sosialnya. Yang mana kedua hal tersebut merupakan salah satu aspek penerimaan diri yang harus dimiliki oleh para remaja.

Penerimaan diri merupakan kesadaran dan kemauan individu untuk hidup dengan kekurangan dan kelebihan dalam dirinya. Bukan hanya perkara menerima dirinya sendiri namun juga menerima lingkungan sekitarnya. Hal tersebut memang lumrah terjadi di kalangan remaja-remaja yang menjadi korban dari perceraian orang tua mereka. Namun hal ini sangat tidak baik bagi perkembangan psikologis mereka. Akan banyak akibat buruk yang ditimbulkan apabila remaja korban perceraian orang tua tidak memiliki penerimaan diri yang baik.⁴

Individu yang mampu menerima kualitas dirinya sebagai manusia tanpa menyalahkan siapapun untuk kondisi yang berada di luar kendalinya merupakan individu yang memiliki penerimaan diri yang baik. Individu dengan penerimaan diri yang baik tidak akan memperdulikan berapa banyak kelemahan yang ia miliki, justru ia akan menjadikan kelemahan-kelemahan tersebut sebagai sumber kekuatan untuk memaksimalkan potensi yang ada dalam diri mereka sendiri.⁵ Itu berarti seseorang yang memiliki penerimaan diri

⁴ Ida Ayu Shintya Dewi, “*Dinamika Penerimaan Diri Pada Remaja Broken Home di Bali*”, Vol.5 No.2, 2018, Hlm 437

⁵ E. B. Hurlock, “*Psikologis Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*”, Jakarta : Erlangga, 2015, Hlm. 367

yang baik adalah mereka yang mampu menerima segala aspek yang ada di kehidupannya dengan hati yang lapang.

Hal diatas tentunya seringkali tidak ditemukan pada remaja-remaja korban perceraian orang tua. Sementara itu menurut pada remaja *broken home* penerimaan diri menjadi hal yang penting yang harus dimiliki agar remaja mampu menyesuaikan diri dengan realita yang dihadapi, sehingga dapat menimbulkan toleransi terhadap peristiwa-peristiwa yang menyakitkan terkait konflik yang terjadi dalam keluarga.

Selain itu penerimaan diri menjadi salah satu poin penting yang harus dimiliki oleh seorang remaja karena dengan adanya penerimaan diri dalam diri remaja maka akan mudah bagi remaja untuk mengembangkan serta mengaktualisasikan potensi-potensi yang ada di dalam diri remaja tersebut. Sedemikian pentingnya penerimaan diri harus dimiliki oleh semua orang khususnya setiap remaja yang menjadi korban perceraian dari orang tua mereka. Oleh karena itu, teknik konseling realitas dirasa tepat untuk menangani fenomena-fenomena yang terjadi terkait penerimaan diri pada remaja korban perceraian orang tua.

Konseling realitas dibangun atas dasar asumsi bahwa manusia adalah yang menentukan dirinya sendiri, serta mempunyai tanggung jawab untuk mendapatkan konsekuensi-konsekuensi serta tingkah lakunya sendiri dan sebagai apa yang ditetapkannya.⁶

Ini berarti untuk meningkatkan ataupun mereduksi sebuah tingkah laku, diperlukan keputusan dari diri individu bersangkutan. Dimana keputusan tersebut akan berpengaruh pada berhasil tidaknya usaha memperbaiki sebuah tingkah laku. Dengan menggali keinginan-keinginan remaja korban perceraian orang tua, kemudian dilanjutkan dengan mengevaluasi tingkah laku yang selama ini dilakukan oleh remaja bersangkutan, diharapkan konselor mampu mendorong remaja untuk menilai tingkah laku mereka selama ini.

⁶ Suprpti. Z, “Mengatasi Kenakalan Remaja pada Siswa Broken Home Melalui Konseling Realita di SMA Negeri 4 Pekalongan”, Skripsi UNNES, 2011 Hlm. 106

Berdasarkan fenomena-fenomena yang terjadi terkait penerimaan diri remaja korban perceraian orang tua, maka peneliti melakukan kajian dengan judul “Konseling Realitas untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua”.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana penerimaan diri pada remaja korban perceraian orang tua ?
2. Bagaimana konseling realitas dapat meningkatkan penerimaan diri pada remaja korban perceraian orang tua ?

C. Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk memahami gambaran penerimaan diri remaja korban perceraian orang tua, (mengetahui dampak yang diakibatkan dari perceraian orang tua terhadap penerimaan diri remaja, memahami faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri pada remaja korban perceraian orang tua) serta mengetahui kinerja konseling realitas dalam rangka meningkatkan penerimaan diri pada remaja korban perceraian orang tua.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis, yaitu :

1. Teoritis : Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi untuk penelitian mendatang yang mengkaji penerimaan diri remaja korban perceraian orang tua serta bagaimana konseling realitas mengatasi permasalahan tersebut.
2. Praktis : Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pemikiran dan pertimbangan bagi semua orang tua dan anak remaja, khususnya orang tua yang telah berpisah dan remaja yang orang tuanya telah berpisah. Agar mendapat memberikan gambaran nyata tentang penerimaan diri remaja korban perceraian orangtua serta konseling realitas sebagai solusi.