

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Keluarga merupakan sebuah kesatuan yang solid di mana tiap anggotanya tidak bisa bertindak semata-mata berdasarkan keinginan pribadi mereka. Keharmonisan pada keluarga dapat dicapai melalui kerja sama yang kuat di antara semua anggota. Orang tua perlu memahami potensi anak mereka, sementara anak juga perlu memperhatikan harapan orang tua terhadap mereka. Keluarga memiliki suasana yang hangat dan penuh dengan cinta, di mana setiap anggotanya saling menghormati, menyayangi dan melindungi. Orang tua menjalankan peran yang penting dalam mendukung perkembangan anak-anaknya. Perkembangan yang sehat pada anak dapat tercapai jika mereka menjalin hubungan yang harmonis dengan orang tuanya. Keharmonisan ini juga dipengaruhi oleh kestabilan hubungan antara orang tua itu sendiri.

Sebuah pernikahan adalah seorang suami dan istri menjadi satu kesatuan, saling melengkapi dan melindungi satu sama lain, akan menciptakan suasana keluarga yang akrab, penuh pengertian, bersahabat, toleran, dan saling menghargai. Dengan demikian, terbentuklah hubungan keluarga yang harmonis. Namun, tidak semua keluarga berjalan lancar, keluarga yang mengalami berbagai masalah tanpa penyelesaian bisa berujung pada situasi *brokenhome*. Setiap pasangan pasti memiliki impian indah untuk pernikahannya, tetapi dalam kenyataannya, setiap suami dan istri akan menghadapi situasi konflik yang dipenuhi dengan masalah dan tuntutan, yang dapat menjadi penyebab retaknya hubungan rumah tangga Aziz & Mangestuti (2021) menjelaskan sebuah keluarga dikatakan harmonis apabila para anggotanya merasakan kedamaian dan kebahagiaan dalam hidupnya. Keadaan ini ditandai dengan menurunnya ketegangan, kecemasan dan kekecewaan, serta perasaan puas terhadap segala kondisi dan kehadiran anggota keluarga.

Pertumbuhan anak yang tumbuh pada keluarga yang utuh, harmonis dan bahagia cenderung akan merasa bahagia dan nyaman, serta memiliki

kepribadian yang sehat. Sebaliknya, jika lingkungan anak yang tumbuh didalam lingkungan keluarga *brokenhome* atau keluarga yang kerap terjadi konflik dan tidak harmonis, perselisihan, bahkan perceraian cenderung mengalami dampak negatif pada kehidupan dan kesejahteraannya. *Brokenhome* tidak hanya perceraian yang dialami suami istri tetapi juga kondisi dimana selalu terjadi pertengkaran, kdrt, perselingkuhan, atau masalah yang tidak dapat diselesaikan, hingga salah satu orang tua yang pisah rumah sampai kematian salah satu orang tua. Ada beberapa orang tua yang tidak memilih untuk bercerai karena alasan anak, padahal tanpa mereka sadari anak akan tetap menjadi korban ketika orang tua tidak akur atau sedang berselisih.

Dalam kebanyakan kasus *brokenhome* anak akan menjadi korban. Seorang anak yang menjadi korban tidak memiliki lingkungan keluarga yang aman sering kali terlibat dalam perselisihan antara orang tuanya. Pandangan negatif di beberapa orang bahwa anak yang dari keluarga *brokenhome* dianggap buruk, masyarakat cenderung menganggap anak dari keluarga *brokenhome* itu nakal dan sulit diatur, sehingga pada akhirnya dianggap hanya sekedar beban. Stigma seperti ini perlu diubah karena tidak semua anak dari keluarga *brokenhome* itu nakal dan sulit ditangani. Banyak juga anak-anak dari latar belakang keluarga *brokenhome* yang meraih kesuksesan (Adristi, 2021).

Kondisi *brokenhome* ini bisa menyebabkan anak tersebut mengalami stres mental yang signifikan. Akibatnya, dia merasa malu serta kepercayaan diri yang kurang ketika berinteraksi dengan orang lain di sekitarnya karena situasi keluarganya yang tidak harmonis. Gintulangi (2019) juga menyebutkan bahwa situasi keluarga yang *brokenhome* dapat menyebabkan anak merasa kehilangan peran penting keluarga dalam hidupnya, merasa dirinya yang menjadi penyebab perpisahan tersebut. Anak yang berasal dari keluarga *brokenhome* sering kali menghadapi berbagai tantangan dan tekanan psikologis yang dapat mempengaruhi perkembangan mereka. Anak akan mengalami perasaan kehilangan, kebingungan, kemarahan, dan ketidakpastian tentang masa depan mereka. Anak dari keluarga *brokenhome* cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami masalah emosional dan perilaku, seperti depresi, kecemasan,

penurunan prestasi akademik, dan masalah dalam hubungan sosial. Oleh sebab itu, untuk setiap orang sangat penting memiliki keterampilan yang kuat dalam mengatasi masalah dengan cara yang sehat dan optimis. Ketika seseorang memiliki kemampuan yang positif dalam menanggapi masalah yang terjadi, ia bisa memperlihatkan perilaku yang baik atau positif pada sehari-hari dikehidupannya, bahkan saat menghadapi situasi yang sulit yang sebenarnya ingin dihindari. Untuk menghadapi permasalahan pada mahasiswa yang memiliki keluarga *brokenhome* memiliki dampak emosional yang signifikan, salah satunya adalah penerimaan diri.

Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan kapasitas dan ketahanan emosional guna mengatasi berbagai kesulitan dan masalah serta mengubahnya menjadi sesuatu yang positif, yang dapat dicapai melalui pengembangan kemampuan resiliensi. Pratiwi & Handayani (2020) mengatakan bahwa *brokenhome* berarti keluarga yang mengalami keretakan rumah tangga yang berantakan, putusnya suatu keluarga atau rumah tangga tanpa kehadiran salah satu orang tua (ayah atau ibu) yang disebabkan oleh kematian, perceraian, atau pisah rumah.

Penerimaan diri adalah proses mengakui dan menerima segala aspek dari diri sendiri, baik kelebihan maupun kekurangan, tanpa membandingkan dengan orang lain yang melibatkan pemahaman mendalam tentang siapa diri kita dan penerimaan terhadap kenyataan bahwa setiap individu unik dengan ciri yang berbeda. Penerimaan diri sendiri berarti menerima sepenuhnya semua aspek diri, baik kelebihan maupun kekurangan, sebagai bagian dari proses mencapai kebahagiaan (Hadyani & Indriana, 2018). Penerimaan diri merupakan aspek penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis dan kesuksesan akademis bagi mahasiswa dari keluarga *brokenhome*. Penerimaan diri dianggap sebagai komponen penting dari kesehatan mental.

Dari hasil survei awal ada empat informan yang melakukan wawancara terbuka, penjelasan beberapa mahasiswa yang mengalami *brokenhome*, mereka yang mampu menerima dirinya dengan baik cenderung memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi. Informan ke-1 EL semester 8 menunjukkan

bagaimana seorang mahasiswa dari keluarga *brokenhome* mampu mencapai penerimaan diri dan resiliensi yang tinggi melalui usaha, dukungan sosial, dan perspektif positif terhadap kehidupan.:

“Aku banyak belajar untuk menerima kenyataan bahwa ada hal-hal yang di luar kendaliku. Daripada terus merasa sedih atau marah, aku memilih fokus pada hal-hal yang bisa aku kontrol, seperti pendidikan dan melakukan kegiatan yang aku suka. Butuh waktu dan dukungan dari orang-orang di sekitarku. Teman-teman, guru, dan juga konselor di sekolah dulu banyak membantu. Aku juga banyak baca buku tentang psikologi. Aku selalu berusaha melihat sisi positif dari setiap situasi. Misalnya, walaupun orang tuaku bercerai, aku jadi lebih mandiri dan bisa mengembangkan diri lebih cepat. Aku juga selalu berusaha menjaga keseimbangan antara akademik, organisasi, dan waktu untuk diri sendiri. Dan yang paling penting, aku selalu ingat untuk bersyukur atas apa yang aku miliki.”

Informan ke-2 BY semester 4 juga menunjukkan bagaimana seorang mahasiswa dari keluarga *brokenhome* dapat mengembangkan penerimaan diri dan resiliensi yang tinggi melalui refleksi diri, dukungan sosial, dan keterlibatan dalam kegiatan positif.:

“Awalnya memang sulit. Setelah orang tua bercerai, aku merasa kehilangan dan bingung. Tapi, aku sadar bahwa meratapi keadaan nggak akan mengubah apa pun. Aku mulai menerima kenyataan bahwa keluargaku berbeda dan itu bukan salahku. Dari situ, aku mulai fokus pada hal-hal positif dalam hidupku. Aku sering menulis di buku harian tentang perasaanku dan apa yang aku inginkan, dukungan dari teman-teman juga penting. Mereka selalu ada untuk mendukung dan memberikan semangat. Selain itu, aku juga ikut kegiatan ekstrakurikuler yang aku inginkan. Itu memberiku ruang untuk berkembang dan mengekspresikan diri. Selain itu, aku juga belajar untuk memaafkan dan tidak menyimpan dendam. Itu sangat membantu dalam mengurangi

beban emosional. Fokusku sekarang adalah masa depan dan bagaimana aku bisa terus tumbuh dan belajar dari pengalaman.”

Informan ke-3 LS semester 6 mengatakan mahasiswa yang mengalami *brokenhome*, memiliki penerimaan diri dan resiliensi yang tinggi dengan mencari dukungan, memproses emosinya, dan fokus pada hal-hal positif dalam hidupnya:

“Aku berusaha menerima kenyataan bahwa perceraian itu terjadi dan bukan sesuatu yang bisa aku ubah. Aku mencoba melihatnya dari sudut pandang yang lebih positif. Misalnya, orang tuaku sekarang lebih bahagia dan tidak lagi bertengkar seperti dulu. Aku banyak berbicara dengan konselor di kampus. Mereka membantu aku memahami bahwa perasaan sedih dan marah itu wajar. Aku belajar untuk tidak menyalahkan diriku sendiri atas apa yang terjadi. Selain itu, aku juga menulis perasaanku yang dapat membantu aku memproses emosi dengan lebih baik. Aku tetap bergaul dengan teman-teman dan dukungan sosial dari teman-teman sangat membantu. Mereka selalu ada untuk mendengarkan ceritaku dan memberikan semangat. Selain itu, aku juga mencoba untuk selalu fokus pada studi dan merencanakan masa depan. Itu memberiku tujuan dan motivasi.”

Informan ke-4 KP semester 8 seseorang dari latar belakang *brokenhome* untuk mencapai penerimaan diri dan membangun kehidupan yang lebih positif.

“Dulu aku sering merasa rendah diri karena kondisi keluargaku. Tapi sekarang aku merasa lebih baik dan bisa menerima diri sendiri. Jadi awalnya memang berat. Aku sering merasa sedih dan marah dengan keadaan. Tapi aku sadar kalau terus-terusan larut dalam perasaan negatif, hidupku gak akan berubah. Jadi aku mulai mencari cara untuk bangkit. Aku mulai dengan mencoba melihat hal-hal positif dalam hidupku, dan dapat dukungan dari teman-teman. Aku belajar bahwa penting untuk menerima masa lalu, tapi tidak membiarkan masa lalu menentukan masa depan.”

Oleh karena itu, memahami hubungan antara penerimaan diri dan resiliensi pada mahasiswa *brokenhome* dapat memberikan wawasan yang berharga untuk mengembangkan intervensi dan dukungan yang lebih efektif. Bagi mahasiswa yang berasal dari keluarga *brokenhome*, penerimaan diri bisa menjadi tantangan karena mereka telah mengalami penolakan atau kritikan dari orang tua mereka atau merasa tidak cukup baik karena perpecahan keluarga. Melalui penerimaan diri, mereka dapat lebih baik mengelola tantangan yang mereka hadapi dan membangun masa depan yang positif. Penerimaan diri memungkinkan mahasiswa dari keluarga *brokenhome* untuk mengembangkan resiliensi dalam menghadapi kesulitan. Dengan menerima keadaan dan pengalaman, mereka dapat menemukan kekuatan untuk mengatasi tantangan dan mengarah pada pertumbuhan pribadi dan akademis.

Brokenhome yang terjadi pada sebuah keluarga tentu akan berdampak pada anak dan dampak yang paling besar adalah perilaku negatif pada anak. *Brokenhome* dapat menyebabkan trauma psikologis bagi anak, termasuk perasaan penolakan, kesepian, dan kehilangan. Kondisi keluarga yang terpecah tentu bukanlah yang diidamkan oleh pasangan suami istri, terutama bagi anak. Menurut anak, perceraian atau tidak utuhnya struktur keluarga dianggap sebagai mimpi buruk karena mereka melihatnya sebagai hilangnya keutuhan keluarga. Hal ini dapat membawa dampak negatif pada anak, seperti penurunan prestasi akademik, peningkatan agresivitas verbal dan nonverbal, perilaku yang tidak sesuai, bahkan mungkin terjadinya masalah psikologis (Muttaqien, 2019).

Berdasarkan situasi tersebut, sangat penting bagi seseorang yang mengalami *brokenhome* untuk membangun resiliensi mental agar bisa terus menjalani hidupnya. Juga, sangat penting bagi seorang individu yang menjadi korban *brokenhome* untuk memiliki resiliensi dalam dirinya agar mampu melanjutkan kehidupannya. Setiap orang memiliki respons yang berbeda terhadap masalah yang mereka hadapi, beberapa orang bisa menanggapi dengan positif, sementara yang lain cenderung menanggapi dengan negatif. Fauziah dan Wulandari (2019) menunjukkan bahwa anak-anak dari keluarga *brokenhome* tidak selalu mengalami dampak negatif. Temuan mereka mengungkapkan

bahwa beberapa partisipan mampu menghadapi situasi tersebut dengan baik berkat adanya sikap penerimaan diri yang baik. Subjek mengatakan bahwa penilaian yang baik terhadap diri sendiri sangat berhubungan pada tingkat keberagamaan dan dukungan yang menyentuh perasaan atau emosional dari orang terdekat di sekelilingnya. Subjek juga menunjukkan kemampuan untuk pulih dari tantangan dan tetap optimis tentang masa depan.

Resiliensi adalah kemampuan untuk bertahan dari tekanan, kesulitan, atau perubahan. Ini mencakup adaptasi positif terhadap situasi sulit dan kemampuan untuk kembali ke kondisi normal setelah mengalami tantangan. Detta & Abdullah (2017) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan seseorang untuk menangani perubahan besar dalam hidup mereka dengan baik, mempertahankan kesehatan meskipun dalam kondisi stres, bangkit dari masa-masa sulit, menghadapi berbagai tantangan, menyesuaikan gaya hidup sesuai dengan perubahan situasi, serta menyelesaikan konflik tanpa kekerasan. Sementara itu, Putri (2023) menambahkan bahwa resiliensi adalah faktor penting dalam mengatasi situasi keluarga yang *brokenhome*, ditengah ketidakstabilan dan perubahan yang terjadi dalam lingkungan keluarga yang terpecah belah, kemampuan bertahan dan pulih dari permasalahan merupakan hal terpenting yang membantu individu, khususnya anak, untuk mengatasi dampak negatif yang mungkin timbul dari kondisi tersebut.

Setiap individu memiliki pengalaman dan cara beradaptasi yang unik terhadap situasi keluarga *brokenhome*. Penting untuk mengakui kekuatan dan ketahanan yang dimiliki mahasiswa dalam menghadapi tantangan, serta menyediakan dukungan yang sesuai untuk membantu mereka berkembang baik secara akademik maupun pribadi. Dalam konteks mahasiswa dari keluarga *brokenhome*, resiliensi bisa menentukan bagaimana mereka mengatasi tekanan psikologis dari latar belakang keluarga mereka. Mahasiswa yang memiliki resiliensi tinggi lebih dapat menghadapi dan beradaptasi dengan tantangan yang disebabkan oleh situasi keluarga mereka. Melalui pemahaman dan dukungan yang tepat, mahasiswa dari keluarga *brokenhome* dapat mengembangkan

resiliensi yang kuat yang memungkinkan mereka untuk berhasil menghadapi tantangan akademis dan kehidupan secara umum.

Penerimaan diri yang positif dapat memberikan landasan yang kuat bagi pengembangan resiliensi yang kuat, sementara kurangnya penerimaan diri dapat menjadi hambatan dalam proses ini. Kemampuan untuk menerima diri sendiri secara positif menjadi hubungan pada kemampuan mereka untuk menjadi tangguh dalam menghadapi tantangan. Penerimaan diri membantu individu mengakui dan menerima kenyataan mereka, yang merupakan langkah penting dalam mengembangkan resiliensi.

Dalam melakukan penelitian hubungan antara penerimaan diri dan resiliensi pada mahasiswa dari keluarga *brokenhome* sangat relevan untuk pengembangan intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan mereka. Melalui pemahaman ini, pendidikan tinggi dapat memberikan dukungan yang lebih baik untuk membantu mahasiswa dalam menghadapi tantangan unik yang mereka hadapi.

Peneliti sebelumnya telah membahas hubungan antara penerimaan diri dengan resiliensi pada remaja panti asuhan. Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari & Mawardah (2023) mendapatkan hasil yang signifikan tentang adanya hubungan antara penerimaan diri dengan resiliensi. Penerimaan diri membantu individu untuk menerima kondisi keluarga dan fokus pada perkembangan individu tersebut, sementara resiliensi membantu individu untuk mengatasi tantangan dan rintangan dengan lebih baik, serta bangkit dari kegagalan atau kesulitan yang dihadapi. Keduanya memainkan peran penting dalam membantu mahasiswa menghadapi stres dan mengembangkan kemandirian dan ketahanan mental.

Dari penjelasan yang peneliti uraikan diatas, peneliti ingin melakukan penelitian pada mahasiswa yang mengalami *brokenhome*. Jadi peneliti membuat penelitian berjudul “Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Resiliensi pada Mahasiswa *brokenhome* Program Studi Psikologi Islam di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung”.

1.2 Identifikasi Masalah

- a. Orang tua tidak bertanggungjawab pada perkembangan anak.
- b. Seorang anak yang mengalami *brokenhome* tetapi tidak mempunyai resiliensi pada dirinya akan sulit menjalani kehidupan dimasa depan.
- c. Mahasiswa dari keluarga *brokenhome* yang tidak dapat menerima masalah yang dialami akan sulit untuk untuk mengembangkan resiliensi dalam menghadapi kesulitan.

1.3 Rumusan Masalah

1. Seperti apa tingkat penerimaan diri pada mahasiswa *brokenhome*?
2. Seperti apa tingkat resiliensi pada mahasiswa *brokenhome*?
3. Adakah hubungan yang positif dan signifikan antara penerimaan diri dengan resiliensi *brokenhome*?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat penerimaan diri pada mahasiswa *brokenhome*
2. Untuk mengetahui tingkat resiliensi pada mahasiswa *brokenhome*
3. Untuk membuktikan hubungan antara penerimaan diri dengan resiliensi pada mahasiswa *brokenhome*.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian secara umum terbagi menjadi dua, yakni manfaat secara teoritis dan manfaat praktis:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat memberikan referensi pada berbagai bidang khususnya psikologi klinis, bisa dijadikan pengetahuan serta sumber informasi terkait penelitian yang akan dilakukan nantinya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi mahasiswa

Harapan peneliti yaitu dengan adanya penelitian ini dapat memberi informasi tentang seberapa besar persentase hubungan antara penerimaan diri dengan resiliensi pada mahasiswa *brokenhome*.

b. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan pada peneliti maupun sebagai masukan bagi peneliti lain. Hasil, pembahasan dan temuan yang diperoleh dapat memicu minat baru dari peneliti lain untuk menyelidiki topik yang sama atau serupa.

c. Bagi pembaca

Penelitian ini dapat mengungkap hubungan antara penerimaan diri dan resiliensi pada mahasiswa *brokenhome* dan memberikan wawasan yang berguna tentang bagaimana tingkat penerimaan diri mahasiswa yang memiliki keluarga *brokenhome* pada resiliensi dalam diri.