

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluarga ialah suatu bagian terkecil dalam tatanan sosial masyarakat yang mempunyai pengaruh besar dalam kehidupan manusia. Setiap individu memiliki dorongan yang kuat untuk mencapai tingkat kenyamanan dan kebahagiaan dalam hidupnya, salah satu contohnya yakni berada di dalam keluarga yang utuh dan juga harmonis. Akan tapi, tidak semua individu mempunyai keluarga yang utuh dan harmonis, salah satu penyebabnya adalah perceraian dari kedua orang tua, kematian dari salah satu orang tua, ataupun permasalahan lainnya. Setiap individu memiliki dorongan yang kuat untuk mencapai tingkat kenyamanan dan kebahagiaan dalam hidupnya, salah satu contohnya yakni berada di dalam keluarga yang utuh dan harmonis (Irnanda, 2021). Seorang anak yang dibesarkan dalam keluarga yang tidak harmonis atau biasa disebut *broken home* dapat menyebabkan anak tersebut merasa tidak mendapatkan kepuasan secara psikis sehingga dapat mempengaruhi bagaimana anak mengelola kecerdasan emosionalnya dan interaksi dengan lingkungan sosialnya.

Menurut Wilis (dalam Wulandari & Fauziah, 2019), *broken home* ialah suatu keadaan dimana tatanan keluarga yang sudah tidak utuh, hilangnya kasih sayang ataupun kurangnya kasih sayang dari keluarga terutama orang tua pada anaknya yang disebabkan oleh berbagai hal, seperti halnya perceraian atau kematian salah stau orang tua. *Broken home* dapat diamati dari dua aspek yakni keluarga terpecah belah karena struktur keluarga sudah tidak utuh lagi akibat perceraian atau meninggal dunia dan aspek kedua adalah ketika orang tua tidak bercerai namun struktur keluarga sudah tidak utuh lagi karena suatu masalah tertentu. Hal ini kemudian akan berdampak besar pada seorang anak, khususnya dalam perkembangannya. Anak yang mengalami *broken home* akan cenderung memiliki masalah pada akademik, kenakalan remaja ataupun pada masalah

psikologis (Harlock, 1972). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dan Fauziah (2019) terkait kondisi remaja dengan latar belakang keluarga yang tidak utuh disebutkan bahwa remaja tersebut cenderung mengalami kesedihan, kesepian, depresi, mudah tersinggung, antisosial dan akan sulit membuka diri terhadap orang lain rakyat.

Menurut teori perkembangan psikososial remaja (periode transisi yang lama) adalah periode penelitian identitas, yang mana periode akan mengalami perubahan karena mereka memasuki masa pubertas (Papalia, Olds dan Feldman, 2011). Faktor yang berhasil bagi remaja untuk menjadi sukses dalam proses meneliti identitas seseorang adalah dengan dukungan sosial atau partisipasi keluarga. Namun ketika remaja berada dalam situasi keluarga yang berantakan (*broken home*), yang mana remaja hanya tinggal bersama salah satu orang tuanya sebab ibu atau ayahnya adalah orang tua tunggal jadi cenderung kurang memberikan perhatian terhadap anaknya, sehingga anak sering kali mengalami masalah perilaku psikologis (Papalia, Olds dan Feldman, 2011). Seperti yang diungkapkan oleh Wulandari dan Fauziah (2019), salah satu dampak bagi remaja yang mengalami keluarga *broken home* yakni mereka akan merasakan kesepian. Dimana kesepian termasuk dalam dampak psikologis dari kondisi *broken home*. Menurut (Matondang, 2018), ada beberapa faktor yang bisa mengakibatkan keluarga *broken home* atau perceraian orang tua yaitu faktor ekonomi, faktor usia, faktor kurangnya pengetahuan agama, dan faktor ketidaksesuaian.

Hasil dari penelitian sebelumnya menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) di tahun 2021 menjelaskan bahwa terdapat 3.178.498 atau sebanyak 4,79% keluarga terdata yang hidup di Indonesia telah mengalami konflik cerai hidup. Dimana angka perceraian menunjukkan kenaikan sejak tahun 2015 (BKKBN, 2022). Hal itu berpengaruh terhadap perkembangan kecerdasan emosional anak, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 276 kasus pelanggaran kedisiplinan di sekolah yang disebabkan oleh masalah yang berkaitan dengan remaja berlatar belakang keluarga *broken*

home (Aziz, 2015). Selain itu, penyebab *broken home* paling umum yaitu kasus perceraian antara suami istri baik cerai hidup atau cerai mati. Menurut Badan Pusat Statistik menunjukkan data angka perceraian di Indonesia dari 175.713 menjadi 365.633 kasus antara tahun 2007 hingga 2016 (Badan Pusat Statistik, 2016). Jumlah perceraian tertinggi terjadi pada tahun 2016 yaitu sebanyak 365.633 kasus. Jika dirinci, terdapat sekitar 998 persidangan perceraian per hari, dan sekitar 40 persidangan perceraian terjadi setiap jamnya (Astuti, 2017). Di wilayah Jawa Timur sendiri, angka perceraian pada tahun 2019 merupakan yang tertinggi dibandingkan wilayah lain yang ada di Indonesia, yaitu sekitar 121.000 kasus perceraian (Zahroh, 2019).

Permasalahan orang tua yang mengakibatkan ketidakharmonisan keluarga memiliki dampak yang besar bagi anak, baik dalam jangka waktu panjang maupun pendek (Nawangsari, 2017). Banyak anak dengan latar belakang keluarga yang bermasalah mengatakan bahwa dirinya mempunyai tingkat kepuasan hidup yang relatif rendah serta kurang merasa aman dengan lingkungannya sendiri, dibandingkan dengan teman-temannya yang mempunyai keluarga lengkap dan harmonis. Hetherington (dalam Strong, 2011) menyatakan terdapat 20% sampel remaja dengan orang tua yang bercerai mempunyai beberapa permasalahan tersendiri seperti sikap anti sosial, kurang bertanggung jawab, putus sekolah, hingga depresi. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Amnia & Rahmawati (2021), 43% remaja mengalami depresi ringan dan 27% remaja mengalami depresi berat karena kurangnya komunikasi dalam keluarga. Kemudian menurut data BPS Sumbar (2021), 1,85% perceraian karena kematian pada tahun 2021 terjadi di Sumbar. Sehingga dari berbagai penjelasan data dan fakta di atas bisa disimpulkan bahwa keluarga yang tidak utuh dan ketidakharmonisan dalam keluarga dapat memunculkan perilaku anak seperti anti sosial, kenakalan remaja di lingkungan sekolah maupun sosial yang akan mengarah kepada stress bahkan depresi pada anak.

Dari beberapa pernyataan di atas menunjukkan bahwa permasalahan orang tua akan berdampak pada kondisi kesejahteraan anak. Remaja yang memiliki keluarga *broken home* atau ketidakharmonisan dalam keluarganya bisa memunculkan sikap tidak kepercayaan pada dirinya dan cenderung memiliki pandangan yang sempit sehingga rasa penerimaan dirinya itu masih kurang (Rahayu, 2019). Oleh sebab itu, remaja yang mengalami *broken home* sangat memerlukan *self-compassion* karena dengan individu memiliki *self-compassion* yang tinggi akan lebih menyayangi diri sendiri meskipun terdapat situasi yang menyulitkan. Dengan memiliki *self-compassion* dalam diri mereka membawa banyak pengaruh positif dalam kehidupan seperti, tingkat kepuasan hidup, *emotional intelligence* baik, kebahagiaan, rasa optimis, rendahnya tingkat depresi dan perasaan cemas. *Self-compassion* dapat mengurangi kecemasan remaja dalam situasi yang berkaitan dengan harga diri. Terdapat banyak hal positif dari *self-compassion* membuat kita sadar betapa pentingnya mengembangkan *self-compassion* pada diri (Mustajab, 2016).

Kristin Neff (2003) mengartikan *self-compassion* sebagai bentuk perasaan empati atau kepedulian terhadap diri sendiri. Tidak peduli apakah kesulitan-kesulitan tersebut disebabkan oleh faktor eksternal baik kegagalan, kesalahan maupun kelemahan diri sendiri. Selain itu, *self-compassion* juga berfungsi sebagai strategi penerimaan diri untuk melakukan perubahan dalam mengelola emosi dengan mengurangi emosi negatif dan meningkatkan emosi positif melalui kebaikan terhadap diri sendiri. Germer (2009), menjelaskan penerimaan mengacu pada pilihan untuk memiliki perasaan, emosi, serta pikiran yang memanasikan dirinya dari waktu ke waktu. Penerimaan mengarah pada suatu peristiwa, penerimaan perasaan dan pikiran. Menerima diri sendiri saat sedang mengalami situasi yang menyakitkan disebut dengan *self-compassion*.

Self-Compassion adalah kondisi dimana individu mampu merasakan perasaan terbuka, penerimaan terhadap dirinya secara penuh serta terus berusaha dalam meringankan penderitaannya ketika berada disituasi atau keadaan yang

menyulitkan dan menyakitkan baginya. Individu dengan tingkat *self-compassion* yang relatif tinggi cenderung mempunyai lebih banyak kebahagiaan, kesejahteraan hidup dan relatif sedikit pengaruh negatif, sehingga individu akan mengalami sedikit gejala tekanan psikologis seperti rasa cemas dan depresi. *Self-compassion* mengacu pada tiga aspek utama diantaranya adalah *self-kindness*, *common humanity* dan *mindfulness* (Neff, 2003). Bluth, Mularkey, & Lathren, menyatakan dalam penelitiannya bahwa anak dengan *self-compassion* tinggi mempunyai kemungkinan lebih kecil dalam mengalami gangguan kecemasan, stress, depresi, serta rasa malu ataupun bingung terhadap kekalahan diri sendiri (Bluth, 2018). *Self-compassion* juga bisa menjadi penopang atau cagak bagi kerentanan diri individu terkait perasaan terisolasi, ketidakstabilan suasana hati yang dapat mengakibatkan gangguan kecemasan dan depresi (Bluth, 2018). *Self-compassion* juga berperan dalam meningkatkan inisiatif diri, kebahagiaan, optimisme serta pengaruh positif lainnya (Neff & Vonk, 2009).

Selanjutnya menurut Neff (dalam Stevens dan Woodruff, 2018), emosi negatif, seperti kesepian, merupakan salah satu bentuk aspek negatif dari rasa mengasihani diri sendiri, yang mana individu akan merasa terisolasi dari lingkup sosial sebab merasa pengalaman negatif yang dialaminya adalah miliknya sendiri. Hawkey dan Cacioppo (2010), mengatakan mengisolasi diri dari luar merupakan salah satu cara pertahanan diri saat seseorang mengalami kesepian yang bertujuan untuk melindungi dirinya dengan tidak mengharapkan interaksi sosial karena terpaku pada pengalaman negatif yang pernah dialaminya. Melihat situasi yang nampaknya bergantung pada aspek isolasi, remaja dari keluarga *broken home* dapat mengasah kemampuan kognitifnya untuk berusaha menerima pengalaman negatif yang dialaminya melalui kemampuan untuk mencintai dirinya sendiri.

Berdasarkan *UK Office of National Statistics (ONS)* yang telah mengumpulkan data terkait kesepian menggunakan *Community Life Survey* antara 2016-2017 diapatkan hasil bahwa kelompok usia yang memiliki tingkat kesepian paling tinggi ialah mereka dengan usia 16-24 tahun dimana sesuai dengan hasil

survei secara online yang dilakukan kepada 55.000 orang dan didapatkan hasil 40% orang yang mengalami tingkat kesepian atau *loneliness*, dibandingkan dengan mereka yang berusia di atas 75 tahun. Lalu didapatkan tingkat persentase kesepian sebesar 11% dari kelompok yang berusia 10-15 tahun. Perbedaan tingkat kesepian dalam survei ini disebabkan oleh pengaruh sosial ekonomi keluarga dan hubungan kelekatan di dalam keluarga (Siva, 2020).

Menurut Akin (2010), mendefinisikan remaja yang memiliki *self-compassion* atau remaja yang mampu saling mencintai diri masih memiliki kondisi psikologis yang baik ketika mereka tahu dalam keadaan kesepian. Tenang dan kesabaran dalam pemikiran dan permainan adalah manifestasi dari *self-compassion*. Menurut Hidayati (2015), *self-compassion* bisa dikatakan kualitas manusia berupa kemampuan menerima diri sendiri yang menjadikan seseorang tenang, simpatik, emosional, penuh kasih sayang, dan sabar dalam menghadapi permasalahan. *Self-compassion* adalah sebuah konsep yang mencakup pentingnya mengendalikan kesehatan dan kesejahteraan diri sendiri dan mendorong orang untuk mengambil inisiatif untuk melakukan perubahan dalam hidup mereka. Orang yang menunjukkan *self-compassion* cenderung mampu menerima permasalahan yang menghadangnya, dan cenderung tidak akan mudah menyalahkan diri sendiri maupun keadaan saat dihadapkan pada kegagalan atau situasi yang tak terduga. Individu juga akan lebih leluasa memperbaiki kesalahannya serta meningkatkan perilaku produktifnya.

Dari penjelasan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwasannya *self-compassion* penting untuk setiap anak terutama bagi anak yang berada dalam keluarga yang tidak utuh dan tidak harmonis. Ketidakharmonisan dalam keluarga akan membuat anak mengalami rasa takut, tidak aman, dan merasa kesepian. Hal itu berpengaruh terhadap putusnya komunikasi antara anak dengan orang tuanya, anak juga akan merasa terluka bahkan berduka (Caglar, 2018). Bahkan jika dihadapkan dengan perceraian, banyak anak yang merasa dirinya bersalah terhadap perceraian orang tuanya dan memandang perceraian adalah akhir dari kehidupan

keluarga serta hilangnya kasih sayang dari kedua orang tua. Anggapan tersebut banyak menjadi stimulus terbentuknya gejala gangguan kecemasan dan depresi pada anak remaja (Tahirovic & Demir, 2018). Peristiwa tersebut mampu diatasi dengan dimilikinya *self-compassion* dalam diri individu, sebab *self-compassion* sendiri berkaitan dengan kesejahteraan psikologis seperti peningkatan kebahagiaan, pandangan akan penerimaan, optimisme, penurunan kecemasan dan depresi. *Self-compassion* mampu mengakomodasi anak remaja dalam menghadapi pengalaman sulit dihidupnya, terutama dalam masalah ketidakutuhan keluarga dan ketidakharmonisan keluarga atau yang biasa disebut dengan *broken home*.

Self-compassion dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu faktor lingkungan. Permasalahan lingkungan hidup mempunyai dampak yang besar terutama terhadap keluarga. Oleh sebab itu, kualitas perkembangan remaja banyak tergantung pada lingkungan keluarganya. Keluarga bisa dikatakan satu-satunya tempat seorang anak bernaung dari awal kehidupannya sampai saat ini. Sejak kecil seorang anak secara penuh mempercayakan orang tuanya untuk mempersiapkan keperluan fisiologis yang cukup, rasa nyaman dan perlindungan. Orang tua diharapkan mampu memberikan hal-hal baru, menopang melawan hal-hal yang menakutkan, dan melindungi anak untuk tetap tenang dan aman. Maka sebab itu, keadaan keluarga yang harmonis tentu sangat berpengaruh pada perkembangan anak di kemudian hari. Tanda individu yang memiliki *self-compassion* tinggi mempunyai ciri, diantaranya: (1) mampu menerima diri sendiri baik pada kelebihan maupun kelemahan, (2) mampu menerima kesalahan atau kegagalan sebagai sebuah hal umum yang juga dialami oleh orang lain, serta (3) memiliki kesadaran penuh tentang keterhubungan antar segala sesuatu (Hidayati, 2015).

Hasil penelitian didukung oleh hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti pada guru BK dan Wakakesiswaan terkait perkembangan atau kepribadian remaja siswa-siswi di MA Sunan Kalijogo Kediri yang mengalami keluarga *broken home* sebanyak 78 siswa baik laki-laki maupun perempuan. Hasil yang didapatkan beberapa dari mereka menunjukkan bahwa banyak memiliki

kekhawatiran dan tingkat kecemasan pada saat dihadapkan dengan situasi yang sulit, serta cenderung mengalami kesulitan dalam menentukan arah masa depan yang mana hal itu sangat berpengaruh terhadap akademiknya. Seperti, sering bolos sekolah, dan prestasi menurun. Ada beberapa yang mendapatkan tuntutan dari keluarga yang pada akhirnya individu tersebut merasa tertekan sehingga merasa kurang mampu mengelola emosionalnya dengan baik.

Sementara untuk memastikan hasil studi pendahuluan pada guru BK dan Wakakesiswaan, peneliti juga melakukan wawancara pra penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti dari tanggal 28 Februari – 04 Maret 2024 kepada tiga siswa kelas XI MA Sunan Kalijogo ditemukan hal yang berbeda. Tiga siswa tersebut cenderung menyalahkan diri sendiri ketika dihadapkan dengan situasi sulit akibat dari keluarga *broken home* berkaitan dengan pribadi, kegiatan sosial, dan pendidikan. Berikut kesimpulan dari hasil wawancara:

Subjek 1 (*NAP*):

Dampak dari kondisi tersebut subjek menjadi kurang percaya diri, sering merasa kesepian, dan sulit terbuka dengan orang sekitar gitu. Selain itu subjek juga mendapat tuntutan akan nilai sekolah, jadi dengan hal itu subjek merasa mendapat tekanan padahal ia sudah berusaha secara maksimal akan tetapi selalu dituntut untuk memiliki nilai bagus kalau bisa peringkat 1, kalau tidak biasanya subjek akan kena marah. Maka dari itu subjek lebih banyak murung dan sedih karena kurang mendapat apresiasi atas pencapaiannya. Subjek melampiaskan kondisi tersebut dengan membaca novel romance guna untuk mendapatkan kebahagiaan dari karakter fiksi karena subjek merasa kurang bahagia dan mencoba mengikuti organisasi sekolah supaya mendapat kesenangan di luar.

Subjek 2 (*AWI*):

Subjek sempat kaget, kecewa, down, dan merasa belum bisa menerima kenyataan bahwa keadaan seperti ini kenapa harus ia yang mengalami, itupun subjek mengetahui bahwa orang tuanya tidak bersama lagi sejak

dari kelas 2 SD. Pengakuan subjek dulu ia orangnya ceria, banyak teman, lalu setelah hal itu terjadi subjek menjadi kurang percaya diri, mengkritik diri sendiri sampai melakukan self-harm, dan juga sempat diajui oleh teman-teman sekelasnya. Dengan hal itu subjek berfikir bahwa ia tidak pantas untuk disayangi dan merasa kurang diterima oleh lingkungannya. Nilai sekolah juga menurun. Subjek pun juga anak tunggal jadi kesepian yang subjek rasakan berdampak sampai sekarang. Biasanya subjek melampiaskan hal tersebut dengan melakukan interaksi sosial dengan sering keluar malam mencari hiburan dan mencari kebahagiaan pada pacarnya.

Subjek 3 (AB):

Semenjak kematian ayahnya subjek jadi sering mengurung diri dan mengurangi bermain diluar. Subjek merasa kehilangan karena ayah yang selalu memberikan arahan, motivasi untuk kedepan, dan dukungan lainnya. Subjek mengaku memang lebih dekat dengan ayah tapi komunikasi dengan ibu juga baik. Subjek kaget sempat berfikir kenapa harus ia yang ditinggalkan padahal masih butuh sosok ayah dalam waktu yang lama, kenapa tidak orang lain ? Dengan situasi seperti ini subjek benar-benar down, kurang fokus belajar, karena harus kehilangan salah satu orang tua makanya subjek butuh orang untuk mensupport dan memberikan hal positif supaya ia tidak terus-terusan merasa sendiri.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan menunjukkan bahwa *self-compassion* dari tiga siswa yang terkena dampak keluarga *broken home* sangatlah buruk dan mereka seringkali tidak mampu mengenali kebaikan mereka sendiri. Pada hasil wawancara tersebut tiga subjek mengatakan bahwa ketika dihadapkan pada persoalan yang sulit mereka sering menganggap dirinya sebagai orang jahat dan menyalahkan diri sendiri, yang berdampak pada penerimaan dirinya sehingga menjadikan remaja sulit untuk memaafkan diri atas masalah yang terjadi. Dalam kaitannya dengan ini, sangat diperlukan dukungan dari lingkup

sosial yang mana dapat memengaruhi *self-compassion*, sebab dengan adanya support dari orang sekitar mereka merasa keberadaannya diterima oleh lingkungan serta diiringi rasa kepercayaan diri dan penerimaan dirinya yang secara utuh mampu menerima kelebihan dan kekurangannya Neff (dalam Wahyu, 2019).

Menurut Sarafino (2011) dukungan sosial merupakan sebuah bentuk kenyamanan, ketertarikan, apresiasi, serta bantuan guna dirasakan oleh orang - orang yang mereka terima atau dari sekelompok orang. Ketika seseorang didukung oleh lingkungan, semuanya akan terasa relatif lebih mudah sebab ada dorongan perhatian yang diterima. Keberlanjutan diri dinyatakan dalam banyaknya interaksi sosial yang terjadi dalam lingkungan. Dukungan sosial dapat dirasakan dengan adanya keterikatan individu satu dengan yang lain yang didasari pada perasaan nyaman, diperhatikan, dan mendapat informasi dari kelompok lain. Sarafino menyatakan, aspek pertama dari *social support* adalah dukungan emosional, yang mencakup kepedulian, cinta kasih, dan perhatian. Kedua, dukungan rasa syukur yang diungkapkan dengan kata-kata positif. Ketiga adalah dukungan instrumental, yaitu bantuan bagi individu dengan mempermudah seperti menolong dan memberi bantuan. Keempat, dukungan informatif, yakni bentuk dorongan nasehat, pemberian saran serta umpan balik.

Dukungan sosial ialah faktor yang mampu membantu individu mengurangi tingkat stress dan membantu dalam menghadapi situasi penuh tekanan. Remaja yang tinggal di rumah yang rusak karena perceraian orang tuanya maupun kurangnya kasih sayang dapat menimbulkan efek negatif bagi remaja. Dampak dari akibat tersebut dapat memunculkan rasa bersalah, ketidakpastian pada masa depan, kehilangan, pandangan negatif pada diri sendiri, perasaan yang tidak aman, serta dapat menumbuhkan tingkat kecemasan dan depresi pada remaja (Tahirovic & Demir, 2018). Gangguan kecemasan dan depresi pada remaja bisa diatasi dengan *self-compassion*, karena *self-compassion* mampu untuk meningkatkan kebahagiaan, pikiran yang positif dan menerima kenyataan sehingga dapat menopang remaja

menghadapi pengalaman yang sulit, terkhusus mereka yang mengalami ketidakutuhan dalam keluarga (Wilson, 2017).

Salah satu sumber dukungan berasal dari lingkup sosial keluarga atau orang-orang yang dianggap penting. Keluarga sering kali dianggap tempat paling aman dan mampu memberikan kenyamanan, perlindungan bagi anak khususnya remaja. Namun, jika hal itu tidak dirasakan oleh remaja akibat keluarga *broken home* maka membuat remaja tersebut berada di bawah tekanan atau stress yang dapat menghalangi perkembangan perasaan dan kepercayaan diri. Dalam hal inilah menjadikan remaja memiliki *self-compassion* rendah seperti cenderung kurang percaya diri, memiliki tingkat stres yang tinggi, menilai diri sendiri atas kesalahannya, cenderung berpikiran pendek dan fokus pada ketidaksempurnaan. Rahayu (dalam Dhimas, A. dkk. 2020). Hal ini sependapat pada penelitian Irnanda & Hamidah (2021) terkait hubungan antara dukungan sosial dengan *self-compassion* pada remaja dengan orang tua bercerai yang menyimpulkan, remaja butuh *support* atau dukungan dari orang-orang yang dicintainya guna meningkatkan rasa kasih sayang pada diri sendiri agar mampu bertahan dari permasalahan yang dihadapi dan terhindar dari pengaruh negatif. Penelitian lain yang sependapat juga dilakukan oleh Miasari & Aulia (2022) terkait hubungan *social support* dengan *self-compassion* pada remaja yang orang tuanya bercerai yang menjelaskan bahwa *social support* mempunyai keterkaitan yang relevan dengan kontribusi sebesar 14,5% terhadap *self-compassion*. Peristiwa ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat memberikan dampak yang signifikan pada *self-compassion*. Memang tingkat welas asih pada remaja akan tinggi jika dibarengi dengan dukungan dari lingkungannya. (Neff, 2010).

Terdapat penelitian empiris yang dilakukan Hombadros, menyatakan bahwa dukungan sosial adalah faktor penting dari kebahagiaan psikologis pada anak (Hamidah, 2021). Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa anak butuh *support system* dari orang-orang terdekat khususnya seperti keluarga, teman atau orang disekelilingnya supaya bisa meningkatkan *self-compassion* pada dirinya.

Penelitian Nafisah, Hendriyani & Martiarin (2018) terkait hubungan antara dukungan keluarga dengan *self-compassion* pada sampel remaja di panti asuhan membuktikan adanya keterkaitan yang positif antara dukungan keluarga dengan *self-compassion*. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga pada remaja maka semakin tinggi pula tingkat *self-compassion* mereka. Sementara itu, dukungan sosial juga dapat diperoleh dari berbagai sumber, tidak hanya pada keluarga dan teman, akan tetapi *support* bisa didapat dari pasangan, dokter, guru bahkan organisasi masyarakat (Sarafino dan Smith, 2011). Hal semacam ini telah dijelaskan dengan jelas oleh Neff (dalam Jeon et al, 2016), apabila orang lain yang dianggap penting (*significant other*) memahami ketidakseimbangan dan kesulitan orang tersebut serta memandangnya dengan hangat, maka orang tersebut dapat menyembuhkan dirinya sendiri dengan cara yang sama dengan cara sebagaimana orang lain diperlakukan.

Dari uraian di atas, bisa ditarik kesimpulan bahwasannya dukungan dari orang terdekat sangat berpengaruh terhadap meningkatnya *self-compassion* pada remaja, begitu pun dengan remaja yang mengalami ketidakutuhan dalam keluarga yang terkena dampak negatif dari ketidakharmonisan keluarga, maka remaja tersebut membutuhkan dukungan sosial sebagai bentuk upaya meningkatkan *self-compassion*. Menunjukkan belas kasihan pada diri sendiri akan membantu orang merespons kesulitan dengan lebih baik. Sehingga individu dapat mencintai dirinya sendiri, berbuat baik pada dirinya sendiri, memikirkan penderitaan yang dialaminya dan melihat dengan baik permasalahan secara objektif. Mengenai hal ini ketika dukungan sosial dari keluarga atau orang lain diperoleh, maka individu mampu mengatasi segala emosi negatif, kemudian individu akan membangun sikap empati dan simpati terhadap dirinya sendiri dalam mengatasi permasalahannya. Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan, diketahui bahwa dukungan sosial memiliki keterkaitan dengan *self-compassion*. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan *self-compassion* pada remaja dengan kriteria keluarga *broken home*.

B. Rumusan Masalah

1. Seberapa besar tingkat dukungan sosial remaja dengan keluarga *broken home*?
2. Seberapa besar tingkat *self-compassion* remaja dengan keluarga *broken home*?
3. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *self-compassion* pada remaja dengan kriteria keluarga *broken home*?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui seberapa besar dukungan sosial bagi remaja *broken home*
2. Untuk mengetahui seberapa besar *self-compassion* bagi remaja *broken home*
3. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *self-compassion* pada remaja dengan kriteria keluarga *broken home*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengembangan ilmu psikologi khususnya tentang pembahasan hubungan dukungan sosial dan *self-compassion* pada remaja kriteria keluarga *broken home*. Selain itu diharapkan bisa menambah hasil penelitian sebelumnya dan menjadi sumber bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan bisa menjadikan generasi muda pelajar khususnya remaja memahami pentingnya memiliki dukungan sosial sehingga dapat menjadi pribadi yang *compassionate*.