

Studi Deskriptif Mengenai Resiliensi pada Remaja *Broken Home* di Komunitas HOLD ON Kota Bandung

Descriptive Study of Resilience on Youth Broken Home In HOLD ON Bandung City

¹Dita Rizkiani, ² Susandari

^{1,2}Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung,
Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116

email: ¹dita.riskia@ymail.com, ²susanandari57@gmail.com

Abstract. A group of children with a broken home family background in Bandung created a community called "HOLD ON" which aims to change bad habits and disorders that makes children with broken home getting stress. After joining "HOLD ON", the members feel themselves getting up. The "HOLD ON" member who formerly had been angry, upset, wanting to hurt himself, pessimistic about the future, withdrawing from the environment, not being convinced of himself, now seemed to have high resilience. Resilience according to Karen Reivich (2002) is the ability of individuals to get out of the traumatic events that occur and make a person able to cope with stress by choosing action-oriented tasks, such as taking action that is useful to cope pressing conditions and having belief that they are able to organize the result of their lives. The purpose of this study is to obtain empirical data about the resilience of broken home children in "HOLD ON" community Bandung. The method used was descriptive by calculating median of each aspect. The results showed that 7 subjects had low resilience mainly on causal analysis aspect, and all members of "HOLD ON" were high on self efficacy and reaching out aspects.

Keywords: resilience, adolescent, broken home

Abstrak. Semakin meningkatnya tingkat perceraian maka semakin banyak pula anak korban keluarga broken home yang tak dipungkiri juga anak broken home mengalami masa-masa terpuruk dalam hidupnya. Sekumpulan anak yang berlatar belakang keluarga broken home di Bandung membuat suatu komunitas bernama "HOLD ON" yang bertujuan untuk merubah kebiasaan buruk serta gangguan yang membuat jatuh stress. Setelah bergabung dengan "HOLD ON", anggotanya merasa dirinya bangkit. Anggota "HOLD ON" yang tadinya memiliki perasaan marah, kesal, ingin menyakiti diri sendiri, pesimis akan masa depan, menarik diri dari lingkungan, tidak yakin dengan diri sendiri kini terlihat memiliki resiliensi yang tinggi. Resiliensi menurut Karen Reivich (2002) adalah kemampuan individu untuk keluar dari peristiwa traumatik yang terjadi serta membuat seseorang mampu mengatasi stres dengan memilih tindakan yang berorientasi pada tugas, seperti mengambil tindakan yang berguna untuk mengatasi kondisi yang menekan dan ketika mereka bertindak, mereka berpegang teguh pada keyakinan bahwa mereka mampu mengatur hasil akhir hidup mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris mengenai gambaran resiliensi pada anak broken home di komunitas "HOLD ON" Kota Bandung. Metode yang digunakan adalah studi deskriptif dengan menghitung median untuk menentukan tinggi rendah tiap aspek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 7 orang subjek memiliki resiliensi rendah terutama pada aspek causal analysis, dan seluruh anggota "HOLD ON" tinggi pada aspek self efficacy dan reaching out.

Kata kunci: resiliensi, remaja, broken home

A. Pendahuluan

Salah satu permasalahan dalam kehidupan yang kerap kali dialami oleh mereka yang berusia remaja awal sampai remaja akhir adalah tentang perpisahan orangtua mereka yang disebabkan karena perceraian. Semakin meningkatnya tingkat perceraian maka semakin banyak pula anak korban keluarga *broken home* yang tak dipungkiri juga anak *broken home* mengalami masa-masa terpuruk dalam hidupnya. Anak-anak dari segala usia mungkin merasakan kesedihan dan depresi, yang merupakan keadaan emosional jangka panjang dan dapat bertahan hingga beberapa tahun setelah perceraian orangtua. Berbeda halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh **Putri Rosalia Ningrum (2013)** yang mengatakan bahwa remaja ternyata mampu

menyesuaikan diri dengan lingkungan karena subjek mampu menerima kenyataan dan mampu menyelesaikan setiap permasalahan yang dihadapi dengan kontrol emosi yang baik, percaya diri, terbuka, memiliki tujuan, dan bertanggung jawab juga dapat menjalin hubungan dengan cara yang berkualitas. Tidak dapat dipungkiri juga bahwa dari tingginya tingkat perceraian, maka semakin banyak pula anak yang menjadi korban keluarga *broken home*. Banyaknya anak korban keluarga *broken home* ini membentuk suatu komunitas yang bernama "HOLD ON". Mereka mengatakan bahwa merasa kesal dan selalu bertanya-tanya mengapa dari sekian banyak orang didunia ini harus mereka yang menjadi korban dari *broken home*. Selain kesal mereka juga ditambah dengan rasa sedih karena merasa tidak memiliki orang dekat yang mau menemani ketika mereka merasa kesal dan butuh dihibur. Dan rasa yang sangat mereka rasakan adalah rasa kecewa, terlebih dengan orang tua mereka. Dengan perasaan-perasaan yang mereka rasakan ini, tidak sedikit tindakan yang merugikan diri sendiri yang mereka lakukan seperti mencoba bunuh diri. "HOLD ON" memiliki tujuan kepada para anggota untuk *buliding character*, pendidikan, *enterpreneur*, dan *public speaking*. Untuk meraih tujuan ini, "HOLD ON" mengadakan kegiatan rutin yaitu *sharing* internal dan kegiatan diluar (*event*) sebanyak satu kali dalam sebulan. Setelah diadakannya kegiatan-tersebut, para anggota merasa memiliki perubahan yang cukup signifikan. Mereka merasakan dirinya menjadi lebih berharga, dan juga lebih percaya diri. Di sisi lain **Karen Reivich dan Andrew Shatte** (2002) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan hidup untuk merespon dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan *adversity* atau trauma, dimana hal tersebut sangat penting untuk mengendalikan tekanan hidup sehari - hari seseorang. Kegiatan yang saat ini dilakukan oleh "HOLD ON" juga membuat dirinya semakin merasa berharga karena merasa bisa memberikan manfaat untuk orang lain. Dari fenomena yang telah dijabarkan diatas, komunitas "HOLD ON" terlihat memiliki resiliensi yang tinggi. Dari adanya kondisi dan tersebut memunculkan pertanyaan penelitian bagi peneliti, bagaimana resiliensi pada anggota Komunitas "HOLD ON" di Kota Bandung?

B. Landasan Teori

Remaja

Pengertian Remaja

Istilah *Adolescence* atau remaja berasal dari kata latin *Adolescere* (kata bendanya, *Adolescentia* yang berarti "tumbuh" atau "tumbuh menjadi dewasa). Istilah *Adolescence*, seperti yang digunakan saat ini mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik.

Klasifikasi Usia Remaja

Rentang usia masa remaja oleh **Hurlock (1994:206)** dibagi dalam :

1. Remaja awal, yaitu antara usia 13-17 tahun untuk wanita dan 14-17 tahun untuk pria. Hal ini bergantung pada usia kematangan seksual (yaitu saat mulai menarche pada wanita dan mulai mimpi basah pada pria. Masa ini biasanya disebut masa pubertas.
2. Remaja akhir, yaitu mulai usia 17 sampai 21 tahun

HOLD ON

“HOLD ON” adalah sebuah komunitas non-profit yang menjadi wadah bagi teman-teman yang berlatar belakang *broken home*. Selain menjadi wadah, “HOLD ON” juga ingin menaungi anggotanya dengan cara menjadikan keluarga, yaitu dengan cara memberikan kasih sayang yang belum atau belum sempat diberikan oleh kedua orang tua.

Anggota “HOLD ON” terbentuk dari bulan Juli 2017 dan memiliki anggota sebanyak 22 orang yang memiliki rentan usia 15-23 tahun.

Broken Home

Wells (dalam Quensel dkk, 2002:2) menggunakan istilah *broken home* pada keluarga yang mengalami perpecahan akibat kematian, perceraian, dan seseorang yang tidak menikah, yang dapat mengakibatkan melakukan tindakan kriminal.

Selanjutnya **Quensel, dkk (2002:4)** mengemukakan istilah *broken home* digunakan untuk menggambarkan keluarga yang tidak harmonis dan tidak berjalan layaknya keluarga yang rukun dan sejahtera akibat sering terjadi konflik yang menyebabkan pada pertengkaran dan berujung pada perpisahan.

Resiliensi

Pengertian Resiliensi

Karen Reivich (2002) Resiliensi adalah kemampuan individu untuk keluar dari peristiwa traumatik yang terjadi serta membuat seseorang mampu mengatasi stres dengan memilih tindakan yang berorientasi pada tugas, seperti mengambil tindakan yang berguna untuk mengatasi kondisi yang menekan dan ketika mereka bertindak, mereka berpegang teguh pada keyakinan bahwa mereka mampu mengatur hasil akhir hidup mereka.

Aspek-aspek Resiliensi

Resiliensi adalah kemampuan untuk keluar dari peristiwa traumatik yang terjadi untuk bangkit kembali dan membuat seseorang mampu mengatasi stres dengan memilih tindakan yang berorientasi pada tugas, seperti mengambil tindakan yang berguna untuk mengatasi kondisi yang menekan dan ketika mereka bertindak, mereka berpegang teguh pada keyakinan bahwa mereka mampu mengatur hasil akhir hidup mereka (**Karen Reivich 2002**). Adapun resiliensi menurut **Karen Reivich dan Andrew Shatte** terdiri atas 7 aspek, yaitu:

1. Emotion Regulation

Menurut **Reivich dan Shatté (2002)** regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah tekanan. Individu yang memiliki kemampuan meregulasi emosi dapat mengendalikan dirinya apabila sedang kesal dan dapat mengatasi rasa cemas, sedih, atau marah sehingga mempercepat dalam pemecahan suatu masalah.

2. Impulse Control

Reivich dan Shatté (2002) mendefinisikan pengendalian impuls sebagai kemampuan mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri seseorang. Individu dengan pengendalian impuls rendah sering mengalami perubahan emosi dengan cepat yang cenderung mengendalikan perilaku dan pikiran mereka.

3. Optimism

Individu yang resilien adalah individu yang optimis. Mereka memiliki harapan

di masa depan dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol arah hidupnya.

4. Emphaty

Empati merepresentasikan bahwa individu mampu membaca tanda-tanda psikologis dan emos dari orang lain. Empati mencerminkan seberapa baik individu mengenali keadaan psikologis dan kebutuhan emosi orang lain (**Reivich & Shatté, 2002**).

5. Causal Analysis

Causal analysis memiliki pengertian kemampuan individu yang dapat mengidentifikasi penyebab dari masalah yang mereka hadapi secara akurat. Jika tidak dapat mengidentifikasi secara tepat bisa jadi kita akan melakukan kesalahan yang sama lebih dari satu kali.

6. Self Efficacy

Reivich & Shatté (2002) mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dan memecahkan masalah dengan efektif. Efikasi diri juga berarti meyakini diri sendiri mampu berhasil dan sukses. Individu dengan efikasi diri tinggi memiliki komitmen dalam memecahkan masalahnya dan tidak akan menyerah ketika menemukan bahwa strategi yang sedang digunakan itu tidak berhasil.

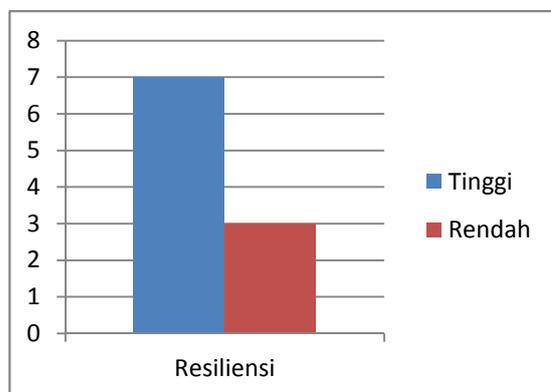
7. Reaching Out

Menurut **Reivich dan Shatté (2002)**, resiliensi merupakan kemampuan yang meliputi peningkatan aspek positif dalam hidup. Peningkatan aspek positif atau *Reaching out* adalah mampu memelihara sikap positif, percaya diri untuk menerima tanggung jawab tidak malu untuk memulai percakapan pada seseorang yang ingin dikenal mencari pengalaman baru yang menantang kita untuk dapat belajar lebih banyak tentang diri kita dan memiliki hubungan yang dalam dengan orang lain.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pengambilan data dilakukan melalui penyebaran angket, dengan menggunakan *Resilience Quotient* dan diolah secara deskriptif dengan perhitungan median untuk menentukan tinggi rendahnya aspek dalam resiliensi.

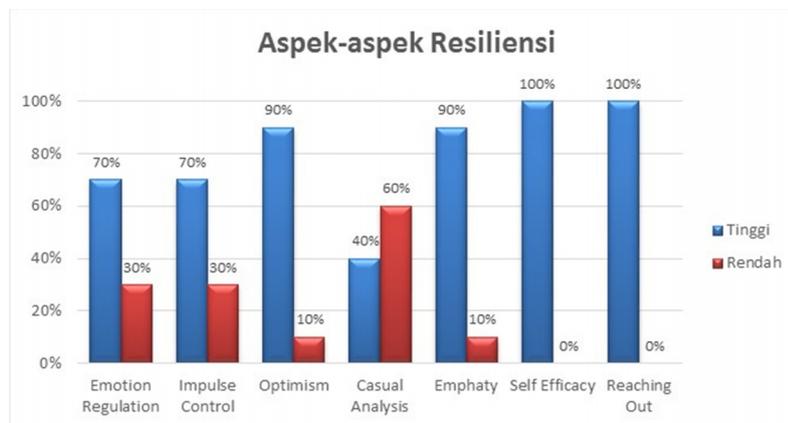
Berikut ini hasil perhitungan jumlah resiliensi pada anggota “HOLD ON” berdasarkan hasil perhitungan yang didapat:



Gambar 1. hasil perhitungan jumlah resiliensi

Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh bahwa responden memiliki aspek *emotion regulation, impulse control, optimism, emphaty, self efficacy* dan *reaching out*

yang cenderung tinggi sedangkan aspek *causal analysis* cenderung rendah. Bila divisualisasikan dalam bentuk diagram batang :



Gambar 2. Aspek – aspek relasi

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada 10 anak *broken home* anggota “HOLD ON”, maka dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

1. Dari 10 orang anggota “HOLD ON” mayoritas memiliki resiliensi rendah.
2. Mayoritas anggota “HOLD ON” memiliki aspek *causal analysis* yang rendah.
3. Seluruh anggota “HOLD ON” tinggi pada aspek *self efficacy* dan aspek *reaching out*.

E. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka peneliti merumuskan beberapa hal yang dapat disarankan, sebagai berikut:

1. Bagi subjek yang tinggi pada aspek *Causal Analysis*, diharapkan dapat mengajarkan cara menganalisis suatu penyebab dari suatu masalah, dan juga berbagi pengalaman mengenai gaya berpikir yang mampu menjelaskan suatu hal baik dan buruk yang terjadi pada diri sendiri.
2. Memberikan pengetahuan kepada anak-anak *broken home* lain mengenai aspek-aspek yang ada pada resiliensi sehingga ketika dihadapkan dengan permasalahan yang membuat mereka terpuruk mereka memiliki resiliensi yang baik sehingga dapat menyelesaikan permasalahannya.
3. Diadakannya penelitian lanjutan mengenai hubungan resiliensi dengan *casual analysis* pada remaja *broken home*.

Daftar Pustaka

- Allcianov. (2008). *Studi Mengenai Resiliensi Pada Para Pendaki Gunung*. Skripsi. Bandung. Universitas Padjajaran
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Cetakan Kelimabelas. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Banaag, C. G. (2002). *Reiliency Street Children, and Substance Abuse Prevention*. Prevention Preventif, Nov. 2002, Vol 3
- E. B, Hurlock. (1994). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta. Erlangga.
- Hari, R.A. (2010). *Studi Deskriptif Mengenai Resilience Pada 'Datuk' Sebagai Tokoh Masyarakat Pasca Gempa Bumi di Kota Bengkulu*. Skripsi. Universitas Islam Bandung
- J. W, Santrock. (2005). *Life-span Development*. USA. McGraw-Hill Humanities Social.
- Karina, C. (2014). *Resiliensi Remaja yang Memiliki Orang Tua Bercerai*. Jurnal Online Psikologi. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jop/article/view/1848>
- Lerner, R.M., Steinberg, L. (2004). *Handbook of Adolescent Psychology (2nd Edition)*. New Jersey. John Wiley & Sons, Inc.
- Prayitno, E. (2006). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang. Angkasa Raya
- Ningrum, P. R. (2013). *Perceraian Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja*. eJournal Psikologi, Volume 1, Nomor 1, 2013: 69-79
- Quensel, S., Paul M., Aoife B, Auke, W. M. Bloom, R.Jonhson, B. Kolte R.Pos. (2002). *Broken Home or Drug Using Peers: "Significant Relation? Journal of Drug Issues*. England. University of Bremen.
- Reivich. K., Shatte. A. (2002). *The Resilience Factor '7 Essential Skills for Overcoming life's Inevitable Obstacles, first edition*. New York. Broadway Books
- Yusuf, S. (2000). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung. PT Remaja Rosda Karya