

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perceraian sering dipandang sebagai fenomena yang menakutkan dalam kehidupan berkeluarga, tetapi pada kenyataannya, perceraian telah menjadi bagian dari kehidupan setiap individu dalam bermasyarakat. Berdasarkan data Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil) Kementerian Dalam Negeri (Kemendagri), terdapat 3,97 juta penduduk yang berstatus perkawinan cerai hidup hingga akhir Juni 2021. Jumlah itu setara dengan 1,46% dari total populasi Indonesia yang mencapai 272,29 juta jiwa. Jawa Timur merupakan provinsi dengan penduduk berstatus cerai hidup terbanyak secara nasional. Jumlahnya mencapai 829,14 ribu jiwa atau 2,02% dari total penduduk Jawa Timur yang mencapai 40,99 juta jiwa.

Tingginya angka perceraian menunjukkan bahwa kasus perceraian tersebar luas di masyarakat. Perubahan nilai yang terjadi di masyarakat Indonesia meningkatkan angka perceraian. Perubahan tersebut antara lain pembebasan perempuan di berbagai bidang, awal mula menurunnya nilai-nilai agama di masyarakat, dan hilangnya stigma sosial terhadap orang yang bercerai (Julianto, 2012). Hal-hal tersebut memang meningkatkan prevalensi perceraian di Indonesia.

Permasalahan didalam rumah tangga sering kali terjadi, dan memang sudah menjadi bagian dalam lika-liku kehidupan didalam rumah tangga, dan dari sini dapat diketahui kasus “perceraian” yang kerap kali menjadi masalah dalam rumah tangga. Pada dasarnya faktor yang menyebabkan terjadinya perceraian sangat unik dan kompleks dan masing-masing keluarga berbeda satu dengan lainnya (Armansyah Matondang, 2014). Adapun faktor-faktor yang mengakibatkan perceraian dalam rumah tangga dapat penulis kemukakan adalah faktor ekonomi, usia, faktor latar belakang kehidupan yang sangat jauh berbeda antara suami dan istri dalam rumah tangga bisa menimbulkan hal-hal yang

negatif, tidak adanya kesesuaian pendapat antara suami istri, kurangnya pendidikan agama.

Peristiwa perceraian dalam keluarga selalu memiliki dampak yang mendalam. Perpisahan dan perceraian, untuk alasan apa pun, adalah masalah emosional yang intens yang dapat menempatkan remaja kedalam permasalahan tersebut. Kasus perceraian ini menciptakan sebuah tekanan, perubahan fisik dan psikologis yang dapat dialami oleh semua keluarga, termasuk ayah, ibu, dan anak. Para ibu akan mengalami kesulitan yang lebih spesifik dalam menghadapi anak-anaknya, seperti perlakuan yang lebih ketat terhadap anak-anaknya dan pemberian perlakuan dengan intimidasi dan paksaan. Bagi para ayah, sulit untuk memikirkan atau memikirkan sendiri bagaimana menghadapi situasi perceraian (Dagun, 1990 dalam Lita, A. K. Dewi, 2013).

Perceraian dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan mental pada remaja berkali lipat. Remaja dalam keluarga yang bercerai diketahui mengalami kesedihan, kenangan buruk, dan stres perceraian yang berkelanjutan. (Emery & Coiro, 1989; Emery & Forehand, 1994 dalam Buchanan, Maccoby & Dornbusch, 1996). Remaja dalam keluarga yang bercerai juga memiliki tingkat gangguan eksternal yang tinggi, seperti perilaku agresif dan penyimpangan perilaku, serta mengalami gangguan internal berupa tekanan mental dalam bentuk emotional distress (O'Neill, 2002). Selain itu, remaja dalam keluarga yang bercerai menjadi tidak stabil secara sosial, terutama ketika berhadapan dengan teman sebaya. Efek ini mempengaruhi interaksi sosial dengan orang lain dan dapat berlangsung hingga dewasa (Dagun, 1990).

Perceraian dalam keluarga merupakan masa transisi dan membutuhkan penyesuaian besar, terutama bagi kaum muda. Hal ini disertai dengan perubahan struktur keluarga, peran, hubungan dan masalah keuangan, dan memiliki dampak yang signifikan pada fungsi keluarga (Thompson & Rudolph, 2000 dalam Greef, 2004). Menurut penulisan Hetherington (2002), pada tahun pertama setelah perceraian, orang tua kurang dapat diakses oleh anak-anak mereka, kualitas pengasuhan yang lebih buruk, dan jauh lebih sulit untuk hanya satu orang untuk

menetapkan dan menjalankan peran keluarga. Selain sibuk dengan kebutuhan sendiri dan beradaptasi dengan perceraian yang sedang dialami.

Wallerstein dan Kelly (1996) dalam studinya, mereka menemukan bahwa remaja perempuan lebih mungkin untuk dapat beradaptasi dengan perceraian orang tua mereka daripada remaja laki-laki. Selain itu, dibutuhkan setidaknya 1-2 tahun bagi anak perempuan untuk beradaptasi dengan konsekuensi perceraian, sedangkan anak laki-laki membutuhkan waktu 3-5 tahun untuk menerima perceraian orang tuanya (Caskey, 2007). Amato (1993, dalam Buchanan, Maccoby & Dornbusch, 1996) menyatakan bahwa perceraian dapat menciptakan kondisi kehilangan figur orang tua. Ketika orang tua meninggalkan rumah untuk bercerai, seorang remaja mencerminkan bahwa orang tuanya tidak selalu ada untuknya. Selain itu, terjadinya perceraian menyebabkan berkurangnya kontak dan ikatan emosional, dan remaja takut kehilangan salah satu atau kedua orang tuanya.

Menurut sebuah studi oleh Wallerstein dan Kelly (1980), periode awal pasca-perceraian adalah saat puncak tuntutan praktis dan emosional, yang disebut "diminishing parenting". Setelah dua tahun bercerai, situasi biasanya mulai pulih. Remaja yang tidak mampu beradaptasi dengan perubahan yang menyertai perceraian lebih mungkin mengalami tekanan emosional dan masalah perilaku (Buchanan, Maccoby & Dornbusch, 1996).

Santrock (2018) mendefinisikan masa remaja ialah sebuah masa transisi perkembangan yang dimulai dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa. Dimulai dari memasuki usia sekitar 10 tahun hingga 12 tahun serta berakhir pada usia 18 tahun hingga 21 tahun. Dimana remaja pada usia ini belajar membentuk nilai dan keyakinannya serta mulai mengenali identitas dirinya (Monks, et al., 2002). Ciri-ciri remaja yang mencari jati diri adalah rentan terhadap masalah. Masalah remaja dapat dibagi menjadi dua jenis: eksternalisasi dan internalisasi (Santrock, 2018). Jika individu mengarahkan masalah yang dialami anak muda ke dunia luar, biasanya dalam bentuk agresi atau kenakalan remaja, masalah tersebut dieksternalisasi. Internalisasi masalah terjadi ketika remaja mengalihkan masalah seperti depresi, kesepian, dan kecemasan pada diri mereka sendiri.

Remaja yang sebagai generasi muda harus didukung secara optimal agar berhasil bertahan dalam masa transisi dalam menanggapi tugas-tugas perkembangan yang semakin sulit. Ketika dididik dengan benar, seorang remaja menjadi pribadi yang bertanggung jawab dan tumbuh secara normal, tetapi sebaliknya ia menjadi pribadi yang tidak memiliki masa depan yang baik (Dariyo, 2004). Saat itu kebutuhan akan peran orang tua terhadap remaja lebih besar dari sebelumnya. Lingkungan keluarga yang tidak memberikan kesempatan yang optimal, kurangnya komunikasi, dan banyak gangguan memberikan dampak yang sangat negatif bagi perkembangan remaja (Gunarsa, 2009).

Masa remaja membutuhkan hubungan interpersonal dengan orang tua. Individu akan mengalami reaksi emosional dan perilaku kehilangan orang tua. Stres dan konflik akibat hidup dengan orang tua yang bercerai dapat menyebabkan remaja kehilangan komunikasi dan berpotensi merasa kesepian. Stravynski dan Boyer (2001) juga menyatakan bahwa remaja yang kehilangan dukungan sosial dan emosional dari keluarganya memiliki peningkatan risiko merasa kesepian yang tinggi (Page, et al., 2006).

Konseptualisasi kesepian cenderung membedakan antara kesepian “subyektif” dan “objektif. Kesepian subjektif berhubungan dengan perasaan sendiri dan terisolasi secara sosial (Lazar Rudolf 2021), sedangkan kesepian objektif melibatkan keterasingan fisik seperti hidup sendiri atau tidak memiliki teman (Stravynski & Boyer, 2001). Pengalaman subjektif dan objektif kesepian agak analog dengan tipologi emosional dan sosial kesepian, yang pertama terkait dengan kurangnya keintiman dan keterikatan dan yang terakhir terkait dengan kurangnya hubungan sosial dengan orang lain (Lazar Rudolf, 2017). Kesepian juga telah didefinisikan sebagai sebuah pengalaman tidak menyenangkan yang terjadi ketika jaringan hubungan sosial seseorang secara signifikan kurang baik dalam hal kualitas atau kuantitas (Lazar Rudolf, 2017).

Kesepian dengan demikian digambarkan sebagai: Perbedaan yang dirasakan antara kebutuhan atau keinginan seseorang untuk kontak sosial dan kontak sosial yang sebenarnya; pengalaman subjektif daripada pengalaman objektif; dan sebuah hal yang menyedihkan. Perasaan kesepian dapat bervariasi.

sebagaimana dibuktikan oleh penulisan yang menangkap pengalaman seseorang melalui penilaian di lingkungan sesaat (Lazar Rudolf, 2017). Selain itu, kesepian mungkin kurang lebih akan menyusahkan pada berbagai titik waktu perkembangan karena perbedaan konteks dan keinginan untuk hubungan sosial. Oleh karena itu, tekanan karena kesepian dapat berkontribusi pada berbagai masalah kesehatan mental sepanjang masa hidup termasuk depresi, keputusan, ide bunuh diri, dan/atau perilaku bunuh diri (Chang et al., 2017; Kleiman et al., 2017; Lasgaard, Goossens, & Elkit, 2011; Stravynski & Boyer, 2001).

Kesepian ini terjadi terutama ketika seseorang dalam perkembangan remaja (Le Roux, 2009). Sebuah studi yang dilakukan oleh Taylor (2003) menemukan bahwa hingga 79% remaja di bawah usia 18 tahun mengalami kesepian. Jika seorang remaja tidak dapat mengatasi kesepian, dikhawatirkan akan menjadi hambatan untuk mengeksplorasi dan mengembangkan berbagai kemungkinan dalam dirinya terkait dengan tugas-tugas perkembangan yang membentuk identitas diri (Santrock 2018).

Remaja yang orang tuanya bercerai merasa kesepian cenderung memiliki hubungan yang buruk dengan orangtuanya. Pengalaman penolakan dan kehilangan sosok orangtua dapat memiliki efek kesepian jangka panjang (Yuliawati, Setiawan, dan Mulya, 2007). Orang yang merasa kesepian memiliki kepercayaan diri yang rendah, cenderung terlalu menyalahkan ketidakmampuannya, dan cenderung kurang memiliki keterampilan sosial. Selain itu, tidak dapat diintegrasikan dengan baik kedalam lingkup teman sebaya (Santrock, 2018). Remaja yang kesepian merasa terisolasi dan tidak ada yang memberikan keintiman (Santrock, 2018).

Perkembangan remaja tidak terbatas pada hubungan dengan orang tua melainkan terdapat faktor hubungan sosial dengan teman sebaya seperti dijelaskan pada teori Erikson, remaja pada fase ini mengalami fase yang disebut *identity vs role confusion*, dimana masa-masa ini merupakan masa kritis bagi remaja untuk mendapatkan support yang cukup dari lingkungan sosial untuk memiliki perkembangan yang baik (Maree, 2021). Jika remaja tidak mendapatkan dukungan sosial yang cukup, maka mereka dapat memiliki perasaan kesepian dan

bingung akan jati diri mereka sendiri (Maree, 2021). Dengan adanya dukungan sosial dari teman sebaya, hal ini dapat membantu remaja dalam menghadapi kesepian yang dialami dengan menghasilkan *outcome* yang positif bagi kehidupan sehari-hari seperti peningkatan motivasi dan perasaan *belonging* pada teman-temannya yang dapat menurunkan perasaan kesepian (Upreti, 2017).

Penelitian dari Alina (2006) menyatakan bahwa kesepian akibat berpisah dengan orang-orang yang disayangi dapat membangun suatu reaksi emosional seperti merasakan sedih, kecewa bahkan merasa geram yang membuat marah pada orang lain maupun diri sendiri. Selain itu, kesepian dapat menimbulkan emosi yang persisten dan membawa malapetaka, bahkan kesepian dapat menumbuhkan keinginan seseorang tersebut untuk bunuh diri.

Bunuh diri adalah penyebab kematian nomor 3 pada generasi muda. Angka bunuh diri pada pemuda telah menjadi tiga kali lebih besar dalam 30 tahun terakhir. Menurut WHO (2016), angka bunuh diri berdasarkan standar usia secara global adalah 10,5 dari 100.000 orang populasi. Setiap negara mempunyai variasi angka kejadian bunuh diri yaitu dari 5 orang hingga lebih dari 30 orang per 100.000 orang populasi. Setiap tahunnya 800.000 orang meninggal akibat bunuh diri atau setiap 40 detik satu orang meninggal akibat bunuh diri. Bunuh diri juga menjadi penyebab kematian kedua pada rentang usia 15-29 tahun. Di Indonesia bunuh diri menempati urutan ke 8 diantara negara ASEAN sebagai negara dengan tingkat bunuh diri yang tinggi (WHO, 2016). Pada tahun 2012 berdasarkan data Markas Besar Kepolisian Negara Republik Indonesia (Mabes Polri) yaitu angka bunuh diri terjadi sekitar 0,5% dari 100.000 populasi, atau sekitar 1.170 terjadi kasus bunuh diri pertahun (Kemenkes, 2015).

Sebanyak 36% orang Indonesia terlibat dalam perilaku melukai diri sendiri. Dimana 45% di antaranya mengakui telah melukai diri sendiri atau melakukan tindakan percobaan bunuh diri. Sejumlah 15% telah mengalami beberapa bentuk masalah kesehatan mental dalam hidupnya. Dilihat dari angka kejadian bunuh diri di Indonesia berdasarkan wilayah provinsi yaitu provinsi dengan kasus bunuh diri terbanyak adalah provinsi Jawa Tengah yang memiliki kasus bunuh diri sebesar 331 kasus, kemudian provinsi kasus bunuh diri terbanyak

kedua adalah Jawa Timur sebesar 119 kasus, dan pada urutan ketiga adalah provinsi Bali sebesar 100 kasus bunuh diri (Putriny Asih & Lesmana, 2019).

World Health Organization (2018) menyebutkan bahwa 75% laki-laki lebih memilih meninggal dengan bunuh diri dibandingkan perempuan, dan terjadi di semua rentang usia baik remaja maupun dewasa. Remaja dengan usia 18-24 tahun cenderung memiliki pemikiran atau ide bunuh diri dengan tingkat yang lebih tinggi daripada orang yang berusia 55 tahun ke atas, yaitu 33% berbanding 20%. Salah satu faktor risiko munculnya pemikiran atau ide bunuh diri adalah memiliki masalah pada kesehatan mentalnya.

Menurut Global School-Based Student Health Survey (GSHS, 2015) yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia berupa survei kesehatan pada pelajar SLTP dan SLTA dengan rentang usia 12 sampai 18 tahun. Pada GSHS tahun 2015 sampel survei berasal dari 75 sekolah di 68 kabupaten/kota di 26 provinsi. Hasil GSHS 2015 didapatkan data keinginan untuk bunuh diri pada masa SLTP dan SLTA sebesar 4,3% pada laki-laki dan 5,9% pada perempuan.

Beck (1978) menjelaskan bahwa tindakan bunuh diri menunjukkan keputusan seseorang menghadapi kehidupan. Bunuh diri sendiri di dalamnya terdapat tahapan ide bunuh diri. Ide untuk bunuh diri merupakan proses kontemplasi dari konsep bunuh diri atau sebuah proses yang dilalui tanpa melakukan sebuah tindakan bunuh diri, dimana seseorang tidak akan mengungkapkan pikirannya untuk bunuh diri apabila tidak dalam kondisi paksaan (Captain, 2008).

Sembilan puluh persen lebih orang-orang yang melakukan bunuh diri menderita gangguan psikologis (Durand & Barlow, 2003). Adapun gangguan psikologis tersebut yang seringkali menyertai tindakan bunuh diri antara lain depresi, penyalahgunaan alkohol, gangguan skizofrenia, gangguan bipolar, merasa tidak berdaya, gangguan perilaku, dan psikosis (Suryani & Lesmana, 2008).

Penulisan dari Laasgard, Goossens dan Elklit (2010) menjelaskan bahwa kesepian berkaitan dengan kurangnya keterampilan interpersonal individu yang berhubungan dengan depresi. Variabel kesepian dan depresi pada remaja tersebut

memiliki hubungan resiprokal yang saling berpengaruh serta dapat berdampak negatif pada resiko munculnya ide bunuh diri pada remaja.

Depresi sendiri memiliki aspek-aspek yang dapat dilihat dari seseorang pada perilaku secara emosional, kognitif, motivasi, dan fungsi vegetatif. Aspek emosional mengacu pada perubahan perasaan atau perilaku yang tampak pada suasana hati dengan kondisi sedih, munculnya perasaan negatif terhadap diri sendiri, kurangnya rasa puas, hilangnya kelekatan dengan orang lain, terdapat kecenderungan untuk menangis di luar kemauan, dan hilangnya respon kegembiraan (Sabatini, 2013). Sedangkan aspek kognitif dapat berupa rendahnya evaluasi diri, selalu menyalahkan diri sendiri, terbayang-bayang hal negatif di masa depan, citra tubuh yang terdistorsi, dan ragu-ragu dalam mengambil keputusan. Aspek motivasi berkaitan dengan kaku dalam berkeinginan, mengasingkan diri atau menghindari orang lain dan segala aktivitas, keinginan untuk bunuh diri, dan peningkatan ketergantungan terhadap orang lain. Adapun kehilangan nafsu makan, kehilangan gairah seks, mengalami gangguan tidur, dan merasakan lelah yang sangat merupakan bentuk dari adanya gangguan fungsi vegetatif atau gangguan fisik.

Sebagaimana diketahui bahwa kesepian merupakan kondisi subjektif yang menimbulkan ketidaknyamanan dan tekanan serta kontraproduktif dalam segala aspek kehidupan masyarakat. Jika remaja dengan orang tua bercerai tidak dapat mengatasi kesepian, dikhawatirkan hal tersebut akan menjadi hambatan bagi mereka untuk menemukan dan mengembangkan berbagai kemungkinan dalam diri mereka (Santrock, 2018). Remaja dengan orang tua bercerai yang kesepian dan memiliki gangguan mental seperti depresi, ketidakberdayaan, atau gangguan lainnya lebih mungkin untuk memiliki ide bunuh diri dan bahkan dapat meningkatkan risiko bunuh diri.

Hasil penulisan Yuliawati, Setiawan & Mulya (2007) menjelaskan bahwa sebesar 37,5% remaja output perceraian orangtua ternyata mengalami perkara emosi, contohnya remaja merasa memiliki keinginan untuk melakukan bunuh diri. Hasil penulisan Stravynski & Boyer (2001) menemukan sebesar 24,7 % individu yg kesepian memiliki pemikiran untuk bunuh diri, tetapi penulisan tadi dilakukan

dalam orang normal, sebagai akibatnya penulisan ini diperlukan bisa mengungkap interaksi antara kesepian menggunakan keluarnya ide bunuh diri dalam remaja menggunakan orangtua yg bercerai.

Menurut Beck (1985) sumber depresi adalah kognisi negatif. Orang yang depresi tampak mempunyai pandangan yang negatif mengenai dirinya sendiri, mengenai dunianya dan mengenai masa depannya. Orang yang depresi menarik kesimpulan yang salah dan akibat dari menilai negatif dirinya, dunianya dan masa depannya, sehingga suasana hatinya depresif, kemampuannya lumpuh, menolak harapan-harapan, mempunyai harapan bunuh diri dan terjadi kenaikan ketegangannya.

Beck (Wandasari, 2017) mengemukakan bahwa mencela diri sendiri (*self-deprecating*) dan cara berfikir yang menyimpang (berfikir negatif) merupakan inti dari ciri depresi orang dewasa. Beck dkk. (Wandasari, 2017) selanjutnya menjelaskan sebenarnya ada tujuh kesalahan kognitif (*cognitive error*) yang terdapat pada orang yang depresi, yaitu:

- a) *Overgeneralization* yaitu percaya bahwa jika hasil negatif terjadi dalam suatu kejadian maka hasil negatif tersebut juga akan terjadi pada kejadian yang sama bahkan untuk kejadian yang belum terjadi,
- b) *Selective abstraction* yaitu mengarahkan pemikiran hanya pada hal-hal yang negatif,
- c) *Assuming excessive responsibility* atau personal causalitas yaitu menyalahkan diri sendiri sebagai penyebab semua kegagalan atau suatu kejadian negatif,
- d) *Temporal causality* atau *predicting without sufficient evidence* yaitu percaya bahwa jika sesuatu kejadian buruk terjadi masa lalu, pasti hal tersebut juga akan terjadi lagi,
- e) *Making self-reference* yaitu percaya diri sendiri khususnya performance yang buruk menjadi pusat dari pusat perhatian dari semua orang,
- f) *Catastrophizing* yaitu selalu berfikir tentang hal-hal buruk yang akan terjadi,

- g) *Thinking dichotomously* yaitu melihat sesuatu sebagai kesesuaian yang ekstrim (hitam atau putih) (Wandasari, 2017).

1.2 Identifikasi Masalah

Seperti yang telah dijelaskan pada latar belakang diatas, masa remaja adalah masa dimana konflik orang tua cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya usia remaja tersebut (Steinberg, 2016). Ini adalah sebuah masa krisis dan kerentanan, terutama selama pembentukan identitas diri. Agar berhasil bertahan dalam masa transisi, kita perlu mendukung remaja tersebut secara optimal. Saat itu kebutuhan akan peran orang tua terhadap remaja lebih besar dari sebelumnya. Lingkungan keluarga yang tidak memberikan kesempatan yang optimal, kurangnya komunikasi, dan banyak gangguan memberikan dampak yang sangat negatif bagi perkembangan remaja (Gunarsa, 2009).

Individu dalam masa perkembangan remaja dalam keluarga yang bercerai lebih menunjukkan masalah penyesuaian diri dibandingkan dengan individu lain dalam keluarga yang tidak bercerai. Pada tahun pertama setelah perceraian, kualitas parenting dari orangtua terhadap remaja sering kali buruk. Orangtua sangat terlihat lebih sibuk dengan kebutuhan mereka dan penyesuaian baru mereka. Mereka merasa marah, bingung, ketidakstabilan emosi sehingga menghambat keterampilan mereka untuk aktif terhadap kebutuhannya sebagai remaja. Selanjutnya, orang tua kurang memiliki kelekatan (attachment) terhadap anak walau orangtua tersebut memiliki waktu yang cukup. Individu pada masa remaja tersebut berkembang secara tidak stabil dalam hal pergaulan dengan teman sebayanya. Dampak ini akan terus berlangsung hingga mereka dewasa serta akan mengganggu interaksi sosialnya sampai dalam perkembangan selanjutnya (Dagun, 1990).

Remaja yang memiliki orangtuanya yang bercerai akan merasa menderita karena mereka ikut merasakan sakit hati karena beban emosional akibat perpisahan orangtuanya yang merasuk ke dalam hati mereka, perasaan maupun pikirannya. Remaja membutuhkan keakraban interpersonal dengan orangtuanya (Tobin-Richards, 2001). Mereka akan mengalami reaksi emosi dan perilaku

karena kehilangan sosok salah satu orangtua. Stress dan konflik yang timbul dalam penyesuaian kehidupan dengan orangtua yang bercerai membuat remaja kehilangan tempat komunikasi mencurahkan isi hati serta dapat berpotensi membuat remaja mengalami perasaan kesepian (Le Roux, 2009).

Remaja yang berasal dari keluarga bercerai secara psikologis memungkinkan mengalami masalah emosi seperti kesepian, namun belum tentu sepenuhnya merasa kesepian atau bahkan muncul ide bunuh diri. Ada pula remaja dengan orangtua bercerai yang justru mengalami perubahan positif setelah terjadinya perpisahan pada orangtua mereka, yaitu remaja tersebut menjadi lebih tegar, mandiri, lebih religius, lebih taat kepada tuhan, serta lebih patuh pada salah satu orangtua yang tinggal bersama mereka, atau bahkan sebaliknya (Yuliawati, Setiawan, & Mulya, 2007).

Remaja yang kehilangan *social support* dan *emotional* dari keluarga memiliki resiko tinggi mengalami kesepian (Stravynski dan Boyer 2001). Sedangkan remaja korban perceraian orangtua yang tidak memiliki keintiman atau kedekatan serta keakraban secara interpersonal dengan orangtuanya akan memiliki kecenderungan kesepian jenis emosional (Weiss, 1973).

Dalam pendekatan kognitif, kesepian yang dikemukakan oleh Gierveld, Tilburg dan Dykstra (2006) menjelaskan bahwasanya kesepian akan muncul karena ada kesenjangan yang terjadi antara apa yang diinginkan dan yang diperoleh dari suatu hubungan tertentu. Tingkat kesepian yang dirasakan individu dipengaruhi oleh hubungan sosial (hubungan dengan teman sebaya, family ataupun tetangga), standard hubungan (tujuan yang ingin dicapai dalam suatu hubungan), serta karakteristik pribadi (misalnya keterampilan sosial, self-esteem, kecemasan).

Jika remaja tidak mampu mengatasi kesepian, dikhawatirkan hal ini akan menjadi hambatan untuk menemukan dan mengembangkan potensi diri yang terkait dengan tugas perkembangan pembentukan identitas diri (Santrock 2018). Remaja yang kesepian mungkin tidak terintegrasi dengan baik ke dalam sistem teman sebaya mereka dan mungkin tidak memiliki teman dekat (Santrock, 2018). Kesepian juga dapat menyebabkan emosi yang persisten dan membawa

malapetaka, dan bahkan kesepian dapat mendorong ide bunuh diri (Alina, 2006). Kesepian sering dikaitkan dengan aspek psikopatologis lainnya seperti depresi dan ketidakberdayaan (Page et al., 2006). Selain itu, remaja yang kesepian lebih cenderung memiliki ide bunuh diri jika disertai dengan perasaan depresi (Laasgard, Goossens, & Elklit, 2010).

Gould, Stravynski, Boyer, dan Thompson (2003) menyatakan bahwa kesepian merupakan variabel kognitif yang berhubungan dengan peningkatan risiko bunuh diri (Page et al., 2006). Sebuah studi oleh King dan Merchant (2008) menjelaskan bahwa kesepian merupakan variabel interpersonal sebagai faktor risiko bunuh diri remaja. Joiner (2010) juga menyatakan bahwa seseorang yang melakukan bunuh diri harus memiliki setidaknya tiga komponen. Yaitu, 1) kemampuan untuk menyakiti diri sendiri atau *self-injury*, 2) perasaan bahwa dirinya membebani orang lain atau lingkungan sekitar, dan 3) *thwarted belongingness*, yaitu sebuah perasaan kesepian bahwa individu kurang mampu berbaur dan tidak dapat terikat dengan nilai kelompok atau hubungan yang lain (Laasgard, Goossens & Elklit, 2010).

Kesepian adalah variabel yang terkait erat dengan gejala bunuh diri. Hubungan antara keduanya muncul ketika seseorang merasa hidupnya sangat kesepian, tidak didukung, tidak berarti, dan sangat kosong (Gunarsa, 2009). Berdasarkan pendekatan kognitif terhadap kesepian yang dikemukakan oleh Gierveld, Tilburg dan Dykstra (2006) menyatakan bahwa kesepian muncul karena kesenjangan antara apa yang diinginkan dan apa yang dicapai dari suatu hubungan tertentu meningkat. Tingkat kesepian yang dirasakan seseorang adalah jaringan sosial (misalnya, kualitas hubungan dengan teman, keluarga, atau tetangga), kriteria hubungan (tujuan yang dicapai oleh hubungan), dan karakteristik pribadi (misalnya, kemampuan sosial, harga diri, mempengaruhi, harga diri, ketakutan). Kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko bunuh diri. Kasus bunuh diri kini menjadi kecenderungan umum yang kita temui. Remaja berusia 15 hingga 19 tahun berisiko bunuh diri (Spirito dan Overholser, 2003, Suk, 2009).

Depresi oleh Kaplan dkk. (1991) dijelaskan sebagai suatu keadaan pada individu yang ditandai dengan hilangnya energi dan minat, perasaan bersalah,

kesulitan berkonsentrasi, hilangnya nafsu makan, muncul pikiran tentang kematian atau bunuh diri. Tanda dan gejala lainnya berupa terjadinya perubahan tingkat aktivitas kemampuan kognitif, pembicaraan, dan fungsi vegetatif seperti tidur, nafsu makan, aktivitas seksual, dan irama biologis lainnya, dimana perubahan-perubahan ini hampir selalu menyebabkan gangguan fungsi interpersonal, sosial dan pekerjaannya (Wandasari Sulistyorini, 2017).

Penulis sangat tertarik untuk melakukan penulisan berdasarkan penulisan sebelumnya yang menyatakan bahwa kesepian merupakan salah satu prediktor kognitif terkait ide bunuh diri (Gould, 2006). Pada variabel kognitif ini sangat menarik bagi banyak penulis tentang ide bunuh diri karena dapat mengubah kognisi individu. Kognisi adalah pusat suasana hati dan emosi (*mood*), dan kesepian adalah sebuah reaksi emosional yang dapat menyebabkan ide bunuh diri (Page, et al., 2006).

Kesepian sering dikaitkan dengan risiko ide bunuh diri, tetapi jarang menjadi fokus penulisan bunuh diri. Menurut penulisan yang dilakukan oleh Page, Yanagishita, Suwanteerangkul, Zarco, Mei-lee, dan Miao (2006), menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku bunuh diri dan kesepian, serta keputusan dan depresi, yang merupakan variabel kognitif yang meningkatkan risiko perilaku bunuh diri pada remaja. Hasil penulisan Sravynski dan Boyer (2001) juga menyatakan bahwa ada hubungan positif antara kesepian dan ide bunuh diri.

Jika perasaan kesepian yang dialami pada masa remaja disertai dengan depresi, ketidakberdayaan, atau kondisi psikopatologis lainnya, kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko berkembangnya ide bunuh diri. Masalah muncul di sini. Oleh karena itu, penulis ingin mengetahui lebih dalam tentang hubungan antara kesepian dan depresi terhadap ide bunuh diri pada remaja dengan orangtua bercerai.

1.3 Batasan Masalah

Batasan masalah digunakan untuk menghindari adanya sebuah penyimpangan dari topik atau memperluas topik. Hasilnya, penulisan menjadi lebih terfokus dan lebih mudah didiskusikan seiring tercapainya tujuan penulisan. Beberapa keterbatasan masalah dalam penulisan ini adalah:

- a. Kesepian adalah reaksi terhadap pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan atau kurangnya kualitas dari hubungan sosial dan emosional tertentu yang dialami seseorang. Apalagi kesepian ini dipandang sebagai kesenjangan antara apa yang diinginkan dan apa yang dicapai. (Gierveld dan Tillburg, 1999).
- b. Ide bunuh diri merupakan tahapan dalam proses perenungan terhadap ide bunuh diri, yaitu proses melewati tanpa tindakan atau tindakan apapun. Individu pada tahap ini tidak mengungkapkan ide bunuh diri kecuali jika mereka ditekan. Tetapi pada tahap ini penting untuk diingat bahwa seseorang ingin bunuh diri (Kapten, 2008).
- c. Depresi merupakan suatu gangguan pada *mood* yang disertai oleh perubahan baik dari segi kognitif maupun non kognitif. Individu pada tahap depresi mengalami bias negatif terhadap diri sendiri, rendahnya motivasi, kehilangan minat untuk beraktivitas, dan maladaptif dalam mengatur regulasi emosi (LeMoult & Gotlib, 2019).
- d. Menurut Caskey (2007) remaja dalam rentang usia 15 – 21 tahun memerlukan 3 – 5 tahun untuk beradaptasi pada perceraian orang tua. Mereka membutuhkan hubungan interpersonal dengan orang tua mereka dan mengalami reaksi emosional dan perilaku kehilangan orang tua mereka (Buchanan, Maccoby, dan Dornbusch, 1996).

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijabarkan, penulis kemudian menetapkan adanya beberapa pertanyaan penelitian yaitu: Apakah terdapat hubungan antara kesepian terhadap ide bunuh diri yang dimoderasi oleh Depresi pada remaja yang orangtuanya bercerai?

1.5 Tujuan Penulisan

Mengacu pada rumusan masalah yang telah ditetapkan, maka adapun tujuan penulisan ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan ide bunuh diri pada orangtua yang bercerai.

1.6 Manfaat Penulisan

1.6.1 Manfaat Teoritis

Untuk menambah referensi terhadap kajian Psikologi terkait penulisan kuantitatif hubungan kesepian terhadap ide bunuh diri pada remaja dengan orangtua yang bercerai, serta sebagai acuan dan referensi sebuah penulisan sejenis yang dilakukan dimasa yang akan datang.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Memberitahu kepada masyarakat luas khususnya kepada orang tua, remaja, para pendidik, dan sebagainya mengenai hubungan antara kesepian dengan ide bunuh diri pada remaja dengan orangtua yang bercerai.
2. Memberikan ilmu tambahan bagi para orang tua yang bercerai agar dapat mengatasi dan mencegah rasa kesepian dan ide bunuh diri pada remaja.
3. Mencegah remaja untuk memikirkan ide bunuh diri pasca perceraian orang tua.