

# Resiliensi dan Kesepian pada Remaja Berstatus Anak Tunggal yang Mengalami *Fatherless* Akibat Perceraian

Carmelita Cristy<sup>1</sup>, Naomi Soetikno<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta Barat, Indonesia

e-mail: [naomis@fpsi.untar.ac.id](mailto:naomis@fpsi.untar.ac.id)

## Abstrak

Perceraian orang tua menjadi faktor penyebab remaja mengalami ketiadaan ayah. Ketidadaan ayah ini biasa dikenal dengan istilah *fatherless*. *Fatherless* dapat memberikan dampak bagi remaja akan cenderung merasa kesepian. Penelitian sebelumnya mengatakan, tidak semua individu akan mengalami kesepian jika mereka memiliki faktor pelindung, yakni resiliensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh resiliensi terhadap kesepian pada remaja berstatus anak tunggal yang mengalami *fatherless* akibat perceraian. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan non eksperimental. Partisipan merupakan remaja *fatherless* dengan rentang usia 16-18 tahun, menjalani keseharian sebagai anak tunggal tanpa adanya peran seorang ayah, hanya dengan seorang ibu yang bekerja secara penuh, dan belum ataupun tidak menikah kembali. Skala yang digunakan adalah *Resilience Connor-Davidson (CD-RISC)* dan *UCLA Loneliness Scale Version 3* yang sudah diadaptasi. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh resiliensi terhadap kesepian pada remaja berstatus Anak Tunggal yang mengalami *fatherless* akibat perceraian sebesar 0.176 dengan nilai  $p = 0.000 < 0.05$ .

**Kata kunci:** *Perceraian, Ketidadaan Ayah, Kesepian, Resiliensi, Remaja*

## Abstract

Parental divorce is a factor that causes adolescents to experience fatherlessness. This fatherlessness is commonly known as fatherlessness. Fatherlessness can have an impact on adolescents will tend to feel lonely. Previous research says, not all individuals will experience loneliness if they have a protective factor, namely resilience. This study aims to determine whether there is an effect of resilience on loneliness in adolescents with only child status who experience fatherless due to divorce. This research uses quantitative methods with non-experimental. Participants are fatherless adolescents with an age range of 16-18 years, living their daily lives as an only child without the role of a father, only with a mother who works full time, and has not or does not remarry. The scales used were the Connor-Davidson Resilience (CD-RISC) and the adapted UCLA Loneliness Scale Version 3. The results showed that there was an effect of resilience on loneliness in adolescents with only child status who experienced fatherlessness due to divorce of 0.176 with a p value = 0.000 < 0.05.

**Keywords :** Divorce, Fatherlessness, Loneliness, Resilience, Adolescence

## PENDAHULUAN

Perceraian merupakan sebuah jalan kehidupan yang harus dihadapi oleh pasangan suami istri jika terdapat masalah dalam rumah tangga mereka yang sudah tidak menemukan cara penyelesaian dengan baik, dan perceraian juga bukanlah tujuan akhir dalam berkeluarga, akan tetapi perceraian merupakan sebuah tekanan yang melanda suatu kelompok rumah tangga (Yunasril et al., 2021). Setelah rumah tangga dilanda perceraian, seringkali ditemukan seorang ayah yang tidak hadir. Alfasma et al (2022) menyampaikan faktor penyebab ketidadaan ayah, biasanya disebabkan karena kematian, anak yang lahir diluar pernikahan, serta

meningkatnya jumlah angka perceraian. Faktor-faktor tersebut merupakan beberapa penyebab dari ketidakutuhan anggota keluarga yang umum terjadi didunia, khususnya di Negara Indonesia. Khofifah Prawansah merupakan seorang pejabat Menteri sosial Indonesia pada tahun 2017, beliau menyampaikan bahwa Indonesia merupakan negara terbesar pada urutan ketiga di dunia sebagai negara *fatherless* (Djawa, 2019). Ketiadaan ayah dikenal dengan istilah *fatherless* (Alfasma et al., 2022). Munculnya *fatherless* berasal dari pandangan umum budaya tradisional yang mempengaruhi pola pikir masyarakat khususnya yang sudah berkeluarga dalam hal pengasuhan, mengatakan bahwa laki – laki atau ayah tidak pantas untuk mengurus anak dan tidak diperkenankan terlibat dalam proses asuh mengasuh anak, karena ayah berperan mencari nafkah sedangkan ibu yang berperan mengurus anak (Maryam Sobari, 2022). Hal tersebut merupakan bukti asal mula kondisi *fatherless* terjadi. Dari pengaruh pandangan budaya tradisional, secara umum membuat peran ayah menjadi kurang aktual dalam mengurus anak, dan membuat anak menjadi tidak merasakan sosok keberadaan ayah bukan hanya secara fisik, tetapi emosional dan psikologis juga tidak berperan, sehingga mempengaruhi perkembangan anak. Keadaan *fatherless* tidak hanya disebabkan karena ayah tidak hadir secara fisik, *fatherless* juga dapat disebabkan karena ayah tidak berperan dalam aspek emosional kehidupan anak. Pada negara yang kekurangan sosok seorang ayah ini, biasanya ayah hadir secara fisik, akan tetapi peran dalam pengasuhannya yang tidak ada (Saif, 2018 dalam Maryam Sobari, 2022). Kemudian pernyataan tersebut juga didukung oleh (Rahayu, 2020), dalam penelitiannya mengutip sebuah kasus *father hungry* yang mengatakan ketiadaan ayah di Indonesia bukan hanya secara fisik, melainkan secara emosi dan psikologis pada anak-anak di Indonesia. Ketiadaan peran ayah pada kehidupan anak memiliki dampak yang negatif pada perkembangan anak. Penelitian menurut Lerner (dalam Wibiharto et al., 2021), efek *fatherless* pada anak menyebabkan anak memiliki harga diri yang rendah, adanya sikap pemarah, merasa malu karena berbeda dengan anak lainnya. Selanjutnya, *fatherless* juga dapat menyebabkan anak merasakan kesepian, kecemburuan, berduka, rendahnya kontrol diri, kurangnya inisiatif, dan kurangnya keberanian mengambil resiko.

Berdasarkan pendapat menurut para peneliti, dapat disimpulkan dampak yang dialami anak akibat dari *fatherless* salah satunya menyebabkan anak merasakan kesepian. Penelitian yang dilakukan oleh Lerner (dalam Luthfiyanti, 2023) menyatakan bahwa dampak ketiadaan ayah pada remaja dapat membuat anak cenderung merasa kesepian, sehingga anak yang kehilangan peran ayah akan menghambat perkembangan sosial anak, membuat anak cenderung sulit untuk berbaur di lingkungan sekitar dan sulit membangun hubungan dengan orang lain (Alfasma et al., 2022). Sehingga anak menutup diri dan menarik diri dari lingkungan sosialnya, dan anak menjadi kesepian. Rasa kesepian dapat dialami oleh semua individu dalam berbagai kategori usia, namun penelitian sebelumnya menemukan bahwa sebagian besar kesepian dialami oleh remaja dengan rentang usia 12-22 tahun dan 20-50% remaja secara umum mengalami kesepian (Kapikiran, 2013; Rönkä et al., 2014, dalam Fikrie et al., 2021).

Kesepian juga sering dirasakan oleh Anak tunggal. Anak tunggal dalam tiap keluarga merupakan anak yang tidak memiliki adik ataupun kakak melainkan anak semata wayang bagi orang tuanya (Hadibroto et al., 2002 dalam Salsabila, 2023). Menurut Sandefur (1887, dalam Riyanda & Soesilo, 2018), anak yang tumbuh hanya dengan orang tua tunggal, rata-rata memiliki perilaku yang lebih buruk dibandingkan dengan anak yang tumbuh dengan kedua orang tuanya. Pendapat ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yapazil pada tahun 2016, menemukan hasil tidak adanya perbedaan kesejahteraan psikologis pada remaja *motherless* ataupun *fatherless*. Hasil studi di Cina oleh Wang, Hou, dan Xu (2012) dalam Damanik et al. (2018) menyatakan bahwa anak Tunggal yang hidup dengan kondisi orangtua bercerai lebih memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi. Hal tersebut merupakan penyebab karena anak Tunggal kerap mengalami kesepian dan sendirian karena tidak memiliki kakak atau adik untuk mendukung. Pernyataan ini didukung dengan pernyataan yang disampaikan oleh Kocatürk (2021), fenomena yang paling menonjol pada anak tunggal dalam pandangan masyarakat adalah perasaan kesepian, dikarenakan kondisi yang dialami mereka sebagai anak tunggal.

Menurut Anderson (dalam Sutanto & Suwartono, 2019) kesepian diartikan sebagai sebuah respon pikiran dan emosional yang disebabkan karena adanya perbedaan antara keinginan dengan kenyataan aktual hubungan sosial individu. Rasa kesepian memiliki dampak yang kurang baik pada kesehatan mental individu (Aditono et al., 2022). Permasalahan yang terjadi pada kesehatan mental akibat dari kesepian biasanya ditandai dengan gejala depresi, pikiran untuk bunuh diri, kecemasan sosial, ketergantungan mengkonsumsi alkohol, adanya perilaku agresif, dan ceroboh (Cacioppo et al., 2015 dalam Marchini et al., 2021).

Tidak semua individu yang merasa kesepian akan mengalami permasalahan afeksi (Jakobsen et al., 2020). Hal ini terjadi karena beberapa individu mampu menerima dan beradaptasi pada kenyataan kehidupan aktual mereka. Faktor pelindung yang dapat membantu individu untuk mengatasi tekanan salah satunya adalah resiliensi (Jakobsen et al., 2020). Kemampuan resiliensi merupakan hal yang penting untuk menjadi pedoman dalam mengatasi efek negatif dari permasalahan yang terjadi (Holmes et al., 2020).

Menurut Revich dan Shatte (2002, dalam Riyanda & Soesilo, 2018) resiliensi merupakan sebuah kemampuan individu dalam menghadapi dan beradaptasi kejadian berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Selanjutnya, resiliensi menurut Masten et al (1990, dalam Kumalasari et al., 2020) adalah proses dinamis dari koping positif sebagai respon terhadap peristiwa traumatis atau kondisi terberat pada kehidupan individu. Resiliensi ini dipengaruhi oleh reaksi dari hubungan faktor risiko dan faktor pelindung secara bersamaan. Faktor-faktor pelindung secara internal, terdiri dari kepercayaan diri, kemandirian, dan cara bicara positif yang mendukung individu untuk berfungsi secara tangguh ketika menghadapi kesulitan. Resiliensi sendiri bukan berarti melindungi individu dari kesulitan yang dialami, akan tetapi resiliensi merupakan faktor pelindung yang dapat membantu individu untuk merespon kesulitan dengan tangguh (Maten, 2015; Ungar & Hadfield, 2019 dalam Asanjarani et al., 2023).

Individu yang memiliki ciri-ciri resiliensi dalam kehidupannya, biasanya pembicaraan yang disampaikan sebagian besar memiliki kesan yang positif untuk meningkatkan konsep diri mereka dan mendorong kemandirian ketika menghadapi permasalahan, dengan kata lain individu tidak bergantung dengan orang lain (Asanjarani et al., 2023). Selanjutnya, karakteristik pada individu resiliensi ditandai dengan adanya kemampuan untuk mengatasi stress, bersikap realistis dan optimis dalam mengatasi kondisi sulit, dan mampu mengutarakan pikiran dan perasaan dengan nyaman (Revich & State, 2002, dalam Pratiwi & Yuliandri, 2022). Riyanda dan Soesilo (2018), mengutipkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Noor dan Alwi, bahwa individu yang resilien cenderung memiliki kesejahteraan yang tinggi serta sanggup beradaptasi ditengah keadaan yang sulit. Sedangkan individu yang kurang resilien, cenderung lebih banyak stressor dan kurangnya kesejahteraan.

Menurut Jakobsen et al (2020) sejauh ini masih jarang ditemukan penelitian yang menelusuri hubungan antara resiliensi dan kesepian. Berdasarkan penelitian mengenai kesepian yang dialami pada kondisi dan karakteristik subyek penelitian yang variatif, menunjukkan hasil bahwa resiliensi dapat melindungi dan bahkan memediasi hubungan antara kesepian dan hasil yang berkaitan dengan kondisi permasalahan kesehatan individu.

## METODE

Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif non-eksperimental. Penelitian ini memiliki dua variabel yaitu, variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah resiliensi, sedangkan variabel terikat adalah kesepian pada remaja berstatus anak tunggal yang mengalami *fatherless* akibat perceraian. Teknik pengambilan data pada penelitian kuantitatif saat ini menggunakan *nonprobability* atau Teknik *purposive sampling*. Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja berusia 16-18 tahun, berstatus sebagai anak tunggal dalam sebuah keluarga, mengalami kondisi ketiadaan ayah akibat perceraian orang tua 3-5 tahun terakhir, mengalami ketiadaan ayah dengan: ayah tidak berperan secara financial dan emosional, hanya tinggal bersama dengan ibu, Ibu bekerja

secara penuh untuk memenuhi kebutuhan anak dan ibu belum ataupun tidak menikah kembali, pada partisipan penelitian ini tidak ada batasan terhadap domisili, suku, ras, dan agama.

Alat ukur variabel resiliensi dalam penelitian ini menggunakan Skala *Resilience Connor-Davidson (CD-RISC)* terdiri dari 25 item, dengan masing-masing item dinilai dengan skala likert 5 point (0-4). Semakin tinggi skor akan menggambarkan resiliensi pada partisipan semakin tinggi. Begitupun sebaliknya, jika skor semakin rendah maka semakin rendah resiliensinya. Menurut Connor et al. (2003), dimensi pada resiliensi terdapat: (1) Kompetensi pribadi; (2) kepercayaan terhadap naluri seseorang; (3) penerimaan yang positif; (4) kontrol dan faktor; (5) pengaruh spiritual. Skala *CD-RISC* memiliki 25 butir pertanyaan dengan menggunakan model skala likert 5 point yang diadaptasi oleh Annisa dan Listiyandini (2017). Setelah melalui proses adaptasi, alat ukur ini dinyatakan valid dan reliabel untuk digunakan dalam penelitian dengan nilai koefisiensi *alpha Cronbach* sebesar 0.910. Peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas, tidak ada butir yang dibuang pada alat ukur ini sehingga butir tetap berjumlah 25 butir, sehingga memperoleh nilai koefisiensi *alpha Cronbach* sebesar 0.967.

Variabel dependen pada penelitian ini adalah kesepian. Kesepian remaja dalam penelitian ini menggunakan *UCLA Loneliness Scale Version 3*. Alat ukur tersebut dikembangkan oleh Daniel W *UCLA Loneliness Scale Version 3*, pengukuran unidimensi dengan jenis skala likert memiliki 20 item, yang dimana 11 item merupakan item *favorabel* (kesepian) dan 9 item merupakan item *unfavorabel* (non kesepian). Dengan masing-masing item dinilai dengan 4 poin. Setiap item berisi pertanyaan untuk mengukur seberapa sering partisipan mengalami kondisi tersebut, semakin tinggi point maka menggambarkan kesepian yang dialami partisipan semakin tinggi. Menurut Russel, kesepian dianggap sebuah pendekatan unidiimensional yang mengartikan bahwa kesepian sebagai fenomena Tunggal. Namun, intensitas kesepian pada tiap partisipan dapat berbeda-beda. Alat ukur ini menggunakan teori Weiss, yang membagi kesepian menjadi dua dimensi, yaitu isolasi emosional dan isolasi sosial. Alat ukur penelitian ini sangat reliabel, terbukti dari nilai koefisien *alpha cronbach* yang dipaparkan oleh Russell (1996) pada subyek penelitian yang bervariasi. Kemudian, alat ukur ini diadaptasikan ke dalam bahasa Indonesia oleh Garvin (2017, dalam Tanzil et al., 2022), setelah melalui proses adaptasi alat ukur ini memiliki nilai koefisien alpha sebesar 0,92 dan diterdapat 1 aitem yang gugur sehingga tersisa 19 item pernyataan. Peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas, tidak ada butir yang dibuang pada alat ukur ini sehingga butir tetap berjumlah 19 butir, sehingga memperoleh nilai koefisiensi *alpha Cronbach* sebesar 0.864.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Gambaran Partisipan

**Tabel 1. Gambaran Demografis Partisipan**

Demografis		Jumlah	%
<b>Jenis Kelamin</b>	Laki-laki	60	37.7%
	Perempuan	99	62.3%
<b>Usia</b>	16 tahun	38	23.9%
	17 tahun	83	52.2%
	18 tahun	38	23.9%
<b>Domisili</b>	Bangka Belitung	4	2.5%
	Banten	22	13.8%
	Jabodetabek	76	47.8%
	Jawa Barat	24	15.1%
	Jawa Tengah	25	15.7%
	Jawa Timur	7	4.4%
	Yogyakarta	1	0.6%
<b>Lama waktu perceraian orang tua</b>	3 tahun	64	40.3%
	4 tahun	58	36.5%

Demografis	Jumlah	%
Usia ibu	5 tahun	23.3%
	<30 tahun	11.9%
	30-40 tahun	48.4%
	41-50 tahun	31.4%
	51-60 tahun	8.2%
Pekerjaan ibu	Karyawan swasta	35.8%
	Pekerja paruh waktu	11.3%
	TNI/POLRI/ASN	5.0%
	Wirausaha	29.6%
	Wirausaha <i>online</i>	18.2%

Partisipan yang diperoleh dalam penelitian ini sebanyak 159 partisipan. Berdasarkan tabel diatas, diketahui jumlah subjek partisipan terdapat 99 partisipan remaja perempuan (62.3%) dan 60 partisipan remaja laki-laki (37.7%). Usia partisipan paling banyak menduduki usia 17 tahun (52.2%), sementara itu 16 tahun (23.9%), dan 18 tahun (23.9%). Pada penelitian ini di dominasi oleh partisipan yang mengalami perceraian selama 3 tahun (40.3%) atau setara dengan 64 orang.

### Uji Asumsi Uji Normalitas

**Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Pada *Unstandardized Residual***

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	Sig.	Keterangan
Resiliensi Kesepian	1.134	0.153	Terdistribusi Normal

Pada tabel 2 di atas diketahui bahwa nilai  $p$  pada uji *Kolmogorov-Smirnov* dari variabel *unstandardized residual* yang dihasilkan melalui regresi variabel bebas terhadap variabel terikat menghasilkan angka sebesar 0.153. Signifikansi yang diperoleh memiliki nilai yang lebih besar dari nilai  $p$  yaitu 0.05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

### Uji Linearitas

**Tabel 3. Hasil Uji Linearitas Masing-Masing Variabel Bebas Terhadap Variabel Terikat**

Variabel	Sig.	Keterangan
Resiliensi → Kesepian	0.463	Linear

Diketahui nilai signfikansi *deviation from linearity* untuk variabel resiliensi sebesar 0.463. Signifikansi yang dihasilkan dari variabel tersebut memiliki nilai yang lebih besar dari 0.05. Oleh karena itu, dapat dinyatakan variabel resiliensi memiliki hubungan yang linear dengan variabel kesepian.

### Uji Heteroskedastisitas

**Tabel 4. Hasil Uji Glejser Pada Model Regresi Variabel Independen Terhadap Nilai *Absolute Unstadardized Residual***

Variabel	Sig.	Keterangan
Resiliensi	0.664	Tidak Terdapat Heteroskedastisitas

Pada tabel 4 di atas diketahui nilai signifikansi pada variabel resiliensi adalah sebesar 0.664. Signifikansi tersebut memiliki nilai yang lebih besar dari 0.05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala heteroskedastisitas.

## Uji Korelasi

**Tabel 5. Hasil Uji Korelasi Antara Variabel Resiliensi Dengan Variabel Kesenian**

Variabel	r	Sig.
Resiliensi dengan Kesenian	-0.420	0.000

Pada table uji korelasi diketahui *p-value* dari variabel resiliensi adalah sebesar 0.000. Nilai ini lebih kecil dari tingkat signifikansi 0.05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa variabel tersebut memiliki korelasi atau hubungan yang signifikan dengan variabel kesepian. Koefisien korelasi pearson yang diperoleh dari variabel resiliensi adalah -0.420, sehingga dapat dibuat kesimpulan bahwa antara resiliensi terhadap kesepian memiliki hubungan arah negatif yang signifikan.

## Gambaran Variabel Resiliensi

Untuk mengetahui tinggi rendahnya variabel resiliensi pada remaja berstatus anak tunggal yang mengalami *fatherless* akibat perceraian, dilakukan uji analisis deskriptif sebagai berikut:

**Tabel 6. Kategorisasi Resiliensi dan Kesenian**

Variabel	Minimum	Maksimum	Mean Empirik	Mean Hipotetik	Standar Deviasi	Kategori
Resiliensi	51	125	94.38	88	18.25	Tinggi
Kesenian	25	76	53.60	50.5	9.56	Tinggi

Berdasarkan tabel 6 di atas, diperoleh nilai *mean* hipotetik sebesar 88 dan *mean* empirik sebesar 94.3. Berdasarkan data yang diperoleh, dapat disimpulkan *mean* empirik memiliki nilai yang lebih besar dibandingkan *mean* hipotetik, Artinya skor dari variabel resiliensi berada pada kategori tinggi. Sedangkan pada variabel kesepian, memiliki nilai *mean* empirik 53.60 dan *mean* hipotetik 50.5. Dikarenakan *mean* empirik memiliki nilai yang lebih besar dibandingkan *mean* hipotetik, Artinya skor dari variabel kesepian berada pada kategori tinggi.

## Uji Hipotesis

**Tabel 7. Hasil Uji Regresi Resiliensi Terhadap Kesenian**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.420	0.176	0.171	8.710

Catatan. \* $p < 0.05$ .

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2544.150	1	2544.150	33.538	0.000
	Residual	11909.888	157	75.859		
	Total	14454.038	158			

Berdasarkan data yang diperoleh, mendapatkan hasil bahawa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Dapat simpulkan bahwa terdapat pengaruh resiliensi terhadap kesepian secara signifikan. Diketahui besarnya nilai korelasi kedua variabel sebesar  $R = -0.420$ ,  $p < 0.05$  dengan nilai koefisien determinasi  $R Square = 0.176$  atau sebesar 17.6%. Berdasarkan data yang diperoleh dapat ditarik kesimpulan, terdapat pengaruh resiliensi terhadap kesepian sebesar

17.6%, sedangkan 82.4% lainnya dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian saat ini.

### Analisis Data Tambahan

#### Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Jumlah Teman Yang Memiliki Relasi Dekat

**Tabel 8. Hasil Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Jumlah Teman Yang Memiliki Relasi Dekat**

Data Demografis	F	M	Sig.	Keterangan
Jumlah teman yang memiliki relasi dekat dengan remaja				
1 orang		84.55		
2-5 orang	4.055	95.37	0.019	Terdapat perbedaan
>5 orang		97.57		

Berdasarkan hasil olah data ditemukan perbedaan resiliensi berdasarkan jumlah relasi teman dekat dengan  $F = 4.055$  dan  $p = 0.019 < 0.05$ , sehingga terdapat perbedaan resiliensi berdasarkan jumlah relasi teman dekat seorang remaja.

#### Uji Beda Kesenian Berdasarkan Intensitas Waktu Melakukan Kegiatan Sehari-hari Bersama Ibu di Rumah

**Tabel 9. Hasil Uji Beda Kesenian Berdasarkan Intensitas Waktu Melakukan Kegiatan Sehari-hari Bersama Ibu di Rumah**

Data Demografis	F	M	Sig.	Keterangan	
Intensitas waktu melakukan kegiatan sehari-hari bersama ibu di rumah		53.22		Terdapat perbedaan	
	Tidak Pernah				
	Jarang/Kadang-kadang	2.987	56.92		0.033
	Sering		52.04		
		52.00			

Berdasarkan hasil olah data ditemukan perbedaan kesepian berdasarkan kegiatan sehari-hari remaja dalam mengisi waktu luang, dengan  $F = 2.987$  dan  $p = 0.033 < 0.05$ , artinya adanya perbedaan kesepian berdasarkan intensitas waktu melakukan kegiatan sehari-hari bersama ibu di rumah pada remaja berstatus anak tunggal yang mengalami *fatherless* akibat perceraian.

### PEMBAHASAN

Berdasarkan paparan hasil olah data ditemukan nilai rata-rata resiliensi dan kesepian tergolong tinggi. Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Niswara dan Pudjiastuti (2018) yang menemukan bahwa remaja *fatherless* memiliki resiliensi yang tergolong tinggi. Hal ini dapat terjadi karena remaja memiliki seluruh aspek kemampuan pribadi yang berkontribusi dalam membentuk resilien untuk mendorong remaja pulih dari perubahan keadaan yang membuat mereka tertekan ketika mengalami *fatherless* akibat perceraian. Kemudian, kesepian remaja *fatherless* yang tergolong tinggi sejalan dengan hasil penelitian Scharf et al (2010, dalam Alfasma 2022), hal ini dikarenakan kurangnya perhatian dan kasih sayang orang tua pada kehidupan remaja, sehingga memberikan pengaruh kesepian yang cenderung tinggi. Resiliensi menjadi pedoman penting ketika remaja memiliki tekanan dalam kondisi keluarga yang tidak utuh. Beberapa penelitian sebelumnya menyatakan bahwa resiliensi memiliki peran penting pada remaja yang memiliki pengalaman perceraian orang tua (Hermansyah & Hadjam, 2020).

Uji korelasi yang diperoleh pada penelitian ini menyatakan variabel resiliensi dan kesepian memiliki arah hubungan yang negatif dan signifikan. Artinya, semakin tinggi tingkat

resiliensi, maka tingkat kesepian akan menurun. Begitu juga sebaliknya, semakin tinggi kesepian, maka resiliensi akan menurun. Menurut Portztky, tingkat resiliensi seseorang sering ditemukan berhubungan positif dengan rasa percaya diri, kedisiplinan yang tinggi, sifat optimis ketika menghadapi tekanan, dan kemampuan intelegensi yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi dapat digunakan sebagai prediktor untuk memprediksi atau mengukur tingkat kesepian pada remaja berstatus anak tunggal yang mengalami *fatherless*.

Hasil uji hipotesis menyatakan hipotesis diterima, sehingga terdapat pengaruh resiliensi terhadap kesepian pada remaja berstatus anak tunggal yang mengalami *fatherless* akibat perceraian sebesar 0.176 atau 17,6%. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sari & Listiyandini (2015) yang menemukan terdapat pengaruh resiliensi terhadap kesepian. Remaja dengan kemampuan resiliensi yang baik akan memiliki kesepian yang cenderung rendah. Penelitian yang dilakukan Aryadelina dan Laksmiwati (2019) menyatakan bahwa remaja akan melalui tahap menyerah setelah mengalami perceraian orang tua. Kemudian, remaja akan berada pada tahap *survival* yang dikontribusikan dari dukungan orang terdekat dan Ibu. Kemudian, remaja berada pada tahap *recovery*. Pada tahap ini, remaja akan lebih menerima tekanan yang dihadapi yang diberikan dari faktor eksternal yaitu peran orang terdekat dan ibu, dan faktor internalnya adalah rasa percaya diri dan cara pandang yang positif. Selanjutnya, remaja akan masuk pada tahap resiliensi yang dimana remaja akan bangkit dari tekanan atau permasalahan yang sulit. Didukung dengan pendapat Holaday dan McPhearson (1997) yang menyatakan bahwa individu dengan kemampuan resiliensi yang baik akan mengalami proses *survive*, kemudian individu akan berada pada posisi kehidupan normal kembali. Hasil penelitian studi literatur Hermansyah dan Hadjam menyatakan remaja yang resilien ketika menghadapi kesulitan akan menjadikan kesempatan untuk mencapai hasil yang positif, seperti mengasah kemampuan kognitif untuk meraih prestasi. Dengan demikian, resiliensi akan terbentuk pada remaja apabila memiliki rasa percaya diri bahwa kondisi *fatherless* akibat perceraian orang tua dapat menjadi peluang untuk menggali potensi, salah satunya adalah motivasi untuk berprestasi. Selain itu, resiliensi diyakinkan sebagai faktor yang paling kuat untuk menurunkan tingkat kesepian pada remaja yang mengalami tekanan akibat dari perceraian orang tua, salah satunya *fatherless*.

Dalam penelitian ini ditemukan perbedaan resiliensi berdasarkan jumlah relasi teman dekat yang dimiliki remaja. Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa relasi dekat dengan teman menjadi faktor pelindung yang kuat untuk meningkatkan resiliensi dalam kehidupan remaja (Wahyuni, 2018). Terlihat dari nilai rata-rata pada hasil penelitian ini, remaja yang memiliki jumlah teman yang memiliki relasi dekat lebih dari lima orang memiliki resilien yang baik, dibandingkan remaja yang memiliki relasi dekat dengan teman hanya satu orang saja. Kemungkinan hal ini dapat terjadi karena semakin banyak relasi teman dekat, dukungan yang didapatkan akan lebih kuat. Menurut Amylia (2014, dalam Miranda, 2023) dukungan ini merupakan suatu hal yang memberikan persepsi dalam diri individu bahwa ia diterima, sehingga individu akan lebih mampu melakukan adaptasi dilingkungan serta bangkit kembali ketika mengalami pengalaman yang sulit. Sehingga, dapat ditarik kesimpulan semakin banyak teman yang dimiliki dapat membangun resilien yang baik pada remaja berstatus anak tunggal yang mengalami *fatherless* akibat perceraian.

Kemudian, adanya perbedaan kesepian berdasarkan intensitas waktu melakukan kegiatan sehari-hari bersama ibu dapat dilihat dari nilai rata-rata yang diperoleh pada remaja yang selalu melakukan kegiatan bersama ibu di rumah memiliki tingkat kesepian yang rendah, dibandingkan remaja yang jarang melakukan kegiatan bersama ibu di rumah. Menurut Esfa (2021), semakin besar keterlibatan ibu dalam kehidupan anaknya, maka akan semakin rendah tingkat kesepian anak. Sedangkan kurangnya keterlibatan ibu pada kehidupan anak dapat memicu rasa kesepian pada remaja (Gursoy & Bicakci, 2006, dalam Esfa, 2021). Ibu memegang peran penting dalam pengasuhan anak (Rahmani & Hawadi, 2021). Keterlibatan ibu pada kehidupan remaja ini berupa kasih sayang yang memberikan kehangatan atau keintiman pada hubungan antara ibu dan anak. Ketika remaja tidak mendapatkan kasih sayang, maka dapat menimbulkan kesepian yang berujung permasalahan afeksi seperti menjadi agresif, frustrasi, bahkan inisiatif bunuh diri. Sehingga, perlu adanya kualitas



komunikasi yang baik antara ibu dan anak, agar kondisi *fatherless* akibat perceraian yang menekan remaja tidak menyebabkan kesepian pada anak.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis diterima, adanya pengaruh yang signifikan pada resiliensi terhadap kesepian pada remaja berstatus anak tunggal yang mengalami *fatherless* akibat perceraian. Resiliensi berkontribusi signifikan untuk menurunkan tingkat kesepian sebesar 0.176 atau sebesar 17.6%. Sedangkan 82.4% sisanya dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka saran yang dapat diberikan peneliti kepada remaja berstatus anak tunggal yang mengalami kondisi *fatherless* akibat perceraian, dapat membangun relasi sebanyak-banyaknya dengan teman sebaya, dengan demikian remaja akan mendapatkan kontribusi berupa dukungan sosial untuk membantu remaja pulih dari keadaan traumatis dan kembali pada keadaan normal. Saran selanjutnya untuk orang tua yang memiliki latar belakang bercerai dan memiliki anak tunggal berusia remaja, dihimbau untuk lebih memperhatikan kondisi remaja dengan cara lebih melibatkan diri dalam kehidupan remaja, misalnya dengan menciptakan pola komunikasi yang baik dengan anak. Sehingga, remaja yang memiliki tekanan dari kondisi perceraian dapat meminimalisir rasa kesepian dan terhindari dari permasalahan afeksi dikemudian hari, karena remaja memiliki tempat untuk bercerita yakni ibunya. Selain itu, orang tua diharapkan memahami bahwa melalui dukungan sosial dan emosional sebagai bentuk perhatian dapat membangun resiliensi pada remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aditiono, W., Hartanto, D., Fauziah, M., & Kuswindarti, K. (2022). Perasaan kesepian (Loneliness) siswa SMP di wilayah DIY dan Jawa Tengah pada masa pandemi Covid-19. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 7(3), 301–307. <https://doi.org/https://doi.org/10.51169/ideguru.v7i3.411>
- Alfasma, W., Santi, D. E., & Kusumandari, R. (2022). Loneliness dan perilaku agresi pada remaja fatherless. *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 40–50. <https://doi.org/https://doi.org/10.30996/sukma.v3i1.6948>
- Asanjarani, F., Kumar, A., & Kalani, S. (2023). Student Subjective Wellbeing amidst the Covid-19 Pandemic in Iran: Role of Loneliness, Resilience and Parental Involvement. *Child Indicators Research*, 16(1), 53–67. <https://doi.org/10.1007/s12187-022-09963-z>
- Connor, K. M., Davidson, J. R. T., & Lee, L.-C. (2003). Spirituality, Resilience, and Anger in Survivors of Violent Trauma: A Community Survey. *Journal of Traumatic Stress*, 16(5), 487–494. <https://doi.org/10.1023/A:1025762512279>
- Damanik, K. P., Satiadarma, M. P., & Suryadi, D. (2018). Penerapan Art Therapy dalam Mengatasi Loneliness Wanita Dewasa Awal Sebagai Anak Tunggal dengan Orangtua Bercerai. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(2), 740–749.
- Djawa, K. R. (2019). *Pengaruh Self-Esteem Terhadap Agresi Pada Remaja Dengan Father-Absence*. Universitas Airlangga.
- Esfa. (2021). *Hubungan Keterlibatan Ibu Dan Kesepian Pada Remaja Di Jakarta Selama Masa Pandemi Covid-19*. Universitas Negeri Jakarta.
- Fikrie, F., Hermina, C., & Ariani, L. (2021). Apakah anda merasa kesepian? eksplorasi kepribadian dan kualitas pertemanan pada remaja. *Jurnal Studia Insania*, 9(1), 82–99. <https://doi.org/https://doi.org/10.18592/jsi.v9i1.4166>
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., Ballard, C., Christensen, H., Silver, R. C., & Everall, I. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: A call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), 547–560. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30168-1)
- Jakobsen, I. S., Madsen, L. M. R., Mau, M., Hjermadal, O., & Friberg, O. (2020). The relationship between resilience and loneliness elucidated by a Danish version of the resilience scale

- for adults. *BMC Psychology*, 8(1), 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s40359-020-00493-3>
- Kocatürk, M. (2021). The childhood, adolescence and adulthood experiences of adult only children and their interpersonal relationships. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 9(1), 179–197. <https://doi.org/10.14689/enad.25.8>
- Kumalasari, D., Luthfiyani, N. A., & Grasiawaty, N. (2020). Analisis faktor adaptasi instrumen resiliensi akademik versi Indonesia: Pendekatan eksploratori dan konfirmatori. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi: JPPP*, 9(2), 84–95. <https://doi.org/https://doi.org/10.21009/JPPP.092.06>
- Marchini, S., Zaurino, E., Bouziotis, J., Brondino, N., Delvenne, V., & Delhay, M. (2021). Study of resilience and loneliness in youth (18–25 years old) during the COVID-19 pandemic lockdown measures. *Journal of Community Psychology*, 49(2), 468–480. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/jcop.22473>
- Maryam Sobari, M. (2022). Gambaran Kemampuan Self Control Pada Anak yang di Duga Mengalami Pengasuhan Fatherless. *Journal of Islamic Early Childhood Education (JOIECE): PIAUD-Ku*, 1(1), 1–5. <https://doi.org/https://doi.org/10.54801/piaudku.v1i1.91>
- Miranda, F. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman sebaya Dengan Resiliensi Remaja Awal siswa SMP Negeri 55 Palembang. Universitas Sriwijaya.
- Pratiwi, S. A., & Yuliandri, B. S. (2022). Antecedents and Results of Resilience. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 5(1), 8–15. <https://doi.org/https://doi.org/10.31293/mv.v5i1.5667>
- Rahayu. (2020). Pengaruh Fatherless dan Status Identitas terhadap Kemampuan Penyesuaian Sosial pada Siswa SMA Negeri di Kota Bandung. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Riyanda, W. D. A. P., & Soesilo, A. (2018). Resiliensi Anak Tunggal Yang Memiliki Orangtua Tunggal Dengan Status Sosial Ekonomi Rendah. *Psycho Idea*, 16(1), 59–73. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30595/psychoidea.v16i1.2498>
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. [https://doi.org/https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601\\_2](https://doi.org/https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2)
- Salsabila. (2023). Fenomena Kesepian Pada Anak Tunggal Dewasa Awal. Universitas Katolik Soegijapranata.
- Sari, I. P., & Listiyandini, R. A. (2015). Hubungan antara resiliensi dengan kesepian (loneliness) pada dewasa muda lajang. *Prosiding Pesat*, 6.
- Sutanto, S. H., & Suwartono, C. (2019). Hubungan antara kesepian dan keterlibatan ayah pada remaja. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6(1), 53–68. <https://doi.org/https://doi.org/10.24854/jpu85>
- Tanzil, A. T., Satiadarma, M. P., & Roswiyani, R. (2022). Pengaruh Harga Diri Terhadap Hubungan Antara Kecerdasan Sosial Dan Kesepian Pada Remaja. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 6(1), 80–90. <https://doi.org/https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i1.15819.2022>
- Wibiharto, B. M. Y., Setiadi, R., & Widyaningsih, Y. (2021). Relationship Pattern of Fatherless Impacts to Internet Addiction, Suicidal Tendencies and Learning Difficulties for Students at SMAN ABC Jakarta. *Society*, 9(1), 264–276. <https://doi.org/https://doi.org/10.33019/society.v9i1.275>
- Yunasril, R., Lestari, S. M., Nusa, S. A., Ramadhani, A. F., & Syapitri, D. (2021). Dampak Perceraian Orangtua Terhadap Meaning of Life Remaja. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 8(02), 186–198. <https://doi.org/https://doi.org/10.21009/JKKP.082.07>