

Dampak Perceraian Orang Tua Pada Emosi Remaja (Studi Kasus di SMA Negeri 1 Sungai Pua)

Deby Suci Ramadhani¹, Fadhilla Yusri², Afrinaldi³, Junaidi⁴
^{1,2,3,4} Bimbingan dan Konseling, UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi
e-mail: debysuciramadhani99@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya perceraian yang dapat memberikan dampak signifikan terhadap emosi remaja. Remaja yang mengalami perceraian orangtua memunculkan perasaan yang frustrasi dimana anak merasa kecewa, marah atau bahkan dendam dengan keputusan kedua orangtuanya tersebut yang memilih untuk bercerai. Dilapangan ditemukan suatu kasus permasalahan yang terjadi di dalam diri informan, yaitu salah satu remaja yang mengalami kurangnya pengendalian emosi seperti mudah tersinggung, sensitif, dan melampiaskan kemarahan melalui benda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak perceraian orangtua terhadap emosi remaja di kelas XI SMA Negeri 1 Sungai Puar. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan kualitatif, di mana data dikumpulkan melalui wawancara mendalam terhadap siswa yang mengalami perceraian orang tua. Adapun informan dari penelitian ini 1 orang siswa sebagai informan kunci, 1 orang guru BK, wali kelas, dan orang tua sebagai informan pendukung. Teknik pengumpulan data yaitu wawancara dan observasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kualitatif. Teknik keabsahan data dengan melakukan triangulasi data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perceraian orangtua dapat memicu perubahan emosional yang signifikan pada remaja, seperti perasaan cemas, marah, dan kebingungan. Selain itu, dukungan sosial dari teman, keluarga, dan sekolah berperan penting dalam membantu remaja mengelola emosi mereka. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi pihak sekolah dan keluarga dalam memberikan dukungan yang lebih baik kepada remaja yang mengalami perceraian orang tua.

Kata kunci: *Perceraian Orang Tua, Emosi, Remaja*

Abstract

This study is motivated by the existence of divorce which can have a significant impact on adolescent emotions. Adolescents who experience parental divorce bring up frustrating feelings where children feel disappointed, angry or even resentful of the decision of their parents who choose to divorce. In the field, a case of problems that occurred in the informant was found, namely one of the teenagers who experienced a lack of emotional control such as irritability, sensitivity, and venting anger through objects. This study aims to determine the impact of parental divorce on adolescent emotions in class XI SMA Negeri 1 Sungai Puar. The research method used is a case study with a qualitative approach, where data is collected through in-depth interviews with students who experience parental divorce. The informants of this study were 1 student as a key informant, 1 counseling teacher, homeroom teacher, and parents as supporting informants. Data collection techniques are interviews and observations. The data analysis technique used is qualitative descriptive analysis. Data validity techniques by triangulating data. The results showed that parental divorce can trigger significant emotional changes in adolescents, such as feelings of anxiety, anger and confusion. In addition, social support from friends, family and school plays an important role in helping adolescents manage their emotions. This study is expected to provide insights for schools and families in providing better support to adolescents who experience parental divorce.

Keywords : *Parental Divorce, Emotions, Adolescents.*

PENDAHULUAN

Berdasarkan undang-undang Nomor 1 Tahun 1974 (pasal 1), pernikahan merupakan ikatan lahir dan batin antara seorang laki-laki dengan seorang perempuan sebagai pasangan sah suami istri dengan tujuan membentuk kehidupan keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Sementara itu pernikahan menurut Komplikasi Hukum Islam yaitu akad yang sangat kuat atau mitssaqon ghalidzan untuk mentaati perintah Allah SWT dan melaksanakannya merupakan ibadah (Ramulyo, 1996). Sebagaimana dijelaskan dalam firman Allah SWT Q.S An-Nisa ayat 1 yang artinya *“Wahai manusia! Bertakwalah kepada Tuhanmu yang telah menciptakan kamu dari diri yang satu (Adam), dan (Allah) menciptakan pasangannya (Hawa) dari (diri)-nya; dan dari keduanya Allah memperkembangbiakkan laki-laki dan perempuan yang banyak.”*

Seperti dengan ayat di atas, dapat dipahami bahwa pernikahan bertujuan untuk melangsungkan keturunan manusia agar manusia tersebut dapat terus menjaga, sebagaimana amanat yang diembankan oleh Allah SWT kepada hamba-Nya. Oleh karena itu, pernikahan merupakan sarana untuk menjaga dan memelihara generasi manusia selanjutnya. Adapun yang lebih penting yaitu demi terjaganya generasi manusia yang lebih baik dan jenius dari manusia senelumnnya (Ulwan, 2007).

Setiap hubungan antara individu satu dengan individu yang lain akan selalu ada muncul sebuah konflik, tidak terkecuali di dalam sebuah hubungan rumah tangga. Sebuah konflik biasanya sering sekali dipandang sebagai perselisihan yang bersifat permusuhan dan membuat hubungan tidak berfungsi dan berjalan dengan baik dan semestinya (Lestari, 2012). Begitu juga dengan adanya perceraian di dalam sebuah keluarga biasanya berawal dari suatu konflik antara anggota keluarga, bila konflik tersebut sampai pada titik kritis maka peristiwa perceraian berada diambang pintu perpisahan atau perceraian.

Pada saat timbulnya perselisihan masing-masing pihak entah suami atau istri berusaha mencari solusi atau jalan keluar agar mampu menyelesaikan permasalahan yang terjadi dan biasanya masing-masing pihak juga sudah berupaya keras dalam mencari jalan keluar dan mulai harus berupaya mengatasi berbagai rintangan dan berusaha menyesuaikan diri dengan hidup baru, jika dirinci secara garis besar yang menyebabkan perceraian adalah adanya penyebab besar yaitu keretakan keluarga yakni penyebab internal atau sebab dari dalam dan penyebab eksternal atau sebab dari luar. Kategori penyebab dari dalam atau internal adalah beban psikologi ayah atau ibu yang berat, tafsiran dan perlakuan marah dan sebagainya. Kecurigaan suami atau istri bahwa salah satu diantara mereka diduga berselingkuh, kurang berkomunikasi tentang masalah keluarga (Willis, 2009).

Sedangkan penyebab dari luar atau eksternal antara lain, campur tangan pihak ketiga dalam masalah keluarga, perbedaan usia yang lumayan jauh antara istri dan suami, permasalahan keturunan atau belum terpenuhinya anak dalam kehidupan rumah tangga, permasalahan karakter sikap sifat yang berbeda, permasalahan adanya prinsip hidup yang tidak selaras antara istri dan suami, adanya permasalahan tekanan ekonomi yang begitu banyak, adanya perselingkuhan atau orang ketiga dalam rumah tangga. Semua permasalahan tersebut tentunya begitu mempengaruhi suasana dan tidak nyaman dalam kehidupan rumah tangga, dan dapat berujung pada runtuhnya sebuah keluarga atau perceraian (Dagun, 2002). Berdasarkan data SMA Negeri 1 Sungai Puar di dapatkan daftar siswa.

Tabel 1. Daftar Siswa mengalami orang tuanya Bercerai di SMA 1 Sungai Puar

No	Nama	L/P	Umur	Cerai Hidup	Cerai Mati
1	NB	P	16	Tidak	Ya
2	S	P	16	Ya	Tidak
3	BW	P	16	Tidak	Ya
4	TYP	P	16	Tidak	Ya
5	RAA	L	16	Tidak	Ya

(Sumber Tata Usaha SMA Negeri 1 Sungai Puar Januari 2024)

Tabel 1 memuat data siswa di SMA 1 Sungai Puar yang mengalami perpisahan orang tua, baik karena cerai hidup maupun cerai mati. Berdasarkan tabel tersebut, siswa yang perempuan terdapat 4 orang dan laki laki terdapat 1 orang. Dari lima siswa yang terdata, satu siswa mengalami perceraian hidup orang tuanya, sedangkan empat siswa lainnya mengalami perpisahan karena kematian salah satu orang tua mereka (cerai mati) perceraian yang tercatat disebabkan oleh cerai mati, menunjukkan adanya kebutuhan khusus dalam memahami dampak psikologis dan sosial yang mungkin dirasakan oleh para siswa ini.

Menghindari kenyataan bahwa seakan-akan putus hubungan itu, maka suami ataupun istri harus bisa menyadari bahwa konflik dalam pernikahan selalu bisa muncul dan hilang terus menerus serta silih berganti. Dengan berupaya memahami serta menerima timbulnya konflik tersebut maka lebih meredam permasalahan lebih serius. Toleransi merupakan sikap yang harus diambil jika timbul adanya permasalahan konflik dan pertentangan keluarga. Sikap bertoleransi berarti berfikir berulang atau mempertimbangkan lagi apakah memang benar-benar saat waktu yang tepat membicarakan suatu pendapat atau fikiran yang berbeda atau bertentangan. Jika memang dirasa belum saatnya tiba waktu yang tepat dan salah satunya sedang merasa lelah ada baiknya jika menunda untuk mengutarakan pendapat. Sebab jika keadaannya tidak baik kemungkinan besar akan menimbulkan konflik atau masalah baru yang seharusnya tidak terjadi justru malah menjadikan suasana menjadi semakin tidak nyaman (Gunarsa, 2010).

Dampak yang terjadi pada remaja korban perceraian bisa menjadi dampak yang positif atau bahkan menjadi dampak yang negatif pada remaja tersebut (Setyawan et al., 2016). Ada beberapa remaja yang menganggap bahwa perceraian yang terjadi pada kedua orangtuanya adalah keputusan yang baik daripada harus melihat kedua orangtuanya bertengkar setiap hari. Akan tetapi, ada pula sebagian anak yang menganggap bahwa perceraian orangtuanya adalah keputusan yang salah karena anak akan merasa kehilangan salah satu dari orangtuanya atau bahkan kehilangan kedua orangtuanya. Terlebih lagi ketika remaja yang menganggap perceraian kedua orangtuanya adalah keputusan yang egois (Al Yakin, 2016).

Apabila perceraian orangtua tersebut dialami oleh anak remaja, remaja tersebut akan merasakan tekanan yang besar dan kuat. Pada remaja, jika mereka terbentur oleh masalah-masalah yang serius dan berat, perubahan yang tampak jelas terlihat pada perilaku mereka. Selama masa remaja, perasaan remaja tidaklah konsisten (Hardiningtyas²⁰¹¹). Perasaan-perasaan tersebut berfluktuasi antara menerima diri mereka sebagai yang serba tahu menjadi tak berdaya.

Masalah berat yang muncul secara tiba-tiba dan mendera kehidupan remaja akan membuatnya mengalami goncangan dan stress. Munculnya emosi-emosi yang selalu naik turun, kadang senang karena tidak mendapatkan perhatian dan kasih sayang yang lengkap dari kedua orangtua.

Emosi pada remaja ditandai dengan cenderungnya remaja bersikap murung, adakalanya remaja berperilaku kasar untuk menutupi permasalahan yang ada pada dirinya, remaja mengalami kemarahan yang meledak-ledak, memiliki ketegangan psikologis, remaja sering memberontak terhadap permasalahan yang dihadapinya (Pati et al., 2022).

Perceraian adalah fenomena yang tidak hanya berdampak pada hubungan pasangan suami-istri, tetapi juga memberikan dampak yang signifikan terhadap anak-anak, terutama siswa yang berada pada usia sekolah. Anak-anak dari keluarga yang bercerai sering kali menghadapi berbagai masalah emosional, seperti kecemasan, perasaan tidak aman, kemarahan, bahkan penurunan motivasi belajar. Berdasarkan Teori Keluarga (Family System Theory), keluarga merupakan sebuah sistem emosional yang saling terhubung, sehingga gangguan pada struktur keluarga akibat perceraian dapat memengaruhi keseimbangan emosional anak. Selain itu, menurut Teori Stres dan Koping dari Lazarus & Folkman, siswa yang menghadapi perceraian orang tua kerap mengalami stres yang memerlukan mekanisme koping yang memadai untuk mengelola dampak psikologisnya (Lansford²⁰⁰⁹).

Perceraian juga dapat mengganggu tahap perkembangan psikososial anak seperti yang dijelaskan dalam Teori Perkembangan Erik Erikson, di mana rasa percaya diri, identitas, dan hubungan sosial siswa dapat terganggu akibat ketidakstabilan keluarga (Erikson, 1993). Dampak ini menjadi perhatian penting bagi sekolah, mengingat emosi yang terganggu berpotensi menurunkan prestasi akademik siswa dan menghambat perkembangannya. Oleh karena itu,

penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak perceraian terhadap emosi siswa, mengidentifikasi faktor-faktor yang memperparah atau memitigasi dampaknya, serta merumuskan langkah-langkah strategis yang dapat diterapkan oleh guru, konselor, dan pihak sekolah dalam mendukung siswa yang terdampak perceraian.

Remaja yang mengalami perceraian orangtua memunculkan perasaan yang frustrasi dimana anak merasa kecewa, marah atau bahkan dendam dengan keputusan kedua orangtuanya tersebut yang memilih untuk bercerai (Al Yakin, 2016). Remaja akan menganggap kedua orangtuanya tersebut tidak lagi peduli pada dirinya dan tidak akan lagi mendapatkan kasih sayang dari kedua orangtuanya secara utuh.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal, penulis menemukan bahwa adanya emosi yang kurang stabil pada salah seorang remaja kelas XI di SMA Negeri 1 Sungai Puar. Penulis menemukan suatu kasus permasalahan yang terjadi di dalam diri informan, yaitu salah satu remaja yang mengalami kurangnya pengendalian emosi seperti mudah tersinggung, sensitif, dan melampiaskan kemarahan melalui benda-benda.

Observasi menunjukkan bahwa perceraian orang tua dapat memengaruhi berbagai aspek emosional remaja. Berdasarkan wawancara dengan beberapa guru dan konselor sekolah, ditemukan bahwa siswa yang berasal dari keluarga dengan latar belakang perceraian cenderung mengalami berbagai perubahan emosional, seperti perasaan cemas, marah, sedih, hingga menarik diri dari lingkungan sosial.

Sebagian besar siswa yang menjadi subjek observasi menunjukkan gejala penurunan motivasi belajar, ketidakstabilan emosi, dan kesulitan menjalin hubungan dengan teman sebaya. Selain itu, remaja ini sering kali menghadapi dilema terkait hubungan mereka dengan kedua orang tua, yang berdampak pada munculnya perasaan tertekan, kebingungan, dan kesepian. Beberapa siswa bahkan mengungkapkan rasa takut akan masa depan mereka, terutama terkait stabilitas keluarga dan pendidikan.

Dalam kutipan wawancara dengan S dapat diketahui permasalahan bahwa semua perubahan yang terjadi pada dirinya ini disebabkan karena adanya perceraian antara ayah dan ibunya yang telah bercerai selama 1 tahun 3 bulan, perceraian kedua orang tua S tersebut disebabkan karena adanya pihak ketiga di dalam hubungan rumah tangga sehingga membuat S belum bisa untuk mengontrol emosinya dengan baik seperti melampiaskan kemarahan melalui benda-benda. S masih belum terbiasa untuk menerima perubahan yang terjadi dalam keluarganya. S merasa bahwa ayah dan ibunya tidak peduli lagi kepadanya karena telah mengambil keputusan untuk berpisah.

Berdasarkan latar belakang telah dipaparkan maka mendorong penulis untuk melakukan penelitian yang berjudul "Dampak Perceraian Orangtua Terhadap Emosi Remaja (Studi Kasus) kelas XI di SMA Negeri 1 Sungai Puar".

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan kualitatif. Penelitian ini tergolong penelitian lapangan (*field research*) mengumpulkan data langsung dari lokasi penelitian. Sedangkan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif dengan menggambarkan kejadian yang terjadi dilapangan sesuai dengan data dan informasi yang diperoleh atau penelitian yang berusaha untuk mengumpulkan data-data, menyajikan data dan menganalisis data, menggambarkan pemecahan masalah yang ada (Sugiono, 2016; Alsa, 2004). Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam terhadap siswa yang mengalami perceraian orang tua. Adapun informan dari penelitian ini 1 orang siswa sebagai informan kunci, 1 orang guru BK, wali kelas, dan orang tua sebagai informan pendukung. Teknik pengumpulan data yaitu wawancara dan observasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kualitatif. Teknik keabsahan data dengan melakukan triangulasi data (Emzir, 2012).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini penulis lakukan di SMA N 1 Sungai Pua, untuk mendapatkan informasi tentang bagaimana dampak perceraian orangtua pada emosi remaja. Proses penelitian ini berjalan

sejak tanggal 23 September 2024 sampai tanggal 11 Oktober 2024. Penelitian ini dilakukan dengan metode wawancara dengan satu orang siswa sebagai informan kunci dan satu orang teman, guru BK, guru wali kelas, dan orangtua sebagai informan pendukung.

Perceraian merupakan berakhirnya hubungan suami istri sebagai akibat dari kegagalan dalam mengembangkan, menyempurnakan cinta antar suami istri dikarenakan keduanya memutuskan untuk berpisah dan berhenti melakukan kewajiban sebagai suami istri. Sedangkan emosi adalah keadaan mental yang hebat meluap-luap dan berujung pada timbulnya suatu perasaan yang khas, perubahan fisiologis tertentu serta kecenderungan untuk bergerak. Pada penelitian yang penulis lakukan diperoleh hasil sebagai berikut:

Emosi yang tidak teratur seperti perasaan marah yang berlebihan dan harapan untuk mendapatkan perhatian

Berdasarkan hasil pengamatan observasi penulis lakukan, perceraian orang tua memiliki dampak besar terhadap kondisi emosional remaja, khususnya dalam aspek keteraturan emosi. Hal ini terlihat dari perasaan marah yang berlebihan yang sering muncul, terutama ketika remaja di SMAN 1 Sungai Pua merasa diabaikan atau tidak mendapatkan perhatian yang cukup dari orang tua. Dalam penelitian ini, salah satu anak kerap menunjukkan perilaku impulsif, seperti melampiaskan kemarahan pada objek di sekitarnya atau mengekspresikan emosi dengan cara yang ekstrem. Perasaan marah tersebut umumnya dipicu oleh rasa kecewa terhadap orang tua, terutama ketika mereka menyaksikan langsung konflik yang terjadi dalam rumah tangga.

Selain itu, harapan untuk mendapatkan perhatian dari orang tua menjadi salah satu kebutuhan emosional yang sulit terpenuhi. Setelah perceraian, peran orang tua menjadi tidak seimbang, sehingga remaja sering merasa kehilangan sosok yang dapat memberikan dukungan penuh. Dalam situasi ini, remaja terkadang mencoba menarik perhatian dengan perilaku yang berbeda dari biasanya, seperti menjadi lebih sensitif atau menarik diri dari interaksi sosial. Keadaan ini memperlihatkan betapa pentingnya peran orang tua dalam memberikan perhatian yang konsisten, terutama di tengah situasi yang penuh tekanan seperti perceraian.

Emosi yang tidak teratur ini menunjukkan bahwa perceraian tidak hanya memengaruhi hubungan antara pasangan suami istri tetapi juga meninggalkan dampak psikologis yang mendalam pada anak-anak. Dukungan emosional yang memadai dari lingkungan sekitar, termasuk keluarga dan teman, menjadi kebutuhan mendesak untuk membantu remaja mengelola perasaan mereka dengan lebih baik.

Berdasarkan hasil wawancara yang penulis lakukan di lapangan, siswa terlihat memiliki emosi yang tidak teratur seperti marah yang berlebihan atau menangis histeris ketika melihat adanya keributan atau orang yang bertengkar disekelilingnya. Siswa juga menghindari pertemanan dengan siswa lain, karena tidak ingin terjadi perselisihan diantara mereka. siswa juga mengatakan bahwa dia juga menginginkan perhatian lebih dari orang lain kepada dirinya.

Hal ini juga terlihat dari hasil observasi yang penulis lakukan di lapangan, terlihat siswa memiliki emosi yang tidak teratur seperti marah terjadi sebanyak 2 kali dalam satu hari observasi, dan siswa pernah menangis ketika melihat temannya yang terlibat dalam pertengkaran.

Perasaan merasa tidak disukai dan mengganggu orang lain

Hasil observasi menunjukkan bahwa perceraian orang tua juga berdampak pada munculnya perasaan rendah diri pada remaja, termasuk keyakinan bahwa mereka tidak disukai atau dianggap mengganggu oleh orang lain. Perasaan ini sering kali muncul sebagai akibat dari konflik internal yang dialami oleh remaja dalam memahami perubahan hubungan keluarga. Mereka cenderung merasa bersalah atas perceraian orang tua, meskipun sebenarnya tidak memiliki kendali atas situasi tersebut. Hal ini terlihat dari perilaku remaja yang menjadi lebih pendiam, menghindari interaksi sosial, dan cenderung menyalahkan diri sendiri.

Dalam situasi ini, remaja merasa tidak diterima, baik dalam keluarga inti maupun lingkungan sosial yang lebih luas. Mereka juga khawatir bahwa keberadaan mereka menjadi beban bagi orang tua atau anggota keluarga lainnya, terutama saat orang tua yang bercerai mulai menunjukkan perubahan sikap, seperti berkurangnya perhatian atau kesabaran. Hal ini menimbulkan kecemasan sosial yang berdampak pada hubungan remaja dengan teman sebaya,

di mana mereka menjadi lebih pasif atau ragu-ragu untuk terlibat dalam aktivitas kelompok karena takut dianggap mengganggu.

Berdasarkan hasil wawancara yang penulis lakukan di lapangan, siswa sering memiliki perasaan gelisah karena merasa kurangnya perhatian dari orangtuanya. Siswa juga ingin merasakan hal yang sama dengan teman-temannya, serta bermain bersama teman sebaya, namun dia tidak mendapatkannya dikarenakan kurangnya rasa percaya diri siswa apakah dia akan diterima di lingkungan pertemanan tersebut atau sebaliknya. Juga orangtuanya jarang di rumah dan jika di rumah, orangtua siswa sibuk bersama teman-temannya, serta siswa juga sering hanya di dalam kamar saja, sehingga tidak banyak kesempatan siswa dengan orangtuanya berbicara, sehingga siswa kurang mendapatkan perhatian.

Perilaku Agresif

Hasil observasi menunjukkan bahwa perceraian orang tua dapat memicu perilaku agresif pada siswa SMA Negeri 1 Sungai Pua, yang muncul sebagai bentuk pelampiasan emosi negatif yang tidak tersalurkan dengan baik. Perilaku ini ditandai dengan sikap mudah marah, perilaku kasar terhadap teman sebaya, hingga tindakan destruktif terhadap benda-benda di sekitar. Hal ini biasanya disebabkan oleh ketegangan emosional yang dirasakan siswa akibat konflik orang tua, yang membuat mereka merasa tidak aman dan tidak stabil secara emosional.

Dalam penelitian ini siswa mengadopsi perilaku agresif sebagai cara untuk mengekspresikan rasa frustrasi atau kebingungan yang mereka alami akibat perceraian. Misalnya, siswa mungkin menunjukkan reaksi berlebihan terhadap hal-hal kecil, seperti pertengkaran dengan teman di sekolah atau kesalahan sederhana di dalam kelas. Agresi ini juga dapat menjadi mekanisme pertahanan untuk menarik perhatian orang tua atau sebagai bentuk perlawanan terhadap situasi yang tidak dapat mereka kontrol.

Perilaku agresif ini dapat berdampak pada hubungan sosial siswa di lingkungan sekolah. Mereka sering mengalami konflik dengan teman sebaya, guru, atau bahkan anggota keluarga lainnya. Jika tidak ditangani, perilaku ini dapat berkembang menjadi kebiasaan buruk yang memengaruhi perkembangan psikososial dan prestasi belajar mereka.

Berdasarkan hasil wawancara yang penulis lakukan di lapangan, diketahui bahwa siswa sering sekali marah dan meluapkan emosinya dengan cara memukul benda yang ada di sekelilingnya, cara teman, guru dan orangtua untuk menenangkan siswa hampir sama, dengan memberikan ruang kepada siswa untuk tenang terlebih dahulu dan mengajak siswa bicara secara perlahan untuk mengentaskan permasalahannya.

Merasa bahwa dirinya berbeda dari yang lainnya

Hasil observasi pada siswa SMA Negeri 1 Sungai Pua yang mengalami dampak perceraian orang tua menunjukkan bahwa mereka sering merasa bahwa diri mereka berbeda dari siswa lain. Perasaan ini timbul akibat perubahan besar dalam kehidupan mereka, terutama terkait keluarga. Mereka merasa kehilangan struktur keluarga yang utuh, sehingga menimbulkan perasaan keterasingan atau ketidakpercayaan diri ketika berinteraksi dengan teman sebaya.

Siswa yang merasa berbeda cenderung memiliki pandangan negatif terhadap diri mereka sendiri. Mereka sering membandingkan kehidupan mereka dengan teman-temannya yang berasal dari keluarga utuh, sehingga muncul rasa rendah diri atau bahkan rasa malu. Dalam beberapa kasus, siswa ini juga merasa tidak nyaman ketika orang lain mengetahui kondisi keluarganya. Akibatnya, mereka menjadi lebih tertutup dan enggan untuk berbagi cerita atau berinteraksi secara mendalam dengan orang lain.

Perasaan "berbeda" ini juga dapat memengaruhi perilaku mereka di lingkungan sekolah. Misalnya, siswa mungkin menjadi kurang aktif dalam kegiatan kelompok, menarik diri dari pergaulan, atau bahkan berusaha keras untuk menyembunyikan situasi keluarganya agar tidak menjadi bahan pembicaraan. Jika perasaan ini dibiarkan tanpa penanganan, hal tersebut dapat berdampak pada kepercayaan diri siswa dan kesehatan mental mereka.

Berdasarkan hasil wawancara yang penulis lakukan di lapangan, diketahui bahwa siswa lebih banyak menyendiri dan mempunyai kepribadian yang tertutup. Siswa tidak memiliki kepercayaan diri yang besar untuk banyak bercerita dan berteman dengan orang lain, karena dia

merasa takut bahwa dia tidak akan diterima dan tidak didengarkan. Siswa juga tidak memiliki waktu yang banyak bersama orangtuanya, sehingga siswa tidak bisa bercerita dengan orangtuanya. Hal ini juga terlihat dari hasil observasi yang penulis lakukan di lapangan terlihat siswa saat jam istirahat sering melakukan kegiatan sendirian, begitu juga dalam kegiatan kelompok yang dilakukan di dalam kelas, siswa banyak diam dalam kelompoknya saat berkegiatan.

Pembahasan

Dari hasil observasi dan wawancara dampak perceraian orangtua pada emosi remaja di SMA N 1 Sungai Pua, didapatkan bahwa siswa menjadi pribadi yang sensitif mudah marah dan sangat agresif, siswa bisa saja marah dengan berteriak dan memukul benda yang ada disekitarnya. Siswa juga menjadi pribadi yang menutup diri karena siswa merasa kurang percaya diri dalam lingkungannya, siswa merasa takut bahwa orang lain tidak menyukainya atau tidak mendengarkannya. Hal ini sejalan dengan dampak yang dialami anak pasca orangtuanya bercerai yang disampaikan oleh Gunarsa (Gunarsa, 2004).

1. *Dysregulated emotions* (emosi yang tidak teratur)

Dimana seseorang mengalami emosi yang sulit dikendalikan. Mencangkup ketidak stabilan emosi yang melibatkan dalam mengelola perasaan sehari-hari. Anak remaja korban perceraian cenderung memiliki perasaan yang berubah seperti: perasaan marah berlebihan, dan ingin mendapatkan perhatian orang tua

2. Gelisah

Perasaan gelisah diwujudkan dalam hal kesepian, merasa tidak disukai, merasa dirinya mengganggu orang lain atau merasa dikesampingkan. Akibatnya mereka kehilangan hubungan yang mendalam, erat, akrab dengan keluarganya. Hal ini pula yang dialami oleh remaja korban perceraian orang tua. Mereka merasa berbeda dengan anak sebaya mereka yang memiliki orang tua lengkap. Kecenderungan untuk menyendiri dan merasa berbeda ini akhirnya membuat mereka kesulitan untuk bersosialisasi.

3. Agresif

Agresif dapat disalurkan dalam perbuatan, akan tetapi bila tingkah laku tersebut dihalangi maka akan tersalur melalui kata-kata dan pikiran. Remaja bisa menjadi pribadi yang kasar dalam bertutur kata perilaku. Mereka akan mencari pelampiasan dari kebingungan karena perceraian orang tua mereka dengan perilaku agresif.

4. Negatifisme

Negatifisme terlihat sebagai suatu ketegangan fisik atau sikap menjauhkan diri sebagai reaksi terhadap setiap usaha pendekatan yang coba dilakukan. Remaja korban perceraian cenderung tertutup karena merasa bahwamereka berbeda dengan anak lainnya. Sehingga mereka menjauhkan diri mereka terhadap usaha pendekatan yang dilakukan oleh orang dewasa seperti guru atau pun orang tua mereka sendiri.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa dampak perceraian orangtua pada emosi remaja lebih bersifat ke negatif. Siswa sering sekali marah dan meluapkan emosinya dengan cara memukul benda yang ada di sekelilinya, siswa sering memiliki perasaan gelisah karena merasa kurangnya perhatian dari orangtuanya. Siswa juga lebih banyak menyendiri dan mempunyai kepribadian yang tertutup. Siswa juga ingin merasakan hal yang sama dengan teman-temannya, serta bermain bersama teman sebaya, namun dia tidak mendapatkannya dikarenakan kurangnya rasa percaya diri siswa apakah dia akan diterima di lingkungan pertemanan tersebut atau sebaliknya. Dan siswa juga tidak memiliki waktu yang banyak bersama orangtuanya, sehingga siswa tidak bisa bercerita dengan orangtuanya.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian terdahulu yang peneliti temukan, yaitu: Penelitian yang dilakukan oleh Nurdiatul Fitri, Nurbayan, dan Syaifullah dengan judul "Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Sikap Sosial Anak (Studi Desa karampi Kecamatan Langgudu Kabupaten Bima)". Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran mengenai dampak perceraian orang tua terhadap kondisi sikap sosial anak. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif melalui studi (Fitri & Syaifullah, 2022). Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa sikap sosial anak dari orangtua yang bercerai rata-rata minder karena sering diberi julukan jelek oleh teman-

temannya, lebih cepat emosional, lebih suka diam dan bermain sendirian, kurang berprestasi, lebih banyak melamun dan sedih, selalu berprasangka tidak baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Amita Nur Permatasari dan Krismi Diah Ambarwati, pada tahun 2023 dengan judul "Kematangan Emosional Pada Remaja Korban Perceraian Orangtua". Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana keadaan kematangan emosional siswa pada remaja korban perceraian orangtua. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus (Permatasari & Ambarwati, 2023). Hasil penelitian ini menggambarkan tema-tema yang muncul yaitu : reaksi emosi pada terkait perceraian orangtua, pengendalian diri, penerimaan diri, empati, pengembangan diri. Dapat dibuktikan bahwa, remaja mencoba untuk mengontrol dan mengendalikan diri, memotivasi diri untuk bangkit menjadi lebih baik dimasa medatang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan dilapangan, dapat disimpulkan bahwa siswa sering sekali marah dan meluapkan emosinya dengan cara memukul benda yang ada di sekelilingnya, siswa sering memiliki perasaan gelisah karena merasa kurangnya perhatian dari orangtuanya. Siswa juga lebih banyak menyendiri dan mempunyai kepribadian yang tertutup. Siswa juga ingin merasakan hal yang sama dengan teman-temannya, serta bermain bersama teman sebaya, namun dia tidak mendapatkannya dikarenakan kurangnya rasa percaya diri siswa apakah dia akan diterima di lingkungan pertemanan tersebut atau sebaliknya. Dan siswa juga tidak memiliki waktu yang banyak bersama orangtuanya, sehingga siswa tidak bisa bercerita dengan orangtuanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Yakin, A. (2016). Dampak perceraian orang tua terhadap anak (studi kasus di sma negeri 1 kecamatan nosu kabupaten mamasa). *Pepatudzu: Media Pendidikan Dan Sosial Kemasyarakatan*, 8(1), 1-13.
- Alsa, A. (2004). *Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Dagun, S. M. (2002). *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Emzir, E. (2012). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Erikson, E. H. (1993). *Childhood and Society*. New York: W.W. Norton & Company.
- Fitri, N., & Syaifullah, S. (2022). Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Sikap Sosial Anak (Studi Desa karampi Kecamatan Langgudu Kabupaten Bima). *Edu Sociata: Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 5(2), 37-44.
- Gunarsa, S. D. (2004). *Psikologi Praktis Anak, Remaja da Keluarga*, Cet 7. Jakarta: PT.Gunung Mulia.
- Gunarsa, S. D. (2010). *Psikologi Untuk Keluarga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hardiningtyas, D. R. (2011). Dinamika Emosi Pada Remaja Yang Mengalami Perceraian Orangtua: Studi Kasus (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA).
- Lansford, J. E. (2009). Parental divorce and children's adjustment. *Perspectives on psychological science*, 4(2), 140-152.
- Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*. Jakarta: Kencana.
- Pati, W. C. B., Sirajuddin, M. S., & Apriawal, J. (2022). Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Remaja Di Kabupaten Konawe (SMAN 1 Anggaber). *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 22-27.
- Permatasari, A. N., & Ambarwati, K. D. (2023). *Kematangan Emosional Pada Remaja Korban Perceraian Orangtua*. Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana.
- Ramulyo, I. (1996). *Hukum Pernikahan Islam Suatu Analisis Dari Undang-undnag Nomor 1 Tahun 1974 dan Kompilasi Hukum Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Setyawan, J., Marita, R. H., Kharin, I., & Jannah, M. (2016). Dampak psikologis pada perkawinan remaja di Jawa Timur. *Jurnal penelitian psikologi*, 7(2), 15-39.
- Sugiono, S. (2016). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r & d. *Bandung: alfabeta*, 288.

- Ulwan, A. N. (2007). *Tarbiyah al-Aulad Fi al-Islam Dar al-Salam*. Diterjemahkan oleh Rohinah M.Nor dengan judul *Mencintai dan Mendidik Anak Secara Islami*. Yogyakarta: Darul Hikmah.
- Willis, S. S. (2009). *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Bandung:Alfabeta.