

STRATEGI *COPING* REMAJA WANITA DARI KELUARGA BROKEN HOME DI KOTA TOMOHON

Grasella B. Paat

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email : grasellapaat@gmail.com

Jofie H. Mandang

Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Manado
Email: jofiemandang@unima.ac.id

Marsael M. Sengkey

Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Manado
Email: mmsengkey@unima.com

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana strategi coping yang digunakan remaja dari *Broken Home* untuk mengatasi masalahnya di kelurahan Matani Satu Kota Tomohon. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data menggunakan metode observasi dan wawancara. Analisis data yang digunakan adalah analisis kualitatif deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi penanganan remaja broken home di Kelurahan Matani Satu subjek PA berfokus pada masalah (*problem-focused coping*). Strategi *coping* yang berfokus pada masalah merupakan usaha yang dilakukan subjek untuk mengurangi stress dengan cara menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Subjek lebih dominan mencaridukungan sosial terutama keluarga, sahabat, dan mendekati diri dengan Tuhan sang pencipta.

Kata Kunci: Strategi *Coping*, *Broken Home*

Abstract: *he purpose of this study is to explore the coping strategies employed by adolescents from Broken Homes to deal with their problems in Matani Satu neighborhood, Tomohon city. This research adopts a qualitative approach with a case study design. Data collection techniques involve observation and interviews. Data analysis is conducted using descriptive qualitative analysis. The findings of this study indicate that the coping strategies used by the adolescent from a broken home in Matani Satu neighborhood, represented by Subject PA, primarily focus on problem-solving (problem-focused coping). Problem-focused coping strategies are the subject's efforts to reduce stress by addressing the issues they are facing. The subject predominantly seeks social support, especially from family and friends, and also draws closer to God, their Creator.*

Keywords: *Coping strategies, Broken Home.*

PENDAHULUAN

Semua orang mengharapkan memiliki sebuah keluarga yang sempurna dan penuh kebahagiaan. Namun, pada kenyataannya, masih banyak keluarga yang mengalami ketidaksehatan dan ketidakbahagiaan. Tanda-tanda ketidakbahagiaan ini sering terlihat dari ketidakstabilan dan ketidakharmonisan dalam keluarga. Situasi seperti ini sering kali disebut sebagai "*broken home*" atau "rumah tangga yang terputus."

Masalah sosial ini cukup umum terjadi di Indonesia. Dampak dari *broken home* tidak hanya dirasakan oleh orang tua yang mengalami perceraian, tetapi juga oleh anak-anak yang menjadi korban dari situasi tersebut. Perempuan muda yang terdampak *broken home* seringkali merasa kesulitan menghadapinya. Salah satu kelompok yang paling rentan terpengaruh oleh dampak *broken home* ini adalah remaja perempuan. Wanita muda yang mengalami keluarga berantakan seringkali bergumul untuk menghadapi situasi yang rumit dan sulit. Mereka harus berjuang untuk menjaga keseimbangan emosional dan psikologis sambil berusaha untuk fokus pada pendidikan dan masa depan mereka. Tantangan yang dihadapi remaja putri korban *broken home* sangat kompleks dan beragam.

Beberapa tantangan yang sering dihadapi remaja putri sebagai korban keluarga berantakan adalah kesulitan membangun hubungan yang sehat, kesulitan mengatasi perasaan cemas dan depresi, serta kesulitan mendefinisikan identitas diri.

Keluarga *broken home* adalah keluarga yang terjadi ketika salah satu atau kedua orang tua tidak hadir dalam kehidupan anak-anak karena alasan seperti kematian atau perceraian (Ahmadi, 2009). Secara umum, kita

dapat melihat keluarga *broken home* dari dua perspektif, yaitu ketidaklengkapan akibat kematian atau perceraian, dan adanya ketegangan dalam hubungan keluarga (Wilis dan Sofyan, 2010). Dampak dari kondisi ini dirasakan terutama oleh anak-anak. Keluarga yang mengalami kerusakan atau *broken home* dapat dijelaskan sebagai keluarga yang tidak menciptakan keharmonisan dan kebersamaan yang biasanya diharapkan dalam sebuah keluarga yang hidup rukun, damai, dan sejahtera. Ini karena seringkali konflik dan pertengkaran timbul, yang kadang-kadang berujung pada perceraian. Kondisi ini memiliki dampak yang sangat signifikan, terutama pada anak-anak, seperti depresi, perasaan sedih yang berkelanjutan, kompleksitas emosi, kekecewaan, frustrasi, dan perasaan terluka. Mereka juga bisa merasa bingung dan terasing.

Selain itu, anak-anak kehilangan pedoman dan panutan ketika mereka mencapai usia dewasa. Konflik terus-menerus antara orang tua, meskipun bukan pertengkaran verbal atau fisik di depan anak, tetapi dalam bentuk perang dingin, di mana kedua orang tua saling mengabaikan, dapat merusak kondisi psikologis anak secara serius.

Ketidakstabilan dalam rumah tangga yang terpecah seringkali menyebabkan anak mengalami tekanan emosional yang berujung pada depresi. Oleh karena itu, tidak jarang anak-anak yang tumbuh di lingkungan keluarga seperti itu menunjukkan perilaku sosial yang buruk. Oleh karena itu, banyak masalah yang dihadapi anak-anak baik di sekolah maupun di masyarakat sebagian besar dapat dikaitkan dengan keluarga yang berantakan, yang menimbulkan masalah bagi kaum muda, salah satunya adalah depresi (tekanan atau stres). G. Stanley Hall, dkk

mencatat seberapa luas pengaruh badai dan stres selama masa remaja (Santrock, 2007). Banyak remaja saat ini mengalami situasi stres yang dapat menghambat kesuksesan mereka saat mereka beralih dari masa kanak-kanak ke dewasa. Stres adalah reaksi individu terhadap faktor-faktor pemicu stres (sumber stres).

Remaja sering mengalami stres yang dipicu oleh berbagai faktor, seperti konflik dengan orang tua, pertengkaran dengan teman sebaya, hasil ujian yang kurang baik, masalah dengan teman dekat, tekanan dari lingkungan sekolah, serta hambatan atau perbedaan dalam diri mereka. Dalam situasi keluarga yang kacau atau berantakan, remaja dihadapkan pada tugas mencari solusi untuk mengatasi kesulitan ini. Setiap individu tentu memiliki pendekatan yang berbeda dalam menangani atau mengatasi masalah-masalah tersebut. Salah satu cara yang digunakan orang untuk mengurangi efek stres adalah penggunaan strategi *coping*.

Kata "*coping*" memiliki asal-usul dari kata "*cope*," yang merujuk pada tindakan menghadapi, mengatasi, atau menangani sesuatu. *Coping* adalah usaha untuk mengatasi atau mengurangi tekanan dan stres yang timbul. *Coping* juga dapat memengaruhi konsep diri seseorang karena kemampuan dalam memilih strategi *coping* yang sesuai berkaitan erat dengan tingkat kesadaran diri individu (Sarafino, 2006).

Coping didefinisikan sebagai tindakan-tindakan yang diambil untuk mengurangi, mengatasi, atau menahan tekanan serta beban emosional yang timbul akibat stres (Weiten dan Lloyd, 2006). *Coping* mencakup kemampuan individu dalam menghadapi stres dan upaya yang dilakukan baik berdasarkan sumber daya pribadi maupun dukungan dari lingkungan, dengan tujuan mengurangi dampak stres yang dialami.

Sesuai esensinya, *coping* adalah suatu proses yang dilalui oleh individu dalam menghadapi situasi stres.

Coping merupakan segala usaha yang dilakukan untuk mengurangi stres, terutama ketika individu menghadapi situasi yang dianggap sebagai beban yang melebihi kapasitasnya, baik itu berupa tekanan internal maupun eksternal (Folkman dkk, 1984).

Strategi *coping* digambarkan sebagai metode atau taktik yang digunakan individu untuk mengatasi masalah atau situasi yang dianggap sebagai hambatan, tantangan yang menyakitkan, atau ancaman yang merugikan (Aldwin dan Revenson, 1987).

Secara umum, konsep strategi *coping* digunakan untuk menjelaskan cara individu merespons tekanan atau stres dalam berbagai bentuk, baik itu dalam pikiran, perasaan, sikap, maupun perilaku. Hal ini mencerminkan upaya individu dalam mengelola tuntutan yang datang, baik yang bersumber dari dirinya sendiri maupun lingkungannya, yang dianggap melebihi kemampuannya.

Berdasarkan informasi dan situasi yang diamati di lapangan, masalah stres berdampak negatif bagi banyak remaja, bahkan ada yang merugikan diri sendiri. Masalah tersebut biasanya muncul karena akar masalahnya ada di lingkungan keluarga, dan hal inilah yang menyebabkan para remaja berusaha melawan dan mengatasi kesulitan dengan berbagai cara. Dalam konteks ini, mereka yang berasal dari keluarga berantakan khususnya menderita. Oleh karena itu, menarik bagi peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai strategi *coping* anak muda dari keluarga *broken home* dalam menghadapi permasalahan yang dihadapinya.

METODE

Penelitian kualitatif adalah suatu metode yang mencerminkan individu secara menyeluruh tanpa mengkategorikan mereka ke dalam variabel atau hipotesis (Poerwandari, 2005). Penelitian kualitatif merupakan suatu proses penyelidikan yang bertujuan memahami fenomena manusia atau sosial dengan cara menggambarkan gambaran yang komprehensif dan kompleks yang dapat dijelaskan melalui kata-kata, menguraikan pandangan yang rinci yang diperoleh dari narasumber, dan dilaksanakan dalam lingkungan alamiah (Walidin, Saifullah & Tabrani, 2015). Penelitian ini dilakukan dalam lingkungan yang alami tanpa intervensi atau manipulasi variabel yang terlibat.

Penelitian kualitatif menggunakan pendekatan studi kasus, yaitu metode yang digunakan untuk memahami individu secara menyeluruh dan terintegrasi, sehingga dapat memperoleh pemahaman mendalam tentang individu tersebut serta mengidentifikasi masalah yang dihadapinya dengan tujuan untuk menyelesaikan masalah tersebut dan mendukung perkembangan individu yang positif (Rahardjo dan Gudnanto, 2022).

Studi kasus merupakan metode pengumpulan data yang melibatkan pemeriksaan secara menyeluruh terhadap berbagai aspek fisik dan psikologis individu dengan maksud untuk memperoleh pemahaman yang dalam dan komprehensif. Dalam konteks penelitian kualitatif, studi kasus dapat dijelaskan sebagai strategi di mana peneliti menganalisis program, peristiwa, aktivitas, proses, atau satu atau lebih individu tertentu (Creswell, 2016). Kasus-kasus ini memiliki batasan waktu dan aktivitas tertentu, sehingga peneliti perlu mengumpulkan

informasi yang rinci melalui berbagai metode pengumpulan data selama periode waktu yang ditentukan. Miller menggambarkan studi kasus sebagai analisis mendalam tentang satu atau lebih komunitas, organisasi, atau individu untuk memahami bagaimana mereka menginterpretasikan sebuah peristiwa dalam hidup mereka (Pawito, 2007).

Waktu yang digunakan dalam penelitian ini selama 3 bulan yaitu pada bulan Maret 2023 – April 2023 di kecamatan Tomohon Tengah kecamatan Tomohon Tengah, Kelurahan Matani Satu. Adapun yang menjadi subjek dalam penelitian ini 3 orang, yang masing – masing 1 orang yang merupakan remaja wanita dari keluarga broken home dan yang 2 orang merupakan subjek tambahan untu mendapatkan informasi yang lebih mendalam.

Untuk membuat penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan, diperlukan penggunaan teknik pengumpulan data yang sesuai dan mendukung proses analisis data. Dalam penelitian ini, teknik yang digunakan mencakup observasi dan wawancara. Setelah data terkumpul, peneliti akan melakukan analisis deskriptif kualitatif dengan mengikuti teknik analisis data yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman (Sugiyono, 2019). Analisis data dimulai dengan tahap reduksi data, kemudian dilanjutkan dengan tahap penyajian data, dan tahap terakhir adalah pengambilan kesimpulan dan verifikasi.

Selanjutnya, setelah data dianalisis, akan dilakukan pengecekan keabsahan data. Dalam penelitian ini, uji keabsahan data akan menggunakan model triangulasi. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang melibatkan penggunaan sumber data lain di luar data yang sedang

diperiksa, sebagai cara untuk membandingkan dan memverifikasi keakuratan data tersebut (Moleong, 2010).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan kerangka teori yang diperkenalkan oleh Folkman dan Lazarus, dengan mempertimbangkan dua aspek penting dalam *coping*, yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Melalui wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti, subjek penelitian ini dipilih dari remaja yang tinggal di desa Matani Satu, Tomohon.

Keluarga yang mengalami retakan (*broken home*) dapat dilihat dari dua sudut pandang (Willis dan Sofyan, 2010). Pertama, keluarga dapat dianggap retak ketika strukturnya tidak utuh karena salah satu anggota keluarga meninggal atau mengalami perceraian. Kedua, meskipun orang tua tidak bercerai, keluarga masih bisa dianggap retak jika struktur keluarganya tidak lagi utuh karena salah satu orang tua tidak berada di rumah atau kehilangan kasih sayang dan komunikasi di antara anggota keluarga terganggu oleh konflik dan pertengkaran. Sebagai contoh, ketika orang tua sering bertengkar, ini dapat menyebabkan keluarga tersebut mengalami ketidakehatan secara psikologis.

Dari pemahaman di atas, dapat disimpulkan bahwa *broken home* tidak hanya terbatas pada situasi perceraian, tetapi juga mencakup keluarga yang mengalami konflik, kurangnya kasih sayang, dan gangguan komunikasi antara anggota keluarga akibat kesibukan masing-masing.

Sebagai contoh kasus yang mencerminkan teori yang dijelaskan oleh Sofyan, subjek PA mengalami perceraian orang tuanya. Perceraian ini disebabkan oleh berbagai faktor,

termasuk kurangnya komunikasi antara ayah dan ibu, masalah keuangan, perselingkuhan, dan kekerasan dalam rumah tangga. Subjek PA menghadapi berbagai masalah, termasuk masalah keluarga dan masalah di lingkungan sekitarnya. Situasi ini menciptakan perasaan malu, kesedihan, frustrasi, dan rasa sakit hati pada subjek, dan ia sering menjadi sasaran intimidasi oleh teman-temannya.

Efek perceraian mengacaukan kehidupan subjek, menciptakan perasaan bosan, frustrasi, dan kebencian, dan mendorongnya untuk lebih sering meninggalkan rumah untuk mencari hiburan dan kenyamanan. Subjek memiliki permasalahan yang muncul dari lingkungan keluarga dan lingkungan sekitarnya. Masalah keluarga yang sangat mempengaruhi hidupnya hingga ia melakukan tindakan yang merugikan dirinya sendiri karena kehilangan banyak hal dalam pekerjaannya dan itu karena masalah hidupnya, kurangnya kasih sayang, dan perhatian dari kedua orang tuanya yang sempurna, kehilangan.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi peneliti, dampak *broken home* yaitu: 1) *Psychological disorder*, adalah anak yang memiliki kecenderungan agresif, menolak melakukan, tidak stabil, sensitif dan temperamental.; 2) *Academic problem*, meliputi kecenderungan malas belajar dan motivasi berprestasi menurun; 3) *Behavioral Problem*, misalnya kecenderungan perilaku menyimpang; pemberontakan, intimidasi, merokok dan alkohol, perjudian dan seks bebas; dan 4) *Spiritual problem*, adalah kondisi anak yang kehilangan sosok ayah atau ibu (Ramadhani, 2021).

Menurut teori tersebut, subjek mengalami dampak negatif dari situasi PA yang berupa gangguan kesehatan mental. Subjek menghadapi kehilangan

sosok ayah pada saat yang kritis, di mana kehadiran ayah menjadi teladan dan contoh yang sangat penting bagi perkembangannya di masa depan. Kehilangan sosok ayah ini menciptakan situasi di mana subjek harus mencari panduan dan teladan yang sangat berarti untuk perkembangan pribadinya. Kehilangan ayah juga memiliki konsekuensi materi, mengharuskan subjek untuk lebih memikirkan dan bekerja keras karena tidak ada dukungan keuangan yang tersedia.

Kehidupan orang tua subjek yang sibuk dengan pekerjaan juga menyebabkan kurangnya waktu yang dihabiskan bersama subjek. Kehilangan sosok ayah mengakibatkan terputusnya ikatan emosional, kekurangan figur yang dihormati atau ditakuti, serta kekurangan pengawasan dan bimbingan yang dapat membantu subjek menghindari perilaku yang berpotensi merusak diri sendiri.

Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan yang telah dilakukan peneliti terdapat subjek remaja korban *broken home* di Kelurahan Matani satu Tomohon. Sesuai dalam teori Lazarus dan Folkman terdapat dua jenis strategi *coping* antara lain:

Strategi *coping* berfokus pada masalah (*problem focused coping*). Adapun tiga aspek yaitu; aspek konfrontasi, aspek mencari dukungan sosial, dan aspek merencanakan pemecahan masalah.

Strategi *coping* berfokus pada emosi (*emotion focused coping*). Adapun empat aspek yaitu; aspek kontrol diri, aspek melarikan diri atau menghindar, aspek menerima tanggung jawab, dan aspek penilaian secara positif.

Dari hasil wawancara subjek sesuai dengan teori Lazarus dan Folkman terdapat dua jenis strategi *coping* dalam menyelesaikan masalahnya. Subjek

remaja yang menjadi korban keluarga *broken home* menunjukkan variasi dalam pendekatan mereka dalam menangani masalah. Pada subjek PA, terlihat bahwa strategi penanganan yang digunakan adalah fokus pada permasalahan (*problem-focused coping*). Alasan di balik ini adalah adanya dukungan dari orang-orang terdekat subjek yang membantu dalam menghadapi situasi yang dia alami. Strategi ini dapat diidentifikasi sebagai bagian dari pencarian dukungan sosial.

Subjek PA lebih memilih mengadopsi strategi penanganan yang berlandaskan perspektif Kristen. Hal ini dipengaruhi oleh kata-kata ibunya yang selalu terpatri dalam pikirannya: "Tidak peduli seberat apa pun masalah yang kamu hadapi, hadapilah dengan ikhlas, dan di balik itu akan ada hikmah dan pelajaran hidup." Akibatnya, subjek ini lebih dekat dengan iman, menjalankan ajaran-ajaran agamanya seperti beribadah, berdoa, dan meminta pertolongan dari Tuhan. Subjek percaya bahwa setiap masalah memiliki solusinya dan menghargai ide bahwa dengan ketabahan dan dukungan Tuhan, tidak ada yang tidak mungkin diatasi.

Maka dari itu, subjek menerapkan pendekatan yang kuat terhadap keyakinan agamanya dalam menghadapi tantangan hidupnya. Hal ini menegaskan bahwa ia merasa bahwa segala hal memiliki jalan keluar dan bahwa ketekunan serta dukungan dari Tuhan sangatlah penting.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Strategi *Coping* dan Resiliensi Remaja Perempuan dari Keluarga *Broken Home* di Kelurahan Matani Satu Tomohon, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini mengungkapkan bahwa remaja

perempuan yang berasal dari keluarga *broken home* di Kelurahan Matani Satu Tomohon menghadapi berbagai masalah, seperti stres, kesedihan, kekecewaan, perasaan malu, sering menjadi korban *bully*, pengucilan sosial, kehilangan salah satu orang tua, dan terkadang melakukan tindakan yang merugikan diri sendiri. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dampak dari *broken home* dapat berdampak pada gangguan psikologis.

Dalam mengatasi masalah ini, remaja korban *broken home* di Kelurahan Matani Satu Tomohon menggunakan dua jenis strategi coping. Pertama, mereka mengadopsi pendekatan penyelesaian masalah (*problem focused coping*), di mana mereka aktif mencari solusi untuk mengatasi akar permasalahan mereka dengan tujuan mengurangi tingkat stres. Kedua, mereka cenderung mencari dukungan sosial, baik dari keluarga, teman-teman, maupun melalui intensifikasi hubungan spiritual dengan Tuhan sebagai pencipta.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa remaja perempuan ini lebih memilih pendekatan *problem focused coping* dalam menghadapi masalah mereka, yaitu dengan fokus pada penyelesaian masalah.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. (2009). Psikologi Umum, edisi revisi 2009.
- Aldwin, M.C., & Revenson, A. T. (1987). *Does Coping Help? A Reexamination of Relation Between Coping and Mental Health*. Journal of Personality and social Psychologi, 53(2), 337-348.
- Creswell, John W. (2016). *Research Design : Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran*. Edisi Keempat (Cetakan Kesatu). Yogyakarta Pustaka pelajar.
- Folkman, S, Lazarus, R, S Schetter, C, D., DeLongis, A., & RJ. 1986. *Dynamics of stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter*. Journal of Personality and Social Psychologi, 50, 992-1003.
- Moleong, L. J. (2010). Penelitian Kualitatif
- Pawito, P. D. (2007). Penelitian Komunikasi Kualitatif, Yogyakarta: PT. Lks Pelangi Aksara Yogyakarta. Metodologi. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Poerwandari, E. (2005). Kristi Pendekatan Kualitatif Penelitian Perilaku Manusia.
- Ramadhani, Putri Erika. (2019). "Analisis Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Anak Remaja", Jurnal Pekerjaan Sosial, Vol. 2 No.1
- Rahardjo, S., & Gudnanto, S. P. (2022). *Pemahaman Individu teknik nontes*. Prenada Media.
- Sarafino, E, P. 2006. *Health Psychology*. Inggris: John Willey & Sons, Inc.
- Santrock, W, J. (2007). *Perkembangan Anak. Edisi ketujuh*, jilid dua. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Walidin, W., Saifullah, & Tabrani. (2015). Metodologi Penelitian Kualitatif & Grounded Theory. Banda Aceh: FTK Ar-Raniry Press
- Weiten, Wayne & Loyd, M.A. 2006. *Psychology Applied To Modern Life: Adjustment in The 21 Century*. Belmont. Wadsworth cengage Learning.

Willis, S., & Sofyan, K. K. (2010).
Family counseling. *Alfabeta:*
Bandung, Indonesia.