

***SUBJECTIVE WELL BEING MAHASISWA YANG
ORANGTUANYA BERPISAH***
**(Studi Pada Mahasiswa di Program Studi Psikologi, Universitas
Negeri Manado)**

Alfi S. T. B. Munthe

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email : alfiseren645@gmail.com

Jofie H. Mandang

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

Theophany D. Kumaat

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email : td.kumaat@unima.ac.id

Abstrak: *Subjective Well-being* adalah suatu keadaan dimana seseorang mempersepsikan dan mengevaluasi sesuatu yang terjadi dalam hidupnya, baik evaluasi secara afektif maupun kognitif dengan orang lain dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengalaman dan persepsi mahasiswa Program Studi psikologi jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan fakultas ilmu pendidikan dan psikologi universitas negeri manado mengenai *Subjective Well Being* mereka setelah mengalami perpisahan orangtua. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif fenomenologi. Informan dalam penelitian ini berjumlah dua orang, pengambilan sample dalam penelitian ini adalah purposive sampling, Metode yang digunakan adalah observasi, wawancara terstruktur dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan kedua informan memiliki pengalaman dan persepsi yang berbeda *pasca* perpisahan orangtua dilihat dari komponen dimensi *subjective well being* yaitu komponen kognitif dan komponen afektif.

Kata Kunci: *Subjective Well Being, Orangtua Berpisah*

Abstract: *Subjective Well-being* is a condition where a person perceives and evaluates everything that happens in their life, both cognitively and affectively evaluating other people and adapting to the surrounding environment. This research aims to determine the experiences and perceptions of students in the psychology study program majoring in educational psychology and guidance from the faculty of educational sciences and psychology, Manado State University regarding their *Subjective Well Being* after experiencing parental separation. This research uses qualitative phenomenological research methods. There were two informants in this study, the sample taken in this study was purposive sampling. The methods used were observation, structured interviews and documentation. The results of the research showed that the two informants had different experiences and perceptions after their parents' separation, seen from the components of the subjective well-being dimension, namely the cognitive component and the affective component, according to Diener.

Keywords: *Subjective Well Being, Parents Separate*

PENDAHULUAN

Perkawinan merupakan tanda resmi pertama yang menandai hubungan antara seorang perempuan dan laki-laki yang saling mencintai dan berubah status menjadi sah dan sah menjadi suami-istri. Pernikahan ditandai dengan bersatunya kedua keluarga dan dibangunnya sistem keluarga baru. Pernikahan membutuhkan penyesuaian dari kedua pasangan. Penyesuaian diri merupakan interaksi yang berkelanjutan terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungan (Calhoun dan Acocella, 1990). Ada tiga tanda yang menunjukkan proses penyesuaian dalam pernikahan: konflik, komunikasi, dan berbagi pekerjaan rumah. Hubungan interpersonal tidak selalu mulus, seperti halnya hubungan suami istri (Lestari, 2014).

Konflik diartikan sebagai perilaku seseorang yang tidak menyukai pikiran, perasaan, dan tindakan orang lain (McCullum, 2009). Konflik juga bisa muncul dalam keluarga. Konflik keluarga dapat muncul karena perilaku yang berlawanan atau perselisihan antar anggota keluarga. Yang membedakan konflik dalam keluarga dengan konflik dalam kelompok sosial adalah karakter hubungan keluarga dalam hal intensitas, kompleksitas, dan durasi. Menurut Sillars dkk tatanan konflik dalam keluarga adalah konflik antar saudara, konflik antara orang tua dengan anak, dan antara suami dan istri. Konflik yang berkepanjangan dalam hubungan perkawinan yang tidak terselesaikan dapat berujung pada perpisahan dan perceraian (Lestari, 2014).

Remaja yang orang tuanya bercerai seringkali mengalami tekanan mental seperti stres dan depresi yang menyebabkan remaja memiliki perilaku sosial yang buruk. Pendapat tersebut berasal dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian remaja di

kota Banda Aceh yang orang tuanya bercerai mempunyai perilaku yang tidak sesuai dengan norma sosial, seperti tidak patuh pada orang lain, kurang patuh pada orang lain. memahami tugas yang diberikan oleh orang lain. guru, tidak tertarik untuk belajar. dan sering menyela orang lain untuk menarik perhatian. Selain karena alasan perceraian orang tuanya, perilaku remaja ini juga dilatarbelakangi oleh keadaan masa remaja yang dianggap sebagai tahapan penting dalam kehidupan. Masa ini dianggap sebagai masa yang sangat berbahaya ketika banyak perubahan terjadi dalam kehidupan setiap individu. Seringkali dianggap sebagai masa transisi di mana individu mencari identitasnya tetapi juga menghadapi masalah (Aziz, 2020).

Remaja yang orang tuanya bercerai cenderung mengalami kesejahteraan subjektif yang rendah. Perasaan sedih yang berkepanjangan yang berujung pada depresi merupakan dampak jangka panjang bagi para remaja yang orang tuanya bercerai (Uphold-Carrier & Utz, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian, remaja yang orang tuanya bercerai lebih besar kemungkinannya mengalami kegagalan dalam membangun kesejahteraan subjektif karena lebih sering mengalami dampak negatif (Ayulanningsih, 2020).

Subjective Well-Being merupakan suatu hal yang penting dalam kehidupan seseorang. Orang-orang melakukan banyak hal berbeda untuk merasa sejahtera dalam hidup mereka. Kebahagiaan merupakan bagian dari kesejahteraan subjektif karena merupakan pandangan subjektif terhadap keseluruhan hidup seseorang. Selain itu, penting untuk diteliti dan dikaji karena menggambarkan kualitas hidup seseorang (Bukhari dan Khanam, 2015).

Salah satu teori yang membahas kesejahteraan psikologis pada individu adalah kesejahteraan subjektif. Kesejahteraan subjektif adalah tingkat kesejahteraan individu berdasarkan evaluasi afektif dan kognitif yang terkait dengan kehidupan mereka (Diener, Oishi, & Lucas, 2015). Subjective well-being dapat diukur melalui tiga komponen, yaitu neurotisme sebagai representasi dari dimensi afektif, kepuasan hidup sebagai representasi dari dimensi kognitif dan juga kebahagiaan (Compton & Hoffman, 2013).

Dampak psikologis dibedakan menjadi dampak emosional, dampak kognitif/psikomotor, serta dampak kognitif, yang semuanya mempengaruhi kemampuan adaptasi diri subjek sehingga mempengaruhi kemampuan adaptasi diri subjek. Anak yang tidak siap menghadapi kehilangan akan sangat terpuak dan mungkin mengalami perubahan perilaku seperti marah, membangkang, melamun, mudah tersinggung, menarik diri, dan lain-lain. Jika hal ini terjadi, anak bisa kehilangan kendali (Aminah dkk, 2014).

Kesejahteraan subjektif informan VN dan Dn cenderung tinggi karena informan VN dan Dn mendapat pendidikan yang baik dari orang tuanya. Meski sebenarnya orang tua Vn bukanlah orang tua kandungnya, namun perlakuan Pakde Bude terhadap Vn ibarat cara orang tua memperlakukan anak kandung mereka, dan Pakde Bude mengajarkan agama dengan baik. Meskipun Dn tinggal bersama ibunya, namun ibu Dn mengajarkan banyak hal baik, memberikan kasih sayang, tetap peduli dengan pendidikan anaknya dan tidak melibatkan dirinya dalam permasalahan anaknya. Bagi informan A, SWB-nya cenderung rendah karena pola asuh orang tua yang kurang baik.

Sejak kecil An sudah terbiasa dengan konflik orang tuanya dan An sering disalahkan setiap kali orang tuanya berselisih. Kesulitan ekonomi juga menyebabkan ibu An sering marah kepada An sehingga membuat An mudah tersinggung dan marah. Selain itu, orang tua An juga kurang mengajarkan pemahaman agama kepada anaknya. Hal ini membuat An tampak seperti kehilangan kendali saat menghadapi masalah. Tidak ada bimbingan atau teladan dalam keluarga An, sehingga An kesulitan menemukan contoh sikap yang benar dalam menghadapi permasalahan (Astuti dan Anganthi, 2016).

Berdasarkan hasil observasi awal peneliti dengan mengunjungi program studi Psikologi Universitas Negeri Manado dan mengamati mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan akademik dan sosial di lingkungan kampus, Peneliti mengamati perilaku, ekspresi wajah, dan interaksi sosial mahasiswa, dan mencatat segala hal yang berkaitan dengan kesejahteraan subjektif mereka. Selama observasi, peneliti melihat bahwa beberapa mahasiswa yang orangtuanya berpisah cenderung lebih tertutup dan kurang bergaul dengan teman mereka. Namun, peneliti juga melihat bahwa beberapa mahasiswa yang orangtuanya berpisah ternyata memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi dan memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah keluarga mereka. Beberapa mahasiswa tersebut terlihat lebih mudah bergaul dengan teman sekelas mereka dan cenderung lebih terbuka dalam berbicara tentang masalah keluarga mereka. Mereka juga terlihat lebih mampu mengatasi tekanan akademik dan sosial dengan lebih baik.

Observasi awal ini akan membantu peneliti untuk memahami lebih dalam tentang fenomena *subjective well-being* pada mahasiswa yang orangtuanya

berpisah dan memberikan arahan pada penelitian kualitatif selanjutnya, seperti dalam pemilihan partisipan, metode pengumpulan data, dan analisis data. Hal itu penting untuk dilakukan dengan dasar bahwasanya perpisahan orangtua sangat mempengaruhi kesejahteraan psikologis anak, kompleksnya perpisahan orangtua dapat mempengaruhi kepribadian, religiusitas maupun pandangan anak terhadap masa depan.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif (*qualitative research*) dan pendekatan yang digunakan adalah pendekatan fenomenologis. Hal ini kami sampaikan karena penelitian ini menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi yang aktual sesuai dengan fenomena yang tampak di lapangan.

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode fenomenologi. Menurut Polkinghore, fenomenologi adalah suatu kajian yang bertujuan untuk memberikan wawasan tentang makna pengalaman banyak individu terkait dengan suatu konsep tertentu (Herdiansyah, 2015). Dalam pendekatan fenomenologis, peneliti mencoba memahami makna suatu peristiwa dan juga menjalin hubungan dengan orang-orang yang berada dalam situasi tertentu. Pendekatan ini menekankan pengalaman subjektif manusia serta interpretasi terhadap dunia (Moleong, 2013).

Alasan penulis menggunakan metode penelitian kualitatif dalam penelitian ini karena ingin mempelajari dan memahami lebih dalam mengenai kondisi *Subjective well-being* pada mahasiswa yang orangtuanya berpisah. Data yang diperoleh dari metode penelitian kualitatif bersifat deskriptif sehingga memungkinkan peneliti untuk

menjawab pertanyaan penelitian dan mencapai tujuan penelitian.

Dalam penelitian kualitatif, istilah sampel diganti dengan subjek, informan, partisipan, atau tujuan penelitian. Dalam hal ini peneliti akan menggunakan istilah informan sebagai sampel penelitiannya. Teknik yang digunakan untuk mengidentifikasi subjek dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Purposive sampling merupakan teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2017).

Subjek yang akan diambil sebanyak dua orang mahasiswa yang orangtuanya berpisah, hal ini dimaksudkan untuk mengetahui apakah ada perbedaan tentang gambaran *subjective well-being* pada individu yang berbeda dalam situasi yang sama. Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini untuk mendapatkan informasi yang maksimal menggunakan dua teknik yaitu: wawancara dan observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam komponen *subjective well being* antara kedua informan. Penelitian ini menggunakan komponen subjective well being oleh Diener (Rakhman dkk, 2018).

Life satisfaction kedua informan memiliki tingkat kepuasan hidup yang rendah diawal perpisahan orangtua mereka. Namun seiring berjalannya waktu informan mulai menunjukkan perbedaan diantara keduanya. Informan RAM cenderung kurang puas dengan kehidupannya dan hanya menjalani kehidupan dengan mengikuti alurnya saja. Informan RAM juga menilai bahwa dirinya menjadi pribadi yang lebih tertutup dibanding orang lain yang

kemudian diperkuat oleh pertanyaan dari ketiga informan pendukung RAM. Sedangkan informan RY memiliki kepuasan hidup yang baik untuk setiap pencapaian dan kehidupannya hingga saat ini. Informan RY tetap berusaha untuk menikmati hidup yang hanya satu kali dan tumbuh menjadi pribadi yang terbuka dengan setiap orang dan mampu melewati keadaan buruk dimasa lalu berkat dukungan dari lingkungan sekitarnya.

Afek positif yang ditunjukkan kedua informan memiliki persamaan dimana informan RAM dan informan RY berusaha untuk tetap bisa melanjutkan pendidikan mereka dengan baik dan merancang masa depan mereka masing-masing. Kedua informan juga masih menjaga hubungan baik dengan orangtua mereka masing-masing, kedua informan juga sudah bisa mengontrol emosinya dan sudah memiliki strategi untuk meredam emosi negatif yang muncul dalam diri mereka.

Berdasarkan hasil penelitian kedua informan memiliki perbedaan yang signifikan dalam komponen afek negatif, dimana informan RAM cenderung memiliki afek negatif yang lebih tinggi dibandingkan informan RY. Informan RAM memiliki trauma akibat perpisahan kedua orangtuanya di masa remaja yang membuat RAM takut untuk berpacaran dan membangun rumah tangga dimasa depan. Informan pernah mencoba untuk mengakhiri hidup pada awal perpisahan kedua orangtuanya namun informan tetap bisa *survive*, informan RAM juga menjadi orang yang menutup diri dan takut untuk bertemu dengan orang baru. Informan juga sangat membatasi dirinya untuk dekat dengan orang lain, tidak rajin beribadah dan tidak memiliki minat untuk mengikuti kegiatan sosial dan lebih sering mengurung diri di dalam kamar. Informan RY juga memiliki

trauma masa kecil yang diakibatkan perpisahan orangtuanya yang membuat informan RY tidak ingin berpacaran dan membangun rumah tangga dimasa depan. Informan RY juga awalnya beranggapan bahwa dirinya sudah tidak memiliki masa depan. Namun seiring berjalannya waktu informan sudah menerima keadaan dan juga sangat excited jika membahas masa depan. Informan mengaku bahwa dirinya ingin fokus meningkatkan value dan berusaha untuk menikmati hidupnya. Selain itu informan juga belajar mengontrol diri melalui pengalaman spiritualnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap mahasiswa yang orangtuanya berpisah (Studi pada mahasiswa di Program Studi Psikologi Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Negeri Manado) dengan menggunakan teori Diener (Rakhman dkk, 2018) dengan mengaplikasikan kerangka konsep komponen *subjective well being* yaitu *life satisfaction*, afek positif dan afek negatif. Melalui analisis data, peneliti berhasil mengidentifikasi perbedaan antara hasil yang didapatkan dari hasil wawancara informan 1 (RAM) dan informan 2 (RY).

Informan RAM lebih mendominasi dalam penilaian afek negatif sebagai dampak perpisahan orangtuanya. Hal ini ditunjukkan oleh informan RAM yang cenderung mengalami stres yang lebih tinggi dan menjadi sosok pendiam dan menutup diri sebagai dampak emosional yang mendalam akibat perpisahan orangtuanya. Sebaliknya informan RY lebih mendominasi pada afek positif dan *life satisfaction*. Informan RY cenderung melihat sisi positif dan berusaha untuk mengontrol diri dan

menikmati hidup setelah perpisahan orangtuanya serta selalu bersikap terbuka dan berada di lingkungan pertemanan yang mendukung informan dalam pembentukan *well being*-nya.

Perbedaan hasil ini menggambarkan pentingnya melibatkan berbagai perspektif dalam penelitian *subjective well-being*, terutama dalam konteks peristiwa yang kompleks seperti perpisahan orangtua.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah., Andayani, T. R., & Karyanta, N. A. (2014). Proses Penerimaan Anak (Remaja Akhir) terhadap Perceraian Orang Tua dan Konsekuensi Psikososial yang Menyertainya. *Journal of Health Education*, 1, (1), 1-11.
- Astuti, Y. & Anganthi, N. R. N (2016). Subjective Well Being pada Remaja dari Keluarga Broken Home, 1, 173-174.
- Ayulanningsih, K. (2020). Welas asih diri dan subjective well-being pada remaja dengan orangtua bercerai. *Psikologika*, 25(1), 85-96
- Aziz, M. (2015). Perilaku sosial anak remaja korban broken home dalam berbagai perspektif. *Jurnal AlIjtimaiyyah*, 1(1), 30-50
- Bukhari, R., & Khanam, S. J. (2015). Happiness and life satisfaction among depressed and non depressed university students. *Pakistan Journal of Clinical Psychology*, 14(2), 49–59.
- Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1990). Psychology of adjustment and human relationships. (*No Title*).
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). Positive psychology: The science of happiness and flourishing (2nd ed.). California: Sage
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National Accounts of Subjective WellBeing. *American Psychologist*, 70(3), 234–242. doi:10.1037/a0038899
- Herdiansyah, H. (2015). Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi. Jakarta: Salemba Humanika
- Lestari, S. (2014). Psikologi keluarga. Jakarta: Prenadamedia Group.
- McCollum, S. (2009). *Managing conflict resolution*. Infobase Publishing.
- Moleong, L. J. (2013). Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Rakhman M, Fatwa T, Nina ZS. (2018). Gambaran Subjective Well-Being Anak Perempuan pada Komunitas Rumah Belajar Indonesia Bangkit (RBIB) di Yogyakarta. Seminar Nasional Dan Call For Paper : “Community Psychology” Sebuah Kontribusi Psikologi Menuju Masyarakat Berdaya Dan Sejahtera. Yogyakarta. ISBN : 978-600-18323-2-5.
- Sugiyono, 2017. Metode Penelitian Kualitatif. Untuk Penelitian Yang Bersifat: Eksploratif, Enterpretif, Interaktif Dan Konstruktif. Alfabeta. Bandung.
- Uphold-Carrier, H., & Utz, R. (2012). Parentaldivorce among young and adult children:A long-term quantitative analysis ofmental health and family solidarity.*Journal of Divorce and Remarriage*,53(4), 247–266. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/10502556.2012.66327>.