



DOI: <https://doi.org/10.38035/jmpis.v7i4>
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Dampak Perceraian Orang Tua terhadap Kebutuhan Afeksi dan Kecenderungan Pencarian Validasi Emosional pada Remaja: Studi tentang Relasi Interpersonal dalam Keluarga *Broken Home*

Peter Viadiawan^{1*}

¹Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia, Peterviadiawan03@gmail.com

*Corresponding Author: Peterviadiawan03@gmail.com

Abstract: Family is the first environment where adolescents receive affection and a sense of security. However, in 2024, 251,125 divorce cases were recorded, accounting for approximately 63% of all divorce cases nationwide, and were caused by prolonged domestic conflicts. This study aims to analyze the impact of parental divorce on adolescents' need for affection and their tendency to seek emotional validation, as well as its influence on the formation of interpersonal relationships. The study employed a qualitative approach using the In-depth Interview method. Data were collected through semi-structured in-depth interviews with adolescents from divorced families, selected purposively. The data were analyzed using thematic analysis through the stages of data reduction, data display, and conclusion drawing, while data validity was ensured through source and technique triangulation as well as member checking. The findings indicate that adolescents feel their need for affection is unmet due to the absence of a parental figure, leading them to seek it from peers and romantic partners. These adolescents strongly desire acceptance and fear abandonment, although they express these needs in different ways. Some tend to internalize their feelings by overthinking and attempting to please others in order to gain acceptance, while others externalize their emotions by conforming to group behaviors and responding harshly to criticism. The study concludes that parental divorce contributes to heightened affection needs, dependence on external validation, and relationship patterns characterized by anxiety about abandonment that may persist into early adulthood.

Keywords: Parental Divorce, Broken Home, Affection Needs, Emotional Validation, Interpersonal Relationships

Abstrak: Keluarga adalah lingkungan pertama tempat remaja mendapatkan kasih sayang dan rasa aman, namun pada tahun 2024 tercatat sebanyak 251.125 kasus perceraian atau sekitar 63% dari total kasus perceraian nasional disebabkan oleh konflik rumah tangga yang berkepanjangan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak perceraian orang tua terhadap kebutuhan afeksi dan kecenderungan pencarian validasi emosional pada remaja serta pengaruhnya terhadap pembentukan relasi interpersonal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam (*In-depth Interview*). Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur terhadap remaja dari keluarga

yang mengalami perceraian orang tua dan dipilih secara purposif. Data dianalisis menggunakan analisis tematik melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, sedangkan keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan teknik serta *member checking*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja merasa kebutuhan kasih sayang tidak terpenuhi karena ketiadaan figur orang tua, sehingga mereka mencarinya pada teman sebaya dan pasangan. Para remaja ini sangat membutuhkan penerimaan dan takut kehilangan, tetapi dengan cara yang berbeda. Remaja yang cenderung memendam, misalnya berpikir berlebihan dan berusaha menyenangkan orang lain agar diterima, berbeda dengan remaja yang melampiaskan ke luar dengan mengikuti perilaku kelompok dan menanggapi kritik secara keras. Penelitian ini menyimpulkan bahwa perceraian orang tua membentuk kebutuhan afeksi yang tinggi, ketergantungan pada pengakuan dari luar, serta pola relasi yang diwarnai kecemasan akan ditinggalkan hingga masa dewasa awal.

Kata Kunci: Perceraian Orang Tua, *Broken Home*, Kebutuhan Afeksi, Validasi Emosional, Relasi Interpersonal

PENDAHULUAN

Bagi semua manusia, rumah adalah lingkungan sosial yang paling awal dan paling penting. Perspektif seseorang tentang diri mereka sendiri dan dunia di sekitar mereka dibentuk di lingkungan rumah. Seperti yang dikatakan oleh Elmanora dkk. (2023), kehidupan seseorang dimulai dari rumah, dan keluarga mengurus kebutuhan emosional dan fisik mereka sebagai remaja. Kebutuhan fisik, psikologis, dan emosional remaja semuanya terpenuhi dalam konteks keluarga mereka. Perkembangan kepribadian yang sehat pada anak bergantung pada rasa aman, cinta, perhatian, dan dukungan emosional yang diberikan oleh orang tua dan anggota keluarga penting lainnya (Maulina & Budiyo, 2021). Nilai hubungan interpersonal, pentingnya mendengarkan orang lain, dan pengembangan kepercayaan adalah keterampilan yang diperoleh remaja dari interaksi keluarga mereka. Banyak orang percaya bahwa kehidupan rumah tangga yang stabil sangat penting untuk perkembangan mental dan sosial remaja yang sehat (Basalamah & Pebriani, 2024).

Target demografis untuk penelitian ini adalah remaja. Menurut Izzani, Octaria, dan Linda (2024), usia antara 10 hingga 18 tahun dikenal sebagai masa remaja, dan ditandai dengan perubahan besar pada fisik, mental, emosional, dan sosial seseorang ketika ia beranjak dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Pencarian identitas diri sendiri berada di garis depan dalam periode perkembangan fisik dan mental yang cepat ini. Perkembangan psikologis remaja yang sehat dan rasa harga diri sangat dipengaruhi oleh ikatan emosional yang kuat yang mereka bentuk dengan orang tua mereka, menurut Elmanora dkk. (2023). Remaja sangat bergantung pada dukungan dan cinta dari keluarga mereka saat mereka menavigasi perjalanan pencarian jati diri. Gangguan pada dinamika keluarga, seperti perceraian, dapat membuat sulit, bahkan tidak mungkin, untuk memenuhi tuntutan ini.

Kemampuan untuk menjaga hubungan keluarga tetap harmonis menurun seiring berjalannya waktu. Perceraian, disini yang dapat diakibatkan oleh berbagai perselisihan dalam pernikahan, mengubah komposisi dan juga peran keluarga secara signifikan (Basalamah & Pebriani, 2024). Bubarnya sebuah pernikahan memiliki dampak yang luas pada kehidupan anak-anak dan juga orang tua. Karena banyaknya gejala emosi yang mendahului perceraian, serta perubahan di lingkungan rumah, pengaturan hak asuh, dan kontak yang terbatas dengan salah satu orang tua, remaja terkadang berada dalam posisi yang rentan ketika perceraian terjadi. Remaja dapat mengalami ketidaknyamanan psikologis sebagai akibat dari beberapa peristiwa kehidupan, termasuk perceraian (Ainina & Wulandari, 2023).

Anak-anak dan remaja termasuk di antara jutaan keluarga Indonesia yang terkena dampak buruk dari bencana sosial, yaitu perceraian. Terdapat 463.654 kasus perceraian di Indonesia pada tahun 2023, menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) disini. Meskipun jumlah ini turun menjadi 394.608 pada tahun 2024, data ini masih menunjukkan bahwasanya rata-rata lebih dari 1.000 pasangan bercerai setiap harinya. Dari tiga wilayah di Jawa, Jawa Barat mencatat 88.842 perceraian, Jawa Timur 77.658, dan Jawa Tengah 64.569. Perceraian merupakan hal yang umum terjadi di kalangan orang tua saat ini, dan anak-anak dari orang tua yang bercerai menghadapi banyak tantangan sosial dan psikologis sebagai akibat dari perubahan dinamika keluarga (Ainina & Wulandari, 2023).

Menurut data dari BPS, alasan utama orang Indonesia bercerai adalah karena pertengkaran dan juga perselisihan yang terus-menerus. Perceraian disini terjadi pada 251.125 kasus pada tahun 2024, dengan perselisihan rumah tangga jangka panjang mencapai kisaran 63% dari semua perceraian. Alasan kedua yang paling umum, dengan 100.198 kasus (atau hampir 25% dari semua perceraian) melibatkan masalah keuangan. Mayoritas remaja yang orang tuanya berpisah harus menghadapi dampak emosional dari perpisahan tersebut serta ketegangan melihat keluarga mereka bertengkar selama bertahun-tahun menjelang perceraian, menurut statistik.

Berasal dari keluarga yang broken home menggambarkan banyak remaja yang keluarganya mengalami perceraian. Ketika orang tua tidak dapat bekerja sama sebagai satu kesatuan karena permusuhan, perpisahan, atau perceraian yang berkelanjutan, hasilnya adalah keluarga yang tidak berfungsi (Noni & Aviani, 2024). Remaja yang berasal dari latar belakang keluarga yang berantakan (*broken home*) lebih mungkin mengalami gangguan emosional, kesejahteraan psikologis yang lebih rendah, masalah dalam hubungan, dan masalah penyesuaian sosial dibandingkan dengan remaja yang berasal dari keluarga yang utuh, menurut beberapa penelitian. Dampak perceraian orang tua terhadap kesehatan mental remaja dapat bertahan hingga dewasa, menurut penelitian longitudinal oleh Tullius dkk. (2022). Sejalan dengan hal tersebut, Kartika, Riza, dan Aisha (2024) menemukan bahwa harga diri remaja yang orangtuanya bercerai sangat dipengaruhi oleh kekuatan hubungan mereka dengan orangtua dan teman sebayanya. Remaja yang memiliki kelekatan yang tidak aman cenderung memiliki harga diri yang lebih buruk. Perasaan sedih, marah, kecewa, kehilangan, terisolasi, dan ketidakpercayaan dalam interaksi interpersonal adalah beberapa cara dampak ini dapat muncul (Kirana & Suprapti, 2021).

Perkembangan kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi adalah konsekuensi yang biasa terjadi pada remaja yang terkena dampak perceraian. Kasih sayang, perhatian, kehangatan emosional, penerimaan, dan rasa memiliki merupakan contoh kebutuhan emosional (Rustina, 2022). Hubungan positif antara orang tua dan remaja sering kali memenuhi kebutuhan kasih sayang dalam rumah tangga yang bahagia. Namun, perceraian dapat menyebabkan perubahan dramatis dalam pola-pola kontak ini. Beberapa remaja mungkin mendapati bahwa mereka tidak lagi memiliki kontak rutin dengan orang tua atau hubungan mereka dengan orang tua yang masih tinggal bersama mereka berkurang. Hasilnya adalah tidak terpenuhinya kebutuhan kasih sayang yang seharusnya diberikan di dalam keluarga (Basalamah & Pebriani, 2024).

Banyak bagian dari perkembangan mental remaja yang mungkin dipengaruhi oleh kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi. Perasaan terisolasi, rendah diri, dan ketidakstabilan emosi adalah hal yang umum terjadi pada remaja yang tidak mendapatkan penguatan positif yang cukup. Mereka bisa mulai merasa tidak dicintai atau tidak penting jika hal-hal tertentu terjadi pada mereka (Kirana & Suprapti, 2021). Dorongan berikutnya untuk mencari cinta dan persetujuan dari orang lain selain anggota keluarga adalah akibat langsung dari emosi ini. Jika mereka merasa tidak dapat mengandalkan keluarga untuk mendapatkan dukungan emosional,

mereka mungkin akan mencarinya dalam hubungan lain, baik hubungan romantis maupun sosial (Ainina & Wulandari, 2023).

Remaja yang orang tuanya telah bercerai cenderung memiliki kebutuhan yang kuat akan afirmasi emosional, bersama dengan keinginan untuk mendapatkan cinta. Ketika orang lain mengenali, menerima, dan menghargai perasaan, ide, dan pengalaman seseorang, hal ini disebut validasi emosional. Validasi emosional paling baik dicapai melalui percakapan keluarga yang mendorong dan mendukung. Keinginan ini sering kali tidak terpenuhi ketika perceraian merenggangkan ikatan keluarga. *Need for approval* yang lebih kuat-yaitu, kebutuhan akan pengakuan dari orang lain yang dikombinasikan dengan rasa takut akan penolakan-teramati pada orang-orang dengan gaya kelekatan yang tidak aman, menurut penelitian Sagone, Commodari, Indiana, dan La Rosa (2023). Palila (2024) menemukan hasil yang serupa di Indonesia, yang menunjukkan bahwa remaja yang keluarganya tidak harmonis lebih cenderung bertindak dengan cara mencari perhatian terhadap orang lain dan lingkungan di sekitar mereka sebagai cara untuk mengimbangi kurangnya penerimaan yang mereka alami di rumah. Akibatnya, mereka sering kali mencari afirmasi dan persetujuan dari lingkungan sosial mereka untuk meningkatkan kepercayaan diri dan rasa aman (Delicia & Hasanat, 2022).

Banyak penelitian dalam psikologi perkembangan dan sosial yang berfokus pada bagaimana pembentukan hubungan interpersonal dipengaruhi oleh perceraian orang tua. Komunikasi, kepercayaan, dukungan emosional, dan kedekatan psikologis adalah blok bangunan dari kemitraan interpersonal (Nuban & Amseke, 2024). Pola hubungan interpersonal seseorang di kemudian hari sering kali didasarkan pada pengalaman yang mereka miliki di lingkungan keluarga ketika mereka masih muda. Harga diri remaja sangat dipengaruhi oleh kekuatan hubungan orang tua mereka, menurut Elmanora dkk. (2023). Perlu dicatat bahwa remaja dari rumah tangga yang utuh dan mereka yang kehilangan orang tua sering kali menunjukkan pola ikatan yang berbeda. Delicia dan Hasanat (2022) menemukan bahwa orang yang orang tuanya bercerai sering kali mencari dukungan emosional dari hubungan romantis, tetapi mereka juga khawatir akan melakukan terlalu banyak hal dan gagal total dalam hubungan tersebut.

Teori kelekatan (*attachment theory*) John Bowlby memberikan penjelasan untuk kejadian ini. Menurut hipotesis ini, pola interaksi interpersonal seseorang sepanjang hidupnya dibentuk oleh ikatan yang mereka bentuk dengan pengasuh utama mereka ketika masih kecil (Bowlby, 1988). Hubungan yang stabil lebih sering terjadi pada anak-anak yang orang tuanya memberikan mereka cinta dan rasa aman (*secure attachment*) yang konstan. Di sisi lain, anak-anak yang hubungan orangtuanya terpengaruh secara negatif oleh perceraian atau bentuk lain dari konflik orangtua lebih cenderung mengembangkan gaya kelekatan yang tidak aman (*insecure attachment*). Gaya ini ditandai dengan keinginan yang tinggi untuk mendapatkan persetujuan dari orang lain, ketakutan akan penolakan, dan kecemasan relasional (Delicia & Hasanat, 2022).

Ada hasil positif yang dapat dihasilkan dari perceraian orang tua, menurut sejumlah penelitian. Dukungan sosial dari teman sekelas, guru, dan juga keluarga besar membantu orang-orang tertentu menjadi sangat tangguh (Noni & Aviani, 2024; Murniasih & Irvan, 2023). Proses transisi disini dipengaruhi oleh berbagai faktornya, termasuk kualitas hubungan dengan orang tua setelah perceraian, dukungan sosial, kondisi ekonomi keluarga, dan juga sifat-sifat individu (Amalia & Cahyanti, 2021).

Terlepas dari banyaknya literatur mengenai dampak perceraian orang tua terhadap kesehatan mental remaja, masih sedikit penelitian yang membuktikan hubungan sebab-akibat antara perceraian orang tua dan kebutuhan remaja akan kasih sayang yang tinggi dan kecenderungan untuk mencari validasi emosional dalam relasi interpersonal, terutama di Indonesia. Isu-isu seperti stres, depresi, kesehatan psikologis, dan penyesuaian sosial setelah perceraian telah mendapat perhatian terbesar dalam literatur. Remaja dan dewasa muda dari

keluarga *broken home* sering kali menunjukkan pola-pola tertentu dalam interaksi sosial dan romantis mereka, yang dapat dipahami dengan mempertimbangkan pentingnya kebutuhan akan kasih sayang dan validasi emosional (Basalamah & Pebriani, 2024).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis dampak perceraian orang tua terhadap kebutuhan afeksi dan kecenderungan pencarian validasi emosional pada remaja serta implikasinya terhadap pembentukan relasi interpersonal melalui penggalan pengalaman langsung individu yang mengalaminya. Dalam rangka membantu orang tua, sekolah, dan anggota masyarakat untuk memberikan bantuan yang tepat kepada remaja yang orang tuanya telah bercerai, penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan dinamika psikologis yang dihadapi oleh remaja ini.

METODE

Melalui penggunaan wawancara mendalam, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penulis memilih metode ini karena ingin mempelajari semua yang dapat dipelajari mengenai perasaan orang-orang yang telah mengalami perceraian orang tua dan apa artinya bagi mereka, kebutuhan afeksi dan kecenderungan pencarian validasi emosional dalam relasi interpersonal. Dampak perceraian orang tua terhadap perkembangan sosial seseorang adalah fokus utama dari penelitian ini.

Dua remaja berpartisipasi sebagai subjek dalam penelitian ini; mereka dipilih dengan menggunakan metode yang disebut purposive sampling, yang mengharuskan pemilihan remaja berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Para remaja yang memenuhi syarat untuk ikut serta dalam penelitian ini memenuhi tiga syarat: (1) mereka harus mengalami sendiri perceraian orang tua; (2) mereka harus berusia antara 18 dan 25 tahun (berada di tengah-tengah masa remaja), dan (3) mereka harus bersedia untuk berbicara tentang pengalaman mereka. Karena fokus penelitian ini adalah untuk menyelidiki secara menyeluruh pengalaman (depth) para remaja dan bukannya membuat generalisasi (breadth) yang luas, seperti yang biasa dilakukan dalam penelitian studi kasus kualitatif, jumlah remaja yang dilibatkan dalam penelitian ini dibatasi seminimal mungkin.

Penulis menggunakan wawancara mendalam (in-depth interview) dengan menggunakan kerangka kerja semi-terstruktur untuk mengumpulkan data. Peneliti membuat panduan wawancara dengan beberapa pertanyaan inti yang mencakup kebutuhan emosional, validasi emosional, dan interaksi interpersonal; namun, ada juga ruang untuk mengajukan pertanyaan mendalam lebih lanjut (probing) tergantung pada jawaban remaja. Dengan izin dari para remaja, penulis merekam wawancara tatap muka dan mentranskripsinya kata demi kata sehingga penulis dapat menganalisisnya nanti. Untuk melengkapi data yang dikumpulkan dari wawancara, peneliti juga mengamati reaksi nonverbal para remaja saat mereka diwawancarai.

Reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan merupakan langkah-langkah analisis tematik (thematic analysis) yang diterapkan pada data yang diperoleh. Untuk mempersempit data, transkrip wawancara dibaca berulang kali sebelum diklasifikasikan dan diberi kode (coding) sesuai dengan topik-topik yang relevan dengan penelitian. Setelah itu, materi yang diperoleh disusun secara naratif dan dilengkapi dengan kutipan-kutipan aktual dari para remaja, kemudian disusun secara metodis untuk dipresentasikan. Untuk memahami secara menyeluruh hubungan antara perceraian orang tua, kebutuhan afeksi, pencarian validasi emosional, dan pembentukan relasi interpersonal, perlu untuk menafsirkan tema-tema yang menyeluruh selama tahap penarikan kesimpulan.

Dengan membandingkan hasil wawancara dengan hasil observasi dan dengan pendapat para remaja, penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi metodologis untuk menjamin bahwa data yang diperoleh dapat dipercaya. Untuk lebih menjamin bahwa hasil penelitian ini sesuai dengan maksud para remaja, peneliti juga melakukan member checking, yaitu mengkonfirmasi ulang interpretasi data dengan para remaja. Masalah etika disini juga

dipertimbangkan dalam penelitian ini dengan memastikan bahwasanya para remaja berpartisipasi secara sukarela, mendapatkan persetujuan mereka, dan juga menggunakan inisial atau nama samaran untuk merahasiakan identitas mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil wawancara dengan kedua remaja tersebut disajikan pada bagian ini. Tiga tema utama yang menyusun data dan menjadi fokus dari penelitian ini adalah kebutuhan afeksi pasca perceraian, kecenderungan pencarian validasi emosional, dan pola relasi interpersonal. Sedikit gambaran umum mengenai para responden akan diberikan sebelum membahas ketiga tema tersebut.

Tabel 1. Profil Remaja

Aspek	Remaja 1 (IN-1)	Remaja 2 (IN-2)
Usia saat orang tua bercerai	Masa kanak-kanak (usia SD)	Masa kanak-kanak (usia TK)
Penyebab perceraian (diketahui remaja)	Menikah muda; belum siap finansial & mental	Konflik keluarga
Pengasuh/figur utama pasca-cerai	Ayah hadir namun kurang terlibat; ibu absen sejak kecil	Nenek & kakek; ayah sibuk bekerja; ibu tidak diketahui keberadaannya
Kualitas komunikasi dengan orang tua	Kurang baik, seperlunya, jarang	Masih ada tetapi jarang/seperlunya
Status hubungan romantis	Pernah/sedang berpacaran	Pernah/sedang berpacaran

Kebutuhan Afeksi Pasca Perceraian Orang Tua

Tema pertama berkaitan dengan bagaimana remaja menggambarkan perubahan pemenuhan kebutuhan kasih sayang, perhatian, dan kehangatan emosional setelah orang tuanya bercerai. Remaja dengan latar belakang broken home secara konsisten menyatakan bahwa kebutuhan afeksi mereka tidak terpenuhi setelah perceraian orang tua. IN-1 mengungkapkan adanya kekosongan afeksi sejak kecil, “ada perasaan kurang, kaya kurang dicintai oleh sosok orang tua, ga punya tempat aman dan bercerita gitu dari kecil, jadi semuanya kaya ditelen sendiri” (IN-1). Hal serupa disampaikan IN-2 yang dibesarkan oleh nenek dan kakek, “engga, soalnya emang ga ada orang tua jadi mau diberi kasih sayang sama siapa, ada sih nene kake, tapi ya emang beda” (IN-2). Mereka mengalihkan pencarian afeksi ke luar keluarga, namun dengan sasaran yang berbeda. IN-1 menempatkan hubungan romantis sebagai sarana utama pemenuhan afeksi, “pacaran tuh obat banget soalnya bisa ngerasain dicintai” (IN-1), sedangkan IN-2 lebih mengandalkan kelompok pertemanan, “lebih ke temen aja makanya aku sering main sama temen temen, ke bengkel, ya nongkrong nongkrong aja” (IN-2). Temuan khas muncul pada IN-1 yang justru kesulitan menerima afeksi yang tulus, “kalo ada yang beneran tulus ngasih kasih sayangnya tuh kaya ada yang aneh aja ko aku ga ngelakuin apa apa dia suka sama aku” (IN-1), serta kecenderungan memberi secara berlebihan, “sayang abis abisan semuanya aku relakan dan korbakan demi cinta” (IN-1).

Kecenderungan Pencarian Validasi Emosional

Tema kedua menggali sejauh mana remaja membutuhkan pengakuan, penerimaan, dan kepastian emosional dari lingkungan di luar keluarga. Pada tema pencarian validasi emosional, remaja menunjukkan kebutuhan akan penerimaan, tetapi dengan cara yang berbeda. IN-1 cenderung memendam ke dalam diri. Ia sering berpikir berlebihan tentang penerimaan orang lain, “aku ovt [overthinking] sendiri mikirin orang lain suka ga ya sama aku” (IN-1). Ia juga peka terhadap kritik, “aga kesel, kaya mau marah aja soalnya ngerasa pendapat aku ga diterima” (IN-1), dan berusaha menyenangkan orang lain agar diterima, “aku ngasih kontek

temen-temen aku pas di sekolah biar mereka mau temenan sama aku, kadang juga aku ngelakuin yang mereka suruh” (IN-1). Sebaliknya, IN-2 cenderung melampiaskan ke luar dan mengikuti kelompoknya. Ia menyesuaikan diri dengan perilaku kelompok demi diterima, “ngikut aja anak anak tongkrongan ngelakuin apa, misalnya minum minum ya aku ikut minum minum, ngerokok juga ngevape juga ya biar berbaur aja” (IN-2), dan menanggapi kritik atau penolakan secara keras, “langsung diadu, kalo kata orang sunda mah kalo ga suka mending ayo gelud” (IN-2). Cara IN-2 menyenangkan orang lain berbentuk mentraktir teman, “waktu punya uang ya aku yang bayarin minumnya, traktir-traktiran gitu” (IN-2).

Pola Relasi Interpersonal dan Hubungan Romantis

Tema ketiga menyoroti bagaimana pengalaman perceraian orang tua memengaruhi cara remaja membangun kepercayaan, kedekatan, dan komitmen dalam relasi pertemanan maupun hubungan romantis. Pengalaman perceraian memengaruhi cara remaja memandang dan membangun relasi, dengan benang merah berupa ketakutan kuat akan kehilangan. IN-1 secara eksplisit menghubungkan ketakutan tersebut dengan orang tuanya, “takut banget kalo ditinggalin kaya sama bapa sama mamah” (IN-1), dan memaknai hubungan romantis sebagai tempat aman sekaligus sumber kepastian, “yang aku cari yaa tempat aman, dan juga kepastian sih kaya aku mau kepastian kalo dia itu ga akan ninggalin aku” (IN-1). IN-2 menunjukkan kesetiaan yang sangat kuat terhadap teman, “aku jadi ga mau kehilangan temen temen berharga aku, mau mereka gimana juga, mereka temen aku mau masuk penjara juga” (IN-2), serta ketakutan kehilangan yang tampak dalam hubungan berisiko, “aku pernah sampe pacaran sama orang yang udah dipenjara tetep kontek-kontekan, sekarang mah udah sadar, tapi ya gitulah segamau kehilangan itu” (IN-2). IN-2 membangun kepercayaan melalui kebersamaan, “lewat kebersamaan, cerita cerita malem malem di bengkel, curhat tentang kehidupan” (IN-2).

Tabel 2. Ringkasan Tema dan Sub-tema Hasil Wawancara

Tema	Indikator / Sub-tema	Ringkasan Temuan (IN-1 & IN-2)
Kebutuhan afeksi	Afeksi tidak terpenuhi; mencari kasih sayang di luar keluarga	IN-1: kekosongan sejak kecil, hubungan romantis sebagai “obat”, sulit menerima afeksi tulus. IN-2: dibesarkan nenek/kakek, mengalihkan ke kelompok teman & pacar
Pencarian validasi emosional	Kebutuhan penerimaan; menyenangkan orang lain; peka terhadap penolakan	IN-1: memendam (berpikir berlebihan, kesal dipendam, memberi contekan ke teman). IN-2: melampiaskan ke luar (ikut perilaku kelompok, respons keras, mentraktir)
Relasi interpersonal	Takut ditinggalkan; relasi dimaknai sebagai tempat aman	IN-1: butuh kepastian pasangan. IN-2: loyalitas berlebihan & hubungan berisiko. Keduanya: kemandirian dan ketahanan yang terbentuk karena keadaan

Pembahasan

Menurut Elmanora dkk. (2023), disini remaja yang memiliki hubungan orang tua yang baik cenderung memiliki harga diri yang lebih besar dan lebih mampu menangani stres emosional, yang pada gilirannya memengaruhi perkembangan psikologis dan juga harga diri mereka. Cinta, kepercayaan, rasa aman, dan pengembangan kepribadian seseorang adalah pelajaran yang diperoleh anak-anak dari orang tua mereka. Ketika pasangan memutuskan untuk berpisah, mungkin karena mereka tidak lagi melihat keluarga mereka sebagai sistem

pendukung emosional yang stabil. Perceraian, menurut Basalamah dan Pebriani (2024), disini tidak hanya membuat pasangan berpisah, tetapi juga mengubah cara keluarga berbicara satu sama lain dan juga bagaimana anak-anak diasuh.

Peran kedua orang tua mereka tidak ada sebagaimana mestinya, mereka secara emosional jauh, sehingga jelas bahwa mereka kehilangan dukungan dari kedua orang tua mereka. Mereka merasa “sendiri” dan juga “ditelen sendiri” karena kekosongan emosional yang ditimbulkan oleh keadaan ini. Alasan yang diberikan IN-1 dalam perceraian keluarganya, yaitu menikah di usia muda dan juga belum siap secara psikologis dan finansial, sejalan dengan temuan Badan Pusat Statistik (BPS) yang dimana menemukan bahwasanya konflik dan juga ketidaksiapan berumah tangga adalah penyebab utama perceraian di Indonesia.

Kondisi ini sejalan dengan teori kebutuhan akan kasih sayang, yang menyatakan bahwa manusia memiliki kebutuhan mendasar untuk dicintai, diterima, dan dihargai oleh orang lain. Ketika kebutuhan ini tidak terpenuhi dalam lingkungan keluarga, individu akan mencarinya melalui hubungan sosial lain. Delicia dan Hasanat (2022) menemukan bahwa individu dari keluarga yang bercerai cenderung memandang hubungan romantis sebagai sarana memperoleh dukungan emosional yang hilang akibat konflik dan perceraian orang tua.

Mengakui dan menerima perasaan, ide, dan pengalaman orang lain adalah hal yang dikenal sebagai validasi emosional. Menurut Ainina dan Wulandari (2023), disini anak-anak dengan orang tua yang bercerai cenderung mencari persetujuan dari orang lain di sekitarnya. Menurut Sagone dkk. (2023), pola kelekatan yang tidak aman terkait dengan dimensi *need for approval* yang kuat, yang mencakup kebutuhan akan pengakuan dan juga rasa takut ditolak. Palila (2024) sampai pada kesimpulan yang sama, mencatat bahwa remaja yang keluarganya disfungsi sering terlibat dalam kegiatan mencari perhatian sebagai cara untuk mencapai penerimaan yang mereka rasakan kurang di rumah.

Terlepas dari perbedaan mereka, kebutuhan mereka akan persetujuan terlihat jelas pada masing-masing dari mereka. IN-1 membawanya ke dalam diri, mengkhawatirkan pendapat orang lain secara berlebihan tentang mereka dan melakukan semua yang mereka bisa untuk menyesuaikan diri. Ketika dihadapkan pada kritik atau ketika ditekan untuk mematuhi norma-norma sosial, IN-2 mengarahkan energinya ke luar. Variasi ini mencontohkan bagaimana keragaman kepribadian dan konteks sosial dapat memunculkan ekspresi perilaku yang berbeda dari kebutuhan dasar manusia: dorongan untuk disukai dan diakui.

Menurut teori *attachment*, hal ini adalah fenomena yang nyata. Bowlby (1988) menemukan bahwasanya disini anak-anak yang orangtuanya bercerai lebih cenderung memiliki gaya kelekatan yang tidak aman. Orang yang berjuang dengan gaya kelekatan yang tidak aman sering kali merasakan kebutuhan yang sangat besar akan persetujuan dan penegasan dari orang lain di sekitarnya. Hal ini dapat menyebabkan kecemasan hubungan yang berasal dari ketakutan akan penolakan atau pengabaian. Menurut Nuban dan Amseke (2024), disini kekuatan karakter remaja sangat dipengaruhi oleh kelekatan orang tuanya. Akibatnya, pola kelekatan tidak aman yang berkembang setelah perceraian dapat meluas ke hubungan di luar keluarga.

Kapasitas untuk mengembangkan hubungan dengan orang lain dan kesehatan mental seseorang dipengaruhi oleh perceraian orang tua. Beberapa orang mengalami konflik pendekatan-penghindaran ketika mereka berkomitmen untuk menjalin hubungan jangka panjang karena mereka takut hubungan tersebut akan berakhir dengan cara yang sama seperti yang dialami oleh orang tua mereka (Delicia dan Hasanat, 2022). Penelitian oleh Amalia dan Cahyanti (2021) menguatkan temuan ini; mereka menemukan bahwa mereka yang orang tuanya bercerai lebih berhati-hati dan waspada saat memilih pasangan, yang dapat menyebabkan tingkat ketidakpercayaan yang tidak sehat pada beberapa orang. Kualitas hubungan romantis yang dibentuk oleh orang dewasa yang baru tumbuh dapat dikurangi oleh kecemasan dan ketakutan akan kehilangan yang berlebihan, menurut Simanjuntak (2023), yang

juga menemukan bahwa rasa iri memiliki hubungan yang negatif dengan kepuasan hubungan di antara orang-orang ini.

Gagasan ini didukung oleh hasil yang diperoleh dari para informan. Kekhawatiran akan kehilangan yang tidak dapat diperbaiki merupakan benang merah. IN-2 menunjukkan kesetiaan teman yang intens dan berpartisipasi dalam hubungan yang beracun sebagai strategi perlindungan terhadap penolakan, sedangkan IN-1 dengan jelas mengaitkan kebutuhan mereka akan kepastian yang terus-menerus dari kekasih mereka dengan pengalaman masa kecil mereka yang ditinggalkan oleh orang tua. Jika interaksi sosial seseorang mencerminkan pola ini, mungkin karena mereka memiliki gaya kelekatan yang cemas dan mencari lingkungan yang aman di luar keluarga dekatnya. Sementara IN-1 ("lebih mandiri... tapi dalam hati kecil sebenarnya mau dimanja") dan juga IN-2 ("lebih tahan banting... kuat mental walaupun kadang masih ada sedih-sedihnya") keduanya menggambarkan orang-orang yang menyadari bahwa keadaan mereka memengaruhi tingkat kemandirian dan ketangguhan mereka.

Namun, dampak akhir dari perceraian tidak selalu negatif. Remaja yang memiliki jaringan sosial yang kuat akan lebih siap untuk mengatasi kesulitan emosional dan psikologis pada masa remaja, menurut penelitian Murniasih dan Irvan (2023) tentang ketahanan di kalangan remaja yang keluarganya mengalami perceraian. Meskipun variabel pelindung, seperti dukungan sosial, mengurangi dampak perceraian terhadap kesehatan mental dalam berbagai tingkatan, kemungkinan terjadinya kesulitan kesehatan mental meningkat setelah perceraian (Tullius et al., 2022). Remaja yang berasal dari keluarga yang *broken home* tetap dapat menemukan tujuan hidup melalui pembentukan hubungan yang bermakna dan dorongan dari teman dan juga tetangga, menurut penelitian oleh Noni dan Aviani (2024). Bantuan dari keluarga, teman, dan juga guru dapat sangat membantu dalam memudahkan proses penyesuaian diri.

Singkatnya, sebuah jaringan dampak yang saling berhubungan diekspos oleh para informan. Kerinduan akan kasih sayang yang tidak terpenuhi muncul ketika tidak ada figur orang tua. Untuk memenuhi kebutuhan emosional ini, orang-orang mencari persetujuan dari orang lain di luar keluarga mereka. Pola hubungan interpersonal yang ditandai dengan kecemasan akan kehilangan dibentuk oleh pencarian ini. Sejarah bersama mereka mendukung pola ini, namun fakta bahwa mekanisme penanggulangan IN-1 bersifat internal dan IN-2 bersifat eksternal menunjukkan bahwa dampak perceraian adalah bersifat unik untuk setiap orang dan dibentuk oleh pola asuh dan karakter mereka. Dukungan emosional yang memadai dari teman sebaya, institusi pendidikan, dan keluarga besar merupakan elemen pelindung yang sangat penting bagi remaja yang berasal dari keluarga yang *broken home*.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa perceraian orang tua berdampak pada kebutuhan afeksi dan kecenderungan mencari validasi emosional, yang kemudian memengaruhi cara mereka membangun relasi dengan orang lain. Ketiadaan figur orang tua membuat remaja merasa kebutuhan kasih sayangnya tidak terpenuhi, sehingga mereka mencarinya pada teman sebaya dan pasangan. Remaja dengan sama-sama sangat membutuhkan penerimaan dan takut kehilangan sejalan dengan teori John Bowlby tentang *insecure attachment*, meskipun caranya berbeda. Remaja yang cenderung memendam sering memikirkan secara berlebihan apakah ia disukai dan berusaha menyenangkan orang lain. Remaja yang cenderung melampiaskan ke luar mengikuti perilaku kelompok dan menanggapi kritik secara keras. Perceraian orang tua tidak hanya memengaruhi kondisi emosional dalam waktu dekat, tetapi juga ikut membentuk pola hubungan sosial dan romantis sampai masa dewasa awal. Oleh karena itu, dukungan emosional yang cukup dari keluarga, lingkungan sosial, dan sekolah dibutuhkan untuk membantu remaja menyesuaikan diri dan mengurangi dampak negatif perceraian orang tua.

Peneliti sadar bahwa adanya kekurangan dalam penulisan penelitian ini karena adanya keterbatasan waktu dan juga dana, namun semoga penelitian ini bisa menambah pengetahuan tentang dampak perceraian orang tua terhadap kebutuhan afeksi dan kecenderungan pencarian validasi emosional pada remaja serta pengaruhnya terhadap pembentukan relasi interpersonal. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk menyempurnakan penelitian ini dengan memperbanyak jumlah responden yang ada, dan dapat lebih menekankan kepada analisis kehidupan sosial individu yang berasal dari keluarga broken home karena hal itu menjadi salah satu faktor utama pembentukan karakter yang ditemukan peneliti.

REFERENSI

- Ainina, H., & Wulandari, P. Y. (2023). Dampak psikologis terkait relasi individu dewasa awal yang mengalami perceraian orang tua. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 3(1), 25–31. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v3i1.46965>
- Amalia, S. T., & Cahyanti, I. Y. (2021). Gambaran resiliensi pada individu dewasa awal terhadap situasi akibat perceraian orang tua. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(1), 268–279. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24754>
- Elmanora, Handriani, A. Y., Naomi, R. B., Aurelia, P., Ganda, K. R., & Pasla, H. (2023). Peran parental bonding dalam meningkatkan self-esteem pada anak usia remaja. *JKKP: Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan*, 10(1), 115–126. <https://doi.org/10.21009/JKKP.101.10>
- Tullius, J. M., De Kroon, M. L. A., Almansa, J., & Reijneveld, S. A. (2022). Adolescents' mental health problems increase after parental divorce, not before, and persist until adulthood: A longitudinal TRAILS study. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 31(6), 969–978. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01715-0>
- Basalamah, H., & Pebriani, L. V. (2024). Parental divorce: Challenges and opportunities for adolescent. *Journal of Family Sciences*, 9(2), 237–249. <https://doi.org/10.29244/jfs.v9i2.5709>
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Murniasih, F., & Irvan, M. (2023). Promoting resilience in adolescents from divorced family. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 8(2), 278–295. <https://www.researchgate.net/publication/377012543>
- Delicia, C. A., & Hasanat, N. U. (2022). Understanding the meaning-making of romantic relationships among emerging adults after parental divorce. *Jurnal Psikologi*, 49(2). <https://doi.org/10.22146/jpsi.73571>
- Izzani, T. A., Octaria, S., & Linda, L. (2024). Perkembangan masa remaja. *JISPENDIORA: Jurnal Ilmu Sosial, Pendidikan dan Humaniora*, 3(2), 259–273. <https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1578>
- Kartika, K. S., Riza, W. L., & Aisha, D. (2024). Lebih lekat, lebih berharga: Peran parent dan peer attachment terhadap self-esteem remaja dengan orang tua bercerai di Kabupaten Karawang. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 14(3). <https://www.researchgate.net/publication/399233848>
- Kirana, A. M., & Suprpti, V. (2021). Psychological well-being dewasa awal yang mengalami riwayat perceraian orang tua di masa remaja. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(1), 1003–1014. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.27695>
- Noni, N., & Aviani, Y. I. (2024). Studi fenomenologis: Pengalaman remaja broken home. *Indonesian Research Journal on Education*, 4(4), 84–92. <https://doi.org/10.31004/irje.v4i4.973>

- Maulina, I., & Budiyo, A. (2021). Peran keluarga dalam pengelolaan emosi anak usia golden age di Desa Gambarsari. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 7(1), 21–28. <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR/article/view/3404>
- Palila, S. (2024). Perilaku mencari perhatian pada remaja akhir dengan latar belakang keluarga broken home. *Jurnal Psikologi Integratif*, 12(1), 102–118. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v11i1.3064>
- Nuban, J. A., & Amseke, F. V. (2024). Pengaruh kelekatan orang tua dan teman sebaya terhadap kekuatan karakter remaja. *Journal of Psychology Humanlight*, 5(2), 79–94. <https://ejournal-iakn-manado.ac.id/index.php/humanlight/article/view/1917>
- Rustina. (2022). Keluarga dalam kajian sosiologi. *Musawa: Journal for Gender Studies*, 14(2), 244–267. <https://doi.org/10.24239/msw.v14i2.1430>
- Sagone, E., Commodari, E., Indiana, M. L., & La Rosa, V. L. (2023). Exploring the association between attachment style, psychological well-being, and relationship status in young adults and adults: A cross-sectional study. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13(3), 525–539. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13030040>
- Simanjuntak, E. J. (2023). Hubungan antara kecemburuan romantis dengan kepuasan hubungan pada emerging adult yang berpacaran. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 14(1), 90–104. <https://doi.org/10.26740/jptt.v14n1.p90-104>