

lingkungan sekitar hingga tercapai kebutuhan diri, mampu membangun kekuatan individu dan kebebasan personal, serta memiliki dinamika pembelajaran sepanjang hidup dan berkelanjutan mengembangkan potensi diri.

Menurut Aini (2013;36) menjelaskan konsep *psychological well being* yang digagas oleh Ryff sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang dan suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan dan terus bertumbuh secara personal.

Sedangkan menurut pandangan Werdyaningrum (2013;483), *Psychological Well Being* adalah konsep kesejahteraan psikologis individu yang mampu menerima diri apa adanya, tidak terdapat gejala-gejala depresi, dan selalu memiliki tujuan hidup yang dipengaruhi oleh fungsi psikologi positif berupa aktualisasi diri, penguasaan lingkungan sosial dan penguasaan lingkungan. Konsep yang dipaparkan oleh Ryff ini pada dasarnya merujuk pada pandangan tokoh-tokoh psikologi beserta teorinya.

Menurut Maslow (Alwisol, 2009;199) dalam konsep Humanisme meyakini bahwa manusia memiliki potensi di dalam dirinya untuk berkembang sehat dan kreatif serta mampu mengaktualisasikan diri.

Pandangan Rogers tentang *full functioning* yaitu orang yang berfungsi penuh artinya menggambarkan individu yang memakai kapasitas dan seluruh bakat yang dimiliki, yang mampu merealisasi potensinya, dan bergerak menuju pemahaman yang lengkap mengenai dirinya dan seluruh rentetan pengalamannya (Alwisol, 2009;275).

Sedangkan pandangan Jung terkait individuasi (*individuation*) terkait dengan suatu keadaan dimana semua aspek dalam diri individu harus berkembang bersama-sama dalam satu kesatuan, apabila terdapat aspek kepribadian yang terabaikan maka akan menjadi pusat resisten. Sehingga untuk membentuk suatu kepribadian sehat, seluruh aspek dari kepribadian individu harus berkembang bersama agar tidak menjadikan suatu permasalahan dalam diri yang menyebabkan nilai kesejahteraan berkurang (Alwisol, 2009;55).

Dan konsep dari Allport tentang *maturity* atau kematangan menyebutkan bahwa tidak semua orang dewasa mencapai maturitas sepenuhnya, sehingga ia mengusulkan beberapa penanda kualitas kematangan seseorang yaitu mencakup perluasan perasaan diri, mengakrabkan diri dengan orang lain, keamanan emosional dan penerimaan diri, persepsi dan keterampilan, Objektifikasi diri dan menyatukan filsafat hidup (Alwisol, 2009;230).

3. Kemandirian (*Autonomy*)

Otonomi diartikan sebagai kemampuan individu untuk bebas namun tetap mampu mengatur hidup dan tingkah lakunya. Individu yang memiliki otonomi atau bebas mampu menentukan nasib hidupnya sendiri, mampu mengambil keputusan secara mandiri, mampu mengatur perilaku dan mengevaluasi diri sendiri dan tahan terhadap tekanan sosial. Sebaliknya individu yang tingkat otonominya rendah akan selalu memperhatikan dan mempertimbangkan apa yang menjadi evaluasi orang lain dan untuk mengambil keputusan penting. Serta mudah terpengaruh oleh tekanan sosial (Ryff, 1989; 1071).

4. Penguasaan lingkungan (*Environmental Mastery*)

Penguasaan lingkungan tercermin dari kemampuan individu mengatur lingkungannya, memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan sekitar, menciptakan serta mengontrol lingkungan sesuai dengan kebutuhan dan nilai individu sendiri. Mampu mengendalikan aktifitas eksternal di lingkungannya termasuk aktifitas sehari-hari.

Sebaliknya, individu yang memiliki kemampuan penguasaan lingkungan yang rendah akan kesulitan mengendalikan apa yang terjadi dalam lingkungan sekitarnya, tidak mampu menciptakan atau merubah

berakhir. Orang yang belum menikah hingga menyelesaikan pendidikan atau telah memulai kehidupan kariernya, dan tidak akan menjadi orangtua sebelum ia merasa bahwa ia mampu berkeluarga. Perasaan ini biasanya terjadi sesudah umurnya sekitar awal tiga puluhan. Demikian pula jika wanita ingin berkarier sesudah menikah, ia akan menunda untuk mempunyai anak sampai usia tiga puluhan. Dengan demikian, baginya hanyalah dasa warsa terakhir dari masa dewasa awal merupakan “usia reproduktif”. Bagi orang yang cepat mempunyai anak dan mempunyai keluarga besar pada masa awal dewasa atau bahkan pada tahun-tahun terakhir masa remaja kemungkinan seluruh masa dewasa awal ini merupakan masa reproduktif. (Hurlock, 1997;247)

4. Masa Bermasalah

Dalam tahun-tahun awal masa dewasa banyak masalah baru yang harus dihadapi seseorang. Masalah-masalah baru ini dari segi utamanya berbeda dari masalah-masalah yang sudah dialami sebelumnya. Dengan menurunnya tingkat usia kedewasaan secara hukum menjadi 18 tahun pada tahun 1970, anak-anak muda telah dihadapkan pada banyak masalah an mereka tidak siap untuk mengatasinya. Penyesuaian diri terhadap masalah-

masalah masa dewasa awal menjadi lebih intensif dengan diperpendeknya masa remaja, sebab masa transisi untuk menjadi dewasa menjadi sangat pendek sehingga anak-anak muda hampir-hampir tidak mempunyai waktu untuk membuat peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. (Hurlock, 1997; 248)

Karena masalah-masalah yang harus dihadapi orang muda itu rumit dan memerlukan waktu dan energi untuk diatasi, maka berbagai penyesuaian diri ini tidak akan dilakukan pada waktu yang bersamaan, demikian pula bentuk akhir penyesuaiannya tidak akan diterima secara serempak. (Hurlock, 1997;248)

Ada banyak alasan mengapa penyesuaian diri terhadap masalah-masalah pada masa dewasa begitu sulit. Tiga diantaranya khususnya bersifat umum sekali : *Pertama*, sedikit sekali orang muda yang mempunyai persiapan untuk menghadapi jenis-jenis masalah yang perlu diatasi sebagai orang dewasa. *Kedua*, mencoba menguasai dua atau lebih keterampilan serempak biasanya menyebabkan kedua-duanya kurang berhasil. Oleh sebab itu mencoba menyesuaikan diri pada dua peran secara serempak juga tidak memberikan hasil yang baik dalam upaya penyesuaian diri. *Ketiga*, dan yang mungkin paling

spesifik berdasarkan tiga sudut pandang. *Pertama*, secara struktural keluarga didefinisikan berdasarkan kehadiran atau ketidakhadiran anggota keluarga. *Kedua*, secara fungsional keluarga diartikan dengan adanya penekanan pada terpenuhinya tugas tugas dan fungsi fungsi psikososial. Definisi ini menitik beratkan pada tugas tugas yang dilakukan oleh keluarga. *Ketiga*, secara transaksional keluarga sebagai kelompok yang mengembangkan keintiman melalui perilaku perilaku yang memunculkan rasa identitas sebagai keluarga.

Keluarga dapat disebut sebagai suatu badan sosial yang berfungsi mengarahkan kehidupan afektif seseorang. Di dalam keluarga seseorang pertama kali mengalami kesenangan, kesedihan, kekecewaan, kasih sayang, bahkan mungkin celaan (Gunarsa, 2002;19). Dalam beberapa penelitian kemampuan sosial anak sangat dipengaruhi oleh bagaimana kehidupan emosional orangtuanya. Di dalam keluarga yang teratur dengan baik dan sejahtera, seseorang anak akan memperoleh latihan-latihan dasar dalam mengembangkan sikap sosial yang baik dan kebiasaan berperilaku.

Dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa keluarga adalah suatu kelompok sosial terkecil yang terbentuk dari adanya suatu ikatan pernikahan terdiri dari anggota keluarga sedikitnya suami, istri dan anak dengan berbagai fungsi didalamnya yang meliputi fungsi biologis, pendidikan, sosial, ekonomi, agama, rekreasi maupun rasa aman.

Situasi keluarga yang *broken home* akan memberikan pengaruh yang negatif dan tidak menguntungkan bagi perkembangan anak.

Menurut Dagun (1990;146) perceraian dalam keluarga diawali oleh suatu konflik anggota keluarga. Dibandingkan anak-anak dari keluarga utuh, anak-anak yang berasal dari kedua orangtua yang bercerai lebih memiliki kecenderungan untuk mengalami permasalahan akademis, menunjukkan masalah-masalah eksternal seperti kenakalan remaja, atau permasalahan-permasalahan internal misalnya kecemasan dan depresi, putus sekolah, pergaulan bebas, menggunakan obat-obatan terlarang, kurang memiliki tanggung jawab sosial dan lain sebagainya (Berk, 2010;186).

Dalam bukunya Kenakalan remaja (1991;125), Sudarsono menyebutkan bahwa yang menjadi penyebab kenakalan remaja adalah keluarga yaitu dapat berupa keluarga tidak normal (*broken home*) khususnya disebabkan oleh perceraian atau perpisahan orangtua. Pada prinsipnya, *broken home* merupakan keadaan dimana struktur keluarga tidak lengkap dikarenakan meninggal dunia atau perceraian.

Menurut Hurlock (1999;216), rumah tangga yang hancur dikarenakan perceraian kedua orangtua dapat lebih merusak. Hal ini berdasarkan dua alasan, pertama, penyesuaian terhadap perceraian lebih lama dan sulit bagi anak daripada penyesuaian anak yang menyertai kematian salah satu atau kedua orangtuanya. Kedua,

- b. Antara kedua orangtua tidak ada kesatuan dalam memperhatikan anak.

Keluarga *Broken Home* merupakan keadaan keluarga yang secara structural, interaksi dan fungsional tidak terpenuhi. Maka untuk dapat disebut sebagai keluarga *broken home* paling sedikit memenuhi dua dari tiga aspek tersebut yang masing-masing satu kriteria dari kriteria-kriteria di atas.

- e. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keluarga *Broken Home*

Menurut Guttman & Levenson (2002, dalam Berk 2010:83) faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya perpecahan dalam keluarga hingga berujung perceraian adalah :

1. Gaya penyelesaian masalah yang tidak efektif.

Rusaknya hubungan suami istri disebabkan gaya penyelesaian masalah yang tidak efektif sehingga melemahkan keterikatan satu sama lain. Pasangan menjadi semakin menjauh satu sama lain karena mereka memiliki harapan yang berbeda tentang kehidupan keluarga dan sedikitnya persamaan minat, aktifitas atau teman. Perempuan lebih sering memiliki banyak masalah karena lebih besar melibatkan emosi, seperti amarah dan perasaan terluka. Sedangkan suami akan mengalami kesulitan untuk memahami kesusahan istri sehingga menyimpulkan perasaan bahwa pernikahan tidak bahagia.

menyebabkan terjadinya perceraian kedua orangtua. Meskipun secara struktural keluarga terdiri dari anggota yang utuh, ayah dan ibu berdampingan namun jika secara fungsional tidak terpenuhi misalnya dikarenakan kedua orangtua terlalu sibuk dengan pekerjaan di luar rumah sehingga kebutuhan anak akan kasih sayang berkurang, maka keluarga tersebut dapat dikatakan sebagai keluarga tidak utuh atau *broken home* (Gerungan, 2002;185).

Sebagaimana yang telah dijelaskan oleh Hurlock (1999;216) bahwa keluarga yang pecah karena perceraian kedua orangtua akan memberikan dampak yang lebih merusak dibandingkan dengan meninggalnya salah satu atau kedua orangtua. Keluarga merupakan suatu sistem terkecil dalam masyarakat yang terbentuk dari adanya ikatan pernikahan dan memiliki fungsi penting bagi keberlangsungan hidup anggota keluarga. Fungsi keluarga bermacam-macam, jika salah satu dari fungsi tersebut tidak dijalankan dengan sesuai akan mempengaruhi perkembangan anak (Az-Zhecolany, 2011;83).

Dalam berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa kenakalan anak disebabkan dari keluarga, terutama yang memberikan sumbangsih terbesar adalah keadaan keluarga yang tidak utuh atau *broken home*. Maka jelas bahwa keadaan keluarga *Broken home* memberikan dampak negatif terhadap perkembangan anak maupun kesehatan mentalnya (Sudarsono,1991;125).

Kesehatan mental seseorang dapat dilihat dari *psychological well being*. Konsep yang diajukan oleh Ryff tentang *psychological well being* berakar dari teori-teori para tokoh psikologi. Menurut Ryff (1995;719), *Psychological well being* merupakan manifestasi dari kesehatan mental atau kesejahteraan psikologis yang memenuhi kriteria dari prinsip fungsi psikologi positif (*positive psychological functioning*). Pemenuhan kriteria kesejahteraan psikologis terdiri dari enam dimensi yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with others*), Otonomi (*Autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Seseorang dapat dikatakan sehat secara mental jika memenuhi fungsi psikologi positif yang dimanifestasikan ke dalam dimensi-dimensi tersebut yang membentuk suatu konsep *psychological well being*.

Psychological well being dipengaruhi oleh beberapa faktor, Ryff (1989;1075) dalam penelitiannya mengemukakan faktor yang mempengaruhi *psychological well being* yaitu usia, jenis kelamin, dan personal traits. Psikologi perkembangan dalam rentang hidup manusia sebagian besar menggunakan tolak ukur usia, Masa perkembangan individu berjalan seiringan dengan bertambahnya usia. Seorang anak yang tinggal dalam lingkungan keluarga *broken home* akan tetap melalui masa-masa perkembangan beserta tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi beriringan dengan bertambahnya usia mereka.

Dalam hal ini anak yang sejak kecil hidup dalam keluarga *broken home* akan tumbuh dan berkembang mencapai masa dewasa. Masa dewasa merupakan masa yang sedikitnya peran orangtua akan mulai berkurang. Masa dewasa dimulai dengan masa dewasa awal yang terjadi mulai usia 18 hingga 40 tahun (Hurlock, 1997;246).

Seperti yang telah disebutkan sebelumnya bahwa setiap masa perkembangan memiliki karakteristik dan tugas-tugas perkembangan, begitu juga dengan masa dewasa awal. Masa dewasa awal ditandai dengan kemandirian yang berlanjut pada pemilihan pasangan hingga mulai hidup berkeluarga (Berk, 2010;4). Hidup berkeluarga tentunya suatu pilihan yang prosesnya tidak mudah untuk diputuskan. Seorang anak dengan latar belakang keluarga *broken home* mungkin akan memiliki pandangan yang berbeda terhadap kehidupan berkeluarga. Pengalaman kegagalan orangtuanya akan tetap menjadi bayangan tersendiri hingga menjadikan pertimbangan yang kuat dalam kehidupan untuk menjalankan tugas-tugas perkembangannya khususnya ketika seorang anak telah memasuki masa dewasa awal.