



Jurnal Counseling Care
Volume 4, Nomor 1, Bulan April, 2020

**GAMBARAN PENYESUAIAN DIRI REMAJA YANG DIASUH OLEH ORANGTUA
SINGLE MOTHER DAN *SINGLE FATHER***

Penulis : Rila Rahma Mulyani, Wike Puspita Belni, Sonia Andini
Sumber : Jurnal Counseling Care, Volume 4, Nomor 1, April 2020
Diterbitkan Oleh : Laboratorium Bimbingan dan Konseling, STKIP PGRI Sumatera Barat

Untuk Mengutip Artikel ini :

Rila Rahma Mulyani, Wike Puspita Belni, Sonia Andini. 2020. Gambaran Penyesuaian Diri Remaja yang Diasuh oleh Orangtua Single Mother dan Single Father. *Jurnal Counseling Care*, Volume 4, Nomor 1, bulan April, 2020: 1-6.

Copyright © 2020, Jurnal Counseling Care
ISSN : 2581-0650 (*Online*) 2597-6923 (*Print*)

Laboratorium Bimbingan dan Konseling
STKIP PGRI Sumatera Barat



Gambaran Penyesuaian Diri Remaja yang Diasuh oleh Orangtua *Single Mother* dan *Single Father*

Rila Rahma Mulyani¹, Wike Puspita Belni², Sonia Andini³

^{1,2,3} STKIP PGRI Sumatera Barat

Email : rila.psikologi@gmail.com

ABSTRACT

This research is motivated by the existence of adolescents who are cared for by single parents who have poor communication with peers, feel inferior and often daydream, like to be alone and not open. The purpose of this study is to describe the adjustment of adolescents who are cared for by: 1) single mothers and 2) single fathers. This type of research is a descriptive qualitative type of research. The number of research informants was determined using a purposive sampling technique, amounting to 4 people, 2 teenagers from a single mother and 2 teenagers from a single father. Data collection techniques using interviews and data analysis techniques through three stages, namely data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results showed that: 1) adolescents who were cared for by single mather parents felt inferior and jealous of friends who had whole families, and often compared them to their family conditions, and when they had problems they preferred to be alone and did not want to share with others. 2) Meanwhile, adolescents who are cared for by single father parents show that teenagers are still unable to solve problems with their peers, such as showing their anger if their desires are not fulfilled and prefer to leave the house if advised by their parents, and do not want to listen to other people's opinions.

Keyword : *Adjustment, Adolescent, Single Mother, Single Father*

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya remaja yang di asuh oleh orangtua tidak utuh yang memiliki komunikasi kurang baik dengan teman sebaya, merasa minder dan sering melamun, suka menyendiri dan tidak terbuka. Tujuan penelitian ini untuk menggambarkan penyesuaian diri remaja yang di asuh oleh: 1) orangtua single mother dan 2) orangtua single father. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kualitatif tipe deskriptif. Jumlah informan penelitian ditetapkan dengan menggunakan teknik purposive sampling yang berjumlah 4 orang, 2 remaja dari single mother dan 2 remaja dari single father. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan teknik analisis data melalui tiga tahap yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Remaja yang diasuh oleh orangtua single mather merasa minder dan cemburu terhadap teman yang memiliki keluarga utuh, dan sering membandingkannya dengan keadaan keluarganya, dan ketika punya masalah lebih memilih menyendiri dan tidak mau berbagi dengan orang lain. 2) Remaja yang diasuh oleh orangtua single father menunjukkan bahwa remaja masih belum mampu menyelesaikan masalah dengan teman sebaya seperti menunjukkan kemarahannya jika keinginannya tidak terpenuhi dan lebih memilih keluar rumah jika dinasehati oleh orangtua, serta tidak mau mendengarkan pendapat orang lain.

Kata Kunci : *Penyesuaian diri, Remaja, Single Mother, Single Father*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Istilah remaja (*adolescence*) mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Fase remaja, memiliki ciri-ciri yang berbeda dan karakteristik yang berbeda pula dari fase kanak-kanak, dewasa dan tua. Setiap fase memiliki tuntutan yang khas bagi masing-masing individu. Oleh karena itu, kemampuan individu untuk bersikap dan bertindak dalam menghadapi satu keadaan berbeda dari fase satu ke fase yang lain. Menurut Desmita (2011) masa remaja ditandai dengan sejumlah karakteristik penting yang meliputi pencapaian hubungan yang matang dengan teman sebaya, dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria atau wanita dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat, menerima keadaan fisik dan mampu menggunakannya secara efektif, mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, memilih dan mempersiapkan karier dimasa depan sesuai dengan minat dan kemampuannya, mengembangkan sikap positif terhadap pernikahan hidup berkeluarga dan memiliki anak, mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep-konsep yang diperlukan sebagai warga negara, mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial dan memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai pedoman dalam bertingkah laku.

Fase remaja didahului oleh timbulnya harga diri yang kuat, ekspresi kegirangan, keberanian yang berlebihan. Karena itu mereka yang berada pada fase ini cenderung membuat keributan, kegaduhan yang sering mengganggu. Tendens untuk berada dalam suasana ribut dan berlebihan yang bersifat fisik, lebih banyak terdapat pada anak laki-laki. Pada anak perempuan tendens yang serupa manifest dalam ekspresi judes, mudah marah dan merajuk. Kekuatan dan kehebatan fisik makin menjadi perhatian utama, sehingga banyak puber yang menginginkan untuk menjadi bintang pembalap yang dipuja dan dihargai. Pada wanita keinginan untuk mendapat penghargaan dan perhatian ini manifest dalam tendens dandanan yang berlebihan. Mereka mudah terperosok dalam suasana persaingan (Diananda, 2019).

Dalam tahap perkembangan remaja, penyesuaian diri menjadi sangat penting karena kemampuan dalam melakukan penyesuaian diri yang baik merupakan salah satu prasyarat untuk mencapai kesehatan mental remaja. Penyesuaian diri pada remaja merupakan kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respons-respons sedemikian rupa, sehingga bisa bertahan dan mengatasi segala bentuk konflik, kesulitan, dan frustrasi-frustrasi secara efisien serta memiliki penguasaan dan kematangan emosional. Dengan penyesuaian diri tersebut, diharapkan remaja mampu menjalani kehidupan yang lebih baik, terhindar dari permasalahan dan lebih siap menghadapi perubahan (Sundari, 2005).

Menurut Gunarsa (2003) proses penyesuaian diri lebih bersifat suatu proses sepanjang hayat (*life long process*) dan manusia terus-menerus berupaya menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat. Respon penyesuaian baik atau buruk, secara sederhana dapat dipandang sebagai suatu upaya individu untuk mereduksi atau menjauhi ketegangan dan untuk memelihara kondisi-kondisi keseimbangan yang lebih wajar. Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Atas dasar pengertian tersebut dapat diberikan batasan bahwa kemampuan manusia sanggup untuk membuat hubungan-hubungan yang menyenangkan antara manusia dengan lingkungannya. Baik buruknya penyesuaian diri remaja tidak terlepas dari pola asuh orangtua. Namun dalam realitanya, dalam kondisi tertentu terdapat juga keluarga yang mempunyai satu orangtua (*single parent*), hanya ada seorang ayah (*single father*) atau hanya ada satu ibu (*single mother*). Tidak sedikit keluarga yang tidak dapat mempertahankan keutuhan keluarganya baik itu dikarenakan memilih jalan untuk berpisah atau perceraian maupun karena kematian.

Santrock (2007) menyatakan remaja yang berasal dari keluarga yang orang tuanya bercerai (*single parent*) memperlihatkan penyesuaian yang lebih buruk dibandingkan remaja yang berasal dari keluarga utuh, remaja yang berasal dari keluarga dengan perceraian orang tua memperlihatkan

masalah akademis, masalah yang bersiat eksternalisasi (bertingkah dan kenakalan remaja) serta masalah yang bersiat internalisasi (kecemasan dan depresi), kurang memiliki tanggung jawab sosial, kurang kompeten dalam relasi karib, putus sekolah, aktif secara seksual, bergabung dengan kawan-kawan yang antisosial, memiliki harga diri yang lebih rendah. Meskipun demikian, tidak dapat di sangkal bahwa mayoritas remaja yang berasal dari keluarga yang orang tuanya bercerai tidak memiliki masalah-masalah ini. Sebagian remaja ada yang mampu mengatasi perceraian orang tuanya dengan kompeten. Selanjutnya, Surya (2003) menyatakan keluarga dengan orang tua tunggal mempunyai situasi dan kondisi yang khas yang mungkin berbeda dengan keadaan keluarga utuh. Situasi itu akan membawa berbagai kemungkinan munculnya berbagai masalah, termasuk masalah-masalah psikologis.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan di Nagari Persiapan Sariak Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat terdapat kurangnya kasih sayang dari orangtua dan jarangny remaja berkomunikasi dengan ibu atau ayahnya di rumah. Masalah psikologis pun muncul dari remaja karena merasa stres dan minder dengan teman sebayanya karena tidak adanya sosok seorang ayah atau ibu di dalam keluarganya. Melihat teman-temannya yang memiliki keluarga yang utuh, penyesuaian diri negatif pun muncul di dalam diri remaja seperti lebih suka melamun dan menyendiri. Berdasarkan permasalahan di atas penelitian ini dibatasi pada gambaran penyesuaian diri remaja yang diasuh oleh orangtua *single mother* dan *single father*.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kualitatif tipe deskriptif. Jumlah informan pada penelitian ini sebanyak 4 orang yang ditentukan melalui teknik *purposive sampling* dengan kriteria remaja yang diasuh oleh ibu tunggal (*single mother*) dan ayah tunggal (*single father*). Teknik pengumpulan data yang dilakukan yaitu wawancara. Teknik analisis data kualitatif tipe deskriptif melalui tiga tahap yaitu

reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, temuan data yang peneliti kemukakan adalah data kualitatif yaitu data yang disajikan sesuai dengan apa yang dikemukakan informan berdasarkan hasil wawancara dengan dua remaja (informan kunci), ibu remaja, teman remaja dan tetangga (informan tambahan) tentang penyesuaian diri remaja yang diasuh oleh ibu *single parent*. Wawancara dilakukan kepada remaja yang dan dilanjutkan dengan penggalian informasi lebih lengkap dengan ibu *single parent* (ibu remaja) teman remaja dan tetangga. Sedangkan remaja yang diasuh oleh ayah *single parent*, wawancara dilakukan kepada dua remaja (informan kunci), ayah remaja, teman remaja, dan tetangga remaja (informan tambahan) tentang penyesuaian diri remaja yang diasuh oleh ayah *single parent*.

Penyesuaian Diri Remaja yang di Asuh oleh Orangtua *Single Mother*

Berdasarkan hasil wawancara dengan remaja yang diasuh oleh *Single Mother* yang berinisial NH diperoleh informasi bahwa NH merasakan dirinya sering memilih diam jika ada masalah, semua ada kaitannya dengan penyesuaian diri remaja yang diasuh oleh *Single Mother*. NH mengaku bahwa ia adalah orang yang memilih diam ketika ada masalah, sehingga menjadi beban pikiran dan tidak mau berbicara atau berbagi dengan orang lain. Adapun hal yang dapat dilakukan oleh NH ketika sudah merasa banyak pikiran dan masalah yaitu memilih untuk menyendiri di dalam kamar, karena dengan menyendiri di dalam kamar ia merasa beban pikirannya itu berkurang. NH juga kurang bisa menerima masukan dan kritikan yang diberikan oleh orang lain tentang dirinya. NH mengatakan bahwa ia tidak mempunyai masalah dengan teman sebaya meskipun ia sulit menjalin pertemanan yang akrab dengan orang lain, selanjutnya apapun yang terjadi di dalam diri NH baik itu masalah dengan orang lain ataupun ibunya sendiri, NH lebih memilih diam dan menyendiri di dalam kamar. NH juga merasakan sedih dan cemburu terhadap temannya yang mempunyai keluarga yang utuh dan merasa bahwa itu juga menjadikan ia minder untuk bergaul dengan teman-

temannya. Selain itu karena ibunya sibuk bekerja karena juga harus mencari nafkah sehingga tidak punya banyak waktu luang sehingga mengakibatkan komunikasi dengan ibunya tidak begitu lancar.

Hasil wawancara dengan remaja kedua yang berinisial RYS yang diasuh oleh ibu *single parent* bahwa RYS merasakan kesendirian terhadap apa yang dialaminya saat ini, sedih yang dirasakan oleh RYS ini terkadang sampai membuatnya menangis. Dilihat dari tanggung jawab sosialnya RYS cukup bertanggung jawab namun kadang sensitif apalagi berkaitan dengan masalah keluarga. RYS merasa kurang mendapat kasih sayang dan mencoba mencari perhatian kepada orang lain. Selain itu RYS juga merasakan kesepian tanpa adanya sosok seorang ayah dan bahkan ibu yang jarang di rumah. Berdasarkan hasil wawancara dengan dua orang remaja yang diasuh oleh ibu *single parent*, maka disimpulkan bahwa remaja merasakan penyesuaian diri yang salah dengan menunjukkan perilaku seperti diam, minder, menyendiri dan kurang berinteraksi dengan lingkungan masyarakat sebab remaja memiliki perilaku yang tertutup.

Penyesuaian Diri Remaja yang di Asuh oleh Orangtua Single Father

Wawancara yang dilakukan dengan remaja yang diasuh oleh *Single Father* yang berinisial WA menunjukkan sikap dan kebiasaan buruk yang bertentangan dengan penyesuaian diri yang positif yang seharusnya ada di dalam diri remaja. WA sangat menutup diri di lingkungan masyarakatnya dan malu dengan teman sebayanya karena berasal dari keluarga orang tua *Single Father*. Hubungan komunikasi antara orang tua dan WA jarang dilakukan, dan dampaknya WA menjadi kurang percaya diri, baik itu di sekolah maupun di lingkungan masyarakat sebab remaja merasa sendirian tanpa sosok ibu sementara ayah sibuk bekerja untuk membiayai sekolah dan memenuhi kehidupan sehari-hari.

Hasil wawancara dengan remaja kedua yang berinisial MI yang berjenis kelamin laki-laki dan diasuh oleh *Single Father* bahwa MI suka keluar rumah, dan terkadang pulang larut malam. MI sulit menerima masukan sebab apa yang ia katakan menurutnya benar dan apa yang ia lakukan tidak pernah salah, dan MI bertindak sesuka hatinya, tanpa mau mendengar

masukan dari ayahnya. MI sering mengalami masalah atau konflik dengan teman sebayanya, karena menurut teman sebayanya MI suka berkata kasar yang membuat orang lain tersinggung. MI yang diasuh oleh orang tua laki-laki *single parent*, kurang mendapatkan kasih sayang dan perhatian karena ayah sibuk dengan pekerjaan dan memikirkan bagaimana memenuhi kebutuhan anaknya, ayah tidak memiliki waktu yang penuh untuk memperhatikan MI saat di rumah.

Penyesuaian diri remaja dengan orangtua yang bercerai dipengaruhi oleh adanya dukungan sosial orangtua (Fahrezi & Diana, 2019; Untari et al., 2018; Zuraida, 2019). Remaja dengan orangtua *single parent* yang menerima dukungan sosial dan perhatian dari orangtua akan merasa lega secara emosional (Argaleta P, 2014; Gunawan et al., 2015; MARZUKI, 2017) karena mendapatkan perhatian dan kasih sayang serta merasakan kepedulian terhadap dirinya (Sarafino & Smith, 2011). Hal tersebut membuat remaja yang diasuh oleh orangtua *single mother* ataupun *single father* mampu melakukan penyesuaian diri yang baik dengan lingkungan. Namun jika remaja tidak mendapat dukungan sosial dari orangtua maka akan mengakibatkan penyesuaian diri yang salah pada remaja.

Menurut Fatimah (2006:197-198), ada tiga bentuk reaksi penyesuaian diri yang salah (negatif) yaitu:

- a. Reaksi Bertahan (*Defence Reaction*). Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya dengan seolah-olah dia tidak sedang menghadapi kegagalan. Ia akan berusaha menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kesulitan. Ada empat bentuk khusus reaksi ini, antara lain sebagai berikut: 1) Rasionalisasi, yaitu reaksi bertahan diri dengan mencari-cari alasan untuk membenarkan tindakannya yang salah. 2) Represi, yaitu usaha individu untuk menekan perasaannya yang dirasakan kurang enak ke alam tidak sadar. Ia akan berusaha melupakan perasaan atau pengalaman yang kurang menyenangkan atau yang menyakitkan seperti remaja yang diam saat mempunyai masalah dan berusaha melupakan. 3) Proyeksi, yaitu menyalahkan kegagalan dirinya kepada

pihak lain atau pihak ketiga untuk mencari alasan yang dapat diterima. 4) "Sour Grapes" (anggur kecut), yaitu dengan memutarbalikkan fakta atau kenyataan (berbohong)

- b. Reaksi Menyerang (*Aggressive Reaction*). Individu yang salah suai akan menunjukkan sikap dan perilaku yang bersifat menyerang atau konfrontasi untuk menutupi kekurangan atau kegagalannya. Ia tidak mau menyadari kegagalannya atau tidak mau menerima kenyataan. Reaksi menyerang tersebut bisa berbentuk sebagai tingkah laku yang selalu membenarkan diri sendiri, ingin berkuasa, senang mengganggu orang lain, menggertak orang lain, menunjukkan sikap permusuhan, menyerang dan merusak secara terbuka, keras kepala, suka bersikap balas dendam dan lain sebagainya.
- c. Reaksi Melarikan Diri (*Escape Reaction*). Individu akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan konflik atau kegagalannya. Reaksinya tampak dalam tingkah laku: banyak tidur, menyendiri dan kembali kepada tingkah laku yang semodel dengan tingkat perkembangan yang lebih awal (regresi) seperti orang dewasa yang berperilaku seperti remaja kecil.

CONCLUSION /KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran penyesuaian diri remaja yang diasuh oleh orangtua *single mother* dan *single father* maka dapat disimpulkan:

1. Penyesuaian diri remaja yang diasuh oleh *single mother* menunjukkan remaja memiliki sifat cemburu terhadap teman yang memiliki keluarga utuh, dan bahkan sering membanding-bandingkan dirinya dengan teman yang memiliki keluarga utuh, remaja juga jarang berkomunikasi dengan orang tua, remaja marah ketika keinginannya tidak tercapai, mengurung diri di dalam kamar ketika ada masalah.
2. Penyesuaian diri remaja yang diasuh oleh *single father* menunjukkan sikap dan kebiasaan yang bertentangan dengan penyesuaian diri yang positif. Perilaku yang ditunjukkan oleh remaja laki-laki seperti tidak mandiri, pemaarah, suka berkata kasar, suka keluar malam, tidak

suka di nasehati, sedangkan remaja perempuan menunjukkan perilaku seperti tidak mampu bersosialisasi di dalam lingkungan masyarakat, kurang percaya diri, dan memiliki sikap tertutup, lebih suka di dalam rumah, pemalu, bahkan suka menyendiri.

REFERENCES / DAFTAR PUSTAKA

- Argaleta P, S. (2014). *Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik dalam Mengerjakan Tugas Sekolah pada Siswa SMA PGRI Kota Batu*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Desmita. 2011. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik; Panduan bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami Psikologi Anak Usia SD, SMP, dan SMA*. Bandung: Rosda Karya.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Fahrezi, A., & Diana, R. (2019). Pola Asuh Co-Parenting dan Penyesuaian Diri pada Remaja dengan Orangtua Bercerai (Broken Home). *Wacana*, 11(2), 196–212.
- Gunawan, A. R., Rusyidi, B., & Meilany, L. (2015). Dukungan Sosial Orangtua terhadap Atlet Paralimpik Pelajar Tuna Netra Berprestasi di Kota Bandung. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 407.
- Marzuki, A. (2017). Persepsi Dukungan Sosial Orang Tua dengan Kreativitas dalam Belajar Pada Siswa Kelas VIII di Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN) 1 Palembang. *[Skripsi]*. Uin Raden Fatah Palembang.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction seventh edition*. In *Animal Genetics*.
- Santrock. 2007. *Development Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Edisi Keenam. Alih Bahasa: Sinto B Adelar; Sherly Saragih. Jakarta: Erlangga.
- Sundari, Siti. 2005. *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Surya, Mohamad. 2003. *Psikologi Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quaraisy.

- Untari, I., Putri, K. P. D., & Hafiduddin, M. (2018). Dampak Perceraian Orang Tua terhadap Kesehatan Psikologis Remaja. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 15(2), 106.
- Zuraida, Z. (2019). Konsep Diri pada Remaja dari Keluarga yang Bercerai. *Jurnal Psikologi Kognisi*, 2(2), 88–97.