

## **Strategi Coping pada Remaja Korban Perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang**

**Sri Mahdatillah**

Institut Agama Islam Negeri Parepare

[srimardatillah@iainpare.ac.id](mailto:srimardatillah@iainpare.ac.id)

### **ABSTRACT**

*The purpose of this study was to determine the factors that influence adolescent victims of divorce in Jaya sub-district, Pinrang district and to determine the form of coping strategies for adolescent victims of divorce in Jaya sub-district, Pinrang district. This study uses a qualitative method with a descriptive approach, and in collecting data using the methods of observation, interviews, and documentation. The results obtained are the factors that influence the coping strategy for adolescent victims of divorce in Jaya Village, Pinrang Regency from each informant who has been interviewed. The condition of the three informants who experienced stress was indicated by behavioral, emotional, cognitive, and physical changes including insomnia, lack of appetite, difficulty controlling emotions, lack of enthusiasm, and frequent headaches. While the form of the use of coping strategies for adolescent victims of divorce in Jaya Village, Pinrang Regency, is to apply both coping strategies. However, the most dominant strategy is the emotional focused coping strategy or the most dominant coping strategy because the informant focuses more on managing the emotional response to the stress experienced. Informants try to change unpleasant situations through self-control and feelings, positive thinking, seeking social support, especially family and getting closer to Allah SWT.*

**Keywords** Adolescent; Coping; Strategies.

## ABSTRAK

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi remaja korban perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang dan untuk mengetahui bentuk strategi *coping* pada remaja korban perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif, dan dalam pengumpulan data menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian yang didapatkan yakni faktor yang mempengaruhi strategi *coping* pada remaja korban perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang dari masing-masing informan yang telah diwawancara menunjukkan bahwa ketiga informan dengan latar belakang remaja korban perceraian menyebabkan informan mengalami stres. Kondisi ketiga informan yang mengalami stres ditunjukkan dengan perubahan perilaku, emosi, kognitif, dan fisik diantaranya insomnia, kurang nafsu makan, sulit mengendalikan emosi, kurang semangat, dan sering mengalami sakit kepala. Bentuk penggunaan strategi *coping* pada remaja korban perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang, yaitu menerapkan kedua strategi *coping*. Namun, strategi yang paling dominan adalah strategi *emotional focused coping* atau *coping* yang paling dominan karena informan lebih berfokus dalam mengatur respon emosional terhadap stres yang dialami. Informan berusaha dalam mengubah situasi-situasi yang tidak menyenangkan melalui kontrol diri dan perasaan, berpikir positif, mencari dukungan social terutama keluarga dan mendekatkan diri kepada Allah swt.

**Kata kunci:** Coping; remaja; strategi.

## PENDAHULUAN

Keluarga merupakan suatu unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga yang disebut ayah dan anggota keluarga disebut ibu dan anak-anak. Sakinah bermakna tenang, tenram dan tidak gelisah. Keluarga sakinah adalah sekelompok orang yang terdiri dari suami-isteri dan anak-anak, yang tenang, damai, saling mencintai dan menyayangi dalam rumah tangga. Keluarga khususnya orang tua mempunyai peran yang sangat besar dalam memberikan pendidikan sedini mungkin demi membentuk pribadi anak.

Pendapat ulama fiqih tentang perceraian dalam Islam sesuatu yang dibenarkan, apabila terdapat kebutuhan untuk itu. Misalnya kedua belah pihak sudah tidak bisa lagi hidup rukun dalam rumah tangga, mengalami kesulitan, ketidaknyamanan dan tidak dapat menegakkan ketentuan Allah. Tetapi haruslah ditempuh dengan cara yang baik, yang bermartabat, dengan mengedepankan maslahat bagi kedua belah pihak yaitu suami-isteri.

Perceraian (talak) dalam Islam di kenal sebagai talak, talak sendiri di ambil dari kata “itlaq” yang menurut bahasa artinya, melepaskan atau meninggalkan.<sup>35</sup> Kata talak merupakan isim masdar dari kata *tallaqa-*

*yutalliqu-tatliiqan*, jadi kata ini semakna dengan kata tahliq yang bermakna *irsal* dan *tarku* yaitu melepaskan dan meninggalkan. Abdurrahman A-Jaziri menjelaskan lebih lanjut bahwa yang dimaksud dengan menghilangkan ikatan pernikahan artinya mengangkat ikatan pernikahan sehingga tidak lagi istri halal bagi suami (dalam hal ini kalau terjadi talak tiga), yang dimaksud dengan mengurangi pelepasan ikatan pernikahan ialah berkurangnya hak talak bagi suami (dalam hal kalau terjadi talak raj'i).

Perceraian merupakan bagian dari perkawinan, sebab tidak ada perceraian tanpa adanya perkawinan terlebih dahulu. Perkawinan merupakan awal dari hidup bersama antara hidup seorang pria dengan wanita yang diatur dalam hukum agama serta peraturan perundang undangan dalam suatu negara, sedang perceraian merupakan akhir dari kehidupan bersama suami istri tersebut. Setiap orang menghendaki agar perkawinan yang dilaksanakannya itu tetap utuh sepanjang masa kehidupannya, tetapi tidak sedikit perkawinan yang dibina dengan susah payah itu harus berakhir dengan suatu perceraian.

Suami mentalak isterinya dengan talak satu, maka masih ada dua talak lagi, kalau talak dua, maka tinggal satu talak lagi, kalau sudah talak tiga, maka talaknya menjadi habis. Perceraian juga sangat berdampak besar bagi si remaja diantaranya dia gagal (meraih cita-cita), kurang percaya diri, kecewa, marah, mengalami depresi, kecemasan, sedih dan tidak percaya diri, bahkan sangat berdampak insomnia (sulit tidur), dan kehilangan nafsu makan.

Perceraian juga dapat menimbulkan stress dan trauma bagi anak untuk memulai hubungan baru dengan lawan jenis. Anak yang mengalami ketegangan dalam keluarga seperti mempunyai orangtua tunggal maka anak akan terpukul dan kemungkinan besar berubah tingkah lakunya. Ada yang menjadi pemarah, suka melamun, bahkan suka menyendiri. Namun ada pula anak yang ketika dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang tidak utuh menjadi seorang anak yang pemberani dan mandiri. Ketegangan-ketegangan yang muncul sebagai akibat dari lingkungan keluarga akan menunjukkan konflik pada anak dalam membentuk kepribadiannya.

Perceraian merupakan suatu peristiwa perpisahan secara resmi antara pasangan suami-istri dan mereka berketetapan untuk tidak menjalankan tugas dan kewajiban sebagai suami-istri. Mereka tidak lagi hidup dan tinggal serumah bersama, karena tidak ada ikatan yang resmi. Mereka yang telah bercerai tetapi belum memiliki anak, maka perpisahan tidak menimbulkan dampak traumatis psikologis bagi anak-anak. Said mengemukakan bahwa perceraian dapat terjadi dengan cara: *talak, khulu, fasakh, li'an dan ila*.

Menurut bahasa *coping* berasal dari kata “cope” yang artinya menanggulangi, menguasai, menangani suatu masalah menurut suatu cara; sering kali dengan cara menghindar, mlarikan diri, atau mengurangi kesulitan dan bahaya yang timbul. Pengertian lain menurut Robert S. Feldam *coping* diartikan sebagai usaha untuk mengontrol, mengurangi, atau belajar untuk

menoleransi ancaman yang menyebabkan stress.<sup>13</sup> Menurut Kamus Psikologi strategi *coping* adalah sebuah cara yang disadari dan rasional untuk menghadapi dan mengatasi kecemasan hidup. Sedangkan menurut penulis yang dimaksud dengan strategi *coping* adalah suatu cara yang dilakukan dalam hal menghadapi atau melawan atau mengatasi suatu permasalahan yang tengah di alami berupa tuntutan-tuntutan yang berasal dari individu itu sendiri maupun berasal dari lingkungan. Seseorang terkadang menggunakan beberapa strategi *coping* ketika menghadapi situasi sulit atau permasalahan yang ditemui dalam kehidupannya, hal ini dilakukan karena individu tersebut merasa bahwa dengan satu strategi *coping* saja belum cukup membantunya mengatasi situasi yang sulit yang dia alami.

Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasи dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkat yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber, termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok. Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa.

Selain itu masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak dengan masa dewasa yang mengalami perkembangan semua aspek/fungsi untuk memasuki masa dewasa.<sup>32</sup> *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan remaja dalam adalah suatu masa ketika, Individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya, sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Individu mengalami perkembangan psikologi dan pola identifikasi dari kanak-kanak, menjadi dewasa dan terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi, yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri.<sup>33</sup> Berdasarkan beberapa pengertian remaja yang telah dikemukakan para ahli, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa remaja adalah individu yang sedang berada pada masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa dan ditandai dengan perkembangan yang sangat cepat dari aspek fisik, psikis dan sosial.

## **METODE**

Jenis penelitian *lapangan* (*field research*), merupakan penelitian penelitian yang dilakukan di lingkungan tertentu dengan cara mendatangi tempat tersebut. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode studi kasus.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang terdapat beberapa remaja yang menjadi korban perceraian orang tua. Beberapa remaja tidak dapat menerima keadaan yang sesungguhnya bahwa orang tua telah bercerai. Beberapa anak yang berasal dari keluarga bercerai disebabkan salah satu dari orang tuanya

meninggal dunia, dan perceraian antara ibu dan ayah akibat perselingkuhan atau kawin lagi. Keluarga bercerai menimbulkan masalah tersendiri pada masing-masing anak tersebut dan mengharuskan untuk bisa melawan dan menghadapi masalah tersebut.

Orang tua yang bercerai lebih siap menghadapi perceraian dibandingkan dengan anak-anak. Berapapun usia anak-anak ketika orang tua bercerai, akan menjadi tertekan. Anak yang sudah beranjak remaja sampai dewasa, penderitaan yang dialami akan lebih sedikit berbeda dengan anak yang memasuki remaja, dimana di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang remaja disana sangat sulit menerima keadaan yang sesungguhnya bahwa orang tuanya telah bercerai. Oleh sebab itu sangat menyakitkan bagi anak sebagai korban perceraian dari orang tua. Perceraian merupakan guncangan bagi remaja sebab pikirannya akan terkuras pada masalah perceraian orang tuanya sehingga akan menganggu apa yang harus dilakukan korban sesuai dengan usia yaitu berkaitan dengan pembentukan identitas yang sehat, hal ini mempengaruhi remaja korban perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

Beberapa faktor yang mempengaruhi dari strategi *coping* pada remaja korban perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang yakni:

a. Kesehatan fisik

Beberapa remaja di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang tidak percaya bahwa orang tua yang telah bercerai. Korban perceraian orang tua belum percaya dengan kenyataan tersebut. Ketidakpercayaan diiringi dengan sikap marah dan biasanya remaja tersebut marah dengan diri sendiri, pada akhirnya akan menimbulkan masalah kesehatan fisik. Seperti sering merasakan pusing kepala, mimisan dan sesak.

b. Keyakinan positif

Perceraian kedua orang tua informan harus mampu untuk memberikan keyakinan dari dalam dirinya yang besar jika segala sesuatu yang terjadi didalam keluarga merupakan kehendak dari Allah Swt dan telah diatur olehNya. Remaja tersebut secara otomatis harus berusaha untuk dapat mengurangi atau menghilangkan perasaan stress yang dialaminya dan menumbuhkan selalu pikiran-pikiran yang positif.

c. Keterampilan Memecahkan Masalah

Remaja yang menjadi korban perceraian orang tuanya harus mampu menghadapi masalahnya, sehingga remaja tersebut bisa memecahkan masalahnya tersebut walaupun sulit menerima kenyataan. Remaja tersebut bisa terbuka dan menceritakan pada orang-orang terdekatnya tentang apa yang ia alami dan rasakan sekarang, sehingga pikiran dan perasaannya menjadi lebih tenang.

d. Keterampilan sosial

Remaja yang menjadi korban perceraian akan berdampak pada kemampuannya bersosialisasi, dimana remaja tersebut sangat kurang

bersosialisasi dilingkungan sekitarnya. Karena jika ia berkomunikasi dengan tetangga-tetangganya mereka akan dikucilkan karena orang tuanya bercerai.

e. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan pemberian bantuan atau pertolongan terhadap seseorang yang mengalami stres dari orang lain yang memiliki hubungan dekat dengan individu tersebut.

f. Materi

Informan 1 UD tidak memiliki banyak materi yang cukup dalam mengurangi kondisi stress yang sedang dialaminya, dikarenakan orang tuanya hanya bekerja sebagai tukang jahit dan tidak ada keluarga yang menjadi tulang punggung di keluarganya lagi. Sementara UD masih kuliah dari hasil tabungan ibunya menjahit serta membantu-bantu di tetangganya.

Keadaan yang menimbulkan ketegangan yang dialami remaja dengan orang tua bercerai pada dasarnya bersumber pada faktor internal dan eksternal. Faktor internal individu berupa frustasi karena harapan untuk mempunyai orang tua utuh tidak terwujud, arti penting peran orang tua bagi kehidupan partisipan yang dapat memicu stress. Disamping karena adanya beberapa tekanan dari luar individu (eksternal) yang berkontribusi besar terhadap remaja dengan orang tua bercerai.

Secara garis besar keseluruhan informan remaja pada penelitian ini mengalami dampak dari perceraian orang tuanya, yaitu dampak pada kondisi psikologis dan perilaku para informan remaja pada penelitian ini dan akhirnya hal tersebut mempengaruhi proses penerimaan diri dari ketiga remaja kemudian remaja pada penelitian ini berusaha mengatasi masalah penerimaan diri mereka akibat perceraian orang tuanya dengan melakukan Strategi *coping*.

---

Seluruh remaja dalam penelitian ini lebih cenderung menggunakan strategi *emotion focused coping*, yaitu strategi yang berfokus pada emosi, hal ini sesuai dengan apa yang dirasakan ketiga remaja pada penelitian ini, bahwa informan yang mengalami perceraian orang tua pada masa remaja cenderung menggunakan *emotional focused coping*, yaitu *coping escapism*, *minimization* dan *coping seeking meanin*.

## PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan dari skripsi penulis yang berjudul “Strategi *Coping* pada Remaja Korban Perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang” maka penulis dapat mengambil kesimpulan akhir yaitu sebagai berikut :

5.1.1 Faktor yang mempengaruhi strategi *coping* pada remaja korban perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang dari masing-masing informan yang telah di wawancara menunjukkan bahwa ketiga informan dengan latar belakang remaja korban perceraian menyebabkan informan mengalami stress.

Kondisi ketiga informan yang mengalami stress ditunjukkan dengan perubahan perilaku, emosi, kognitif, dan fisik diantaranya insomnia, kurang nafsu makan, sulit mengendalikan emosi, kurang semangat, dan sering mengalami sakit kepala.

5.1.2 Bentuk penggunaan strategi *coping* pada remaja korban perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang yaitu menerapkan kedua strategi *coping*. Namun, strategi yang paling dominan adalah strategi *emotional focused coping* atau *coping* yang berfokus pada emosi. Strategi *coping* berfokus pada emosi merupakan yang paling dominan karena informan lebih berfokus dalam mengatur respon emosional terhadap stress yang dialami. Informan berusaha dalam mengubah situasi-situasi yang tidak menyenangkan melalui mengontrol diri dan perasaan, berfikir positif, mencari dukungan social terutama keluarga dan mendekatkan diri kepada Allah swt.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Mahmud, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Pustaka Setia, 2011), h. 31.
- Abd. Rahman, Ghazaly. 2006. *Fiqh Munakahat*. Jakarta: Kencana.
- Ahmadi Abu. Uhbiyanti Nur. 2001. *Ilmu Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Anggadewi Moesono, Anima. 2005. *Jurnal Psikologi Indonesia*, vol 20.
- Azhari Akamli Tariga, Amir Nuruddin. 2008. *Kompilasi Hukum Islam (KHI), Hukum Perkawinan, Kewarisan, dan Perwakafan*. Cet.I; Bandung: CV. Nuansa Auli.
- Feldman S. Robert. 2012. *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hurlock, B Elizabeth. 2003. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Kartono, Kartini dan Gulo dali. 2000. *Kamus Psikologi*. Bandung: Pionir Jaya.
- Salam Lubis. 2011. *Menuju Sakinah Mawadah Warahmah*. Surabaya: Terbit Terang.
- Sohari Sahrani, H.M.A. Tihami. 2009. *Fikih Munakahat: Kajian Fikih Nikah Lengkap*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sri Rumini, Siti Sundari. 2004. *Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT. Asdi Mahasatya.,
- S.Willis, Sofyan. 2011. *Konseling Keluarga*. Bandung: Alfabeta.
- Mahmud. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Munandar, Utami Anima. 2000. *Jurnal Psikologi Indonesia*, vol.15.
- Wijanarko, Jarot. 2015. *Perceraian dan Nikah lagi*. Jakarta: Suara Pemulihan.
- Wirawan Sarwono, Sarlito. 2012. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.