

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan fase transisi dari anak-anak menuju dewasa yang kerap dianggap sebagai masa krisis karena menjadi titik awal pembentukan identitas diri. Pada tahap ini, terjadi percepatan pertumbuhan fisik disertai perkembangan mental yang signifikan, menjadikannya sebagai salah satu periode paling penting dalam kehidupan seseorang (Wangge, 2014). Remaja umumnya berada pada rentang usia 12 hingga 21 tahun, yang dibagi menjadi tiga fase: remaja awal (12–15 tahun), remaja pertengahan (15–18 tahun), dan remaja akhir (18–21 tahun). Periode ini dikenal penuh tantangan karena remaja sedang berusaha meraih kematangan kepribadian melalui proses mengenal, menyesuaikan diri, menerima, serta menghargai diri mereka sendiri..

Perubahan yang terjadi selama masa transisi ini seringkali menimbulkan berbagai persoalan, terutama yang berkaitan dengan penerimaan diri, yang berperan penting dalam membangun hubungan sosial. Penerimaan diri merupakan fondasi penting bagi individu dalam menghadapi realitas hidup, baik itu pengalaman yang menyenangkan maupun yang tidak. Sikap positif terhadap diri sendiri, pengakuan serta penghargaan terhadap nilai pribadi, dan kesadaran terhadap perilaku sendiri merupakan wujud dari penerimaan diri (Hurlock, 1993). Penerimaan diri juga mencerminkan kepribadian yang sehat, mencakup penerimaan terhadap kenyataan hidup, rasa tanggung jawab, kemampuan berinteraksi sosial, dan pengendalian emosi. Kemampuan menerima diri secara utuh memungkinkan seseorang untuk tetap bertahan dan menyesuaikan diri dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

Remaja yang memiliki penerimaan diri yang baik umumnya menunjukkan sikap percaya diri, menghargai dirinya sendiri, serta mampu bersikap objektif dalam menerima kritik maupun pujian. Mereka merasa nyaman dengan kelebihan dan kekurangannya, tidak mudah takut terhadap penolakan, dan bertanggung jawab atas tindakannya. Penerimaan diri yang sehat membantu

mereka menjalin hubungan sosial yang baik, lebih mudah beradaptasi dalam menghadapi tantangan, memanfaatkan kritik sebagai kesempatan untuk berkembang, dan terus berupaya menggapai potensi terbaik yang dimilikinya.

Akan tetapi fase remaja sering kali dikenal sebagai fase "badai dan tekanan," di mana emosi dan situasi menjadi sangat labil dan lebih kompleks. Seringkali remaja menunjukkan perilaku penerimaan diri yang kurang baik, seperti meragukan kemampuan sendiri, merasa rendah diri, memiliki pandangan negatif terhadap diri, dan takut akan penolakan. Mereka juga mungkin merasa canggung atau tidak peduli terhadap diri sendiri, enggan bertanggung jawab atas perilaku mereka, serta sulit menerima kritik atau pujian dengan bijak. Selain itu, mereka lebih fokus pada kelemahan daripada mengembangkan potensi yang dimiliki, sehingga menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan diri.

Pada fase remaja, perubahan perilaku penerimaan diri secara signifikan dibentuk oleh faktor lingkungan, terutama pengaruh keluarga. Dalam hal ini, keluarga memiliki fungsi sebagai unit dasar masyarakat yang terdiri dari suami, istri, dan anak-anak, sangat penting dalam memberikan arahan dan memenuhi kebutuhan fisik dan psikologis anak-anak (Lail et al., 2022). Keluarga merupakan lingkungan pertama yang sangat berpengaruh dalam pembentukan kepribadian anak. Orang tua memiliki peran penting dalam memberikan kasih sayang, pendidikan, dan rasa aman yang menjadi dasar bagi perkembangan psikologis anak. Namun hal-hal tersebut tidak akan terpenuhi jika orang tua tidak menjalankan peran keluarganya sehingga tidak berfungsi dengan baik. Contohnya yaitu ketika orang tua kurang memberikan perhatian dan dukungan, hal ini bisa disebabkan oleh masalah seperti perceraian.

Perceraian sering kali mengganggu struktur keluarga, yang pada akhirnya dapat menghambat peran orang tua dalam mendampingi anak secara optimal. Perceraian merujuk pada suatu proses hukum atau agama yang secara resmi membubarkan ikatan perkawinan antara suami dan istri. Situasi ini muncul ketika minat, kepercayaan, atau kecocokan telah menghilang di antara kedua belah pihak, sehingga hal ini akan menyebabkan perselisihan di dalam rumah

tangga (Hasanah, 2019). Terjadinya perceraian ini dapat dipengaruhi oleh beberapa alasan seperti, perselisihan, pertengkaran dan kekerasan yang sudah tidak dapat diatasi lagi. Terlepas dari alasan-alasan yang mendasarinya, proses perceraian seringkali melibatkan perasaan kesedihan, kekecewaan, dan bahkan kemarahan dari kedua belah pihak, serta dampaknya yang dapat meluas hingga ke anggota keluarga lainnya.

Perceraian orang tua merupakan pengalaman traumatis yang dapat meninggalkan dampak emosional yang signifikan bagi anak. Remaja, yang sedang berada dalam fase pencarian jati diri, menjadi lebih rentan terhadap perubahan dalam struktur keluarga. Salah satu aspek yang sering terdampak adalah penerimaan diri. Anak remaja yang orang tuanya bercerai sering kali mengalami kebingungan, merasa tidak berharga, atau bahkan menyalahkan diri sendiri atas peristiwa tersebut, yang pada akhirnya dapat menghambat proses pembentukan kepribadian mereka. Seperti yang diungkapkan oleh Olson & DeFrain (Maharani et al., 2021) pasangan tanpa anak tidak memberikan dampak langsung kepada anak, tetapi bagi pasangan yang memiliki anak, perceraian berpotensi menimbulkan gangguan psikologis dan emosional..

Hasil observasi awal di Desa Sukaresmi, Kabupaten Bogor, menunjukkan bahwa tingkat perceraian di wilayah tersebut cukup tinggi (Mei, 2024). Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2023 tercatat 102.280 kasus perceraian di Provinsi Jawa Barat. Kabupaten Bogor menjadi salah satu wilayah dengan angka perceraian tertinggi, yaitu sebanyak 7.376 kasus atau sekitar 22,95% dari total perceraian di provinsi tersebut. Penyebab utama dari tingginya angka perceraian ini adalah perselisihan dan pertengkaran yang berkepanjangan (BPS, 2023).

Menghadapi situasi keluarga yang tidak harmonis seperti perceraian dapat menjadi tantangan besar bagi remaja untuk tetap menjaga keseimbangan emosional mereka. Remaja yang terdampak perceraian orang tua cenderung mengalami trauma terhadap konsep hubungan, menarik diri dari lingkungan sosial, mengalami kesulitan dalam berkomunikasi, serta merasakan kehilangan

kasih sayang dan dukungan emosional yang seharusnya diberikan oleh kedua orang tua. Keadaan ini tentu sangat mempengaruhi perkembangan emosional remaja, khususnya dalam hal penerimaan diri, karena mereka tidak mendapatkan pendampingan yang memadai dari figur orang tua dalam menjalani masa pertumbuhan mereka.

Remaja yang terdampak oleh perceraian orang tua perlu berusaha beradaptasi dan mulai menerima perubahan yang terjadi dalam keluarganya. Hal ini tentu bukanlah hal yang mudah dilakukan. Remaja yang mengalami perceraian orang tua seringkali kesulitan menerima situasi yang terjadi. Banyak remaja menghadapi berbagai masalah sebagai akibat dari perceraian, termasuk tantangan dan cobaan dalam kehidupan sehari-hari. Tentu, ada yang berhasil melewatinya dengan baik, akan tetapi tidak sedikit pula yang terus menghadapi kesulitan dalam hal ini, bahkan setelah bertahun-tahun.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti melaksanakan studi pendahuluan di Desa Sukaresmi, Kabupaten Bogor. Dalam studi ini, peneliti mewawancarai dua orang remaja yang mengalami perceraian orang tua. Hasil wawancara menunjukkan bahwa keduanya kerap merasa kurang percaya diri, cenderung meremehkan kemampuan sendiri, memiliki pandangan negatif terhadap diri, serta merasa malu dan tidak nyaman dalam berbagai situasi sosial. Temuan ini mencerminkan rendahnya tingkat penerimaan diri yang mereka alami akibat kondisi keluarga yang tidak utuh (Mei, 2024).

Masalah seperti penolakan terhadap kenyataan bahwa orang tua mereka telah bercerai serta kemarahan yang seringkali ditujukan kepada diri sendiri maupun orang tua sering muncul. Ketika remaja tidak mampu menyesuaikan diri dengan situasi ini, mereka dapat merasakan penolakan, kehilangan harga diri, dan merasa tidak dicintai. Perasaan-perasaan tersebut bisa bertahan hingga dewasa, dan memicu ketakutan akan kegagalan serta kesulitan dalam menjalin hubungan intim dengan lawan jenis. Dengan demikian, dapat disimpulkan

bahwa remaja di Desa Sukaresmi, Kabupaten Bogor, yang menghadapi perceraian orang tua, mengalami hambatan dalam membentuk penerimaan diri.

Bagi remaja yang orang tuanya bercerai, membangun penerimaan diri menjadi hal yang sangat penting agar mereka mampu menyesuaikan diri dengan realitas yang dihadapi. Penerimaan diri yang kuat akan membantu mereka lebih tahan terhadap pengalaman emosional yang menyakitkan akibat konflik dalam keluarga. Remaja dengan tingkat penerimaan diri yang tinggi cenderung lebih tangguh dalam menghadapi tekanan dan kesulitan yang timbul akibat perceraian orang tua. Mereka juga menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menyesuaikan diri terhadap perubahan dalam kehidupan keluarga. Sebaliknya, remaja yang memiliki penerimaan diri rendah akan mengalami lebih banyak hambatan dalam menghadapi kondisi tersebut, yang pada akhirnya memperparah dampak psikologis dan emosional dari perceraian.

Perceraian bisa mengganggu kemampuan remaja untuk membentuk hubungan interpersonal yang sehat, karena mereka mungkin kesulitan mempercayai orang lain setelah mengalami kegagalan dalam hubungan keluarga. Konflik batin antara orang tua yang bercerai juga bisa membebani remaja, membuat mereka merasa perlu memilih salah satu sisi atau terlibat dalam konflik keluarga. Kemudian, dampak lainnya adalah anak dapat mengalami permasalahan dalam penerimaan diri. Hal ini dikarenakan ketika seorang remaja harus mengalami perceraian orang tua, maka dapat menimbulkan sentimen perbedaan dan keterasingan dibandingkan dengan teman sebaya (Hafiza, Mawarpury, 2022).

Setiap orang berhak untuk memiliki keluarga dimana ia merasa diterima dan didukung. Memiliki komunikasi yang sehat, menghabiskan waktu bersama, memiliki empati dan saling pengertian merupakan beberapa hal yang dapat menjadikan suatu keluarga menjadi rumah untuk pulang yang nyaman dan menyenangkan. Namun, untuk remaja yang memiliki orang tua yang berpisah, hal-hal tersebut belum tentu ia dapatkan. Setelah perpisahan orang tuanya tentu

akan ada banyak hal yang berubah dan ia harus menyesuaikan diri kembali dan mulai menerima dirinya sekarang. Karena, ketika terjadi perceraian orang tua, maka hal ini berpotensi akan memberikan dampak pada proses penerimaan diri remaja, mempengaruhi cara mereka melihat diri sendiri dan berinteraksi dengan orang lain.

Fenomena perceraian yang terus meningkat, menunjukkan bahwa permasalahan ini bukan lagi hal yang dapat dianggap sepele. Banyak remaja yang terdampak perceraian mengalami kesulitan dalam memahami dan menerima diri mereka sendiri, yang jika tidak ditangani dengan baik dapat berkembang menjadi gangguan psikologis yang lebih serius seperti depresi, kecemasan, atau krisis identitas. Oleh karena itu, penting untuk menelaah secara lebih mendalam bagaimana perceraian orang tua memengaruhi proses penerimaan diri pada remaja, terutama di lingkungan dengan tingkat perceraian yang tinggi.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji topik penelitian dengan judul “DAMPAK PERCERAIAN ORANG TUA TERHADAP PENERIMAAN DIRI REMAJA DI DESA SUKARESMI KABUPATEN BOGOR”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Tingginya kasus perceraian yang terjadi di Desa Sukaresmi, Kabupaten Bogor.
2. Adanya dampak psikologis terutama kemampuan penerimaan diri pada remaja korban perceraian orang tua di Desa Sukaresmi, Kabupaten Bogor.
3. Problematika penerimaan diri remaja pasca perceraian orang tua di Desa Sukaresmi, Kabupaten Bogor.

C. Pembatasan Masalah

Merujuk pada penjelasan latar belakang yang telah disampaikan, peneliti menetapkan batasan masalah untuk menjaga agar penelitian ini tetap fokus pada tujuannya dan tidak meluas ke permasalahan lain. Batasan masalah tersebut meliputi:

1. Untuk mengetahui faktor penyebab tingginya kasus perceraian yang terjadi di Desa Sukaresmi Kabupaten Bogor.
2. Mengetahui apa saja dampak psikologis terutama kemampuan penerimaan diri pada remaja korban perceraian orang tua di Desa Sukaresmi Kabupaten Bogor.
3. Mengetahui problematika penerimaan diri remaja pasca perceraian orang tua di Desa Sukaresmi Kabupaten Bogor

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, berikut adalah pertanyaan-pertanyaan masalah yang ada dalam penelitian ini:

1. Faktor apa yang mempengaruhi terjadinya perceraian di Desa Sukaresmi Kabupaten Bogor?
2. Bagaimana dampak perceraian orang tua terhadap penerimaan diri pada remaja di Desa Sukaresmi Kabupaten Bogor?
3. Bagaimana penerimaan diri remaja terhadap orang tua yang bercerai di Desa Sukaresmi Kabupaten Bogor?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan diatas, maka dari itu tujuan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui faktor apa yang mempengaruhi terjadinya perceraian di Desa Sukaresmi Kabupaten Bogor
2. Untuk mengetahui bagaimana dampak perceraian orang tua terhadap penerimaan diri pada remaja di Desa Sukaresmi Kabupaten Bogor

3. Untuk mengetahui bagaimana penerimaan diri remaja terhadap orang tua yang bercerai di Desa Sukaresmi Kabupaten Bogor

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dengan meningkatkan pemahaman dan pengetahuan mengenai dampak perceraian orang tua terhadap proses penerimaan diri di kalangan remaja. Selain itu, penelitian ini juga dapat membantu para pendidik, konselor, dan orang tua dalam memahami tantangan yang dihadapi oleh remaja dari keluarga yang bercerai, sehingga mereka dapat memberikan dukungan yang lebih baik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Orang tua

Melalui penelitian ini, diharapkan para orang tua dapat lebih memahami konsekuensi dari perceraian mereka terhadap perkembangan emosional dan psikologis remaja. Pengetahuan ini dapat mendorong mereka untuk lebih sensitif dan responsif terhadap kebutuhan anak-anak mereka, serta menciptakan lingkungan yang lebih mendukung selama masa transisi yang sulit ini.

b. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi remaja tentang cara mengembangkan penerimaan diri dalam situasi di mana orang tua mereka mengalami perceraian. Dengan memahami proses ini, remaja dapat belajar untuk mengatasi perasaan negatif dan membangun kepercayaan diri, serta memfasilitasi pertumbuhan pribadi yang lebih positif meskipun dalam kondisi yang menantang.

G. Penelitian Terdahulu

Kajian penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini, adalah sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Novita Maulidya Jalal, Miftah Idris, Dian Novita Siswanti, dan Muhammad Daud (2022), yaitu berjudul “Penerimaan Diri Pada Remaja Dengan Orang Tua Bercerai”. Aspek yang diteliti yaitu bagaimana penerimaan diri pada remaja korban perceraian orang tua. Metode yang digunakan adalah studi pustaka dengan menggunakan 6 artikel jurnal dan prosiding penelitian terkait penerimaan diri remaja dengan orang tua bercerai. Adapun yang membedakan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu dari metode penelitian. Adapun metode penelitian yang saya gunakan yaitu metode kualitatif berupa pendekatan studi kasus, dengan melakukan observasi dan wawancara.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Naulia Nur Syayidah dan Debora Basira (2023) dengan judul “Kebahagiaan Pada Remaja Di Desa Ts Indramayu Yang Mengalami Perceraian Orang Tua”. Aspek yang diteliti yaitu kebahagiaan remaja pasca perceraian orang tua. Jenis penelitian yang dilakukan adalah kualitatif dengan menggunakan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Adapun yang membedakan penelitian ini dengan yang akan saya lakukan yaitu sebagian aspek yang diteliti dimana saya mengambil aspek penerimaan diri.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Ida Ayu Shintya Dewi dan Yohanes Kartika Herdiyanto (2018) dengan judul “Dinamika Penerimaan Diri Pada Remaja *Broken Home* Di Bali”. Aspek yang diteliti yaitu bagaimana dinamika penerimaan diri remaja yang mengalami *broken home*. Metode yang digunakan yaitu metode kualitatif tipe fenomenologi dengan responden sejumlah lima remaja Bali yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Yang membedakan dengan penelitian ini yaitu lokasi penelitian dan permasalahan yang diambil. Dimana penelitian saya dilakukan di

kabupaten Bogor dan permasalahan yang diambil lebih spesifik yaitu perceraian orang tua.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Iida Untari, Kanissa Puspa Dhini Putri, Muhammad Hafiduddin (2018) dengan judul “Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Kesehatan Psikologis Remaja”. Aspek yang diteliti yaitu dampak psikologis pada anak akibat perceraian orang tua. Metode penelitian yang digunakan yaitu deskriptif kuantitatif, dengan pendekatan survey fenomenologis. Perbedaan dengan penelitian yang saya lakukan yaitu metode penelitian dan aspek yang diteliti. Dimana metode yang saya gunakan yaitu metode kualitatif dengan melakukakn observadi dan wawancara dan aspek yang diambil lebih fokus ke penerimaan diri.

Penelitian yang dilakukan oleh Tika Pratiwi Andani dengan judul (2020) “Hubungan Penerimaan Diri dan Harga Diri pada Remaja dengan Orang tua Bercerai”. Aspek yang diteliti yaitu penerimaan diri dan harga diri dalam kalangan remaja yang mempunyai orang tua yang bercerai. Metode yang digunakan yaitu purposive sampling dengan jumlah subjek adalah 84 remaja yang memiliki orang tua bercerai. Perbedaannya yaitu metode penelitian, lokasi, dan subjek yang akan diteliti. Dimana metode yang saya gunakan yaitu metode kualitatif dengan melakukakn observadi dan wawancara, sedangkan lokasi dan subjek yang akan saya teliti merupakan remaja di Desa Sukaresmi Kabupaten Bogor

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Perceraian

1. Pengertian Perceraian

Perceraian merupakan hasil akhir dari akumulasi berbagai masalah yang terjadi dalam jangka waktu tertentu dan dianggap sebagai solusi terakhir ketika hubungan pernikahan sudah tidak bisa dipertahankan. Sesuai dengan ketentuan Pasal 39 ayat (1) dan ayat (2) Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974, perceraian adalah berakhirnya hubungan antara suami dan istri yang ditetapkan oleh pengadilan setelah melalui proses persidangan (Indonesia, 2012). Dalam peraturan tersebut disebutkan bahwa perceraian dapat dilakukan melalui talak, yaitu permohonan dari pihak suami, atau gugatan cerai yang diajukan oleh pihak istri.

Proses menuju perceraian biasanya melibatkan konflik berkepanjangan, ketidaksepakatan, dan perasaan tidak puas yang tidak dapat diselesaikan, sehingga pasangan merasa bahwa perpisahan adalah pilihan terbaik untuk menghindari penderitaan lebih lanjut bagi keduanya. Faktor ketidakharmonisan dalam keluarga merupakan salah satu penyebab terjadinya perceraian. Ketidak harmonisan ini biasanya disebabkan oleh pergeseran nilai-nilai dalam pernikahan. Pasangan suami istri sering kali tidak memahami makna dan tujuan pernikahan serta kehidupan berkeluarga, yang seharusnya menjadi salah satu nilai penting dalam menjaga ketahanan keluarga. Hal ini mengakibatkan ketidakcocokan, perselisihan, perilaku negatif, kecemburuan, intervensi dari pihak luar, serta masalah ekonomi.

Akibat adanya hal tersebut, perceraian terjadi dan merugikan banyak pihak terutama anak. Penting untuk diingat bahwa pendidikan dan kesadaran tentang nilai-nilai keluarga yang sehat dapat membantu pasangan mengatasi permasalahan yang muncul, sehingga dapat memperkuat ikatan mereka dan mengurangi risiko perceraian di masa depan. Jika pasangan

tersebut tidak memiliki anak, perpisahan biasanya tidak menyebabkan tekanan psikologis bagi anak-anak mereka. Disisi lain, bagi pasangan yang memiliki anak, perceraian dapat memicu masalah psiko-emosional pada anak mereka (Hermansyah, Taufik, & Hadjam, 2020).

Perceraian tidak hanya berdampak pada pasangan yang berpisah, tetapi juga memberikan konsekuensi sosial yang lebih luas bagi keluarga besar dan lingkungan sekitar. Dalam masyarakat yang masih menjunjung tinggi nilai-nilai kekeluargaan dan norma sosial, perceraian kerap dipandang sebagai kegagalan dalam membina rumah tangga. Dampak ini bisa menjadi semakin kompleks jika perceraian tidak diselesaikan secara baik-baik dan menimbulkan konflik lanjutan pasca putusan pengadilan.

2. Faktor-faktor Penyebab Perceraian

Penyebab perceraian dapat berasal dari faktor internal maupun eksternal. Namun, segala sesuatu yang berasal dari luar sebenarnya dapat dihadapi jika faktor-faktor internal telah berhasil diatasi. Beberapa penyebab perceraian meliputi:

a. Tertutupnya komunikasi

Komunikasi dalam keluarga memegang peran penting sebagai media penyampaian informasi yang memungkinkan analisis serta deteksi terhadap potensi gangguan dalam lingkungan keluarga. Jika komunikasi tidak berlangsung dengan lancar, informasi bisa tertutup, yang pada akhirnya dapat memicu munculnya rasa takut, tindakan curang, hingga kebohongan sebagai bentuk upaya menyembunyikan diri. Sebaliknya, keluarga yang sehat akan berusaha membina komunikasi yang aktif, harmonis, dan bersifat dua arah antar anggotanya. Namun, dalam keluarga yang mengalami kondisi broken home, komunikasi sering kali menjadi persoalan serius akibat minimnya saling pengertian dan kepercayaan antara anggota keluarga.

b. Egosentris

Sikap egosentris orang tua dapat memengaruhi keutuhan keluarga serta perkembangan kepribadian anak. Egosentrisme merujuk pada sifat yang lebih mementingkan dirinya sendiri dan meyakini bahwa pendapat serta tindakan pribadi selalu benar, sehingga menyulitkan untuk menerima kebenaran dari orang lain. Sikap ini dapat menciptakan ketegangan dalam hubungan keluarga, mengurangi komunikasi yang sehat, dan menghambat kemampuan anak untuk belajar dari perspektif orang lain. Membangun kesadaran akan pentingnya empati dan kerjasama dalam keluarga sangat penting untuk menciptakan suasana yang harmonis.

c. Ekonomi

Kondisi ekonomi keluarga memiliki dampak yang signifikan terhadap keharmonisan rumah tangga. Kemiskinan sering menjadi salah satu pemicu perceraian, karena konflik antara suami dan istri kerap berawal dari persoalan finansial. Ketidakseimbangan ekonomi, baik dalam kondisi kekurangan maupun kelebihan, dapat merusak stabilitas keluarga jika tidak dikelola dengan bijak. Namun demikian, kekurangan ekonomi cenderung membawa risiko yang lebih besar dibandingkan kelebihan. Keterbatasan sumber daya ekonomi berkaitan dengan tingkat pendidikan, meskipun kaitannya tidak langsung, dan pengangguran juga turut memperburuk kondisi kemiskinan. Oleh karena itu, kestabilan ekonomi sangat penting dalam menciptakan suasana keluarga yang lebih harmonis dan sejahtera.

d. Kesibukan

Kata "sibuk" kerap dijadikan alasan ketika seseorang tidak dapat hadir atau terlibat dalam suatu situasi. Kesibukan, baik dari pihak suami maupun istri terutama jika mereka sering pulang larut malam, hal tersebut dapat memengaruhi kondisi dan keharmonisan keluarga. Anak-anak sering kali menjadi pihak yang paling terdampak karena kurangnya kedekatan, kasih sayang, serta perhatian dari orang tua.

Selain itu, kesibukan yang berlebihan juga dapat mengurangi perhatian terhadap pasangan, yang pada akhirnya memicu masalah komunikasi dalam rumah tangga. Oleh karena itu, penting bagi pasangan untuk menyeimbangkan antara tuntutan pekerjaan dan kehidupan keluarga, serta meluangkan waktu berkualitas bersama guna menjaga keharmonisan dalam hubungan keluarga.

e. Rendahnya pemahaman

Pemahaman dan pendidikan memiliki peran penting sebagai faktor yang dapat memicu perceraian. Ketika tidak ada saling pengertian antara pasangan, konflik yang terus-menerus dapat terjadi dan berujung pada runtuhnya hubungan rumah tangga. Oleh sebab itu, meningkatkan kualitas pendidikan serta komunikasi antar pasangan menjadi hal yang krusial untuk membangun fondasi pernikahan yang kokoh. Langkah ini dapat membantu mengurangi kemungkinan perceraian. Kesadaran akan pentingnya edukasi dan pemahaman emosional juga dapat membantu pasangan dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan bersama dengan lebih baik.

f. Adanya pihak ketiga

Pihak ketiga merujuk pada individu yang, baik secara langsung maupun tidak langsung, dapat menjadi pemicu terjadinya krisis dalam rumah tangga. Krisis ini dapat berupa kehilangan kepercayaan yang berkaitan dengan persoalan ekonomi, hubungan pribadi, maupun aspek lainnya. Kehadiran pihak ketiga sering memicu kecemburuan, yang pada akhirnya dapat merusak kepercayaan antara suami dan istri. Selain itu, pihak ketiga juga bisa berasal dari orang tua yang terlalu banyak campur tangan dalam kehidupan anak-anaknya meskipun mereka sudah berumah tangga. Campur tangan semacam ini dapat menimbulkan ketegangan dalam hubungan suami istri dan menghambat mereka dalam membangun kemandirian sebagai pasangan. Oleh karena itu, penting

untuk menetapkan batasan yang sehat agar setiap individu dapat saling menghormati ruang dan keputusan masing-masing.

3. Dampak Perceraian

Perceraian tidak hanya akan memberikan dampak pada pasangan (suami-istri), tetapi juga pada anak-anak, terutama mereka yang masih berusia remaja (Andani, 2020). Perceraian menjadi beban tersendiri bagi anak, yang dapat memengaruhi kesehatan mental mereka. Anak-anak sering kali mengalami rasa malu, sensitivitas yang meningkat, dan harga diri yang berkurang, sehingga membuat mereka menarik diri dari lingkungan sosial. Anak-anak biasanya mengalami emosi seperti rasa tidak aman, kesedihan, perasaan ditolak atau ditinggalkan oleh orang tua yang pergi, kesepian, kehilangan, kemarahan, rasa bersalah, dan menyalahkan diri sendiri dalam menanggapi perceraian orang tua mereka.

Perceraian orang tua tidak hanya mengganggu kehidupan sehari-hari tetapi juga mengganggu semua aspek kehidupan manusia, yang menyebabkan individu merasakan hal yang tidak ingin dia rasakan yang bersumber dari perceraian, sehingga individu harus bergerak menemukan cara atau strategi coping untuk mengatasi permasalahan yang dialaminya tersebut. Dampak perceraian yang terjadi pada anak, terutama remaja, hampir selalu negatif. Remaja yang tumbuh dalam keluarga yang mengalami perceraian mungkin merasa kurang beruntung dibandingkan dengan teman-teman mereka. Mereka juga cenderung merasakan rendah diri akibat situasi tersebut.

Anak-anak yang dibesarkan dalam keluarga dengan masalah dalam pernikahan memiliki risiko yang tinggi untuk mengalami gangguan dalam perkembangan kepribadian, baik dari segi intelektual, emosional, maupun psikososial. Maka dari itu, menciptakan lingkungan keluarga yang harmonis guna mendukung proses pendidikan anak merupakan sesuatu hal yang sangat penting. Menurut Cole (Alimuddin & Rahmi, 2021), ada enam dampak negatif utama yang dirasakan oleh anak-anak akibat perceraian orang tua yaitu:

a. Penyangkalan

Penyangkalan merupakan salah satu cara yang sering digunakan anak untuk melindungi dirinya dari luka emosional akibat perceraian orang tua. Dengan menolak kenyataan yang menyakitkan, anak merasa lebih aman secara emosional. Namun, jika penyangkalan berlangsung terlalu lama, hal ini bisa menjadi pertanda bahwa anak merasa dirinya sebagai penyebab perceraian tersebut. Penyangkalan ini juga bisa menjadi bentuk pertahanan dari rasa takut kehilangan dan kecemasan akan perubahan besar dalam hidupnya..

b. Rasa malu

Rasa malu adalah emosi yang timbul dari perasaan bahwa dirinya telah gagal atau tidak sesuai dengan harapan, baik secara moral maupun sosial. Anak yang merasa malu cenderung menarik diri dan merasa rendah diri karena menganggap perceraian orang tuanya sebagai aib atau sesuatu yang memalukan. Kondisi ini bisa menghambat perkembangan harga diri anak dan menyebabkan ia merasa tidak layak diterima oleh lingkungan sosialnya.

c. Rasa bersalah

Rasa bersalah muncul saat anak merasa telah melakukan sesuatu yang salah hingga menyebabkan orang tuanya bercerai. Perasaan ini sering kali timbul karena konflik emosional antara kenyataan dan harapan moral atau sosial yang tidak terpenuhi. Anak dapat merasa bersalah karena berpikir bahwa dirinya tidak cukup baik atau tidak berperilaku sebagaimana yang diharapkan. Walaupun anak yang lebih besar mungkin menyadari bahwa perceraian bukan kesalahannya, rasa bersalah itu tetap bisa melekat karena adanya dorongan batin untuk memperbaiki situasi yang berada di luar kendalinya.

d. Ketakutan

Perceraian orang tua dapat menimbulkan ketakutan yang besar bagi anak, terutama karena mereka merasa tidak berdaya dan kehilangan rasa aman. Ketakutan ini bisa muncul dalam bentuk tangisan, kecemasan berlebihan, atau kelekatan yang tidak biasa pada orang tua atau benda-benda kesayangan seperti boneka. Anak merasa lingkungan yang tadinya stabil kini berubah secara drastis, dan ketakutan akan kehilangan salah satu orang tua bisa menjadi sangat dominan dalam pikirannya.

e. Kesedihan

Kesedihan adalah reaksi emosional yang paling mendalam yang dialami anak ketika menghadapi perceraian orang tua. Anak bisa merasa bingung dan tertekan karena melihat orang tuanya yang terus bertengkar atau saling menyakiti. Ketika ikatan keluarga yang dulu dirasa utuh kini hancur, anak merasakan kehilangan yang besar, tidak hanya terhadap struktur keluarga, tetapi juga terhadap rasa aman dan cinta yang biasanya mereka harapkan dari kedua orang tuanya.

f. Rasa marah/kemarahan

Kemarahan sering kali muncul sebagai luapan frustrasi dan kekecewaan anak terhadap situasi yang tidak mereka pahami sepenuhnya. Beberapa anak melampiaskan amarahnya kepada orang tua yang tinggal bersamanya, karena merasa lebih aman untuk menunjukkan emosi tersebut kepada sosok yang masih dekat. Mereka mungkin menyalahkan orang tua karena telah menyebabkan perubahan besar dalam hidupnya, seperti harus pindah rumah, sekolah, atau kehilangan rutinitas yang dulu nyaman. Emosi ini bisa menjadi bentuk protes atas ketidakpastian dan kehilangan kontrol terhadap kehidupannya.

B. Penerimaan Diri

1. Pengertian Penerimaan Diri

Penerimaan diri merupakan cara individu menilai dirinya sendiri secara independen tanpa dipengaruhi oleh faktor luar. Menurut Berger (1952), seseorang yang memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi tidak merasa

ditolak, tidak merasa berbeda dari orang lain, dan mampu menerima kritik serta saran dengan sikap objektif. Mereka juga tidak menyalahkan diri sendiri atas perasaan terhadap orang lain dan tidak merasa malu atau rendah diri. Penerimaan diri ini memungkinkan individu untuk menjalani hidup dengan rasa percaya diri, keyakinan, dan tanggung jawab atas keputusan yang dibuat.

Menurut Jerslid (dalam Hurlock, 1974), individu yang dapat menerima dirinya sendiri akan mampu menghargai kemampuan dan potensi yang dimilikinya tanpa bergantung pada pengakuan dari orang lain. Ini menunjukkan bahwa penerimaan diri tidak hanya berarti menyadari kelebihan, tetapi juga mengakui kekurangan sebagai bagian dari diri yang tidak perlu disesali. Mereka yang memiliki penerimaan diri yang kuat mampu menunjukkan jati diri mereka secara jujur tanpa harus berpura-pura atau takut akan penilaian negatif dari orang lain.

Selanjutnya, Hurlock (1993) menjelaskan bahwa penerimaan diri mencakup penerimaan terhadap seluruh aspek diri tanpa adanya rasa benci atau penolakan terhadap siapa dirinya. Dengan memiliki sikap ini, seseorang akan melihat dirinya sejajar dengan orang lain dan tidak mudah merasa bersalah atau rendah diri dalam berinteraksi sosial. Sikap seperti ini juga berperan penting dalam meningkatkan kebahagiaan dan memberikan makna dalam kehidupan seseorang.

Dalam konteks kehidupan remaja, terutama mereka yang berasal dari keluarga dengan orang tua yang bercerai, penerimaan diri menjadi aspek penting dalam menyesuaikan diri dengan kondisi keluarga yang tidak utuh. Kuang (2010) menekankan bahwa penerimaan diri yang kuat memungkinkan individu untuk melihat dirinya secara positif tanpa menghubungkan kesalahan atau emosi negatif kepada dirinya sendiri. Menerima keadaan bukan berarti menyerah, tetapi lebih kepada memahami dan menerima kenyataan agar tetap dapat menjalani hidup dengan nyaman.

Dengan penerimaan diri yang baik, remaja dapat bergaul dengan masyarakat tanpa rasa malu atau minder, serta membangun kepercayaan diri untuk berkembang secara optimal dalam lingkungan sosialnya.

2. Ciri-ciri Penerimaan Diri

Menurut Hurlock (1974) menyebutkan ciri-ciri penerimaan diri sebagai berikut:

- a. Individu yang menerima dirinya cenderung memiliki harapan yang sesuai dengan kenyataan serta mampu menghargai dirinya sendiri. Ini berarti ia menyusun harapan berdasarkan kemampuan yang dimiliki, tidak berlebihan maupun meremehkan potensi diri. Sikap realistis ini membantu seseorang dalam mencapai tujuan secara lebih efektif.
- b. Orang dengan penerimaan diri yang sehat memiliki keyakinan terhadap prinsip dan pengetahuan tentang dirinya sendiri, tanpa terlalu bergantung pada opini orang lain. Ia mampu mengambil keputusan berdasarkan pemahaman pribadi, bukan tekanan sosial atau keinginan untuk selalu menyenangkan orang lain.
- c. Ia juga memahami batas-batas atau keterbatasan dirinya, namun tetap memandang diri secara rasional. Artinya, seseorang menyadari bahwa dirinya tidak sempurna, tetapi tidak serta-merta menilai diri secara negatif atau merasa tidak berharga. Pemahaman ini menunjukkan kestabilan emosi dan kemampuan menilai diri secara objektif.
- d. Individu tersebut mampu mengenali kelebihan atau aset yang dimilikinya, serta merasa bebas dalam mengekspresikan diri dan mengejar apa yang diinginkannya. Dengan kata lain, ia tidak terhambat oleh rasa takut atau tekanan dari luar dalam mengambil keputusan atau bertindak.
- e. Terakhir, ia dapat mengakui kekurangannya tanpa terjebak dalam perasaan bersalah atau menyalahkan diri. Kesadaran terhadap

kelemahan ini justru menjadi dasar untuk berkembang dan memperbaiki diri, bukan alasan untuk merendahkan harga diri.

- f. Dengan ciri-ciri tersebut, penerimaan diri menjadi pondasi penting bagi kesehatan mental, hubungan sosial yang sehat, serta pencapaian pribadi yang bermakna.

3. Aspek-aspek Penerimaan Diri

Berger (1952) berpendapat bahwa penerimaan diri dapat terbentuk dengan mengemukakan beberapa aspek aspek penerimaan diri sebagai berikut:

- a. Keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan masalah. Orang yang percaya pada kemampuannya sendiri cenderung bersikap optimis dalam menghadapi masa depan. Mereka yakin bahwa setiap kesulitan dapat diatasi dan tidak mudah menyerah saat menghadapi tantangan. Selain itu, mereka terbiasa berpikir secara positif.
- b. Menghargai diri sebagai manusia yang bernilai dan setara dengan orang lain. Individu yang memiliki penerimaan diri akan merasa aman dan percaya diri. Ia menyadari bahwa setiap orang memiliki keunikan masing-masing, sehingga perbedaan pendapat merupakan hal yang wajar. Hal ini membuatnya mampu bergaul dengan berbagai kalangan secara terbuka dan tulus tanpa rasa curiga.
- c. Tidak menganggap diri sendiri aneh atau menyimpang, serta tidak takut akan penolakan. Berada dalam lingkungan sosial yang berbeda tidak membuat individu merasa canggung atau takut. Sebaliknya, mereka tetap dapat bersikap wajar, bahkan mampu memberikan masukan dengan rendah hati dan memberikan pujian secara jujur ketika diperlukan.
- d. Tidak merasa malu atau mengabaikan diri sendiri. Orang yang menerima dirinya cenderung percaya pada sikap dan tindakannya sendiri. Mereka tidak merasa kikuk saat berinteraksi,

mampu mengungkapkan pendapat dengan bebas, dan tidak takut jika pandangannya ternyata keliru. Kesalahan justru dianggap sebagai sarana untuk berkembang dan memperkaya wawasan.

- e. Berani bertanggung jawab atas tindakan pribadi. Penerimaan diri membuat seseorang mampu mengendalikan pikirannya, perkataannya, dan perbuatannya. Ia tidak lari dari tanggung jawab atas perilaku yang telah dilakukan, melainkan siap untuk menghadapinya secara dewasa..
- f. Mampu menerima pujian dan kritik secara objektif. Individu yang menerima dirinya tidak mudah tersinggung oleh kritik atau pujian. Sebaliknya, ia akan menggunakan masukan tersebut sebagai bahan evaluasi untuk memperbaiki diri dan membentuk sikap yang lebih baik.
- g. Tidak menyalahkan diri atas kekurangan maupun membanggakan kelebihan secara berlebihan. Seseorang dengan penerimaan diri menyadari keterbatasannya tanpa menjadi rendah diri. Ia justru termotivasi untuk terus mengembangkan potensi yang dimilikinya secara optimal.

4. Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri

Beberapa faktor yang mempengaruhi penerimaan diri menurut Hurlock (1999) antara lain :

- a. Adanya pemahaman tentang diri sendiri (*self-understanding*)
Individu yang memiliki pemahaman diri yang baik berarti mampu mengenali kekuatan dan kelemahan dalam dirinya. Semakin dalam pemahaman tersebut, semakin besar pula kemampuannya dalam menerima diri apa adanya.

- b. Mempunyai harapan yang realistis.

Seseorang akan memiliki penerimaan diri yang lebih sehat jika menetapkan harapan yang realistis berdasarkan keinginannya sendiri, bukan karena pengaruh orang lain. Ketika harapan tersebut tercapai, maka akan berdampak positif terhadap penghargaan dan penerimaan terhadap diri.

- c. Tidak adanya hambatan dalam lingkungan (*absence of environment obstacles*).

Untuk mewujudkan harapan dan tujuan, seseorang membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitarnya. Jika lingkungan tidak memberikan dukungan, maka proses penerimaan diri bisa terhambat karena kesulitan dalam pencapaian.

- d. Sikap anggota masyarakat yang mendukung atau sikap masyarakat yang positif.

Dukungan serta penerimaan dari masyarakat memberikan dampak positif terhadap individu. Ketika seseorang merasa diterima dan dihargai oleh lingkungan sosialnya, maka ia lebih mudah menerima dirinya sendiri.

- e. Tidak adanya gangguan emosional yang berat.

Stres atau gangguan emosional yang berat dapat mengganggu aktivitas harian dan menghambat kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Hal ini dapat berdampak buruk terhadap proses penerimaan diri.

- f. Pengaruh keberhasilan (*achievement*)

Keberhasilan, baik dalam skala besar maupun kecil, dapat meningkatkan rasa percaya diri dan mendorong seseorang untuk lebih menghargai serta menerima dirinya. Setiap pencapaian menjadi sumber motivasi untuk terus berkembang.

g. Adanya panutan atau *role model*.

Meneladani seseorang yang memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan baik dapat membentuk perilaku positif dan meningkatkan sikap penerimaan terhadap diri sendiri. Role model menjadi contoh nyata bahwa penerimaan diri adalah sesuatu yang bisa dibangun.

h. Adanya persepektif diri yang luas.

Individu yang terbuka terhadap kritik dan opini dari orang lain cenderung memiliki pandangan yang lebih dewasa terhadap dirinya. Seiring dengan bertambahnya usia dan kedewasaan, kemampuan untuk menerima masukan dengan bijak pun meningkat.

i. Pola asuh yang baik pada masa kanak-kanak.

Cara orang tua membesarkan anak sangat mempengaruhi bagaimana anak memandang dirinya sendiri. Anak yang dibesarkan dengan pola asuh demokratis (*authoritative*) cenderung tumbuh menjadi individu yang mampu menghargai dan menerima dirinya, dibandingkan dengan anak yang mengalami pola asuh otoriter.

Berdasarkan faktor-faktor di atas, dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki penerimaan diri cenderung mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya dengan jujur. Mereka memiliki kepercayaan diri dan rasa harga diri yang stabil. Selain itu, mereka lebih terbuka terhadap kritik dari lingkungan sebagai bentuk refleksi untuk berkembang. Dengan adanya rasa aman dan kepercayaan dalam mengembangkan diri, seseorang mampu menilai dirinya secara realistis dan memanfaatkan potensi yang dimiliki secara maksimal.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Istilah "remaja" atau *adolescence* berasal dari bahasa Latin *adolescere*, yang berarti "tumbuh" atau "berkembang menjadi dewasa." Menurut Santrock (2018), masa remaja adalah periode peralihan dalam kehidupan

manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Tahap ini sangat penting dalam perkembangan seseorang karena melibatkan berbagai perubahan, baik dari segi fisik, psikologis, maupun sosial. Pada fase ini, individu sudah melewati masa anak-anak, tetapi belum sepenuhnya dewasa.

Rentang usia remaja umumnya berkisar antara 12 hingga 22 tahun, yang dapat dikategorikan menjadi tiga tahap. Pertama, remaja awal (12–15 tahun), yang ditandai dengan perubahan fisik akibat pubertas serta mulai munculnya pencarian identitas diri. Kedua, remaja menengah (15–18 tahun), di mana individu mulai mengeksplorasi identitas, meningkatkan kemandirian, serta memperluas interaksi sosial. Ketiga, remaja akhir (18–22 tahun), yang merupakan masa persiapan menuju kedewasaan dengan peningkatan tanggung jawab serta kematangan emosional dan sosial (Yulia, 2020).

Masa remaja biasanya sering kali diwarnai oleh berbagai tantangan dan konflik, terutama dalam upaya mencapai kematangan kepribadian. Proses ini melibatkan usaha untuk mengenali, menyesuaikan diri, menerima, serta menghargai diri sendiri. Selain itu, remaja juga mulai mengembangkan nilai-nilai, prinsip hidup, serta tujuan masa depan mereka. Oleh karena itu, bimbingan dan dukungan dari lingkungan, baik keluarga, teman, maupun masyarakat, sangat penting dalam membantu remaja menjalani fase ini dengan baik.

Selain perubahan internal, pengaruh lingkungan eksternal seperti perkembangan teknologi, media sosial, dan dinamika sosial juga memegang peranan penting dalam pembentukan identitas remaja masa kini. Remaja harus belajar mengelola tekanan dari berbagai sumber serta membangun keterampilan sosial yang sehat agar dapat beradaptasi dengan dunia yang terus berubah. Pendidikan yang tepat dan kesempatan untuk mengembangkan minat serta bakat juga turut mendukung perkembangan optimal selama masa ini. Dengan pemahaman dan dukungan yang

memadai, masa remaja dapat menjadi waktu yang penuh potensi untuk pertumbuhan pribadi dan persiapan menuju kehidupan dewasa yang sukses.

2. Tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan pada masa remaja meliputi sikap dan perilaku dalam menanggapi lingkungan sekitar. Selama masa ini, remaja menghadapi berbagai tugas perkembangan yang disertai dengan peningkatan kapasitas intelektual, tekanan emosional, serta harapan-harapan baru. Kondisi tersebut membuat remaja rentan mengalami berbagai gangguan, baik pada aspek pikiran, perasaan, maupun perilaku (Latifah et al., 2023).

Menurut Havighurst (Sulaiman, dkk, 2020), tugas-tugas perkembangan remaja meliputi berbagai aspek yang perlu dicapai oleh individu selama masa remaja agar dapat tumbuh dan berkembang secara maksimal. Havighurst menegaskan bahwa tugas-tugas ini merupakan serangkaian tuntutan sosial yang harus dipenuhi agar seseorang mampu beradaptasi dengan lingkungannya dan menjadi pribadi yang dewasa.

a. Tahap Awal Remaja (12–15 tahun)

Pada fase ini, remaja mengalami perubahan fisik yang disebabkan oleh pubertas dan mulai membentuk identitas diri mereka. Mereka perlu beradaptasi dengan perubahan fisik serta peran sosial yang berkembang seiring bertambahnya usia. Beberapa tugas perkembangan yang harus dicapai pada tahap ini meliputi:

- 1) Menyesuaikan diri dengan perubahan fisik yang terjadi selama pubertas.
- 2) Membangun hubungan sosial yang lebih luas, terutama dengan teman sebaya..
- 3) Bela Belajar mengelola emosi dan mengenali perasaan sendiri.
- 4) Mengembangkan kesadaran akan identitas gender dan peran sosial yang sesuai.

- 5) Mulai menunjukkan kemandirian dalam pengambilan keputusan kecil.

b. Tahap Remaja Menengah (15–18 tahun)

Pada tahap ini, remaja lebih aktif dalam membangun relasi sosial dan berpikir lebih abstrak tentang masa depan. Remaja mulai mencari identitas diri secara lebih jelas, termasuk dalam aspek nilai, minat, dan tujuan hidup. Tugas perkembangan yang harus dicapai meliputi:

- 1) Mengembangkan identitas diri secara lebih jelas, termasuk dalam aspek nilai, minat, dan tujuan hidup.
- 2) Meningkatkan kemandirian emosional dari orang tua dan figur otoritas lainnya.
- 3) Memperdalam hubungan dengan teman sebaya dan membangun hubungan romantis awal.
- 4) Mengembangkan keterampilan berpikir abstrak dan kemampuan pemecahan masalah.
- 5) Meningkatkan kesadaran tentang norma sosial dan nilai moral dalam kehidupan masyarakat.

c. Tahap Akhir Remaja (18–22 tahun)

Pada tahap ini, remaja mulai mempersiapkan diri untuk memasuki dunia dewasa dengan lebih mandiri. Pada tahap ini, remaja harus mengambil keputusan besar dalam hidup, seperti memilih karier atau pendidikan lanjutan. Tugas perkembangan yang harus dicapai meliputi:

- 1) Mencapai kemandirian ekonomi dan persiapan untuk bekerja atau melanjutkan pendidikan lebih tinggi.
- 2) Mengambil keputusan besar dalam hidup, seperti memilih karier atau pendidikan lanjutan.
- 3) Mengembangkan hubungan yang lebih matang, termasuk dalam persiapan membangun keluarga.
- 4) Memantapkan nilai-nilai moral dan etika sebagai pedoman dalam kehidupan dewasa.

- 5) Menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang lebih luas dan kompleks

3. Aspek-aspek Perkembangan Pada Masa Remaja

Masa perkembangan remaja ada beberapa aspek menurut Putri (2022), yaitu :

a. Perkembangan Fisik

Di fase ini remaja mulai ada perubahan yang terjadi di anggota tubuhnya dan otot-ototnya mulai tumbuh. Perubahan pada tubuh ditandai dengan pertambahan berat dan tinggi badan, pertumbuhan tulang dan otot, kematangan organ seksual dan fungsi reproduksi.

b. Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif adalah proses meningkatnya kemampuan berpikir dan bernalar. Pada masa remaja, terjadi kematangan kognitif yang disebabkan oleh perkembangan otak yang sudah lebih sempurna dan interaksi dengan lingkungan sosial yang luas, sehingga memungkinkan remaja untuk berpikir secara abstrak. Remaja juga menjadi lebih peka terhadap sindiran dan mampu melihat sesuatu dari berbagai sudut pandang.

c. Perkembangan Sosial

Aspek sosial pada remaja melibatkan kemampuan untuk memahami orang lain sebagai individu yang berbeda dengan karakter, minat, nilai, dan perasaan masing-masing. Hal ini mendorong remaja untuk aktif bersosialisasi dan membangun kedekatan dengan teman sebaya maupun masyarakat.

d. Perkembangan Emosional

Perkembangan emosi pada remaja cenderung lebih intens dibandingkan masa anak-anak. Hal ini dikarenakan mereka menghadapi tekanan sosial dan situasi baru, seperti tuntutan untuk lebih mandiri dan bertanggung jawab serta tidak bertingkah seperti anak-anak lagi. Emosi yang muncul

dapat berupa marah, takut, cemburu, ingin tahu, iri hati, gembira, sedih, dan kasih sayang. Pada masa akhir remaja, individu yang sudah mencapai kematangan emosional mampu mengendalikan ekspresi emosinya dengan cara yang tepat dan diterima oleh masyarakat, sehingga menunjukkan reaksi emosional yang lebih stabil.



UINSSC

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON