

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Penelitian Terdahulu

Penelitian ini membahas tentang Strategi *Coping* pada Remaja Korban Perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang, Dimana referensi tersebut dijadikan sebagai bahan acuan yang berhubungan dengan skripsi yang akan di teliti penulis. Adapun peneliti yang pernah meneliti sebelumnya yaitu sebagai berikut:

Siti Nurina Hakim Skripsi yang berjudul “Strategi *Coping* dalam Menghadapi Permasalahan Akademik pada Remaja yang Orang Tuanya mengalami Perceraian.” Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui strategi *coping* remaja yang orang tuanya mengalami perceraian dalam mengatasi permasalahan akademiknya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif sama dengan yang digunakan dalam peneliti, perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan penulis yakni terletak pada bentuk strategi *coping* dalam menghadapi permasalahan akademik remaja yang orang tuanya mengalami perceraian sedangkan pada penulis tidak meneliti permasalahan akademik melainkan strategi coping remaja korban perceraian. Dan perbedaan lokasi penelitian antara penulis dan peneliti juga berbeda.

Dwi Winda Lestari Skripsi yang berjudul “Penerimaan Diri dan Strategi *Coping* pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua.” Penelitian tersebut bertujuan untuk mengurangi kondisi stress dan perasaan tertekan yang menyakitkan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif sama dengan yang digunakan penulis. Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian penulis yakni terhadap penerimaan diri dan strategi *coping* pada remaja korban perceraian oran tua, sedangkan pada penulis

strategi *coping* pada remaja korban perceraian. Dan juga perbedaan yang lainnya terdapat pada lokasi penelitian yang dilakukan peneliti dan penulis berbeda.

Hartati skripsi yang berjudul “Strategi *coping* pada Mahasiswa Korban *Broken Home* (Studi Kasus atas Empat Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2011). Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui strategi *coping* pada mahasiswa korban *broken home* program studi Bimbingan dan Konseling Islam angkatan 2011. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif sama yang digunakan penulis. Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang dilakukan penulis yakni peneliti menggunakan strategi *coping* pada Mahasiswa Korban *Broken Home* dengan studi kasus Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, sedangkan penulis menggunakan Strategi *coping* pada remaja di kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

Nony Oktaviani Skripsi yang berjudul “Studi Kasus strategi *Coping* Stress Anak Korban *Broken Home* yang Bisa Bangkit dari Stress”. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui sumber stress anak korban *Broken Home* dan untuk mengetahui *Coping* stress anak korban *Broken Home*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Kualitatif, begitu juga yang digunakan oleh penulis. Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang dilakukan penulis yakni terletak pada tujuan untuk mengetahui sumber stress, dan juga lokasi penelitian yang berbeda yang dilakukan penulis.

Secara umum persamaan penelitian-penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah pada pembahasan, yaitu membahas tentang strategi *coping*. Sedangkan perbedaannya adalah pada objek, tempat dan hasil penelitian.

2.2 Tinjauan Teoritis

2.2.1 Teori Hierarki Kebutuhan Maslow

Hierarki kebutuhan Maslow merupakan teori interdisiplin yang berguna untuk membuat prioritas asuhan. Hirarki kebutuhan dasar manusia termasuk lima tingkat prioritas yaitu:

a. Kebutuhan Fisiologis

Kebutuhan ini adalah tingkatan kebutuhan yang paling dasar, paling kuat dan paling jelas antara kebutuhan manusia adalah kebutuhannya untuk mempertahankan hidup secara fisik, yaitu kebutuhan akan makan, minum, tempat berteduh, seks, tidur, oksigen, dan pemuasan terhadap kebutuhan-kebutuhan itu sangat penting dalam kelangsungan hidup.¹

Begitupun seorang anak, anak adalah seorang manusia, dan setiap manusia membutuhkan kebutuhan-kebutuhan tersebut, sehingga jika semua kebutuhan fisiologis itu terpenuhi atau terpuaskan maka anak akan tidak dorongan untuk memikirkan kebutuhan-kebutuhan yang lain. Jika anak kekurangan makanan, keamanan, kasih sayang, dan penghargaan besar kemungkinan akan lebih banyak membutuhkan makan dari pada yang lainnya. Dari teori gizi diatas sudah selayaknya setiap manusia termasuk lansia harus memperhatikan kesehatan tubuh mereka melalui kebutuhan tingkat pertama ini. Beberapa hal ini kalau tidak dipenuhi dengan baik maka manusia tidak dapat hidup.²

¹ Matthew H. Olson dan B.R. Hergenhahn, *Pengantar Teori-Teori Kepribadian: Edisi Kedelapan*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), h.827.

² Hendro Setiawan, *Manusia Utuh: Sebuah Kajian Atas Pemikiran Abraham Maslow*, (Yogyakarta: Kanisus, 2014), 40.

b. Kebutuhan akan Rasa Aman.

Seorang pasti membutuhkan rasa aman dimanapun dia berada, namun yang paling nyaman dan aman dilingkungan keluarga itu sendiri, karena ketika mendapat masalah diluar yang terbaik untuk menenangkan dan terhindar dari ancaman luar adalah rumah sendiri.

c. Kebutuhan akan Rasa Memiliki dan Rasa Cinta

Kasih sayang atau cinta kasih, sejak lahir manusia pertama kali mendapatkan rasa kasih sayang dilingkungan keluarga selama hidupnya, baik kasih sayang dalam bentuk perhatian serta saling memiliki.

d. Kebutuhan akan Harga Diri

Terdapat kebutuhan penghargaan keluarga yang menerapkan pola asuh untuk saling menghargai serta menerapkan system konsekuen terhadap perilaku anak, maka dari itu terdapat suatu hubungan timbal balik yang harmonis antar anak dan orang tua untuk saling menghargai satu sama yang lain.

e. Aktualisasi Diri

Kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri terhadap lingkungan yaitu seorang anak atau anggota keluarga yang lain dapat mengembangkan kemampuan atau potensi dalam dirinya sesuai dengan potensi yang dimilikinya tanpa ada keterpaksaan.

Maka dari itu peran keluarga sangat berperan penting dalam perkembangan anak baik dari segi mental, fisik dan emosionalnya, namun apabila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi dari keluarga terutama orang tua yang bercerai maka anak akan kehilangan sosok peran salah satu anggota keluarganya baik ayah maupun

ibunya sehingga akan terjadinya *maladaptation* yang artinya yaitu seseorang akan mengalami kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungan internal maupun eksternalnya, sehingga anak akan menjadi korban keputusan orang tua yang berpisah.

2.3 Tinjauan Konseptual

2.3.1 Strategi *Coping*

2.3.1.1 Pengertian

Menurut bahasa *coping* berasal dari kata “*cope*” yang artinya menanggulangi, menguasai, menangani suatu masalah menurut suatu cara; sering kali dengan cara menghindar, melarikan diri, atau mengurangi kesulitan dan bahaya yang timbul.³

Dalam pengertian lain menurut Robert S. Feldman *coping* diartikan sebagai usaha untuk mengontrol, mengurangi, atau belajar untuk menoleransi ancaman yang menyebabkan stress.⁴

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,

³Kartini kartono dan Dali Gulo, *Kamus Psikologi*, (Bandung: Pionir Jaya, 2000), h.97.

⁴Robert S.Feldman, *Pengantar Psikologi*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), h.220.

hal ini dilakukan karena individu tersebut merasa bahwa dengan satu strategi *coping* saja belum cukup membantunya mengatasi situasi yang sulit yang dia alami.

2.3.1.2 Bentuk-bentuk Strategi *Coping*

Menurut Lazarus & Folkman strategi coping dapat diklasifikasi ke dalam dua fungsi, yaitu:

a. *Problem focused coping* (strategi terfokus pada masalah)

Strategi ini digunakan untuk mengurangi stressor. Individu akan mengatasi dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan yang baru. Strategi ini digunakan apabila seseorang individu yakin dapat mengubah situasi yang sedang dialami.⁵

Menurut Rita L. Atkinson, dkk. Strategi terfokus pada masalah ini antara lain dengan cara menentukan masalah, menciptakan pemecahan alternatif, memilih salah satunya, dan mengimplementasikan alternatif yang dipilih. Selain itu strategi ini dapat pula diarahkan kedalam yakni dengan cara mengubah sesuatu pada dirinya sendiri dan bukan mengubah lingkungan. Orang yang cenderung menggunakan strategi terfokus pada masalah dalam situasi stress menunjukkan tingkat depresi yang lebih rendah baik selama dan setelah situasi stres.⁶

b. *Emotion focused coping* (strategi terfokus pada emosi)

Strategi ini digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stress. Pengaturan ini dilakukan melalui perilaku individu. Apabila seorang

⁵Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi Pespektif Islam dan Psikologi Kontemporer*, (Malang: UIN Malang Press, 2009),h.181.

⁶Rita L. Atkinson, dkk., *Pengantar Psikologi*, terjemahan widjaja Kusuma, (Batam: IINTERAKSARA,t.t.), h. 378.

individu tidak dapat mengubah kondisinya sedang mengalami stres, maka individu tersebut akan mengatur emosinya.⁷

Sebagian peneliti membagi strategi ini menjadi dua yaitu strategi perilaku dan strategi kognitif. Dalam strategi perilaku antara lain melakukan latihan fisik untuk mengalihkan pikiran kita dari masalah, menggunakan alkohol atau obat lain, menyalurkan kemarahan, serta mencari dukungan emosional dari kawan. Sedangkan strategi kognitif antara lain menyingkirkan secara sementara pikiran tentang masalah, dan menurunkan ancaman dengan mengubah makna situasi.

Para peneliti lain mengklasifikasi strategi terfokus emosi ini menjadi strategi perenungan, strategi pengalihan, dan strategi penghindaran negative. Strategi perenungan antara lain dengan cara mengisolasi diri untuk memikirkan betapa buruknya perasaan kita, menguatirkan konsekuensi peristiwa stress atau keadaan emosional kita, atau membicarakan berulang kali betapa buruknya segala sesuatu tanpa mengambil tindakan untuk mengubahnya. Sedangkan strategi pengalihan antara lain melibatkan diri dalam aktifitas yang menyenangkan dan cenderung meningkatkan perasaan kendali kita seperti terlibat olahraga, menonton bioskop, atau bermain dengan anak-anak, adapun strategi penghindaran negative adalah aktivitas yang dapat mengalihkan mood, akan tetapi strategi ini berbeda dengan strategi pengalihan kerana pada strategi penghindaran aktifitas yang dilakukan dapat berbahaya dan mungkin hanya memperberat mood.⁸

⁷Iin Tri Rahayu, *op.cit.*, h.181.

⁸Rita L. Atkinson, *dkk.*, *op.cit.*, h.379-381.

Menurut Weitten dan Lloyd *coping* ada yang negative dan *coping* yang konstruktif. Adapun coping negative yaitu

a. *Giving up (withdraw)*

Yakni melarikan diri dari kenyataan atau situasi stres, yang bentuknya seperti : sikap apatis, kehilangan semangat atau perasaan tidak berdaya, dan meminum minuman keras atau mengkonsumsi obat-obat terlarang. Salah satu bentuk *coping* yang jarang berhasil adalah jenis *coping* menghindar, karena pada dasarnya *coping* menghindar biasanya menghasilkan penundaan penanganan bagi situasi ataupun permasalahan yang tengah dialami bahkan sering kali membuat masalah menjadi lebih buruk.

b. Agresif

Yaitu berbagai perilaku yang ditujukan untuk menyakiti orang lain, baik secara verbal maupun non verbal.

c. Memanjakan Diri Sendiri

Memanjakan diri sendiri dalam hal ini dengan berperilaku konsumerisme yang berlebihan seperti; makan yang enak-enak, merokok, meminum minuman keras, menghabiskan uang untuk berbelanja.

d. Mencela Diri Sendiri

Yaitu mencela atau menilai negative terhadap diri sendiri, sebagai respon terhadap frustrasi atau kegagalan dalam memperoleh sesuatu yang diinginkan.

e. Mekanisme pertahanan diri, yang bentuknya seperti:

- 1) Menolak kenyataan dengan cara melindungi diri dari suatu kenyataan yang tidak menyenangkan (contohnya seorang

perokok mengatakan bahwa rokok merusak kesehatan hanya teori belaka).

- 2) Berfantasi
- 3) Intelektualisasi
- 4) *Overcompensation*.

Menurut teori psikoanalisis yang dikembangkan oleh Sigmund Freud mekanisme pertahanan diri merupakan suatu strategi tidak sadar yang digunakan oleh seorang individu untuk mengurangi kecemasan dengan cara menyembunyikan sumber permasalahannya dari dirinya sendiri maupun orang lain.

Sementara *coping* yang konstruktif diartikan sebagai upaya-upaya untuk menghadapi situasi stress secara sehat. *Coping* yang konstruktif ini memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Menghadapi masalah secara langsung, mengevaluasi alternative secara rasional dalam upaya memecahkan masalah tersebut.
- b. Menilai atau mempersepsi situasi stress didasarkan kepada pertimbangan yang rasional.
- c. Mengendalikan diri (*self-control*) dalam mengatasi masalah yang dihadapi.

Berdasarkan bentuk-bentuk strategi *coping* yang dikemukakan oleh para ahli tersebut maka dapat disimpulkan bahwa ada banyak strategi *coping* yang dapat digunakan dalam menghadapi permasalahan atau situasi sulit yang ditemui oleh individu dalam kehidupannya. Yang mana dalam menerapkan strategi *coping* tersebut tergantung pada individu yang bersangkutan juga tergantung pada situasi atau permasalahan seperti apa yang tengah dialami oleh individu tersebut. Misalnya ketika

anak menjadi korban perceraian dalam keluarganya, maka bukan hal yang tidak mungkin jika anak mengalami stress bahkan lebih parahnya depresi sehingga seringkali dia menerapkan beberapa tipe strategi *coping*. Selain itu mereka menggunakan strategi berfokus pada emosi yang lebih sering ketika mereka berpandangan bahwa permasalahan yang dia temui merupakan kondisi yang tidak dapat diubah, dan menggunakan lebih banyak strategi berfokus pada masalah untuk situasi yang mereka pandang relative lebih dapat diubah.

2.3.1.3 Strategi *coping* dalam prespektif Islam

Secara garis besar ada tiga hal yang penting diperhatikan dalam menghadapi stress atau permasalahan, yaitu hubungan dengan Allah, pengaturan perilaku, dan dukungan sosial.

a. Hubungan dengan Allah

Islam memandang penting hubungan dengan Allah dalam segala aspek kehidupan manusia. Dalam Islam terdapat cara yang dapat dilakukan untuk mengingat Allah untuk menyelesaikan masalah, yakni sebagai berikut:

1. Mendirikan shalat

Shalat merupakan cara untuk menyelesaikan masalah, hal in banyak dikupas dalam Al-Qur'an, seperti dalam Al-Qur'an Surah Al-Baqarah Ayat 45.

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۚ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ

Artinya: Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu.⁹

⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan*. Bandung: Jumanatul 'ali Art.

Didalam ayat diatas berisi perintah Allah Swt bagi umat muslim agar meminta pertolongan kepada Allah Swt ketika ia menemui berbagai permasalahan dalam hidup melalui sabar dan sholat.

Shalat memiliki berbagai unsur penting. Pertama, shalat mengurangi stimulasi reaksi psiko-fisiologis sehingga menghasilkan respon relaksasi. Hal ini akan memberikan keadaan mental yang mencerminkan penerimaan dan kepasrahan yang dikenal sebagai respons relaksasi tingkat lanjut. Cara umat Islam melakukan penyembahan terhadap Allah yang dinamik juga melatih postur tubuh bergerak dalam sikap waspada yang terkonsentrasi dalam kesatuan jiwa dan raga. Kedua, sebagai alat komunikasi, shalat dapat memberikan dukungan psikologis bagi mereka yang melaksanakannya, karena ketika shalat kita memasrakan diri kepada yang Maha Kuasa yang dipercaya memiliki kekuatan tidak terbatas, selain itu juga ketika shalat kita membaca kalimat suci Al-Qur'an.¹⁰

2. Membaca Al-Qur'an

Al-Qur'an merupakan petunjuk yang dapat memberikan jalan keluar dari masalah yang dihadapinya karena dengan membaca Al-Qur'an maka hati kita akan tenang karena mengingat Allah. Sebagaimana firman Allah dalam al-Qur'an Surah Yunus ayat 57 sebagai berikut:¹¹

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي
الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

¹⁰Aliah B. Purwakania Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islam*, (Jakarta: Rajawali pres, 2008), h.87-89.

Dalam ayat diatas dijelaskan bahwa Allah Swt telah menurunkan Al-Qur'an kepada umat manusia sebagai pelajaran, penyembuh dari berbagai penyakit yang berada dalam dada kita, juga sebagai petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.¹²

3. Membaca do'a

Islam mengajarkan umatnya untuk meminta pertolongan langsung kepada Allah. Dalam keadaan sulit, seorang muslim diajarkan untuk kembali kepada Allah, melakukan koreksi diri dan meminta ampun kepada Allah. Selain itu, umat Islam harus berusaha untuk memperbaiki dirinya.

Do'a merupakan alat komunikasi dengan Allah yang dapat memberikan dukungan dalam menghadapi konflik. Do'a dapat memberikan ketenangan. Stres merupakan hasil kurangnya ketenangan internal karena konflik didalam diri manusia yang mendorong gangguan eksternal pada perilaku dan kesehatan. Ketenangan internal hanya dapat diraih dengan percaya kepada Allah Yang Maha Perkasa, mengingatnya seing mungkin dan memohon pertolongan dan pengampunan pada waktu sulit.¹³

Menurut pemahaman penulis bahwa ketika kita mengalami suatu permasalahan yang ringan cukup pelik dan sulit mencari jalan keluar dari masalah tersebut maka memang hal yang pertama-tama harus kita lakukan adalah kembali pada Allah dan menjaga hubungan dengan Allah, meminta petunjuk atas permasalahan yang tengah dialami melalui sholat, membaca Al-Qur'an, dzikir, serta puasa. selalu bersabar tetap berusaha menghadapi

¹²*Ibid.*, h. 90-92.

¹³*Ibid.*, h. 93-94.

situasi sulit tersebut, namun jika ditemui jalan buntu dan tidak ada lagi usaha yang bisa dilakukan untuk mengubah situasi tersebut menjadi lebih baik maka alangkah baiknya jika kita tawakal atau menyerahkan semua kepada Allah, karena pada dasarnya setiap permasalahan itu merupakan cobaan yang diberikan oleh Allah karenanya Allah jua-lah yang berhak menyelesaikan.

b. Pengaturan perilaku

Islam mengajarkan umatnya bekerja keras untuk memperoleh sesuatu yang bermanfaat. Al Hadits mengajarkan manusia untuk tidak menunda sampai hari esok segala apa yang dapat dikerjakan pada hari ini. Stress juga dapat terjadi karena adanya keinginan untuk mengontrol hasil yang berlebihan karenanya Islam mengajarkan bahwa manusia wajib berusaha, namun Allah pula-lah yang menentukan.¹⁴

Seperti yang dijabarkan sebelumnya bahwa dalam Islam diajarkan bahwa setiap individu harus berusaha untuk mendapatkan apa yang diinginkan, berpikir ulang kemudian mencari pemecahan masalah dari situasi sulit yang tengah dialami. Setiap anak tentunya selalu mengharapkan keadaan keluarga yang harmonis, jauh dari berbagai konflik, mendapatkan kasih sayang dan perhatian serta kepedulian penuh dari kedua orang tuanya, namun ketika mereka harus dihadapkan dengan kenyataannya pahit bahwa keadaan keluarga mereka mengalami perpecahan bahkan jauh dari keharmonisan maka dalam hal ini Islam mengajarkan agar dia tetap berusaha dan menyerahkan semuanya kepada Allah.

¹⁴ *Ibid.*, h. 95.

c. Dukungan sosial

Hal lain yang juga menjadi pusat perhatian dalam menghadapi stress adalah perilaku interaksi antara kita dengan orang-orang disekitar, baik dengan pihak keluarga, tetangga, teman-teman dan lain sebagainya. Dengan adanya dukungan social dan emosional dari orang-orang terdekat maka masalah yang dialami akan lebih mudah untuk dihadapi.¹⁵

Selain melalui hubungan dengan Allah serta pengaturan perilaku maka hal yang juga tak kalah penting adalah menjaga hubungan baik serta tetap berinteraksi dengan lingkungan sekitar, melalui dukungan yang diberikan oleh orang-orang yang berada disekitar seperti keluarga, sahabat, juga teman kita maka permasalahan yang kita hadapi akan terasa tidak terlalu sulit dan lebih mudah untuk dihadapi.

2.3.2 Faktor-Faktor Mempengaruhi Strategi *Coping*

Menurut Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan faktor-faktor yang mempengaruhi strategi *coping* sebagai upaya untuk mereduksi atau mengatasi permasalahan yaitu sebagai berikut:

2.3.2.1 Dukungan sosial

Dukungan social diartikan sebagai pemberian bantuan atau petolongan terhadap seseorang yang mengalami stres dari orang lain yang memiliki hubungan dekat dengan individu tersebut.

Dukungan sosial memiliki empat fungsi, yakni sebagai berikut:

- a. *Emotional support*, yang meliputi pemberian curahan kasih sayang, perhatian, dan kepedulian.

¹⁵ *Ibid.*, h. 96-97

- b. *Appraisal support*, yang meliputi bantuan orang lain untuk menilai dan mengembangkan kesadaran akan masalah yang dihadapi, termasuk usaha-usaha untuk mengklarifikasi hakikat masalah tersebut dan memberikan umpan balik tentang hikmah dibalik masalah tersebut.
- c. *Informational support*, yang meliputi nasihat dan diskusi tentang bagaimana menagatasi atau memecahkan masalah.
- d. *Instrumental support*, yang meliputi bantuan material, seperti memberikan tempat tinggal, meminjamkan uang, dan menyertai berkunjung ke biro layanan social.¹⁶

2.3.2.2 Kepribadian

Tipe atau karakteristik kepribadian seseorang cukup berpengaruh terhadap *coping* atau usaha dalam mengatasi permasalahan yang menimbulkan stress yang tengah dihadapinya, diantara tipe atau karakteristik kepribadian tersebut adalah sebagai berikut:

- a. *Hardiness* (Ketabahan, daya tahan)
Hardiness merupakan tipe kepribadian yang ditandai dengan sikap komitmen, *internal locus control*, dan kesadaran akan tantangan (*challenge*).
 - 1) *Commitment*, yakni keyakinan seseorang tentang apa yang seharusnya dia lakukan, dalam hal ini seperti keterlibatannya dalam kehidupan di lingkungan keluarga.
 - 2) *Internal locus control*, yaitu dimensi kepribadian tentang keyakinan atau persepsi seseorang bahwa keberhasilan atau kegagalan yang dialaminya disebabkan oleh faktor internal (berasal dari dirinya sendiri). Sementara

¹⁶ Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Remaja Rosdakarya Offset, 2011), h. 266-267.

external locus control merupakan keyakinan seseorang bahwa kesuksesan atau kegagalan yang dialaminya disebabkan oleh faktor dari luar.

- 3) *Challenge*, yaitu kecenderungan persepsi seseorang terhadap situasi, atau tuntutan yang sulit atau mengancam sebagai suatu tantangan, (peluang), yang harus dihadapi.¹⁷

Individu yang berusaha tabah dalam menangani permasalahan yang menimpa dirinya biasanya bersikap optimis serta mengambil langkah langsung untuk mengatasi permasalahannya, dengan begitu individu tersebut mampu mengubah kejadian atau pengalaman pahit menjadi sesuatu yang tidak terlalu mengancam terhadap dirinya.

Menurut Robert S. Feldman dalam bukunya yang berjudul Pengantar Psikologi bahwa mereka yang menghadapi kesulitan paling nyata seperti kematian orang tua yang mana resiliensi atau kemampuan untuk tetap berdiri, mengatasi dan benar-benar berkembang setelah individu tersebut menghadapi kesulitan yang dialaminya merupakan suatu syarat kunci bagi pemulihan psikologis mereka. Mereka ini pada umumnya santai, baik hati, serta memiliki kecakapan social yang baik, mereka juga memiliki perasaan terkontrol terhadap nasib mereka sendiri meskipun takdir telah menempatkan mereka pada posisi yang tidak menguntungkan.¹⁸

b. Humor

Orang yang menyukai humor (humoris) cenderung lebih toleran dalam menghadapi situasi stress daripada orang yang tidak menyukai humor (seperti orang yang bersikap kaku, dingin, pemurung, atau pemaarah). Beberapa orang ahli

¹⁷ *Ibid.*, h. 267

¹⁸ Robert S. Feldman, *op.cit.*, h. 268.

Psikologi memperkirakan bahwa humor merupakan respon *coping* yang bersifat positif. Martin dan Lefcourt menemukan bahwa humor dapat berfungsi untuk mengurangi dampak negative stress terhadap suasana hati atau perasaan seseorang¹⁹

Seseorang yang humoris biasanya lebih mudah ketika menghadapi situasi yang menekan jika dibandingkan dengan orang yang cenderung kaku dan tidak menyukai humor, karena itu penulis setuju bahwa pada dasarnya humor berfungsi dalam mengurangi dampak negative stress terhadap suasana hal atau perasaan seseorang.

c. *Optimisme*

Optimisme merupakan suatu kecenderungan umum untuk mengharapkan hasil-hasil yang baik. Sikap optimis memungkinkan seseorang dapat meng-*coping* permasalahan yang menimbulkan stress secara lebih efektif, dan dapat mereduksi dampaknya, yaitu yang menyebabkan jatuh sakit.²⁰

Menurut Carole Wade dan Carol Tavris pada dasarnya orang optimis tidak menyangkal bahwa mereka memiliki masalah dan berita buruk sebagai kesulitan yang dapat mereka memandang masalah dan berita buruk sebagai kesulitan yang dapat mereka atasi. Mereka tidak tidak menyerah saat pertama kali menemui kesulitan atau melarikan diri dengan berandai-andai. Mereka mempertahankan sisi humoris mereka, membuat rencana masa depan, dan melihat situasi secara positif.²¹

¹⁹ Syamsu Yusuf dan A.Juntika Nurihsan, *op.cit.*, h.268.

²⁰ *Ibid.*, h.269.

²¹ Carole Wade dan Carol Tavris, *Psikologi*, (Jakarta: Erlangga, 2007), h. 297.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi strategi *coping* dalam menghadapi masalah terdiri atas dua yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari diri individu itu sendiri berupa kepribadian yang tabah, optimis, humoris, serta kecakapan yang dimiliki oleh seseorang dalam meng-*coping* permasalahan. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu tersebut yaitu berupa lingkungan, dalam hal ini berbentuk dukungan social yang diberikan oleh orang-orang sekitar seperti keluarga, sahabat, teman, dan lain-lain.

2.3.3 Remaja

2.3.3.1 Pengertian

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial. Remaja sering kali didefinisikan sebagai periode transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa, atau masa usia belasan tahun, atau seseorang yang menunjukkan tingkah laku tertentu seperti susah diatur, mudah terangsang perasaannya dan sebagainya. Masa remaja disebut pula sebagai penghubung antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Pada periode ini terjadi perubahan-perubahan besar dan esensial mengenai kematangan fungsi-fungsi rohaniah dan jasmaniah, terutama fungsi seksual.

Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi 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, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.²²

Selain itu masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak dengan masa dewasa yang mengalami perkembangan semua aspek/fungsi untuk memasuki masa dewasa.²³ *World Health Organization (WHO)* mendefinisikan remaja dalam adalah suatu masa ketika, Individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tandatanda 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.²⁴ 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.

²²Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga,2003), h.206.

²³Sri Rumini, Siti Sundari, *Perkembangan Anak dan Remaja*, (Jakarta: PT. Asdi Mahasatya, 2004), h.53.

²⁴Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2012), h.7.

2.3.3.2 Batasan Usia Remaja

Terdapat batasan usia pada masa remaja yang difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku dewasa. Menurut Kartini Kartono dibagi tiga yaitu:²⁵

1) Remaja Awal (12-15 Tahun)

Pada masa ini, remaja mengalami perubahan jasmani yang sangat pesat dan perkembangan intelektual yang sangat intensif, sehingga minat anak pada dunia luar sangat besar dan pada saat ini remaja tidak mau dianggap kanak-kanak lagi namun belum bisa meninggalkan pola kekanak-kanakannya. Selain itu pada masa ini remaja sering merasa sunyi, ragu-ragu, tidak stabil, tidak puas dan merasa kecewa.

2) Remaja Pertengahan (15-18 Tahun)

Kepribadian remaja pada masa ini masih kekanak-kanakan tetapi pada masa remaja ini timbul unsur baru yaitu kesadaran akan kepribadian dan kehidupan badaniah sendiri. Remaja mulai menentukan nilai-nilai tertentu dan melakukan perenungan terhadap pemikiran filosofis dan etis. Maka dari perasaan yang penuh keraguan pada masa remaja awal ini rentan akan timbul kemantapan pada diri sendiri. Rasa percaya diri pada remaja menimbulkan kesanggupan pada dirinya untuk melakukan penilaian terhadap tingkah laku yang dilakukannya. Selain itu pada masa ini remaja menemukan diri sendiri atau jati dirinya.

3) Remaja Akhir (18-21 Tahun)

Pada masa ini remaja sudah mantap dan stabil. Remaja sudah mengenal dirinya dan ingin hidup dengan pola hidup yang digariskan sendiri dengan keberanian. Remaja mulai memahami arah hidupnya dan menyadari tujuan hidupnya.

²⁵Sarwono Sarlito W, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2004), h.9.

Remaja sudah mempunyai pendirian tertentu berdasarkan satu pola yang jelas yang baru ditemukannya.

2.3.4 Perceraian

2.3.4.1 Pengertian

Perceraian (talak) dalam Islam di kenal sebagai talak, talak sendiri di ambil dari kata “itlaq” yang menurut bahasa artinya, melepaskan atau meninggalkan.²⁶ 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 ialah mengangkat ikatan pernikahan itu sehingga tidak lagi istri itu halal bagi suaminya (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 perceraian²⁷.

²⁶Ghazaly, Abd. Rahman, *Fiqh Munakahat*, (Jakarta: Kencana, 2006), h.191.

²⁷ H.M.A. Tihami, dan Sohari Sahrani, *Fikih Munakahat: Kajian Fikih Nikah Lengkap*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2009), h.249.

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.²⁸

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. Fuad Said mengemukakan bahwa perceraian dapat terjadi dengan cara: *talak, khulu, fasakh, li'an dan ila*.²⁹

2.3.4.2 Ciri-ciri Remaja Korban Perceraian

Secara kondisi psikologis anak dari keluarga yang bercerai, terdapat beberapa ciri-ciri yaitu:

1) Emosional Tinggi

Perasaan yang mereka terima biasanya lebih peka dibandingkan dengan anak-anak seumur mereka, hal ini bukan tanpa sebab ataupun alasan. Dimana anak yang menghadapi kejadian perceraian orang tua harus menguasai emosi karena masalah yang tidak harus diterimanya. Sehingga anak yang masih labil harus dipaksa menerima rasa senang, sedih, marah dsb.

2) Pendiam

Anak merupakan bagian keluarga yang dipaksa untuk diam dan menelan semua masalah tanpa berpendapat. Banyak orang tua menganggap mereka masih

²⁸Jarot Wijanarko, *Perceraian dan Nikah Lagi*, (Jakarta: Suara Pemulihan, 2015), h.14.

²⁹Amir Nuruddin, Azhari Akaml Tariga., *Kompilasi Hukum Islam (KHI), Hukum Perkawinan, Kewarisan, dan Perwakafan*, (Bandung: CV. Nuansa Auli, Cet. 1, 2008), h.37.

kecil padahal tak jarang anak sudah mengerti dan mengalami depresi. Menjadi pendiam adalah jalan yang diambil untuk tidak merumitkan masalah keluarganya, dan hal ini berdampak pada sikap anak yang pendiam.

3) Selalu sedih

Anak korban perceraian seringkali memiliki latar belakang keluarga yang rumit dan bahkan jika diceritakan teman-temannya tidak mau mendengar atau tidak mengerti kesedihannya hal ini menjadikan anak tersebut selalu merasa sedih dan berat hati. Dimana ia juga sering kali merasa bahwa kehidupannya sudah terbiasa dilalui hal yang menyedihkan, maka tak masalah jika ia harus mendapatkan hal yang menyedihkan di kehidupan selanjutnya.

4) Anak nakal

Psikologi keluarga menyatakan bahwa tidak semua anak bandel adalah karakter dari diri mereka sendiri. Ada beberapa anak yang sebenarnya berubah secara drastis disekolah dan diam dirumah, biasanya ia ingin mencari perhatian dan kasih sayang.

5) Lebih peduli

Apabila mereka melihat sesuatu yang dirasa sama dengan masa lalunya, tak perlu meminta bantuan lebih dulu. Mereka akan merasa ditegur hatinya dan akan terpanggil secara alami untuk bergerak menolong dan memberikan segala bentuk kepedulian. Hal ini terjadi karena otomatis mereka juga tahu seperti apa rasanya kehilangan, kesepian, mengalami kesusahan.

6) Tidak Sopan

Anak korban perceraian terkadang mengalami hal yang buruk dan tidak ada yang menuntunya. Hal ini terjadi karena orang tua yang ia banggakan dan kagumi melakukan hal yang sama.³⁰

2.3.4.3 Dampak Perceraian Terhadap Perkembangan Remaja

- 1) *Psychological Disorder* yaitu anak memiliki kecenderungan agresif, *introvert*, menolak untuk berkomitmen, labil, tempramen, emosional, sensitive, apatis dan lain-lain.
- 2) *Academic Problem* yaitu kecenderungan menjadi pemalas dan motivasi berprestasi rendah.
- 3) *Behavioral Problem* yaitu kecenderungan melakukan perilaku menyimpang seperti *bulliyng*, memberontak, bersikap apatis terhadap lingkungannya (merokok, minum-minuman keras, dan *free sex*).
- 4) *Spritual Problem* yaitu kondisi anak kehilangan sosok ayah (*Figure Father*).

Kondisi keluarga yang tidak utuh dapat mempengaruhi perkembangan sosial remaja. Remaja akan merasa berbeda dengan teman-temannya, malu dengan kondisi keluarganya, merasa tidak ada yang menyayanginya, suka memberontak menjadi pendiam, masa bodoh, dan sikap yang mengarah kepada kenakalan. Selain itu kondisi keluarga tidak utuh juga akan mempengaruhi akademiknya, menjadi malas belajar, karena merasa orang tuanya tidak memperdulikannya, sehingga mengakibatkan prestasi belajarnya menurun.³¹

³⁰Wasil Sarbini, *Kondisi Psikologis Anak dari Keluarga yang Bercerai* (Jurusan Ilmu Kesejahteraan sosial; Fakultas ilmu sosial dan politik: UNEJ Jember, 2014), h.3-4.

³¹Putri Erika Ramadhani, *Analisis Dampak Perceraian Orang Tua terhadap Anak Remaja* (Jurnal Pekerjaan Sosial, Vol.2 No.1, 2019), h.114.

2.4 Bagan Kerangka Pikir

Penelitian ini akan membahas mengenai bagaimana **Strategi Coping Pada Remaja Korban Perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang**

Penelitian ini peneliti juga menggunakan strategi coping yang mana merupakan cara Remaja yang orang tuanya bercerai mampu memperlakukan keadaan yang menjadi beban, mengerahkan segala upaya untuk mengatasi masalah dan mencoba untuk menguasai dan mengurangi stress.

Gambar 2.4
Bagan Kerangka Pikir



