

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Hasil Penelitian

##### 1.1.1 Faktor yang mempengaruhi strategi *coping* pada remaja korban perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang

Di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang terdapat beberapa remaja yang menjadi korban perceraian orang tuanya. Beberapa remaja tidak dapat menerima keadaan yang sesungguhnya bahwa orang tuanya telah bercerai. Adanya 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 menuntutnya untuk bisa melawan dan menghadapi masalah tersebut.

Umumnya orang tua yang bercerai lebih siap menghadapi perceraian dibandingkan dengan anak-anak. Berapapun usia anak-anak ketika orang tua bercerai, mereka akan menjadi tertekan, jika anak-anak itu dewasa, penderitaan mereka 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, karena itu sangat menyakitkan bagi mereka. Perceraian merupakan guncangan bagi remaja sebab pikirannya akan terkuras pada masalah perceraian orang tuanya sehingga akan mengganggu apa yang seharusnya dia perhatikan sesuai dengan usianya 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 tuanya telah bercerai mereka masih belum percaya dengan kenyataan tersebut,

ketidakpercayaan tersebut diiringi dengan sikap marah dan biasanya remaja tersebut marah dengan dirinya sendiri, pada akhirnya akan menimbulkan masalah kesehatan fisik. Seperti sering merasakan pusing kepala, mimisan dan sesak.

Seperti yang diungkapkan informan 1, ia mengatakan:

“Kalau saya selalu memikirkan olok-an teman dan gunjingan tetangga, terkadang saya langsung sakit kepala sehingga terkadang saya memilih untuk tidur menenangkan diri saya sebagai obatnya”.<sup>1</sup>

Menurut informan 1, ketika dia merasa tertekan dan stres maka dia akan merasakan sakit pada kepalanya yang tak tertahankan sehingga ketika informan mengalami sakit, dia memilih untuk menenangkan dirinya sendiri sambil istirahat untuk melupakan segala sesuatu yang membuat dirinya sakit, agar ia bisa menjadi lebih tenang.

Salah satu yang menjadi halangan ketika dia berada diluar rumah untuk menenangkan dirinya kadang tidak bisa dia lakukan dengan cara tertidur tapi terkadang memilih untuk menjauh dari sumber masalahnya untuk memilih ketenangan sendiri. Ketika sakit kepala terjadi sehingga informan merasa terhambat dalam menanggulangi tekanannya.

Kemudian dari hasil wawancara informan 2, ia mengatakan:

“Kalau saya lemah sekaligus kalau merasa tertekankan tiba-tiba langsung mimisanka, sehingga ketika saya tertekan mimisan menjadi penghambat usahaku untuk menanggulangi masalahku”.<sup>2</sup>

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat dijelaskan jika informan 2 ketika dia merasa tertekan dia sering mengalami mimisan secara tiba-tiba akibat tekanan yang tak bisa dia bendung lagi sehingga dia mengalami hal tersebut, akibat hal tersebut dia kesulitan untuk membuat strategi *coping* pada dirinya sendiri.

---

<sup>1</sup>Hasil wawancara oleh UD selaku remaja, pada tanggal 17 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

<sup>2</sup>Hasil wawancara oleh PN selaku remaja, pada tanggal 12 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

Berbeda dari hasil wawancara informan 3, ia mengatakan:

“Saya ketika mengalami tekanan saya itu mau marah tapi tiba-tiba sesak dalam dada yang tak tertahankan sehingga kesulitan atur nafasku kalau lagi tertekanka”.<sup>3</sup>

Menurut informan ke 3, ketika dia merasa tertekan dia sering merasakan sesak pada dada secara tiba-tiba sehingga dia kesulitan untuk mengatur nafas ketika tekanannya meningkat. Sehingga hal tersebut yang membuat hambatan pada usahanya dalam menanggapi.

#### b. Keyakinan positif

Dengan adanya perceraian kedua orang tuanya 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.

Seperti dari hasil wawancara yang diungkapkan Informan 1, ia mengatakan:

“Pikiran positifku kalau saya harus punya mindset dari dalam kalau yang terjadi pada keluargaku itu tidak bisa saya ubah lagi dan tidak bisa akur untuk bisa kembali lagi, jadi saya pasrahkan kepada sang pencipta saja apa yang terjadi di keluargaku itu sudah ketentuannya Allah Swt”.<sup>4</sup>

Kemudian dari hasil wawancara yang diungkapkan informan 2, ia mengatakan:

“Kalau saya pemikiran positifku tentang perceraian kedua orang tuaku setiap jodoh dan rejeki sudah diatur sama Allah, jadi semua permasalahan yang terjadi di orang tuaku mungkin sudah takdir dari Allah Swt.”<sup>5</sup>

Kemudian dari hasil wawancara yang diungkapkan informan 3, ia mengatakan:

<sup>3</sup>Hasil wawancara oleh FR selaku remaja, pada tanggal 20 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

<sup>4</sup> Hasil wawancara oleh UD selaku remaja, pada tanggal 17 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

<sup>5</sup> Hasil wawancara oleh PN selaku remaja, pada tanggal 12 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

“Kalau pemikiran positifku tentang keluargaku bapak dan mamaku yang bercerai itu pasti setiap masalah yang terjadi pasti ada jalan keluarnya dan ada penyelesaiannya, mungkin dengan perceraian orang tuaku merupakan jalannya untuk menyelesaikan masalahnya masing-masing, karena semua pasti ada alasannya kenapa harus memilih jalan begitu”.<sup>6</sup>

Seseorang yang yakin akan kemampuannya memiliki sikap optimis dalam menghadapi masa depan, kesulitan-kesulitan yang ada pasti akan dapat diatasi dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi tantangan-tantangan kehidupan serta berpikir positif. Remaja yang selalu berpikir positif akan mampu menghadapi permasalahannya dan mampu memikul tanggung jawab terhadap kehidupannya.

### 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.

Seperti dari hasil wawancara informan 1, ia mengatakan:

“Saya memecahkan masalahku dengan cara menceritakan kepada sahabatku untuk mengurangi stresku, jadi saya curhat ke temanku, kemudian temanku memberikan solusinya ketika saya curhat pada dirinya.”<sup>7</sup>

Informan 1 memilih untuk memecahkan masalahnya dengan cara menceritakan kepada sahabatnya agar dia mendapatkan solusinya.

Kemudian dari hasil wawancara yang diungkapkan Informan 2, ia mengatakan:

“Kalau saya memecahkan masalahku dengan menceritakan pada temanku kalau ada masalahku, tapi kalau sudah kuceritakan tidak dapatka solusi karena belumpi merasakan yang kurasakan.”<sup>8</sup>

<sup>6</sup> Hasil wawancara oleh FR selaku remaja, pada tanggal 20 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

<sup>7</sup> Hasil wawancara oleh UD selaku remaja, pada tanggal 17 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat dijelaskan bahwa informan 2, memilih untuk memecahkan masalahnya dengan cara menceritakan kepada orang yang dia percayai yakni temannya tentang hal yang dia rasakannya namun setelah menceritakan ketemannya dia tidak mendapatkan solusi sehingga membuatnya bingung.

Informan 3 memilih untuk mencari nasihat dari orang-orang yang lebih tua darinya serta mengambil langkah aktif untuk menyelesaikan masalahnya.

“Kalau saya memecahkan masalahku lebih memilih untuk bercerita kepada orang-orang terdekatku saja, serta saya lebih berfikir dewasa untuk mengambil langkah untuk menyelesaikan masalahku sendiri secara baik-baik.”<sup>9</sup>

#### 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.

Seperti dari hasil wawancara yang diungkapkan Informan 1, ia mengatakan:

“Saya malu keluar bergaul dengan tetanggaku begitu juga kesian mamaku malu keluar bergaul dengan tetangga, karena kalau keluarki to banyak sekali mi itu cerita-cerita sakit hati dibawah pulang, mending didalam rumahka saja berbuat sesuka hatiku sama mamaku.”<sup>10</sup>

Informan 1 mengatakan kalau dia bersosialisasi dengan tetangganya sangat jarang karena dia merasa kalau ketika bergaul dengan tetangganya akan mendapatkan gunjingan dari tetangganya begitu juga dengan orang lain, sehingga ia lebih memilih berdiam diri dirumah.

---

<sup>8</sup> Hasil wawancara oleh PN selaku remaja, pada tanggal 12 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

<sup>9</sup> Hasil wawancara oleh FR selaku remaja, pada tanggal 20 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

<sup>10</sup> Hasil wawancara oleh UD selaku remaja, pada tanggal 17 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

Berbeda dari hasil wawancara informan 2, ia mengatakan:

“Saya jarang bergaul dengan orang-orang baru saya kenal, saya lebih, memilih berdiam diri sendiri, apalagi dengan cowok saya tidak mau kenalki karena takutka sama bapakku, tapi kalau disekolah ada ji temanku yang sepertimi sahabat untuk saya, jadi sering ka curhat dengan sahabatku tentang masalahku.”<sup>11</sup>

Informan 2 mengatakan kalau dia sulit bersosialisasi dengan orang-orang baru dia kenal, namun dia memiliki sahabat yang dapat menjadi teman curhatnya sehingga dia menjadi lebih tenang ketika telah bercerita dengan sahabatnya.

Kemudian dari hasil wawancara informan 3, ia mengatakan:

“Kalau saya bersosialisasi di tetangga sangat jarang karena kalau saya bersosialisasi di tetangga terkadang selalu nakasih ingatkan itu sifatnya bapakku nah itu masalah tidak mau ma ingat ii biarkan mi bapaku bahagia dengan wanita pilihannya”.<sup>12</sup>

Informan 3 mengatakan kalau dia bersosialisasi di tetangga sangat jarang karena kalau dia bersosialisasi dia selalu diejek dengan tetangganya terkadang ada sebagian tetangga yang sering mengingatkanya tentang sifat ayahnya sehingga ketika dia mengingatnya dia mengalami stress, sehingga dia memilih untuk jarang keluar rumah di tetangganya.

#### 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.

Dukungan sosial sangat penting diberikan kepada seorang remaja yang mengalami musibah, baik dukungan dari orang-orang terdekat, teman maupun masyarakat sekitar. Ketika remaja mendapatkan dukungan sosial maka remaja akan

---

<sup>11</sup>Hasil wawancara oleh PN selaku remaja, pada tanggal 12 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

<sup>12</sup>Hasil wawancara oleh FR selaku remaja, pada tanggal 20 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

mencoba bangkit secara perlahan untuk menghadapi masalahnya. Apalagi jika dukungan tersebut berasal dari keluarga sendiri.

Seperti yang diungkapkan dari hasil wawancara informan 1, ia mengatakan:

“Saya mendapatkan dukungan sosial dari ibuku saja, karena kalau dari keluarga acuh dengan kami tidak peduli lagi dengan kami, apalagi keluarga dari bapakku tidak ada yang mau lihatki lagi karena faktor jauh dari tempat kami dengan kampung mereka.”<sup>13</sup>

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat dijelaskan bahwa jika informan 1 lebih mendapatkan dukungan selalu dari ibunya karena mereka hanya tinggal berdua dirumahnya, ibunya menjadi teman sekaligus sahabat ketika dia dirumahnya. Ketika berada dikampus dia bersosialisasi dengan teman-teman yang diakrabpinya saja.

Berbeda dari hasil wawancara yang diungkapkan informan 2, ia mengatakan:

“Saya sulit mendapatkan dukungan sosial dari keluarga karena mamaku sudah keluar negeri, bapakku hanya mementingkan dirinya sendiri, adapun nenekku yang umurnya semakin tua tidak mungkin untuk selalu ada untuk saya.”<sup>14</sup>

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat dijelaskan bahwa informan 2, tidak terlalu mendapat dukungan dari kedua orang tuanya, karena semenjak orang tuanya bercerai, ibunya pergi meninggalkannya ke luar negeri jadi TKW sedangkan ayahnya tidak lagi mengurusinya hanya neneknya yang dia tempati tinggal serumah ayahnya hanya pergi keluyuran saja.

Kemudian dari hasil wawancara informan 3, ia mengatakan:

“Kalau dukungan sosial mungkin sekelilingku sangat memperhatikanku apalagi tante-tanteku selalu berusaha membuatku bahagia begitu juga dengan mamaku.”<sup>15</sup>

<sup>13</sup>Hasil wawancara oleh UD selaku remaja, pada tanggal 17 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

<sup>14</sup>Hasil wawancara oleh PN selaku remaja, pada tanggal 12 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

<sup>15</sup>Hasil wawancara oleh FR selaku remaja, pada tanggal 20 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

Dari hasil wawancara di atas dijelaskan jika informan 3 lebih mudah mendapatkan dukungan sosial dari keluarganya karena diantara saudaranya dia adalah anak bungsu sejak ditinggal ayahnya, dia diasuh bersama tantenya karena ibunya PNS di rumah sakit, sehingga dari kecil dia selalu mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekatnya. Sehingga informan tersebut merasa diperhatikan oleh keluarganya sendiri.

Adanya dukungan sosial maka remaja akan merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai. Dukungan sosial dapat memberikan kenyamanan fisik dan psikologis kepada remaja tersebut, dapat dilihat bagaimana dukungan sosial mempengaruhi kejadian dan efek dari keadaan kecemasan.

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.

Seperti yang diungkapkan dari hasil wawancara informan 1, ia mengatakan:

“Saya tidak memiliki banyak materi untuk bisa mengurangi stress yang sedang saya alami, ibu saya hanya bekerja sebagai tukang jahit yang mana hanya berpenghasilan ketika ada pakaian orang yang dijahitkan, dari hasil jahitan itulah mampu membuat kami berdua makan sehari-hari serta sisanya untuk ditabung untuk membayar uang semester saya.”<sup>16</sup>

Informan 2 PN tidak memiliki banyak materi dikarenakan pekerjaan ayahnya tidak tetap, sehingga dia tidak memiliki banyak materi dalam usaha mengurangi kondisi stressnya. Dia hanya mengurangi stressnya dengan memilih berdiam diri didalam kamarnya yang tidak membutuhkan materi yang banyak.

---

<sup>16</sup>Hasil wawancara oleh PN selaku remaja, pada tanggal 17 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

“Saya tidak memiliki banyak materi (Uang) untuk keperluan sehari-hari saya hanya minta di nenekku untuk kesekolah minta di nenekku ji juga”.<sup>17</sup>

Berbeda dari hasil wawancara yang diungkapkan informan 2, ia mengatakan:

“Saya tidak terlalu mementingkan uang dalam mengurangi stress karena uang itu hanya bersifat kondisional, ketika saya bahagia tidak perlu dengan uang tapi bisa dengan melakukan hal-hal yang bermanfaat yang dapat mengurangi stress. Materi tidak bisa menjamin saya kebahagiaan.”<sup>18</sup>

Informan 3 FR tidak terlalu memikirkan uang dalam usahanya mengurangi stress coping. Hal ini karena materi (uang) bersifat kondisional, dia berfikir bahwa jika memiliki materi tidak bisa menjamin kebahagiaan seseorang.

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat di jelaskan bahwa informan 1 dan 2 tersebut tidak memiliki banyak materi yang cukup dalam mengurangi kondisi stress yang sedang dialaminya, dikarenakan orang tuanya hanya bekerja yang dimana hanya menghasilkan uang tidak seberapa. Sehingga ia hanya mengurangi stressnya dengan memilih berdiam diri didalam kamarnya yang tidak membutuhkan materi yang banyak. Berbeda dengan informan 3 tidak terlalu memikirkan uang dalam usahanya mengurangi stress coping. Hal ini karena materi (uang) bersifat kondisional, dia berfikir bahwa jika memiliki materi tidak bisa menjamin kebahagiaan seseorang.

#### Skema Kondisi Informan 1 (UD)

Gejala-gejala stress :

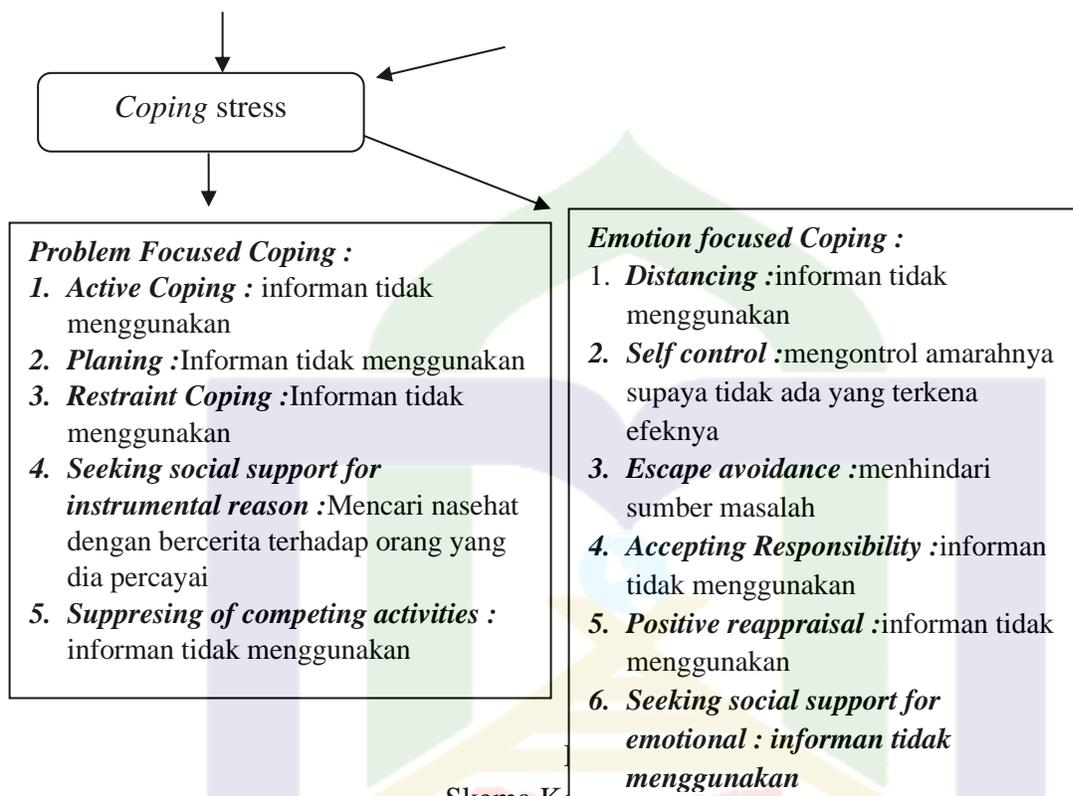
- Gejala perilaku : kurang percaya diri, minder.
- Gejala emosi : sering bingung
- Gejala kognitif : Kekhawatiran yang tinggi bila berada di luar rumah, karena takut ketika mendapatkan gunjingan
- Gejala fisik : sering merasakan sakit kepala

Faktor yang mempengaruhi strategi coping :

- Kesehatan fisik : sering pusing kepala
- Keyakinan positif : harus bisa menerima keadaan atau kondisi keluarga
- Keterampilan memecahkan masalah : cerita ke teman untuk mendapatkan solusi
- Keterampilan sosial : tidak mau bersosialisasi
- Dukungan sosial : mendapatkan dukungan dari ibunya saja tidak untuk sosialnya.
- Materi : tidak terpenuhi

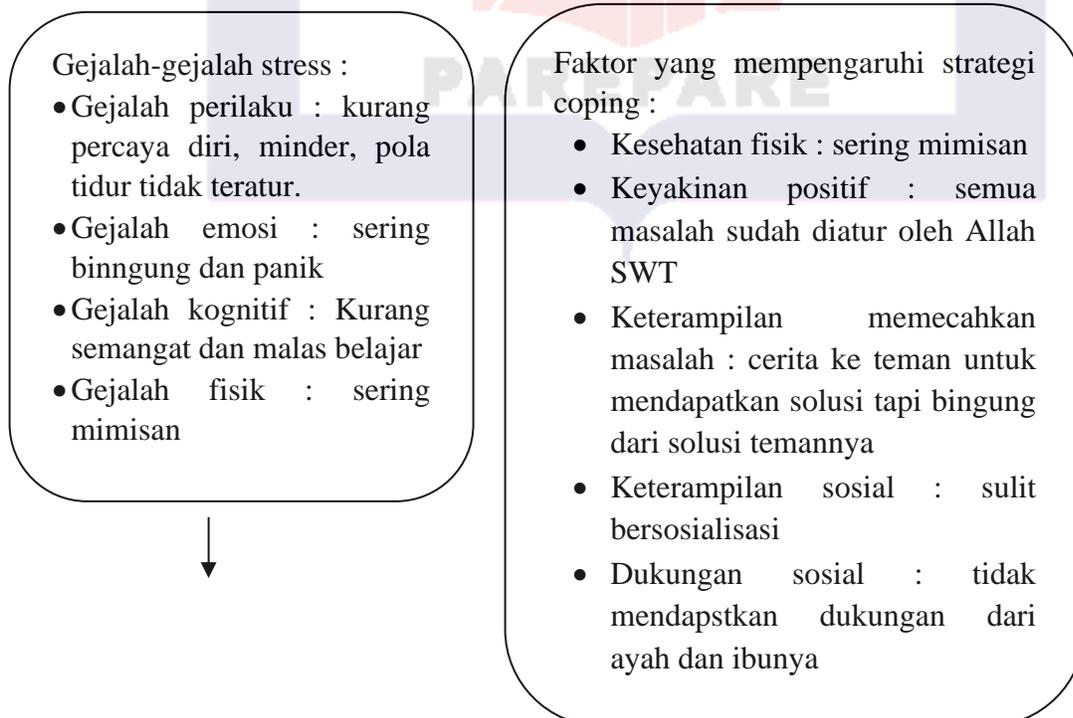
ya Kabupaten

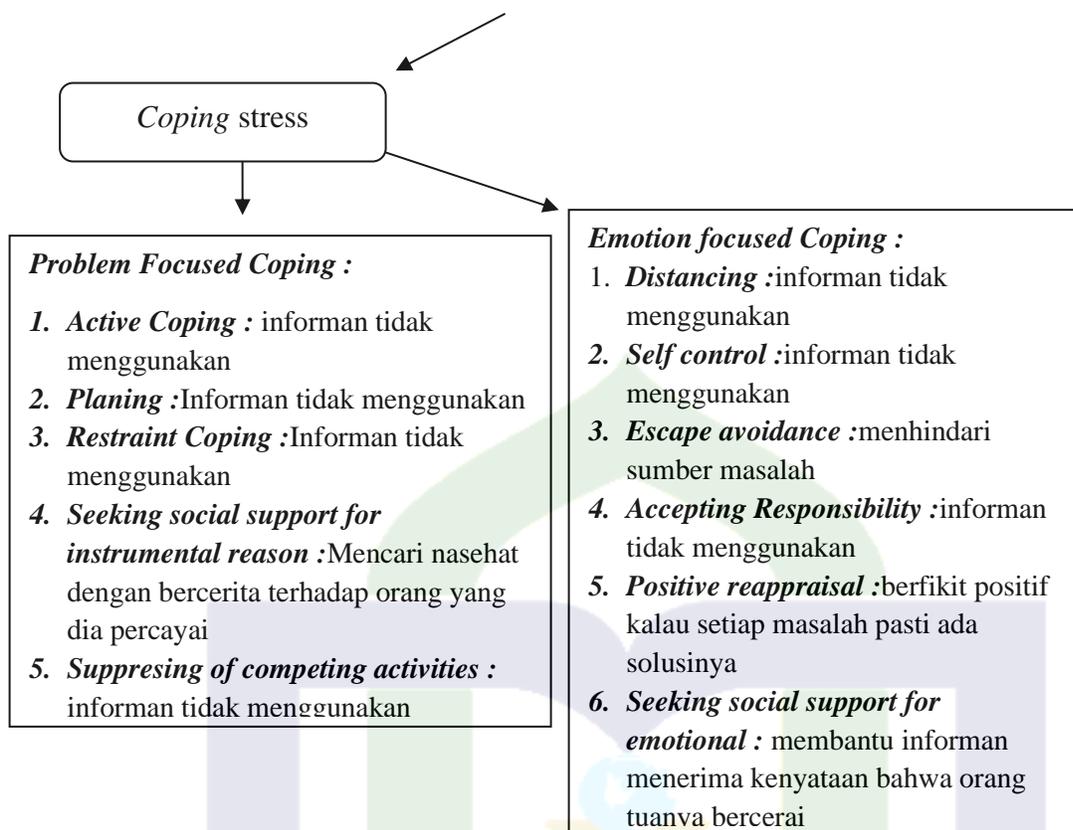
ya Kabupaten



Skema Kondisi Informan (1)

Skema Kondisi Informan 2 (PN)

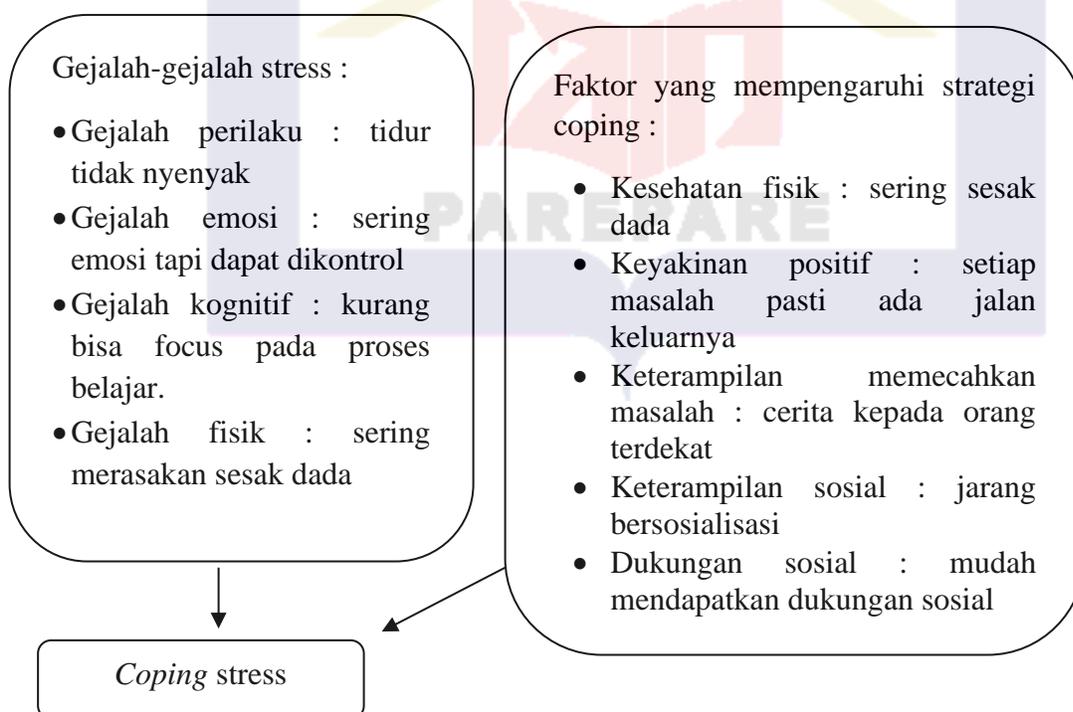


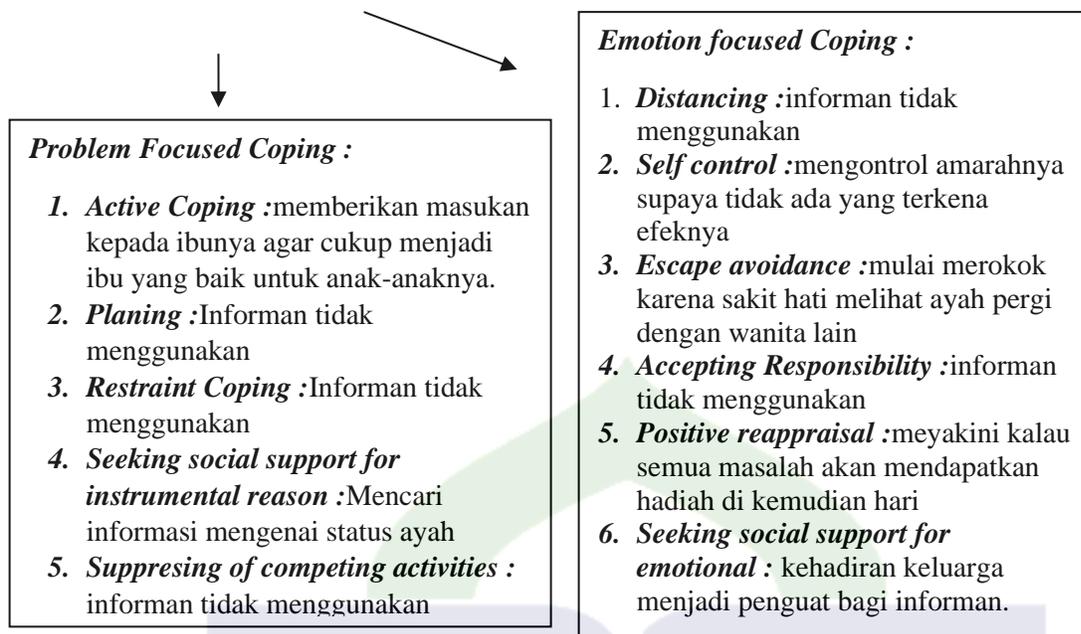


Bagan 4.2

## Skema Kondisi Informan (2)

## Skema Kondisi Informan 3 (FR)





Bagan 4.3  
Skema Kondisi Informan (3)

Keadaan yang menimbulkan ketegangan yang dialami remaja dengan orang tua bercerai pada dasarnya bersumber pada faktor internal dan eksternal. Faktor internal individu berupa frustrasi 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*.

#### **4.1.2 Bentuk strategi *coping* pada remaja korban perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.**

Pada umumnya setiap individu selalu dihadapkan dengan situasi ataupun kondisi yang kurang menyenangkan yang dapat menyebabkan stress. Kadang-kadang penyebab dari masalah tersebut datang dari diri sendiri ataupun dari lingkungan. Ketika individu tidak mampu merespons dengan baik stress yang dialami, maka akan berdampak buruk bagi diri sendiri dan lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, setiap individu membutuhkan suatu strategi dalam mengatasi stress yang dialami khususnya pada perawat lansia. Strategi yang digunakan seseorang dalam mengatasi stress disebut *coping stress*.

Seorang remaja yang mengalami stress dalam menghadapi masalah perceraian orang tuanya memerlukan kemampuan pribadi maupun dukungan dari orang-orang terdekat dan lingkungannya, dimana dukungan sosial dan hubungan yang baik dengan teman, sahabat, pacar, saudara merupakan salah satu faktor yang menentukan perbedaan respon individu terhadap stres, beberapa penelitian menunjukkan jika dukungan sosial sangat berpengaruh terhadap kondisi fisik dan mental dan aspek kognitif remaja.

Semua informan pada penelitian membutuhkan dukungan emosional berupa sikap empati, diperhatikan oleh saudara, keluarga, teman, sahabat maupun pacarnya. Dukungan ini akan membantu informan mengurangi stres yang dihadapi, sehingga akan meningkatkan kepercayaan dirinya dan membentuk *coping* yang efektif.

Menurut Lazarus dan Folkman, *coping* merupakan suatu proses dimana individu mencoba mengelola jarak yang ada antara tuntutan baik yang berasal dari individu maupun yang berasal dari lingkungan dengan sumber yang dimiliki oleh individu dalam menghadapi situasi yang menyebabkan stress. Strategi *coping* inilah yang diterapkan oleh informan pada penelitian ini.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ketiga informan, akhirnya dapat diketahui mengenai strategi *coping* yang digunakan oleh remaja korban perceraian dalam mengatasi stress yang dialaminya. Adapun hasil wawancara masing-masing informan di analisis sebagai berikut:

Menurut informan 1, sebagai seorang remaja korban perceraian tidaklah mudah untuk melawan tekanan stress yang dialaminya membutuhkan kesabaran yang penuh untuk melawannya, kekuatan dari dalamlah yang mampu membuatnya kuat untuk menahan amarahnya jika dia mengalami tekanan dari luar semisal ketika dia digunjungi dengan tetangganya dia tidak melawan namun dia menghindarinya.

Berdasarkan penuturan informan 1 ketika diberi pertanyaan terkait ketika mendapatkan sebuah masalah, apakah informan lebih memilih untuk menghadapi atau menghindari masalah yang membuatnya stress, kemudian informan menjawab bahwa informan lebih memilih untuk menghindari masalah dengan cara mencari kegiatan lain yang dapat membuat stress yang dialami dapat berkurang.

Hal ini dibuktikan dengan pernyataan informan 1 dalam kutipan sebagai berikut:

“Kalau stress ka pergika di temanku karena kalau ketemanku ka, bisakah ketawa-ketawa, curhat-curhat, sehingga saya lupami itu apa yang nabilang orang-orang yang buatka stress kalau samaka temanku.”<sup>19</sup>

Terdapat banyak hal yang dapat menimbulkan stress dan cara masing-masing individu dalam menyikapinya pun berbeda-beda satu sama lain. Salah satu cara yang dilakukan oleh

---

<sup>19</sup> Hasil wawancara oleh UD selaku remaja, pada tanggal 19 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

informan 1 adalah dengan pergi mencari kesibukan lain yang dapat membuatnya senang seperti contohnya mencari teman yang bisa membuatnya terhibur sehingga dia melupakan stresnya.

“Kalau menurut ku dengan pergi bersama teman untuk menghibur diri bercanda bersama lumayan efektif untuk membantu mengurangi stresku, apalagi kalau cerita pengalaman kesehariannya masing-masing kadang dilupa waktu untuk pulang.”

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan 1, dapat diketahui bahwa strategi *coping* yang digunakan adalah *Escape Avoidance* (menghindari masalah). Menurut informan 1, cara yang dilakukan tersebut sangatlah efektif dikarenakan dapat mengurangi stress yang dialaminya. Cara tersebut juga dapat membuat informan menjadi lebih tenang dan nyaman untuk beraktivitas kembali. Menurutnya, masalah jika dibiarkan terus menerus akan menjadi beban bagi diri sendiri dan akan memperburuk keadaan, sehingga harus segera mencari solusi untuk mengatasinya.

Kemudian berdasarkan informan 2 yang mengatakan bahwa kendala atau hambatan-hambatan yang dialami ketika tekanan dari luar yang sangat mempengaruhi pikirannya apalagi yang mengenai orang tuanya akan menyebabkan stress, menurutnya aktivitasnya tidak bisa berjalan dengan lancar ketika dia memikirkan kedua orang tuanya yang berpisah, sehingga memberikan hambatan tersendiri kepadanya sehingga mengakibatkan PN stress dan memilih untuk menghindari masalah dengan cara berdiam diri didalam kamarnya.

Seperti pernyataan dari hasil wawancara informan dalam kutipan sebagai berikut, ia mengatakan:

“Ketika saya melihat orang-orang dengan keluarga harmonisnya, tiba-tiba saya merasa sedih dan bertanya-tanya dalam hati kenapa kehidupan saya tidak seperti orang itu yang memiliki bapak dan ibu, sehingga dengan hal itu saya bisa stress memikirkan perilaku bapakku sehingga saya memilih untuk senantiasa berdiam diri didalam kamar untuk membuat saya lebih nyaman dengan kehidupan saya sendiri.”<sup>20</sup>

Menurut informan 2 ketika ingin mengurangi atau menghilangkan stress yang dia alami, informan 2 lebih memilih untuk mengatasinya sendiri dari pada meminta atau mencari bantuan orang lain yang akhirnya membuatnya bingung juga. Dia lebih memilih untuk menyelesaikan

---

<sup>20</sup> Hasil wawancara oleh PN selaku remaja, pada tanggal 14 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

masalahnya sendiri dengan berdiam diri dikamar seharian dan membaca novel dari *smarphonnya*.

Hal ini dibuktikan dengan dengan pernyataan informan dalam kutipan sebagai berikut:

“Yah saya anu, kalau mau mengurangi stresku saya masuk dalam kamarku sendiri, baru kuambil hpku baru kubuka novelku di aplikasi wattpad, kubaca sambil tertidur ma. Artinya kalau saya tertidur berarti saya tidak lagi memikirkan beban pikiranku dan juga dengan hal ini mampu membuat diriku terhibur dengan sendirinya ini merupakan hal yang efektif bagiku dan hampir setiap hari saya melakukan itu.”<sup>21</sup>

Jadi ketika informan 2 sedang mengalami stress, maka informan tersebut akan mengalihkan masalahnya dengan cara berdiam diri dikamar seharian dan melakukan aktivitas membaca watpadd di *smartphonnya* setiap hari ketika dia mengalami stress dia akan melakukan kembali hal itu membaca watpadd cerita novel-novel kesukaanya di *smartphonnya*.

Setiap orang tentunya memiliki cara yang berbeda-beda dalam menyikapi sesuatu dan menurut informan dengan membaca tanpa gangguan akan membuatnya nyaman dan sangat efektif menghilangkan stress didalam dirinya, menurutnya pula dengan berdiam diri didalam kamar akan membuat kita bebas melakukan apasaja sesuka hati kita tanpa ada yang membuat kita tertekan, dan dia dapat melepaskan kejenuhan didalam kamarnya sendiri tanpa ada yang menggangunya.

Ketika dirinya menceritakan pada temanya akan hal yang dirasakan terkadang dia tidak mendapatkan solusi dari temanya, sehingga dia memilih untuk menyelesaikan sendiri masalahnya dengan cara berdiam diri dikamarnya dan membaca wattpad didalam kamarnya. Lagi pula tidak ada keluarga yang mampu memberikan solusi kepadanya untuk bertemu dengan ibunya lagi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan ke 2, dapat diketahui bahwa strategi *coping* yang digunakan adalah *Confrontive coping* (penyelesaian masalah secara *kongkret*) dan *self control* (mencoba untuk mengontrol diri dan perasaan). Menurut informan, setiap keinginan

---

<sup>21</sup> Hasil wawancara oleh PN selaku remaja, pada tanggal 14 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

yang diinginkan pasti ada yang tidak sejalan dengan keinginan sehingga akan berdampak pada psikologis kita sehingga menyebabkan stress, namun setiap masalah pasti ada jalan keluarnya seperti informan lebih memilih untuk menghadapinya masalahnya daripada menghindarinya karena setiap masalah pasti akan ada jalan keluarnya.

Sedangkan berdasarkan informan 3, dalam melakukan strategi *coping* yang dilakukan terkadang mendapatkan hambatan-hambatan yang disebabkan beberapa hal diluar batas kemampuan kita. Kita hanya manusia biasa yang tak luput dari kesalahan dan kekurangan masing-masing, namun kekurangan yang dimiliki jangan menjadi hambatan dalam menyelesaikan masalah. Setiap masalah pasti ada jalan keluarnya. Namun ketika dia tidak dapat membendung tekanannya dia meluapkan dengan cara meluapkan dengan mencari ketenangan diluar sana, lalu kemudian menghindari masalah yang membuatnya menjadi stress.

Hal ini dibuktikan dengan pernyataan informan dalam kutipan sebagai berikut:

“Saya kalau ada masalah terkadang saya lebih memilih untuk menghindar lebih memilih berfikir secara positif dari setiap peristiwa yang membuatnya stress terutama ketika ingatanku tertuju ke bapakku saya mencari sosok bapak yang kurindukan selama ini belum pernah saya rasakan.”<sup>22</sup>

Informan lebih memilih menghindar dari masalah dengan cara berfikir positif dari setiap masalahnya memang emosinya naik namun selalu mencoba berfikir positif sehingga emosinya dapat terkontrol. Segala hal yang dialami bukan terjadi tanpa sebab melainkan selalu ada hikmah yang dapat dipetik dari masalah yang menghampiri keluarganya. Dia berusaha selalu mendekati diri kepada Allah swt agar apa yang menjadi beban dari keluarganya dapat teratasi semua. Adapun dengan kepergian ayahnya meninggalkan ibunya itu mungkin takdir dari Allah swt. Dia hanya berfikir bagaimana ibu dan saudaranya tinggal rukun dan tanpa ada yang membencinya.

Informan 3 juga mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya dalam hal ini dibuktikan dengan pernyataan informan dalam kutipan sebagai berikut:

---

<sup>22</sup>Hasil wawancara oleh FR selaku remaja, pada tanggal 22 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

“Tentunya keluarga lah yang selalu memberiku dukungan motivasi sehingga saya mampu berdiri seperti ini tidak tumbuh menjadi anak yang brutal”.<sup>23</sup>

Dukungan dalam suatu hubungan sangatlah diperlukan. Hal ini sebagai penguat dalam melangsungkan kehidupan, manusia juga merupakan makhluk sosial yang tidak bisa hidup tanpa bergantung dengan orang lain. Bantuan dukungan yang diberikan baik kepada keluarga atau orang-orang terdekat akan membuat dia lebih bersemangat dan termotivasi dalam melakukan segala aktivitasnya.

Remaja sangat membutuhkan dukungan dari teman, sahabat, saudara dan orang lain dalam menghadapi masalahnya. Hendaknya harus dijelaskan kepada remaja dengan orang tua bercerai bahwa mereka tidak selalu berakhir buruk, mereka punya harapan untuk tetap optimis dalam menjalani hidupnya dan mempunyai masa depan yang lebih cerah dibanding dengan orang tuanya. Selain itu dengan dukungan sosial remaja bisa *sharing* dan mengungkapkan perasaannya ketika ada masalah yang dihadapi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan ke 3, dapat diketahui bahwa strategi *coping* yang digunakan adalah *Positive Reappraisal* (berfikir positif dan mendekati diri kepada Allah Swt) dan *seeking social emotional support* (mencari dukungan sosial). Menurut informan, dengan melakukan beberapa hal seperti berfikir positif, mendekati diri kepada Allah Swt merupakan salah satu cara yang dianggap nyaman dan efektif dalam mengurangi atau mengatasi stress yang dialaminya. Disamping itu pulalah dukungan dari keluarga yang membuat informan lebih bersemangat.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa bentuk penggunaan strategi *coping* pada remaja korban perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang yaitu menerapkan kedua startegi coping yaitu *emotional focused coping* merupakan suatu usaha untuk mengontrol respon emosional terhadap situasi yang membuat individu tertekan.

---

<sup>23</sup> Hasil wawancara oleh FR selaku remaja, pada tanggal 22 April 2020, di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang.

Hal ini dilakukan apabila individu merasa tidak mampu untuk mengubah kondisi atau situasi yang membuatnya stress sehingga yang dilakukan adalah dengan mengatur emosinya. Sedangkan *problem focused coping* lebih berfokus pada usaha mengurangi stress dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan baru yang digunakan dalam mengubah situasi atau masalah yang menimbulkan stress. Hal ini cenderung dapat dilakukan oleh seorang individu ketika yakin bahwa cara yang dia lakukan dapat mengubah situasi.

Dalam hal ini, strategi yang paling dominan diterapkan pada remaja korban perceraian di Kelurahan Jaya Kabupaten Pinrang 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 mendekati diri kepada Allah Swt.

Meskipun *emotional focused coping* merupakan strategi yang paling dominan digunakan, namun informan ke dua juga menggunakan strategi *problem focused coping* yaitu *confrontive coping* (penyelesaian masalah secara *kongkret*). Informan kedua mengatakan bahwa informan lebih memilih menghadapi setiap masalah yang terjadi apapun itu dibandingkan menghindari dari masalah tersebut karena informan yakin setiap masalah pasti ada jalan keluarnya. Jadi dapat disimpulkan bahwa 2 informan yang menggunakan *coping stress emotional focused coping* yaitu informan pertama dan ketiga, sedangkan informan ke dua menggunakan kedua jenis *coping stress*.