

## BAB III

### DAMPAK PERCERAIAN TERHADAP PSIKOLOGIS ANAK

#### 3.1 Pengertian Psikologi

Psikologi berasal dari kata bahasa Yunani “*Psychologi*” yang merupakan gabungan “*psyche*” yang artinya adalah sebuah jiwa, dan “*logos*” yang artinya adalah ilmu pengetahuan. Jadi secara etimologi, psikologi adalah ilmu yang membahas segala sesuatu tentang jiwa, baik gejalanya, proses terjadinya, maupun latar belakang kejadian tersebut.

Psikologis adalah suatu faktor yang berkenaan dengan psikologi yang dimana bersifat kejiwaan. Adapun psikologi adalah ilmu yang berkaitan dengan proses mental, baik normal maupun abnormal dan pengaruhnya pada perilaku.<sup>1</sup> Sehingga dapat disimpulkan bahwa psikologis dalam hal ini segala sesuatu yang mencakup tingkah laku seseorang dalam menanggapi kejadian-kejadian yang terdapat di lingkungannya.

Ada banyak ahli yang mengemukakan pendapatnya tentang pengertian psikologi itu sendiri, diantaranya;

1. Menurut Ensiklopedia Nasional Indonesia,<sup>2</sup> psikologi merupakan ilmu yang mempelajari perilaku manusia baik yang dapat dilihat secara langsung, ataupun yang tidak dapat dilihat secara langsung;
2. Menurut Muhibbin Syah, adalah sebuah ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkahlaku terbuka dan tertutup manusia baik selaku individu maupun

---

<sup>1</sup>Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia edisi Keempat*, h. 1109.

<sup>2</sup>Red Cipta Adi Pustaka, *Ensiklopedia Nasional Indonesia, Jilid 13*, (Jakarta: Cipta Adi Pusaka, 1990), h. 89.

kelompok, dalam hubungannya dengan lingkungan. Tingkahlaku terbuka adalah, tingkah



laku yang bersifat psikomotor yang meliputi perbuatan berbicara, duduk, berjalan, dan sebagainya, sedangkan tingkah laku tertutup meliputi berfikir, keyakinan, perasaan, dan sebagainya.<sup>3</sup>

Dari beberapa definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengertian psikologi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku manusia, baik individu dan kelompok dalam hubungannya terhadap lingkungan yang berbentuk 2 jenis yaitu tingkah laku terbuka dan tingkah laku tertutup.

Selain daripada itu, psikologi juga terbagi menjadi beberapa jenis ilmu, baik itu tematis maupun terapan, sebagai berikut:

1. Psikologi Sosial

Ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku individu sebagai fungsi dari rangsang-rangsang sosial.<sup>4</sup> Individu dalam definisi tersebut menunjukkan bahwa unit analisis dari psikologi sosial adalah individu, bukan masyarakat (seperti dalam sosiologi) maupun kebudayaan (seperti dalam antropologi budaya). Sehingga dari definisi yang singkat tersebut, pengertian psikologi sosial dapat pula diartikan sebagai suatu kajian tentang sifat, fungsi, fenomena perilaku sosial, dan pengalaman mental dari individu dalam sebuah konteks sosial. Diantara fenomena psikologi sosial ini, antara lain kemarahan, perilaku membantu, sikap sosial, ketertarikan dan hubungan sosial, perilaku seksual dan sosialisasi.

2. Psikologi Klinis dan Penyuluhan atau Konseling

Merupakan salah satu bidang psikologi terapan yang berperan sebagai salah satu

---

<sup>3</sup>Muhibbinsyah, *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2001), h. 57.

<sup>4</sup>Sarlito Wirawan Sarwono, *Teori-teori Psikologi Sosial*, (Jakarta: Rajawali, 2003), h. 13.

disiplin kesehatan mental dengan menggunakan prinsip- prinsip psikologi untuk memahami, mendiagnosis dan mengatasi berbagai masalah atau penyakit psikologi.<sup>5</sup> Untuk pertama kalinya, organisasi yang mengatur standar psikologi klinis dibentuk pada tahun 1947 oleh Dewan Profesi Psikologi Amerika, yakni American Noart of Profesional Psichology. Lembaga tersebutlah yang berhak melakukan pengujian, memberikan diploma, serta mendorong pembinaan kecakapan psikologi professional. Sedangkan dalam psikologi konseling (*counseling psychology*) merupakan suatu psikologi terapan yang berusaha menciptakan, menerapkan, dan menyebarkan pengetahuan mengenai pencegahan dan penanggulangan gangguan fungsi manusia dalam berbagai kondisi.<sup>6</sup>

### 3. Psikologi Konstitusional

Merupakan suatu nama psikologi yang masih kontroversial. Pemahaman yang lain adalah sebagai studi tentang hubungan antara struktur morfologis dan fungsi fisiologis tubuh serta hubungan antara fungsi-fungsi psikologi sosial.<sup>7</sup>

### 4. Psikofarmakologi

Merupakan pengetahuan tentang obat untuk mengobati gangguan psikiatri. Pada tahun 1995, terjadi tiga penemuan farmakologi yang menandai revolusi pengobatan psikiatri, yakni obat antipsikotik, antidepresan, dan lithium. Obat antipsikotik berfungsi sebagai penetralan khayalan atau kepercayaan kepada hal-hal yang tidak nyata dan halusinasi (perasaan melihat, mendengar suara, dan

---

<sup>5</sup>Sarlito Wirawan Sarwono, *Berkenalan dengan Aliran-aliran dan Tokoh-tokoh Psikologi*, (Jakarta: Bulan Bintang, 2000), h. 122.

<sup>6</sup>Brown H. Douglas dkk, *Challanges: a process approach to academic English*, (New Jersey: Prentice Hall, 1992), h. 68.

<sup>7</sup>M. Lerner, *Fungsi-fungsi Psikologi Sosial*, (Jakarta: Rajawali, 2000), h. 168.

sejenisnya, yang merupakan gejala umum dalam skizoprenia dan penyakit gilaan depresif. Obat antidepresan berfungsi meringankan pasien yang mengalami depresi mayor atau fase tertekan dari penyakit depresi kejiwaan. Lithium merupakan obat yang unik diantara obat-obat psikiatrik lainnya, terdiri atas sebuah ion sederhana dan bukan merupakan molekul kompleks.<sup>8</sup>

5. Psikologi Okupasional

Merupakan suatu terminologi yang tampaknya merangkum suatu bidang kajian psikologi industri, psikologi organisasi, psikologi vokasional, dan psikologi sumber daya manusia.<sup>9</sup>

6. Psikologi Politik

Merupakan bidang interdisipliner yang tujuan substantif dasarnya adalah untuk menyingkap saling keterkaitan antara proses psikologi dan politik.<sup>10</sup> Bidang ini memiliki sumber dari berbagai disiplin keilmuan, seperti antropologi budaya, psikologi ekonomi, sosiologi, psikologi serta ilmu politik.

7. Psikologi Sekolah dan Pendidikan

Merupakan kajian tentang perilaku peserta didik di sekolah yang substansinya merupakan gabungan psikologi perkembangan anak, psikologi pendidikan, dan psikologi klinis yang berhubungan dengan setiap anak untuk evaluasi kegiatan belajar dan emosi, memberikan dan menafsirkan, hasil tes intelegensi, tes hasil belajar, dan tes kepribadian yang merupakan sebagian dari tugas mereka. Sedangkan untuk psikologi pendidikan merupakan kajian tentang perilaku

---

<sup>8</sup>M. Lerner, *Fungsi-fungsi Psikologi Sosial*, h. 866-867.

<sup>9</sup>M. Lerner, *Fungsi-fungsi Psikologi Sosial*, h. 713.

<sup>10</sup>M. Lerner, *Fungsi-fungsi Psikologi Sosial*, h. 784.

dalam bidang proses belajar mengajar. Dalam hal ini guru dapat mengadakan penelitian pendidikan yang dapat membantu meningkatkan kualitas pembelajaran bagi gurunya maupun hasil belajar bagi peserta didiknya.

#### 8. Psikologi Perkembangan

Menekankan perkembangan manusia dan berbagai faktor yang membentuk perilakunya sejak lahir sampai berumur lanjut. Psikologi perkembangan sebagai cabang ilmu psikologi menelaah berbagai perubahan intraindividual dan perubahan interindividual yang terjadi di dalam perubahan intraindividual. Perubahan tersebut tidak hanya mendiskripsikan, tetapi juga menjelaskan atau mengeksplikasikan perubahan-perubahan perilaku menurut tingkat usia sebagai masalah hubungan anteseden (gejala mendahului) dan konsekuensinya.<sup>11</sup>

#### 9. Psikologi Kepribadian

Psikologi kepribadian menurut Caplin adalah segi pandangan yang menekankan hal penanaman dan peletakan tingkah laku di dalam kepribadian individu.<sup>12</sup> Menurut Alfred Adler adalah ilmu perilaku tentang gaya hidup individu atau cara karakteristik seseorang dalam bereaksi dalam masalah-masalah dan tujuan hidup.<sup>13</sup> Menurut Carl Jung merupakan perilaku tentang integrasi dari ego, ketidaksadaran pribadi, ketidaksadaran kolektif, kompleks-kompleks, dan arketip-arketip persona, serta anima.<sup>14</sup>

---

<sup>11</sup>Elisabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 1991), h. 78.

<sup>12</sup>Caplin JP, *Dictionary of Psychology*. Dalam Kartono Kartini, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1993), h. 87.

<sup>13</sup>Calvin S. Hall dan Gardener Lindzey, *Introduction to theories of personality*. Dalam Supratiknya, *Redefinisi Psikologi Indonesia dalam Keberagamaan*, (Jakarta: Himpsi Jaya, 2010), h. 49.

<sup>14</sup>Carl Jung, *Memori, Mimpi, Refleksi*, (Yogyakarta: Octopus, 2016), h.182.

#### 10. Psikologi Lintas Budaya

Pada hakikatnya, menurut Brislin, Lonner, dan Thorndike, psikologi lintas budaya adalah kajian empiris mengenai anggota berbagai kelompok budaya yang telah memiliki perbedaan pengalaman, yang dapat membawa ke arah perbedaan perilaku.<sup>15</sup> Psikologi lintas budaya berkuat dengan kajian sistematis mengenai perilaku dan pengalaman, sebagaimana pengalaman itu terjadi dalam budaya berbeda yang dipengaruhi budaya yang bersangkutan.

#### 11. Psikologi Rekayasa

Sejarah perkembangan psikologi rekayasa dapat ditelusuri pada masa awal pertumbuhan psikologi industri, yakni pada awal tahun 1898, dimana Fredrick W. Taylor yang terkenal dengan studinya tentang dimensi waktu dan kerja manual. Setelah perang dunia II, psikologi rekayasa semakin menonjol perannya, terutama setelah dirasakan meningkatnya kompleksitas mesin atau peralatan mekanis yang menuntut sejumlah tenaga operator pada tingkat efisiensi yang dipersyaratkan.

#### 12. Psikologi Lingkungan

Lingkungan berhubungan dengan proses belajar, yang mengunjuk pada efek kumulatif dari respon individu terhadap rangsangan lingkungan individu dalam hidupnya. Psikologi lingkungan dapat menjangkau berbagai aneka permasalahan. Bidang ini tidak sekedar mengkaji akibat yang sebelumnya sudah terpikirkan manusia, melainkan juga akibat yang diperhitungkan sebelumnya.

#### 13. Psikologi Konsumen

---

<sup>15</sup>David Berry dkk, *Pokok-pokok Pikiran dalam Sosiologi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003), h. 14.

Bidang psikologi ini mulai dengan psikologi periklanan dan penjualan, objeknya adalah komunikasi yang efektif, baik dari pihak pabrik maupun distributor kepada konsumen.<sup>16</sup> Terutama melalui iklan, konsumen memperoleh informasi tentang produk atau jasa yang dapat diperoleh manfaat khusus dari produk dan jasa tersebut. Untuk psikologi periklanan mulai dilancarkan selama dua dasawarsa yang pertama dari abad ke-20 dengan studi laboratorium di berbagai lokasi.

#### 14. Psikologi Industri dan Organisasi

Merupakan penerapan dari prinsip-prinsip psikologi industry dan pertambangan. Psikologi tersebut didefinisikan menurut kapan dan dimana ia dipraktikkan, bukan menurut pernyataan atau prinsip-prinsip tertentu. Dalam kajian ini terdapat tiga bidang kajian psikologi industri dan organisasi yaitu:

##### a. Psikologi Personalia

Menekankan pembuatan keputusan mengenai seleksi personalia, pelatihan promosi, transfer pekerjaan, cuti, pemutusan hubungan kerja, kompensasi dan sebagainya.<sup>17</sup>

##### b. Psikologi Industri atau Sosial Klinis

Berurusan dengan penyesuaian timbal balik antara orang-orang dan lingkungannya. Dalam hal ini setiap pekerja diteliti tentang kemampuan menyesuaikan diri, motivasi, kepuasan, kinerja, kecenderungan untuk tetap bekerja di perusahaan dan tingkat absensi.<sup>18</sup>

---

<sup>16</sup>Anne Anastasi, *Tes Psikologi*, (Jakarta: Prenhalindo 1997), h. 370.

<sup>17</sup>Atkinson, *Hilgard's Introduction Psychology*. Dalam Rita L, *Pengantar Psikologi*, (Jakarta: Rajawali, 1996), h. 23.

<sup>18</sup>Sarlito Wirawan Sarwono, *Berkenalan dengan Aliran-aliran dan Tokoh-tokoh Psikologi*, h. 65.

c. Psikologi Sumber Daya Manusia atau Rekayasa Manusia

Psikologi ini menggunakan asumsi berkebalikan dari psikologi personalia, walaupun masalahnya, yakni bagaimana mencocokkan individu dengan pekerjaannya. Akan tetapi, psikolog sumber daya manusia, bahwa orang sebagai konstanta atau faktor tetap, sedangkan lingkungan sebagai faktor variabel atau berubah.

## 2.2 Tahapan Perkembangan Psikologi Anak

### 2.2.1 Definisi Psikologi Anak

Psikologi anak adalah salah satu cabang ilmu yang mempelajari mengenai perubahan dan tumbuh kembang jasmani, perilaku dan mental dari manusia yang dimulai semenjak lahir hingga tua. Ilmu psikologi anak adalah satu pengetahuan yang mempelajari mengenai fungsi-fungsi sepanjang hidup manusia dengan mempelajari proses cara berfikir sehingga dapat mendukung proses perkembangan seorang yang terus berkembang dan berubah.

Sedangkan definisi psikologi anak menurut para ahli, sebagai berikut:

1. Menurut Linda L Daidoff, psikologi perkembangan adalah cabang psikologi yang mempelajari perubahan dan perkembangan struktur jasmani, perilaku, dan fungsi mental manusia yang dimulai sejak terbentuknya makhluk itu melalui pembuahan hingga menjelang mati;<sup>19</sup>
2. Menurut M Lenner, psikologi perkembangan sebagai pengetahuan yang mempelajari persamaan dan perbedaan fungsi-fungsi psikologis sepanjang hidup;<sup>20</sup>

<sup>19</sup>Linda L Daidoff, *Psikologi Suatu Pengantar*, (Jakarta: Erlangga, 1991), h. 51.

<sup>20</sup>M Lenner, *Fungsi-fungsi Psikologi Sosial*, h. 170.

3. Menurut Monks, Knoers dan Haditono, psikologi perkembangan adalah suatu ilmu yang lebih mempersoalkan faktor-faktor umum yang mempengaruhi proses perkembangan (perubahan) yang terjadi dalam diri pribadi seseorang dengan menitik beratkan pada relasi antara kepribadian dan perkembangan;
4. Menurut Kartono, Psikologi anak merupakan suatu ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia yang dimulai dengan periode masa bayi, masa pemain, masa sekolah, masa remaja, sampai periode menjelang dewasa; dan
5. Ensiklopedia International, Psikologi perkembangan adalah suatu cabang dari psikologi yang mengetengahkan pembahasan tentang perilaku anak secara historis titik berat pembahasannya pada penganalisaan elemen-elemen perilaku anak yang dimungkinkan akan menjadi syarat terbentuknya perilaku dewasa yang kompleks.

Menurut pendapat Leslie, trauma yang dialami anak karena perceraian orang tua berkaitan dengan kualitas hubungan dalam keluarga sebelumnya. Apabila anak merasakan adanya kebahagiaan dalam kehidupan rumah tangga sebelumnya maka mereka akan merasakan trauma yang sangat berat. Sebaliknya bila anak merasakan tidak ada kebahagiaan kehidupan dalam rumah, maka trauma yang dihadapi anak sangat kecil dan malah perceraian dianggap sebagai jalan keluar terbaik dari konflik terus menerus yang terjadi antara suami dan istri.

Adakalanya anak-anak secara terang-terangan menunjukkan ketidakpuasan terhadap orang tuanya, mulai melawan atau memberontak, sambil melakukan perbuatan kriminal baik terhadap orang tua maupun dunia luar yang kelihatan tidak ramah baginya. Sehingga anak merasa penuh dengan konflik batin serta mengalami

frustasi, selain itu anak juga memiliki perasaan peka dari pada anak-anak yang lainnya, disebabkan perasaan malu, minder, dan merasa kehilangan.

Dampak terhadap anak bagi pasangan suami-istri yang bercerai utamanya dampak psikologisnya, apabila anak tersebut masih kecil maka tidak baik terhadap perkembangan jiwa si anak, misalnya dalam bergaul dengan teman sebayanya, maka dia merasa malu, minder, dan sebagainya.

Anak-anak dalam keluarga yang bercerai kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari orang tuanya, sehingga mereka merasa tidak nyaman, mudah marah, sering merasa tertekan (depresi), menunjukkan kekhawatiran dan kecemasan serta merasa kehilangan tempat berlindung dan tempat berpijak. Dikemudian hari dalam diri mereka akan membentuk reaksi dalam bentuk dendam dan sikap bermusuhan dengan dunia luar. Keluarga yang tidak harmonis, tidak stabil atau berantakan (*broken home*) merupakan faktor penentu bagi perkembangan kepribadian anak yang tidak sehat.<sup>21</sup>

### 2.2.2 Tahap Perkembangan terhadap Psikologi Anak

Perkembangan yang progresif dan berkelanjutan dalam diri individu akan terus berlangsung dalam masa hidupnya, mulai anak hingga usia lansia manusia akan berkembang dan bertumbuh. Perubahan-perubahan yang di alami oleh individu atau organisme menuju tingkat kedewasaannya akan berlangsung secara sistematis, progresif, dan juga secara berkesinambungan baik secara kognitif dan juga secara psikis.<sup>22</sup> Sistematis, merupakan perubahan dalam perkembangan memiliki sifat yang saling terkait satu dengan lainnya, yaitu saling bergantung dan saling mempengaruhi

---

<sup>21</sup>Moh. Mahfud, *Bunga Rampai Politik dan Hukum*, (Semarang: UNNES pers, 2006), h. 211.

<sup>22</sup>Djawad Dahlan, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung: Rosdakarya, 2011), h. 58.

bagian-bagiannya yaitu pada psikis dan fisiknya. Progresif, perubahan yang bersifat maju, meningkat, dan mendalam baik secara fisik maupun psikis. Sedangkan Berkesinambungan, perubahan atau perkembangan pada fungsi secara berkelanjutan atau dengan berurutan.

Pada proses perkembangan anak itu sendiri memiliki prinsip-prinsip pada perkembangannya, yaitu:

1. Perkembangan merupakan proses yang tidak pernah berhenti;
2. Semua aspek perkembangan saling mempengaruhi, setiap aspek perkembangan individu baik fisik, emosi, inteligensi, maupun sosial akan saling mempengaruhi. Apabila seorang anak memiliki masalah dengan salah satu aspek perkembangannya, maka akan menghambat aspek perkembangan yang lain;
3. Perkembangan ialah mengikuti pola tertentu, setiap tahap perkembangan adalah hasil dari tahap perkembangan sebelumnya yang merupakan prasyarat untuk perkembangan selanjutnya;
4. Perkembangan terjadi pada tempo yang berlainan, pada perkembangan setiap anak berlangsung pada waktu atau tempo yang berbeda, seperti ada yang memiliki perkembangan yang cepat dan ada pula yang memiliki perkembangan yang lambat;
5. Setiap fase perkembangan memiliki ciri khas, pada setiap pertumbuhan anak memiliki cirinya sendiri sesuai dengan perkembangannya; dan
6. Setiap individu yang normal akan mengalami tahapan/fase perkembangan.

Selain daripada itu, para ahli pun ikut merumuskan tahap perkembangan anak, sebagai berikut:

1. Teori Perkembangan Erik Erikson

Tahap-tahap perkembangan manusia dari lahir sampai mati dipengaruhi oleh interaksi sosial dan budaya antara masyarakat terhadap perkembangan kepribadian. Perkembangan psikologis dihasilkan dari interaksi antara proses-proses maturasional atau kebutuhan biologis dengan tuntutan masyarakat dan kekuatan-kekuatan sosial yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Berikut adalah fase-fase perkembangan menurut Erikson:<sup>23</sup>

No	Fase	Usia	Perkembangan
1	Bayi	0-1 Tahun	Kegiatan bayi tidak terikat dengan mulut semata. Pada tahap ini bayi hanya memasukkan (incorporation), bukan hanya melalui mulut (menelan) tetapi juga dari semua indera. Tahap sensori oral ditandai dengan mendapat dan menerima.
2	Anak	1-3 Tahun	Anak memperoleh mengontrol fungsi tubuh seperti urinasi, berjalan, melempar, memegang, dan sebagainya. Pada tahap ini anak dihadapkan dengan budaya yang menghambat ekspresi diri serta hak dan kewajiban. Anak belajar untuk mengatasi keraguan, malu, dan permulaan dari kebebasan kemauan dalam egonya. Pada tahap ini pola komunikasi mengembangkan penilaian benar atau salah.

<sup>23</sup>Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), h. 44.

3	Usia Bermain	3-6 Tahun	Identifikasi dengan orang tua, mengembangkan gerakan tubuh, keterampilan bahasa, rasa ingin tahu, imajinasi, dan kemampuan untuk menentukan tujuan.
4	Usia Sekolah	6-12 Tahun	Pada usia ini anak mulai bersosialisasi dengan dunia luarnya, pada usia ini keingintahuan menjadi sangat kuat dan hal itu berkaitan dengan perjuangan dasar menjadi kemampuan. Anak banyak belajar tentang sistem, aturan, metode yang membuat suatu pekerjaan dapat dilakukan dengan efektif dan efisien.

**Tabel 3.1 Teori Perkembangan menurut Erikson**

## 2. Teori Perkembangan Jean Piaget

Teori Piaget memberikan banyak konsep utama dalam lapangan psikologi perkembangan dan berpengaruh terhadap perkembangan konsep kecerdasan. Teori ini membahas munculnya dan di perolehnya skema skema tentang bagaimana seseorang mempersepsi lingkungannya. Teori ini membagi skema yang digunakan anak untuk memahami dunianya melalui empat periode utama, yaitu<sup>24</sup>:

No	Fase	Usia	Perkembangan
1	Sensorimotor	0-2 Tahun	Pengetahuan anak diperoleh melalui interaksifisik, baik dengan orang atau

<sup>24</sup>Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, h. 46.

			objek (benda).Skema-skemanya baru berbentuk reflex-reflex sederhana, seperti menggenggam dan menghisap.
2	Praoperasional	2-6 Tahun	Anak mulai menggunakan simbol - simbol untuk merepresentasi dunia (lingkungan) secara kognitif. Simbol-simbol itu seperti kata dan bilangan yang dapat di gantikan dengan objek, peristiwa dan kegiatan (tingkah laku yang nampak).
3	Operasi Konkrit	6-11 Tahun	Anak sudah dapat membentuk operasi-operasi mental atas pengetahuan yang mereka miliki. Mereka dapat menambah, mengurangi dan mengubah. Operasi ini memungkinkannya untuk dapat memecahkan masalah secara logis.
4	Operasi Formal	11 Tahun sampai Dewasa	Periode ini merupakan operasi mental tingkat tinggi, disini anak (remaja) sudah dapat berhubungan dengan peristiwa-peristiwa hipotesis atau abstrak, tidak hanya dengan objek konkrit.

**Tabel 3.2 Teori Perkembangan Jean Piaget**

### 3. Teori Perkembangan Charlotte Buhler<sup>25</sup>

No	Umur	Perkembangan
1	0-1 Tahun	Masa menghayati objek-objek diluar diri sendiri. Terutama melatih fungsi motorik yaitu fungsi yang berkaitan dengan gerakan-gerakan dari badan dan anggota badan.
2	2-4 Tahun	Masa pengenalan dunia objek diluar dari sendiri, di sertai penghayatan subjektif. Mulai ada pengenalan “aku” sendiri dengan bantuan bahasa dan kemauan sendiri.
3	5-8 Tahun	Masa sosialisasi anak. Mulai memasuki masyarakat luas (misalnya taman kanak-kanak, pergaulan dengan kawan-kawan sepermainan dan sekolah rendah)
4	9-13 Tahun	Masa sekolah rendah. Anak mencapai obyektifitas tertinggi. Masa penyelidikan kegiatan mencoba dan bereksperimen yang distimulir oleh dorongan-dorongan meneliti dan rasa ingin tahu yang besar.
5	14-19 Tahun	Masa tercapainya sintesa antara sikap ke dalam batin sendiri dengan sikap keluar kepada dunia obyektif.

**Tabel 3.3 Teori Perkembangan Charlotte Buhler**

Dari penjelasan para ahli mengenai tahapan perkembangan psikologis anak diatas, maka analisis penulis adalah sebagai berikut:

No.	Umur	Perkembangan
1	0-1 Tahun	Sejak anak lahir keterampilan interaktifnya sudah berkembang,

<sup>25</sup>Koes Irianto, *Ilmu Kesehatan Anak* (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2014), h. 49.

		<p>ia melakukan ikatan batin dengan orang tua dan saudaranya melalui kontak mata, berinteraksi dengan berbagai nada suara yang berbeda. Dengan usia ini, anak sangat membutuhkan sosok ibunya untuk berada di dekatnya.</p>
2	2-4 Tahun	<p>Pada usia ini, si kecil akan mengembangkan fondasi untuk masa depan, misalnya dengan belajar untuk mengatur dan memahami perasaannya, serta berinteraksi secara positif dengan orang lain. Ia akan menikmati masa bermainnya dengan anak-anak yang lainnya, pada masa ini, orang tua berperan penting dalam mendorong si kecil untuk berinteraksi dan bermain satu sama lain, ia juga akan belajar mengontrol emosinya untuk menghadapi berbagai konflik yang muncul, meskipun masih bereaksi berlebihan pada saat stress.</p>
3	5-8 Tahun	<p>Pada usia ini, si anak mulai memasuki masyarakat yang luas. Si kecil sudah bisa mengatur perasaan dan situasi sosial dengan kemandirian yang lebih besar. Ia telah meningkatkan keterampilan untuk ikut terlibat dan memelihara persahabatan dengan orang dewasa dan anak-anak yang lainnya. Anak ini lebih percaya diri dan bangga dalam memamerkan bakatnya.</p>
4	9-12 Tahun	<p>Pada usia ini, rasa keingintahuan si anak menjadi sangat kuat, dimana anak ini belajar tentang apa yang membuat mereka marah, malu, takut dan sedih serta memiliki pandangan yang jelas tentang perbedaan antara rasa bersalah dan malu.</p>

**Tabel 3.4 Hasil Analisis Teori**

### 3.3 Dampak Perceraian Terhadap Psikologi Anak

Anak merupakan korban yang paling terluka ketika orang tuanya memutuskan untuk bercerai. Anak dapat merasa ketakutan karena kehilangan sosok ayah dan ibu mereka, takut kehilangan kasih sayang orang tua yang kini tidak tinggal serumah. Mungkin juga mereka merasa bersalah dan menganggap diri mereka sebagai penyebabnya. Pertengkarannya ayah ibu tidak sekedar membuat gelisah anak-anak, pertengkarannya juga menimbulkan dampak psikologis yang buruk pada anak-anak. Anak merasa kurang aman karena pelindungnya ternyata tidak akurat. Anak mengidolakan ayah ibunya, tetapi ternyata idola mereka tidak harmonis. Anak ingin belajar pada ayah ibunya, tetapi apa yang akan didapat bila ayah ibu selalu bertengkar. Anak akan merasa malu kepada teman-temannya bila ketahuan ayah ibunya terlalu banyak berdiskusi. Rasa rendah diri, rasa malu, rasa tidak berharga dan lain-lain dapat saja menghinggapi anak tersebut.<sup>26</sup>

Pengalaman perceraian merupakan stres bagi seluruh anggota keluarga dan perilaku anak-anak mencerminkan stres itu. Perpisahan dan perceraian menggambarkan situasi konflik dalam keluarga yang memperburuk konflik pada anak dalam suatu perkembangan yang mungkin siap akan dialami. Jika kesatuan keluarga pecah, akibatnya anak akan selalu menderita kekurangan dukungan dalam perkembangan, pertumbuhan yang sehat dan pengalaman perasaan kehilangan yang dalam. Kehilangan kasih sayang karena perceraian, seperti dihubungkan dengan kematian, menyangkut perubahan dalam ritme kehidupan sehari-hari dan dalam hubungan orang tua dan anak. Kehilangan adalah pusat dari satu tema dalam

---

<sup>26</sup>Ahmad Tafsir, *Ilmu Pendidikan dalam Perspektif Islam* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), h. 177.

perceraian seperti dalam kematian. Kehilangan kontak sehari-hari dengan satu atau kedua orang tuanya, kehilangan teman, kehilangan keakraban di sekolah dan dengan tetangga. Tidak seperti kematian, bagaimanapun juga, perceraian menyangkut memilih dan terdiri dari kategori khusus dalam krisis kehidupan yang secara terus menerus diciptakan pemecahan baru dan masalah baru.

Anak laki-laki lebih terpengaruh oleh perceraian dibandingkan anak wanita dan pengaruh negatif ini berlangsung lebih lama. Setelah perceraian anak sukar diatur, agresif, kurang kendali diri, namun bergantung dan was-was. Pola bermain mereka di sekolah, di samping perilaku di rumah kurang dewasa dibanding anak-anak dari keluarga yang lengkap. Kecenderungan ini meningkat mulai bulan kedua hingga tahun pertama setelah perceraian, tetapi menjelang tahun kedua setelah perceraian, banyak perilaku yang menjadi masalah ini kian memudar. Anak wanita, pada awalnya memang menunjukkan gejala ini, tetapi setelah masa dua tahun, mereka tidak banyak berbeda dengan anak-anak dari keluarga yang utuh.<sup>27</sup>

Anak yang ditinggalkan orang tuanya bercerai juga merasakan dampak negatif. Anak akan mengalami kebingungan harus ikut siapa, yaitu apakah ikut ayah atau ibu. Anak tidak dapat melakukan proses identifikasi pada orang tua, akibatnya tidak ada contoh positif yang ditiru.<sup>28</sup> Secara tidak langsung, anak mempunyai pandangan negatif (buruk) terhadap pernikahan dan beranggapan bahwa orang dewasa itu jahat, egois, tidak bertanggung jawab dan hanya memikirkan diri sendiri. Kalau sudah menjadi orang dewasa, mereka akan merasa takut mencari pasangan hidupnya, takut menikah sebab merasa dibayang-bayangi kekhawatiran jika perceraian itu juga akan

---

<sup>27</sup>Sri Eti Wuryani Djiwandono, *Konseling dan Terapi dengan Anak dan Orang Tua*, (Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia (Grasindo), 2009), h. 121.

<sup>28</sup>Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan*, h. 169.

terjadi pada dirinya. Ketakutan atau kekhawatiran tersebut adakalanya benar-benar terjadi menimpa diri seseorang. Akibatnya, hidup dalam pernikahan berakhir dengan perceraian juga. Akan tetapi, adakalanya tidak terjadi perceraian, hal ini sebenarnya bergantung pada diri individu yang bersangkutan. Namun, yang jelas perceraian orang tua akan mendatangkan perasaan traumatis bagi anak-anak.

Anak kecil yang tak memperoleh cinta dan kasih sayang orang tuanya, takkan pernah merasakan nikmatnya cinta dan sayang. Ia takkan pernah merasakan manisnya senyum dan tawa penuh kasih kedua orang tuanya, hal ini dapat dipastikan, akan mengganggu kestabilan jiwanya. Seperti hampa atau membawa masalah kejiwaan bagi anak di masa yang akan datang. Dampak lebih jauh dari problem kejiwaan ini mungkin akan memunculkan berbagai macam kasus, seperti bunuh diri, *broken home*, tindakan kriminal, dan permusuhan. Hingga akhir hayatnya, anak mungkin akan mengalami nasib tragis dan mendatangkan hal negatif pula bagi orang-orang disekitarnya.<sup>29</sup>

Anak yang dibesarkan dalam keluarga yang mengalami disfungsi perkawinan mempunyai resiko tinggi untuk menderita gangguan perkembangan kepribadiannya, baik perkembangan mental intelektual, mental emosional, maupun mental psikososial. Karena itu, menciptakan kondisi keluarga yang harmonis menjadi sangat penting bagi proses pendidikan anak.<sup>30</sup> Ada beberapa kondisi psikologi yang dialami oleh anak, sebagai berikut:

1. Kesedihan karena kehilangan anggota keluarga

Sedih adalah reaksi yang paling mendalam bagi anak-anak ketika orangtuanya

---

<sup>29</sup>Banu Garawiyah, *Memahami Gejolak Emosi Anak*, (Bogor: Cahaya, 2003), h. 89.

<sup>30</sup>Abdul Mustaqim, *Menjadi Orang tua Bijak, Solusi Kreatif Menangani Berbagai Masalah Pada Anak*, (Bandung: Al-Bayan, 2005), h. 84.

berpisah. Anak akan menjadi sangat bingung ketika hubungan orang tuanya tidak berjalan dengan baik, terutama jika mereka terus menerus menyakiti, baik secara fisik maupun psikis serta mendatangkan hal negatif bagi orang-orang sekitarnya.<sup>31</sup>

Waller Stein merumuskan bahwa perpisahan dan perceraian orang tua secara emosional dapat dibandingkan dengan kematian orang tua. Anak tidak hanya sedih karena kehilangan kontak sehari-hari dengan salah satu orang tua dan berkurangnya kontak dengan orang-orang lain tetapi juga sedih kehilangan rasa aman dan nyaman dengan keluarga yang utuh atau lengkap. Respon kesedihan mungkin meliputi kebingungan, kemarahan, penolakan, depresi, perasaan tidak ada harapan dan ketakuan.

2. Ketakutan akan ditolak, dibuang dan dalam keadaan tidakberdaya

Perasaan ditolak selalu digabungkan dengan menyalahkan diri sendiri, yang kemudian diikuti oleh perceraian. Anak-anak menginterpretasikan bahwa salah satu orang tua meninggalkannya sebagai penolakan mereka terhadapnya, bukan karena hubungan perkawinan yang retak. Perasaan sedih karena kunjungan dari salah satu orang tua mungkin lama sesudah terjadi perceraian. Jika orang tua tidak datang seperti yang dijanjikan, anak akan merasa ditolak dan tanda penolakan ini berupa fakta nyata bahwa memang anak tidak dicintai. Anak-anak mungkin sangat takut bahwa suatu saat mereka tua dan akan ditinggalkan juga. Mereka merasa tidak berdaya untuk berbuat sesuatu yang lebih baik, dalam mencegah perceraian atau untuk menggabungkan orang tua yang luka.

3. Marah

Anak menahan marah dalam proses perceraian orang tua mereka yang hanya

---

<sup>31</sup>Banu Garawain, *memahami gejala emosi anak*, (Bogor: Cahaya, 1994), h. 74.

ingin memikirkan diri mereka sendiri dan meletakkan anak di tengah-tengah konflik. Banyak anak yang mengalami konflik kesetiaan, ketika dipaksa untuk memilih salah satu orang tua. Anak-anak sering putus asa ketika melihat suatu pengkhianatan dari salah satu orang tua mereka. Beberapa anak menyimpan kemarahan secara tersembunyi karena tidak ingin membuat orang tua mereka marah. Setiap anak akan mempunyai reaksi yang berbeda terhadap kemarahan, termasuk kejengkelan emosional, tingkah laku agresif terhadap orang lain, atau perasaan tidak berdaya terhadap situasi.

Setiap anak mempunyai tanggapan yang berbeda-beda mengenai perceraian, sehingga perceraian orang tua akan menimbulkan dampak psikologi dalam diri anak, antara lain mudah emosi (sensitif), kurang konsentrasi belajar, tidak peduli terhadap lingkungan dan sesamanya, tidak tahu sopan santun, tidak tahu etika bermasyarakat, senang mencari perhatian orang, ingin menang sendiri, susah diatur, suka melawan orang tua, tidak memiliki tujuan hidup, kurang memiliki daya juang, berperilaku nakal, mengalami depresi, melakukan hubungan seksual secara aktif, dan kecenderungan terhadap obat-obat terlarang.

Anak sangat memerlukan dukungan, perhatian, dan kasih sayang dari orang tuanya, karena akan mempengaruhi tingkat perkembangan anak dimasa mendatang. Fakta bahwa anak yang orang tuanya bercerai membuat anak terpukul karena mereka tiba-tiba saja harus menerima keputusan yang dibuat orang tua tanpa sebelumnya punya ide atau bayangan bahwa hidup mereka akan berubah. Anak mulai berpandangan pesimis akan masa depan mereka sendiri, karena perceraian dalam hidup mereka.

Pemikiran-pemikiran seperti ini memicu munculnya perasaan sedih, kehilangan,

perasaan bersalah, tasa marah, rasa malu dan juga penyangkalan dan mungkin dia akan berusaha melakukan bunuh diri. Karena pikiran merupakan sumber munculnya perasaan-perasaan tertentu. Tiap peristiwa yang dialami oleh individu tidak lepas dari pemikiran individu terhadap peristiwa tersebut.<sup>32</sup>

4. Sakit hati dan sangat kesepian

Anak- anak pada umumnya sakit hati ketika mereka tidak diberi tahu tentang perceraian yang segera terjadi dan tidak diberi kesempatan untuk mendiskusikannya. Kekurangan komunikasi ini sering diterjemahkan ke dalam kesepian, karena kehilangan dukungan dari keluarga, keluarga yang lebih besar dan teman-teman sebaya.

5. Bersalah dan menyalahkan dirinya sendiri

Kadang anak akan menyalahkan dirinya karena perceraian yang dilakukan oleh orang tuanya. Anak dapat merasa malu dan dipermalukan berkaitan dengan situasi keluarga (orang tua bercerai). Perasaan seperti itu dapat menyebabkan anak melihat diri mereka sendiri sebagai orang yang berbeda, rendah diri, atau tidak memiliki cinta yang berharga, terutama jika mereka merasa bertanggung jawab pada perpisahan keluarga tersebut.

Anak-anak kadang-kadang percaya bahwa jika tidak dilahirkan atau jika mereka menjadi anak yang lebih baik, orang tua mereka tidak akan meninggalkan mereka. Anak-anak menyalahkan orang tua, yang meninggalkan mereka dan orang tua yang memaksa mereka keluar dari rumah. Karena anak-anak mencintai orang tua mereka dan takut kehilangan mereka, perasaan marah ini sering sama dengan merasa bersalah. Bersalah dan disertai kecemasan dapat menyebabkan sejumlah

---

<sup>32</sup>Banu Garawai, *memahami gejala emosi anak*, h. 75.

reaksi emosi pada anak.

#### 6. Kecemasan dan pengkhianatan

Karena anak-anak takut kehidupan mereka selanjutnya akan diganggu oleh perceraian orang tua, anak-anak mungkin merasa tidak aman tentang masa depan dan tentang hubungannya dengan orang lain. Remaja mempunyai kesulitan untuk percaya kepada orang lain karena dikhianati oleh orang tuanya. Beberapa anak merasa malu dan menjauhi kesempatan untuk memberi dan menerima cinta yang lain takut ditolak dan telah memutuskan bahwa mereka tidak berharga dan tidak dicintai.<sup>33</sup>

Rasa aman dan kehangatan keluarga yang menjadi kebutuhan dasar mereka, jika tidak didapatkan akan begitu berpengaruh dalam kehidupannya baik semasa anak-anak maupun setelah dewasa. Walaupun kadangkala, perceraian merupakan satu-satunya alasan untuk kehidupan yang baik di antara kedua belah pihak, tetapi selalu ada akibat buruknya pada anak, baik secara psikologis maupun secara fisik.

Tahun pertama perceraian ialah momem terberat. Anak berjuang oaling banyak selama tahun pertama atau kedua setelah perceraian. Anak cenderung mengalami kesulitan, kemarahan, kecemasan, dan ketidakpercayaan. Kemudian, banyak anak-anak yang bisa bangkit kembali karena pada akhirnya mereka terbiasa dengan perubahan dalam rutinitas sehari-hari dan mereka nyaman dengan pengaturan hidup mereka. Namun, yang lain tampaknya tidak pernah benar-benar kembali ke kehidupan normalnya. Bahkan ada juga anak yang mengalami masalah berkelanjutan hingga dewasa. Anak-anak usia sekolah dasar mungkin khawatir bahwa perceraian

---

<sup>33</sup>Sri Eti Wuryani Djiwandono, *Konseling dan Terapi dengan Anak dan Orang Tua*, (Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia (Grasindo), 2009), h. 124.

adalah kesalahan mereka.

Pada usia remaja, perceraian bisa membuat anak menjadi sangat marah, mereka mungkin menyalahkan dan membenci orang tua atas kejadian ini. Untuk beberapa anak sebenarnya perpisahan orang tua bukanlah bagian paling sulit. Penyebab stress ialah berbagai perubahan yang terjadi, termasuk pindah sekolah, tinggal di rumah baru, berada di lingkungan yang baru, dan hanya tinggal dengan salah satu orang tua. Belum lagi perceraian juga sering menimbulkan masalah keuangan. Banyak keluarga harus pindah ke rumah kecil, mengubah gaya hidup dan memiliki penghasilan lebih sedikit. Masalah lain yang juga bisa menjadi dampak dari perceraian ialah kesehatan mental anak terganggu. Tanpa memandang usia, jenis kelamin, dan budaya, penelitian menunjukkan anak-anak dari orang tua bercerai mengalami peningkatan masalah psikologis.

Tanda-tanda umum kecemasan atau depresi pada anak-anak termasuk masalah tidur, kesulitan di sekolah, penyalahgunaan narkoba atau alcohol, menyakiti diri sendiri, gangguan makanan, dan kurangnya minat dalam kegiatan sosial. Anak juga rentan mengalami masalah perilaku, kenakalan, perilaku impulsif, dan mengalami lebih banyak konflik dengan teman sebayanya setelah orang tuanya bercerai. Pada akhirnya anak dari keluarga yang bercerai berisiko tidak berkinerja baik secara akademis. Perceraian orang tua juga dikaitkan dengan tingkat bolos dan putus sekolah lebih tinggi. Kemudian kondisi perceraian orang tua sewaktu anak masih kecil berdampak pada kurangnya kesuksesan pada usia dewasa muda dalam hal pendidikan, pekerjaan, dan hubungan romantis. Tingkat perceraian pun jadi lebih tinggi untuk orang-orang yang orang tuanya bercerai.

Ketika anak-anak tumbuh melihat pernikahan gagal, mereka mengembangkan

keraguan tentang cinta dan harmoni dalam suatu hubungan. Mereka memiliki masalah kepercayaan dan merasa sulit untuk menyelesaikan konflik dalam suatu hubungan. Saat dewasa, si anak akan memulai hubungan apapun dengan pola pikir negatif. Bahkan resiko lain pada anak ialah penggunaan narkoba dan aktivitas seksual dini. Amerika Serikat, remaja dengan orang tua bercerai mulai minum alkohol, merokok, dan penggunaan narkoba lebih tinggi. Remaja yang orang tuanya bercerai ketiak ia sudah berusia 5 tahun atau lebih muda memiliki resiko sangat tinggi untuk menjadi aktif secara seksual sebelum usia 16 tahun. Namun, tidak semua anak dengan orang tuanya bercerai akan mengalami semua dampak tersebut, pada dasarnya dampak psikologis pada anak bisa berbeda-beda. Perceraian orang tua bisa membuat semua anak stress, yang membedakan adalah beberapa anak lebih cepat pulih dari anak-anak lain. Bahkan ada anak merasa lebih lega dengan perpisahan orang tuanya, jika itu berarti tak ada lagi kesedihan, pertengkaran, adu argumen, dan kekerasan yang biasa terjadi di rumahnya.<sup>34</sup>

Dari uraian di atas dapat dikemukakan anak memang tidak pernah melarang dan protes dengan perceraian kedua orang tuanya, namun di sisi lain, anak sangat terpukul dan merupakan korban yang paling utama dari perceraian orang tuanya. Walaupun anak terlihat baik secara fisik, tetapi secara psikologis anak merasa terganggu dengan perceraian yang dilakukan oleh kedua orang tuanya. Berikut adalah fase-fase perkembangan psikologis yang dialami anak pasca orang tuanya bercerai, diantaranya:

#### 1. Usia anak 0-2 Tahun

---

<sup>34</sup>Dian Afrillia, *Dampak Perceraian Pada Psikologis Anak*. [blog.beritagar-id.cdn.amprproject.org/v/s/beritagar.id/artikel-amp/gaya-hidup/dampak-perceraian-pada-psikologis-anak?html](http://blog.beritagar-id.cdn.amprproject.org/v/s/beritagar.id/artikel-amp/gaya-hidup/dampak-perceraian-pada-psikologis-anak?html). (8 Maret 2020).

Pada usia ini, tentu saja bayi tidak memiliki kesadaran yang nyata tentang perceraian. Namun, pada usia ini anak akan membutuhkan kontak secara terus menerus dengan orang tuanya untuk membentuk kedekatan dan cinta yang mendasar. Kontak ini menjadi landasan bahwa anak merasa dicintai dan istimewa serta perasaan cinta anak kepada orang-orang disekitarnya.

Setelah berpisah, salah satu dari orang tua tidak lagi berada di rumah dan kontak dengan anak pun tidak dapat lagi dilakukan setiap hari. bila ini terjadi, anak akan kehilangan kasih sayang dan berdampak pada kepercayaan diri, konsep diri, dan lain-lainnya kelak. Alangkah baiknya bila tetap menjaga komunikasi dengan mantan dan membiarkannya ikut mendidik anak demi kepentingan dan kebaikan si kecil.

## 2. Usia anak 2-5 Tahun

Anak pada usia ini sangat menyadari, ada perubahan besar yang terjadi saat perceraian berlangsung. Salah satu orangtua tidak lagi tinggal di rumah dan tidak hadir sewaktu-waktu. Anak usia ini memerhatikan bahkan merasa kehilangan itu. Isu perceraian utama adalah perubahan dan kehilangan. Anak tidak suka kedua hal itu karena menakutkan.

Reaksi utama terhadap hilangnya kepercayaan diri mereka adalah dengan menarik diri. Anak akan enggan mengambil resiko, memastikan diri tak ada lagi kehilangan berikutnya dan memerlukan waktu untuk membangun kepercayaan diri yang telah rusak. Jika percaya diri anak telah rusak, efeknya sangat fatal dan sangat beresiko merusak masa depannya. Anak mungkin akan terus bertanya mengapa salah satu orangtuanya tidak tinggal lagi bersamanya, hal ini karena yang mereka inginkan adalah agar segala sesuatu kembali ke kondisi semula.

Sebaiknya pada usia ini, beri anak penjelasan mengenai apa yang sebenarnya terjadi agar perubahan kehidupannya yang anak hadapi akan dijalani lebih mudah.

Jika perceraian tak dapat dihindari, jangan sampai hal ini merugikan anak. Hilangkan ego untuk memiliki anak seutuhnya, karena memang anak memiliki kedua orang tua yang tidak bisa dipisahkan sepenuhnya.<sup>35</sup> Orang tua yang pernikahannya telah diujung tanduk dan memutuskan untuk bercerai, ada baiknya untuk mempertimbangkannya kembali, sebab ada dampak negatif yang akan terjadi ketika mereka melangsungkan perceraian, tidak terkecuali pada anak dibawah usia 5 tahun, diantaranya:

1) Anak akan menjadi bingung

Pada umur ini, anak mungkin belum tahu apa perceraian itu, yang anak tahu adalah adanya perubahan pada kedua orangtuanya dimana ibunya sudah tidak lagi berada serumah dengan ayahnya. Perubahan ini akan membuat anak bingung mengapa dirinya harus berada di satu rumah tanpa ada kedua orangtuanya secara komplit.

2) Meningkatkan masalah psikologis pada anak.

Tanpa memandang usia, jenis kelamin, dan budaya, penelitian menunjukkan bahwa anak dari orang tua yang bercerai cenderung mengalami peningkatan masalah psikologis. Bisa dikatakan bahwa perceraian dapat meningkatkan resiko kesehatan mental pada anak dan remaja.

3) Anak akan lebih mudah cemas

---

<sup>35</sup>Kirana Riyanti, *Ini Dampak Mengerikan Perceraian Bagi Anak Sesuai Usia Sejak Bayi*. Blog.nikita.grid.id/amp/0219792/ini-dampak-mengerikan-perceraian-bagi-anak-sesuai-usia-sejak-bayi?page=all.html (3 Maret 2020).

Tak terkecuali anak di bawah umur 5 tahun, mereka juga butuh penyesuaian untuk “memahami” apa yang terjadi dalam pernikahan kedua orangtuanya. Dalam beberapa bulan, perubahan sikap anak akan terlihat. Penelitian pun menunjukkan bahwa tingkat depresi dan tingkat kecemasan anak korban perceraian akan cenderung meningkat.

4) Emosi anak tidak stabil

Meskipun anak masih kecil, tetapi mereka dapat merasakan ketegangan dari perceraian yang terjadi. Ketegangan yang dialami anak ini bisa mempengaruhi emosi sang anak. Anak cenderung lebih mudah marah, ingin selalu dekat dengan orangtuanya, dan tak jarang berefek terhadap keterlambatan perkembangannya.

5) Gampang nangis

Anak juga cenderung jadi lebih cengeng, mudah nangis, tetapi cara ini dianggap sebagai langkah untuk mendapatkan perhatian kedua orangtuanya.

6) Sulit tidur

Dampak yang ditimbulkan dari perceraian orang tua yang terjadi pada anak dibawah usia 5 tahun, cenderung sulit tidur atau bahkan tidak berani tidur sendiri.<sup>36</sup>

3. Usia anak 5-6 Tahun

Anak yang orang tuanya bercerai juga menunjukkan perkembangan sosial yang negatif. Bentuk perkembangan sosial yang negatif tersebut muncul dalam kegiatan di sekolah dan juga di rumah. Ketika bermain seringkali terjadi

---

<sup>36</sup>Rachma Novianty, *Ma, Ini Dampak Negatif Perceraian pada Anak Usia Dibawah 5 Tahun*. Blog.popmama-com.cdn.ampproject.org/v/s/www.popmama.com/amp/kid/4-5...2F4-5-years-old%2Frachma-novianty%2Fdampak-negatif-perceraian-pada-balita.html. (3 Maret 2020)

pertengkaran dengan teman. Anak pendiam saat kegiatan istirahat dan memilih duduk sendirian. Anak memiliki sedikit teman, kadangkala pilih-pilih teman dalam melakukan kegiatan di sekolah. Anak juga diasingkan dalam kelompok sosial. Anak yang ditolak atau diabaikan oleh kelompok teman akan kurang mempunyai kesempatan untuk belajar bersifat sosial.<sup>37</sup>

Ekspresi emosi anak bervariasi sesuai dengan jenis kelaminnya. Anak laki-laki lebih sering dan lebih kuat mengekspresikan seperti marah, dibandingkan dengan emosi yang dianggap lebih sesuai bagi perempuan, misalnya takut cemas, dan kasih sayang. Anak mengalami emosi yang negatif apabila dibiarkan dan tidak ditangani dengan tepat. Perasaan emosi yang muncul yaitu rasa kebencian dan takut, hal ini dikarenakan anak yang melihat kekerasan yang dilakukan ayahnya pada ibunya, anak ini akan merasa khawatir ketika suatu saat ayahnya menemui dirinya.

Kehilangan sosok penting dalam hidup anak menjadi sensitif dan mudah tersinggung. Anak mudah marah dan melampiaskannya dengan sikap agresif, iri hati degan kebahagiaan yang dialami orang lain, serta ingin merasakan hal yang sama seperti yang dirasakan teman-temannya

#### 4. Usia anak 7-14 Tahun

Pada usia ini, anak ketika menyaksikan perpisahan orang tuanya, mereka akan mengalami peningkatan masalah emosional dan perilaku. Anak-anak yang saat orangtuanya bercerai masih berusia 3 hingga 7 tahun umumnya tidak mengalami masalah tersebut secara signifikan, termasuk ketika menginjak usia 14 tahun. Perpecahan keluarga yang terjadi di usia anak 7-14 tahun dapat merusak kesehatan

---

<sup>37</sup>Y. Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2011), h. 82.

mental. Salah satu kemungkinan alasannya adalah karena pada periode usia tersebut anak sudah lebih sensitif terhadap dinamika hubungan orangtua. Sementara anak-anak dibawah usia 7 tahun kemungkinan belum mapu memahami dan mencerna apa yang terjadi di antara orangtuanya. Selama orang tua bisa terus menjaga hubungan baik dan mencurahkan kasih sayang yang di butuhkan, tidak ada masalah yang akan mengguncang kesehatan mental anak.<sup>38</sup>

Meskipun perpisahan hanya dialami oleh orang tua, namun anak juga akan merasakan dampaknya. Penyangkalan, kemarahan atau menjadi anak yang berontak merupakan beberapa reaksi yang bisa diluapkan anak sebagai bagian dari ungkapan kekecewaannya terhadap perceraian orang tuanya. Setiap orang tua pasti tidak menginginkan dampak yang buruk terjadi pada anaknya akibat perceraian tersebut, maka harus ada peran yang bisa membantu anak agar mereka bisa menghadapi dan mengatasi kondisi dalam kehidupan anak tersebut setelah perceraian orang tuanya.

Pendekatan ini tentunya dilakukan agar sebisa mungkin anak bisa menerima perpisahan yang dilakukan orang tuanya dan menyembuhkan kekecewaan bahkan luka dalam hatinya. Berikut beberapa solusi pendekatan yang harus dilakukan:<sup>39</sup>

1. Jelaskan dengan terbuka dan penuh kejujuran

Apabila perpisahan terjadi sewaktu anak-anak masih begitu kecil, mungkin terlalu dini rasanya untuk membuat mereka memahami makna perpisahan. Akan tetapi, seiring dengan berjalannya waktu, anak akan tumbuh dewasa dan sedikit demi

---

<sup>38</sup>Yayuk Widiyarti, *Anak Rawan Mengalami Dampak Psikis Akibat Perceraian di Usia Ini*. [Blog.cantik-tempo-co.cdn.ampproject.org/v/s/cantik.tempo.co/amp/1166389/anak-rawan-mengalami-dampak-psikis-akibat-perceraian-di-usia-ini?.html](http://Blog.cantik-tempo-co.cdn.ampproject.org/v/s/cantik.tempo.co/amp/1166389/anak-rawan-mengalami-dampak-psikis-akibat-perceraian-di-usia-ini?.html) (4 Maret 2020).

<sup>39</sup>Bella Julianti, *"Tips Hebat Bantu Anak Atasi Perceraian Orangtuanya"*. [blog.bidan-ku.com/tips-hebat-bantu-anak-atasi-perceraian-orangtuanya.html](http://blog.bidan-ku.com/tips-hebat-bantu-anak-atasi-perceraian-orangtuanya.html). (20 Oktober 2019).

sedikit bisa memahami apa yang terjadi di sekitar mereka. Untuk itu, persiapkan diri dan buatlah perencanaan tentang bagaimana berlatih menyampaikan pada anak bahwa orang tuanya sudah berpisah.

Ketika anak sudah mulai beranjak besar, anda bisa menjelaskan pada mereka akan perpisahan orangtuanya serta bagaimana perceraian tersebut akan mempengaruhi hidup mereka selanjutnya. Para ahli menjelaskan bahwa cara terbaik untuk menjelaskan sebuah masalah pada anak-anak termasuk masalah perceraian adalah dengan menyampaikan secara halus dan dijelaskan secara terbuka dengan penuh kejujuran.

Anak-anak yang sudah mulai beranjak vesar akan belajar dan menganalisa bahwa dampak perceraian akan membuat kehidupan mereka berbeda dengan anak lainnya. Sehingga sebisa mungkin upayakan bahwa anak mengerti maksud dan alasan sebenarnya mengapa orangtuanya memilih berpisah sebagai jala terakhir. Ketika anak mendapatkan alasan yang logis maka setidaknya mereka bisa mempersiapkan diri dan mentalnya ketika dampak terburuk perceraian mereka alami.

2. Minta pertolongan kerabat atau anggota keluarga untuk mengawasi anak-anak

Sebagai orang tua yang mendidik dan menjaga anak-anak seorang diri tanpa bantuan dari pasangan setiap waktunya. Mungkin akan sedikit kewalahan apalagi ketika anda seorang pekerja yang sibuk. Tentunya sulit menyisihkan waktu untuk bisa mengasuh dan mengawasi anak-anak dengan sepenuhnya. Tidak ada salahnya meminta bantuan kerabat atau anggota keluarga yang kira-kira memiliki waktu yang luang.

Tentu ketika meminta bantuan kepada kerabat atau keluarga, anda abisa

mempertimbangkan beberapa hal. Misalkan meminta bantuan kepada ibu, sebaiknya mintalah pada waktu yang tepat, jangan sampai anda meminta bantuan pada saat ibu anda memiliki banyak urusan di rumah. Usahakan sebisa mungkin agar baik keluarga maupun kerabat anda merasa tidak terganggu atau keberatan pada saat menitip anak anda.

3. Buat anak tetap merasa sibuk

Cara terbaik untuk menjauhkan si kecil dari trauma atau kecemasan akibat perceraian adalah dengan membuat mereka tetap merasa sibuk. Dengan semakin banyak kegiatan atau hal yang mereka alami dalam kehidupannya, perhatian mereka akan teralihkan pada kegiatan yang menyita perhatiannya. Dengan demikian anak akan perlahan mulai melupakan kesedihan dan kekecewaannya. Maka dari itu pastikan jika anda tidak hanya membiarkan si kecil sendiri dan merasakan kesepian dengan mengurungnya di kamar, ajaklah mereka untuk berlibur atau menemani anda pergi ke mall, maka anak-anak akan merasa senang dan terhindar dari trauma yang mungkin mereka rasakan.

4. Kembalikan atau pulihkan keadaan pada kondisi yang normal

Selama proses perceraian mungkin ada banyak hal atau kegiatan yang biasanya sering dilakukan dalam keluarga dan tiba-tiba kegiatan itu menghilang atau dilupakan akibat perhatian anda dan pasangan anda terfokus pada proses perpisahan. Namun tanpa ita sadari hal tersebut akan semakin membuat anak merasa ditinggalkan dan kesepian.

Akan tetapi, jika anda mampu membalikkan keadaan pada kondisi yang normal dan melanjutkan rutinitas bersama dengan si kecil seolah tidak terjadi apa-apa, maka anak tidak akan terpengaruh telalu dalam dan membuat anak merasa

bersedih. Untuk itu, upayakan segala hal agar anda bisa memulihkan kondisi ini pada kondisi yang normal agar si kecil tidak terus-terusan tebebani dengan masalah kedua orang tuanya.

5. Tetaplah jalin hubungan

Setelah proses perpisahan sudah terjadi, maka hak asuh anak-anak biasanya akan dimiliki oleh salah satu pihak. Dimana ketika hak asuh anak jatuh pada suami, maka istri akan memiliki batas untuk bisa bertemu dengan si kecil, begitupun sebaliknya. Hal inilah yang akan membuat salah satu pihak yang tidak memiliki hak asuh pada anak akan semakin sulit untuk bisa menghabiskan sebagian besar waktunya bersama dengan si kecil.

Pada akhirnya perhatian dan kasih sayang pihak tersebut (pasangan yang tidak mendapatka hak asuh) akan semakin berkurang. Alhasil, dampaknya akan dirasakan kembali oleh si kecil yang merindukan sosok tersebut. Orang tua yang memiliki hak asuh terhadap anak sudah sepatutnya mendorong hubungan anak dengan mantan pasangan, karena bagaimanapun dia (pasangan yang tidak memiliki hak asuh) adalah orangtuanya sendiri.

Dampak perceraian terbesar dari pasangan suami istri akan dirasakan oleh anak. Anak yang menjadi korban perceraian bukan tidak mungkin aka melahirkan anak-anak yang pemberontak, murung dan bahkan pembangkang. Untuk itu membantu anak menghadapi dan mengatasi dampak perceraian orangtuanya diharapkan mampu menghindari lahirnya karakter diatas pada anak.