



ABDI CENDEKIA:

JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT

Volume 5 Nomor 2 Tahun 2026 Halaman 1224-1230

<https://zia-research.com/index.php/abdicendekia>



Adaptasi Psikososial Anak Pasca Perceraian Orang Tua: Studi tentang Persepsi Remaja Terhadap Kehidupan Keluarga

**Miftahul Jannah¹, Melda Nadia Simanjuntak², Melanie Paskah Cristin Br Simamora³,
Keyzia Raysha Putri⁴, Aina Zahra⁵, Hairani Siregar⁶**

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Sumatera Utara, Indonesia

Email : miftahul091007@gmail.com¹; meldanadiasimanjuntak@gmail.com²;
melanie123simamora@gmail.com³; keyziapraysha@gmail.com⁴; ainazahra619@gmail.com⁵;
hairani@usu.ac.id⁶

Abstrak

Perceraian orang tua merupakan pemicu utama terjadinya disorganisasi struktural dalam lembaga keluarga yang berdampak signifikan pada fase transisi perkembangan remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika adaptasi sosio psikologis remaja yang mengalami perceraian orang tua secara langsung, sekaligus mengkomparasikan temuan tersebut dengan persepsi serta dekonstruksi stigma "anak *broken home*" dari sudut pandang remaja yang tumbuh dalam keluarga utuh. Menggunakan pendekatan metode kuantitatif, data dikumpulkan dari 51 responden remaja di Medan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perceraian memicu disfungsi struktural domestik akut berupa ketimpangan pola asuh dan penurunan stabilitas ekonomi. Kondisi ini mereorientasi kesadaran subjektif remaja hingga membentuk krisis kepercayaan (*trust issue*) jangka panjang terhadap institusi pernikahan akibat internalisasi pengalaman masa lalu yang traumatis. Kendati demikian, integrasi sosial remaja tetap terjaga melalui optimalisasi jaringan sosialisasi sekunder (teman sebaya dan figur ibu tunggal) sebagai instrumen resiliensi eksternal. Dari aspek komparatif, remaja keluarga utuh secara aktif melakukan dekonstruksi terhadap stigma tradisional masyarakat dengan menolak pelabelan negatif tersebut melalui rasionalitas empati inklusif. Penelitian ini merekomendasikan penguatan layanan bimbingan konseling di institusi pendidikan serta penerapan sistem pengasuhan bersama (*co-parenting*) untuk meminimalkan dampak disorganisasi personal pada remaja.

Kata kunci: Adaptasi Psikososial, Disorganisasi Keluarga, Perceraian, Remaja, Stigma.

Children's Psychosocial Adjustment Following Parental Divorce: A Study of Adolescents' Perceptions of Family Life

Abstract

Parental divorce is a major trigger of structural disorganization within the family unit, which has a significant impact on the transitional phase of adolescent development. This study aims to analyze the socio-psychological adaptation dynamics of adolescents who have directly experienced their parents' divorce, while also comparing these findings with the perceptions and deconstruction of the stigma surrounding "children from broken homes" from the perspective of adolescents raised in intact families. Using a quantitative methodological approach, data were collected from 51 adolescent respondents in Medan. The results indicate that divorce triggers acute domestic structural dysfunction, manifested as disparities in parenting styles and a decline in economic stability. These conditions reorient adolescents'

subjective awareness, leading to a long-term crisis of trust in the institution of marriage due to the internalization of traumatic past experiences. Nevertheless, adolescents' social integration remains intact through the optimization of secondary social networks (peers and single-mother figures) as instruments of external resilience. From a comparative perspective, adolescents from intact families actively deconstruct traditional societal stigmas by rejecting such negative labels through the lens of inclusive empathy. This study recommends strengthening guidance and counseling services in educational institutions and implementing co-parenting systems to minimize the impact of personal disorganization on adolescents.

Keywords: *Psychosocial Adaptation, Family Disorganization, Divorce, Adolescents, Stigma.*

PENDAHULUAN

Institusi keluarga secara sosiologis berfungsi sebagai mikrosistem utama yang mengemban tugas krusial dalam menyediakan fungsi afeksi, perlindungan, serta sosialisasi primer bagi anak. Namun, derasnya arus modernisasi dan pergeseran nilai kemitraan domestik di wilayah perkotaan membawa dampak nyata berupa meningkatnya kerentanan perkawinan yang berujung pada perceraian. Dalam lanskap kontemporer, perceraian tidak lagi sekadar dipandang sebagai anomali sosial, melainkan telah bergeser menjadi realitas alternatif untuk menyelesaikan konflik rumah tangga yang sayangnya kerap mengorbankan stabilitas tumbuh kembang anak. (Subekti, 2003) mendefinisikan perceraian sebagai penghapusan perkawinan dengan keputusan hakim atau tuntutan oleh salah satu pihak selama perkawinan berlangsung. Dalam beberapa tahun terakhir, fenomena ini terus meningkat di Indonesia. (Data BPS, 2026) menunjukkan bahwa sepanjang tahun 2025, jumlah kasus perceraian di Indonesia mencapai 438.168 perkara. Perselisihan dan pertengkaran secara terus-menerus menjadi penyebab utama, disusul oleh masalah ekonomi, kekerasan dalam rumah tangga, serta persoalan tanggung jawab dalam keluarga. Fenomena ini juga terjadi di Provinsi Sumatera Utara dengan total 18.844 kasus pada tahun 2025, di mana Kota Medan menjadi wilayah dengan angka tertinggi, yakni sebanyak 2.653 perkara (BPS Sumatera Utara, 2026). Tingginya angka ini mengindikasikan bahwa konflik keluarga merupakan persoalan dominan di wilayah perkotaan dengan tingkat tekanan ekonomi yang tinggi.

Fase perkembangan remaja, yang secara psikososial mencakup rentang usia 15 hingga 22 tahun, merupakan masa transisi krusial bagi individu dalam merekonstruksi identitas diri serta membangun konsep relasi interpersonal jangka panjang. Ketika guncangan struktural berupa perpisahan orang tua terjadi pada fase ini, remaja rentan mengalami disorganisasi personal yang bermanifestasi pada penurunan motivasi akademis, ketidakstabilan emosional, hingga munculnya kecemasan masa depan atau *marriage anxiety*. Meskipun tema ini telah banyak diteliti, mayoritas literatur terdahulu cenderung berfokus secara eksklusif pada dampak negatif yang dialami oleh anak korban perceraian secara homogen. Kebaruan (*novelty*) yang ditawarkan dalam penelitian ini terletak pada pendekatan komparatif yang mempertemukan dua kelompok subjek berbeda, yakni mengeksplorasi secara mendalam dinamika adaptasi remaja yang mengalami perceraian langsung sekaligus mengonfrontasikannya dengan konstruksi empati serta pelabelan sosial dari perspektif remaja yang tumbuh dalam keluarga utuh. Melalui rancangan ini, penelitian bertujuan untuk memetakan tidak hanya disfungsi objektif di ranah domestik, tetapi juga bagaimana makna subjektif atas institusi keluarga itu direkonstruksi oleh generasi muda.

Untuk membedah fenomena ini secara tajam, analisis teoretis artikel ini dijangkar pada tiga pisau analisis sosiologi dan psikologi sosial, yaitu Teori Fungsionalisme Struktural dari Talcott Parsons (1951) untuk menepohong disintegrasi peran rumah tangga, Teori Interaksionisme Simbolik dari Herbert Blumer (1969) untuk melacak reorientasi makna pernikahan di mata remaja, serta Teori Ekologi Sistem dari Urie Bronfenbrenner (1979) untuk memetakan sumber resiliensi sosial yang menyelamatkan kondisi psikososial

responden. Dengan menggunakan pendekatan *mixed methods* model *Sequential Explanatory*, penelitian ini berupaya memberikan alternatif solusi bagi permasalahan disorganisasi personal remaja. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan praktis berupa rekomendasi penguatan layanan bimbingan konseling di institusi pendidikan serta penerapan sistem pengasuhan bersama (*co-parenting*) yang lebih adaptif, sehingga dampak buruk dari perceraian orang tua pada masa transisi perkembangan remaja dapat diminimalisir secara komprehensif.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan metode kuantitatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Pendekatan ini dipilih untuk mengukur variabel-variabel penelitian secara numerik dan menganalisis hubungan antarvariabel guna menarik kesimpulan yang dapat digeneralisasi dari data yang terukur.

Penelitian ini dilaksanakan dalam rentang waktu 1 bulan. Lokasi penelitian mencakup kalangan remaja di Medan dengan pengambilan data yang dilakukan secara daring (*online*) untuk menjangkau responden secara luas. Target sasaran dalam penelitian ini adalah remaja yang mengalami dinamika transisi perkembangan akibat perceraian orang tua dan remaja dari keluarga utuh sebagai kelompok pembanding. Subjek penelitian berjumlah 51 orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria inklusi: berusia 15 hingga 22 tahun, memiliki pengalaman subjektif terkait kehidupan keluarga (baik keluarga dengan orang tua bercerai maupun keluarga utuh), dan bersedia menjadi partisipan penelitian.

Data penelitian terdiri atas data primer berupa persepsi remaja mengenai perceraian dan stigma keluarga. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner terstruktur dengan skala pilihan ganda untuk data kuantitatif, serta lembar esai terbuka (*open-ended essay*) untuk memperoleh narasi mendalam mengenai pengalaman psikososial dan pandangan remaja terkait stigma "anak *broken home*". Teknik pengumpulan data dilakukan melalui survei daring menggunakan *platform kuesioner digital*. Responden diminta mengisi kuesioner untuk mengidentifikasi karakteristik demografis dan parameter kondisi pasca-perceraian. Selanjutnya, responden diarahkan untuk menuliskan pengalaman serta pemaknaan mereka melalui esai terbuka guna menangkap dimensi emosional yang tidak terakomodasi dalam format kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Demografis Seluruh Responden (N = 51)

Variabel Demografis	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia	<15 Tahun	1	2%
	15 - 18 Tahun	25	49%
	19 - 22 Tahun	24	47,1%
	>22 Tahun	1	2%
Jenis Kelamin	Perempuan	45	88,2%
	Laki-laki	6	11,8%
Pendidikan Terakhir	SMP	2	3,9%
	SMA/SMK	31	60,8%
	PTN/PTS	18	35,3%
Status Saat Ini	Pelajar	7	13,7%
	Mahasiswa	42	82,4%
	Bekerja	2	3,9%
Status Orang Tua Responden	Bercerai	13	25,5%
	Tidak Bercerai	38	74,5%
TOTAL		51	100 %

Berdasarkan data Tabel 1, mayoritas responden terkonsentrasi pada usia transisi remaja pertengahan dan akhir. Pemisahan kelompok subjek menunjukkan bahwa data ini memiliki representasi yang berimbang untuk menguji validitas komparasi antara realitas empiris korban perceraian dengan ekspektasi kelompok kontrol.

Tabel 2. Parameter Kondisi Pasca-Perceraian pada Remaja Korban (*Bagian B*)

Indikator Variabel	Pilihan Jawaban Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia Responden Pasca Perceraian	<6 Tahun	6	35,3%
	6 - 12 Tahun	7	41,2%
	13 - 17 Tahun	1	5,9%
	>17 Tahun	3	17,6%
Pola Asuh/Hak Tinggal	Dengan Ayah	3	17,6%
	Dengan Ibu	10	58,8%
	Keluarga Lain	3	17,6%
	Dengan Ayah /Ibu	1	5,9%
Hubungan Orang Tua Pasca Perceraian	Sangat Baik	1	5,9%
	Baik	1	5,9%
	Cukup Baik	5	29,4%
	Buruk	4	23,5%
	Sangat Buruk	6	35,3%
Saluran Komunikasi	Aktif, Kedua Orang Tua	11	64,7%
	Hanya Ibu	5	29,4%
	Terputus Total	1	5,9%
Stabilitas Ekonomi	Sangat Berubah	10	58,8%
	Sedikit Berubah	4	23,5%
	Tidak Berubah	3	17,6%

Data kuantitatif pada Tabel 2 menegaskan terjadinya fenomena disfungsi struktural akut. Ketika relasi antar mantan pasangan dinilai mayoritas berada pada rentang "Buruk/Sangat Buruk", keseimbangan subsistem keluarga otomatis runtuh. Ibu sering kali mengambil peran ganda (dual role) sebagai pencari nafkah sekaligus pengasuh tunggal karena putusya komunikasi dan dukungan finansial dari pihak ayah. Perubahan ekonomi yang dikategorikan "Sangat Berubah" berimplikasi pada penurunan pemenuhan kebutuhan subsisten anak, yang dalam perspektif Talcott Parsons disebut sebagai hilangnya fungsi adaptasi ekonomi keluarga.

Tabel 3. Hasil Analisis Tematik Gejala Emosional Jawaban Esai Terbuka (*Bagian B*)

No	Klasifikasi Tema Inti (Esai)	Deskripsi Karakteristik Respon Emosional	Frekuensi Kemunculan Tema
1.	Trauma Katarsis (Sadness/Anger)	Munculnya luapan rasa sedih yang mendalam, menangis berulang, kecewa, dan rasa tidak adil atas perpisahan.	12 (92,3%)
2.	Krisis Kepercayaan (Trust Issue)	Ketakutan interpersonal yang bermanifestasi pada penarikan diri dari komitmen sosial serta hubungan intim.	11 (84,6%)
3.	Penerimaan Resignatif (Acceptance)	Pengkondisian emosi yang terpaksa menerima realitas demi menghentikan konflik domestik yang berkepanjangan.	13 (100%)

Secara kuantitatif, 11% remaja mengindikasikan emosinya "Sangat Terganggu". Melalui kedalaman analisis tematik (Tabel 3), guncangan psikososial ini bertransformasi menjadi trust issue jangka panjang. Hal ini diartikulasikan secara eksplisit lewat verbatim salah satu responden, berinisial SA (19-22 tahun):

"Secara psikis sangat berdampak, saya kehilangan kepercayaan diri, kehilangan kepercayaan terhadap keluarga... saya memiliki ketakutan yang besar terhadap pernikahan, terlebih lagi orang tua saya berpisah karena adanya KDRT dan perselingkuhan. Hal tersebut sangat mempengaruhi pandangan saya terhadap pernikahan, saya memiliki trauma tersendiri dan berpikir tidak akan menikah."

Melalui lensa Interaksionisme Simbolik Blumer, tindakan manusia didasarkan pada makna yang mereka atribusikan pada suatu objek. Pengalaman traumatis menyaksikan KDRT dan perselingkuhan mendekomposisi makna "pernikahan" dari simbol kesucian dan perlindungan menjadi simbol ancaman rasa sakit fisik serta mental. Remaja melakukan internalisasi simbol negatif tersebut, menghasilkan pola perilaku adaptasi berupa penarikan diri sosial (*social withdrawal*) guna melindungi integritas ego mereka dari potensi pengkhianatan serupa di masa depan.

Tabel 4. Distribusi Aktor Utama Support System Remaja Korban Perceraian

Komponen Lingkungan	Pemberi Dukungan Terbesar	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Internal – Domestik	Ayah	1	5,9%
	Ibu	5	29,4%
	Saudara Lain	3	17,6%
Eksternal – Sosial	Teman Sebaya/Sahabat	3	17,6%
	Guru/Dosen	1	5,9%

Temuan ini sangat presisi jika divalidasi dengan Teori Sistem Ekologi Bronfenbrenner. Ketika level Mikrosistem utama (keluarga inti) mengalami kerusakan fungsi proteksi, proses perkembangan mental remaja diselamatkan oleh penguatan di level Mesosistem dan Ekosistem, yaitu interaksi suportif dengan teman sebaya dan guru. Keberadaan teman sebaya berfungsi sebagai katarsis emosional yang memvalidasi kesedihan mereka tanpa pelabelan buruk. Di sisi lain, figur ibu yang berjuang sendiri menumbuhkan motif resiliensi baru pada anak untuk bangkit demi membalas budi pengorbanan orang tua tunggalnya, seperti tercermin pada pernyataan responden berinisial AW:

"...setelah kejadian itu saya tidak terlalu memikirkannya lagi dan saya malah lebih berjuang untuk ibu saya bahagia."

Tabel 5. Matriks Respons Kelompok terhadap Konstruksi Stigma Korban Perceraian (*Bagian C*)

Pertanyaan Evaluatif	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Apakah masyarakat masih melanggengkan stigma negatif terkait anak dari keluarga bercerai	Ya	11	15,8%
	Tidak	6	28,9%
	Kadang Kadang	21	55,3%
Apakah perceraian orang tua mempengaruhi kondisi psikologis anak?	Sangat Mempengaruhi	29	76,3%
	Mempengaruhi	8	21,0%
	Tidak Mempengaruhi	1	2,6%

Data Tabel 5 menunjukkan kesepakatan kolektif dari kelompok kontrol bahwa stigma minor masyarakat terhadap anak korban perceraian masih eksis. Masyarakat kerap melakukan tindakan pelabelan (*labeling*) spontan yang mengidentikkan anak broken home sebagai individu berandalan, kurang dididik, atau memiliki cacat moral perkembangan. Namun, temuan orisinal yang esensial dari penelitian ini adalah munculnya dekonstruksi nilai dari generasi sebaya. Remaja dari keluarga utuh menolak mentah-mentah objektifikasi stigma kolot tersebut dengan mengedepankan rasionalitas empati. Gaya bahasa ekspresif dan kasual dari responden berinisial K (15-18 tahun) mengilustrasikan resistensi tersebut:

"Jahat sekali, pokoknya nggak banget deh... Emang ngapa kalau ortunya cere? Dia juga nggak mau kali di posisi begituan... Kalau ngomong, mulutnya jangan layas kali. Biasa aja sih, nggak usah julid-julid banget, nggak semua anak broken itu buruk... Mereka cuma lagi hilang arah aja."

Pandangan ini didukung secara akademis-formal oleh responden berinisial NA yang menekankan:

"Menurut saya, stigma terhadap anak korban perceraian tidak adil dan keliru. Anak sering kali dianggap bermasalah... padahal perceraian adalah keputusan orang tua, bukan kesalahan anak. Stigma ini justru bisa memperburuk kondisi psikologis anak..."

Berdasarkan Teori Konstruksi Sosial Peter L. Berger dan Thomas Luckmann, pelabelan buruk pada anak korban perceraian adalah "realitas objektif kuno" hasil konstruksi generasi masa lalu yang dilemparkan ke ruang publik. Melalui proses sosialisasi baru yang lebih inklusif dan sadar akan isu kesehatan mental (*mental health awareness*), generasi remaja masa kini melakukan internalisasi nilai tandingan. Mereka mendekonstruksi pemikiran publik dengan menegaskan bahwa kegagalan legal perkawinan orang tua tidak memiliki korelasi kausalitas terhadap degradasi moralitas personal seorang anak. Stigma negatif dari masyarakat justru diidentifikasi sebagai faktor sekunder eksternal yang memperberat pemulihan kondisi mental anak, bukan perilaku bawaan dari anak itu sendiri.

SIMPULAN

Penelitian metode campuran pada 51 responden remaja ini menyimpulkan bahwa perceraian orang tua memicu disfungsi struktural domestik akut berupa ketimpangan pola asuh dan penurunan stabilitas ekonomi. Dampak sosial ini mereorientasi kesadaran subjektif remaja hingga membentuk krisis kepercayaan (*trust issue*) mendalam terhadap institusi pernikahan akibat internalisasi pengalaman traumatis. Kendati demikian, integrasi sosial remaja tetap terjaga melalui optimalisasi jaringan sosialisasi sekunder (teman sebaya dan figur ibu tunggal) sebagai instrumen koping untuk membangun resiliensi. Dari aspek komparatif, meskipun stigma tradisional "anak *broken home*" dinilai masih eksis di masyarakat, generasi pemuda saat ini secara aktif melakukan dekonstruksi sosial dengan menolak pelabelan tersebut melalui rasionalitas empati inklusif.

Berdasarkan temuan tersebut, direkomendasikan kepada institusi pendidikan untuk memperkuat kontrol sosial yang adaptif melalui layanan bimbingan konseling yang inklusif dan bebas dari pelabelan buruk. Selain itu, bagi orang tua yang bercerai, sangat disarankan untuk mempertahankan fungsi sosialisasi keluarga melalui sistem pengasuhan bersama (*co-parenting*) yang konsisten serta menjaga saluran komunikasi terbuka. Langkah integratif ini krusial untuk meminimalkan disorganisasi personal remaja selama masa transisi menjadi aktor sosial dewasa di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Utara. (2026). *Statistik perceraian Provinsi Sumatera Utara tahun 2025*. Medan: BPS Provinsi Sumatera Utara.
- Badan Pusat Statistik. (2026). *Statistik perceraian Indonesia tahun 2025*. Jakarta: BPS Indonesia
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Anchor Books.
- Blumer, H. (1969). *Symbolic interactionism: Perspective and method*. Prentice-Hall.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press
- Elizabeth B. Hurlock. (1999). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- John Bowlby. (1988). *A secure base: Parent child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Jonathan Sarwono. (2020). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Lestari, S. (2016). *Psikologi keluarga: Penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*. Kencana.
- Lexy J. Moleong. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Parsons, T. (1951). *The social system*. Free Press.
- R. Subekti. (2003). *Pokok-pokok hukum perdata*. Jakarta: Intermasa.
- Salvador Minuchin. (1974). *Families and family therapy*. Cambridge: Harvard University Press.
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 17(1), 25–32.
- Sarlito Wirawan Sarwono. (2016). *Psikologi remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Siaran Berita. (2026, 17 Maret). *Medan catat angka perceraian tertinggi di Sumut, ini yang jadi faktor pemicu*. <https://siaran-berita.com/medan-catat-angka-perceraian-tertinggi-di-sumut-ini-yang-jadi-faktor-pemicu/>.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syamsu Yusuf. (2011). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.