

**MENGATASI *SURVIVAL MODE* PADA DEWASA AWAL PASCA
PERCERAIAN ORANG TUA**



Oleh:

Siti Zidni Ilman, S. Sos

NIM: 21200011092

TESIS

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

**Diajukan Kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar *Master of Arts* (M.A)**

**Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam**

YOGYAKARTA

2023

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Siti Zidni Ilman
NIM : 21200011092
Fakultas : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian /karya saya sendiri, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya. Jika di kemudian hari terbukti bahwa naskah tesis ini bukan karya saya sendiri, maka saya siap ditindak sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 31 Juli 2023
yang menyatakan,



Siti Zidni Ilman, S. Sos.
NIM: 21200011092

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Bismillahirrohmanirrahim,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Siti Zidni Ilman

Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*

Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian yang bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terbukti bahwa naskah tesis ini bukan karya saya sendiri, maka saya siap ditindak sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 31 Juli 2023

Yang menyatakan,



Siti Zidni Ilman, S. Sos.
NIM: 21200011092



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA**

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-793/Un.02/DPPs/PP.00.9/08/2023

Tugas Akhir dengan judul : MENGATASI *SURVIVAL MODE* PADA DEWASA AWAL PASCA
PERCERAIAN ORANG TUA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : SITI ZIDNI ILMAN, S.Sos
Nomor Induk Mahasiswa : 21200011092
Telah diujikan pada : Jumat, 11 Agustus 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Nina Mariani Noor, SS., MA.
SIGNED

Valid ID: 64e439aa541b9



Penguji II

Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.
SIGNED

Valid ID: 64e251f2dc94



Penguji III

Dr. Roma Ulinnuha, S.S., M.Hum.
SIGNED

Valid ID: 64e6f67588553



Yogyakarta, 11 Agustus 2023
UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 64e710079cb63

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamu 'alaikum wr. wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

MENGATASI *SURVIVAL MODE* PADA DEWASA AWAL PASCA PERCERAIAN ORANG TUA

Oleh

Nama : Siti Zidni Ilman
NIM : 21200011092
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut dapat diajukan kepada Pascasarjana Komunikasi UIN Sunan Kalijaga untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar *Master of Arts (M.A)*.

Wassalamu 'alaikum wr. wb.

Yogyakarta, 31 Juli 2023

Pembimbing,



Dr. Nur Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya dewasa awal mengatasi *survival mode* pasca perceraian orang tua dan mengetahui faktor yang mempengaruhi dewasa awal mengatasi *survival mode* pasca perceraian orang tua. Kajian ini memiliki signifikansi penting karena pada tahap dewasa awal, seseorang mulai dihadapkan pada tanggungjawab yang lebih serius dalam kehidupan yang akan berdampak besar kemasa depan dan dewasa awal adalah masa pembentukan hubungan dekat dengan menuju pernikahan sehingga dewasa awal dituntut untuk memahami diri dan melakukan adaptasi yang baik serta mengoptimalkan terealisasinya tugas perkembangan dewasa awal. Untuk mencapai tujuan tersebut, penelitian ini akan menjawab dua pertanyaan penelitian sebagai berikut: *Pertama*, bagaimana dewasa awal mengatasi *survival mode* pasca perceraian orang tua? *Kedua*, apa saja faktor yang mempengaruhi dewasa awal mengatasi *survival mode* pasca perceraian orang tua?

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif deskriptif jenis pendekatan studi kasus dengan empat subjek sebagai informan utama dengan karakteristik dewasa awal usia 20 tahun-30 tahun dengan latar belakang orang tua bercerai, dan belum menikah. Kemudian menggunakan wawancara mendalam untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang masalah yang dihadapi pada dewasa awal setelah orang tua bercerai dan upaya dewasa awal bertahan pasca perceraian orang tua serta faktor yang mempengaruhi dewasa awal dapat *survive* dalam mengatasi *survival mode* atau tantangan pasca perceraian orang tua.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa keempat subjek dewasa awal mampu mengatasi *survival mode* pasca perceraian orang tua dengan penerimaan positif terhadap perubahan, memperbaiki diri dan kemampuan untuk mengontrol diri. Keempat subjek dapat *survive* dengan cara yang positif keempat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang saling melengkapi. Faktor internal meliputi *self-efficacy* dan adanya optimisme akan masa depan serta pengaruh spiritualitas. Sedangkan faktor eksternal meliputi dukungan sosial dari keluarga dan teman-teman dekat. Faktor-faktor baru yang ditemukan dalam penelitian ini adalah faktor usia, dan faktor durasi perceraian orang tua yang membuat dewasa awal mengatasi *survival mode* pasca perceraian orang tua.

Kata Kunci: *Survival Mode*, Dewasa Awal, Perceraian Orang Tua

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, segala puji milik Allah Ta'ala, tidak ada daya dan upaya melainkan datang dari-Nya, atas rahmat dan kasih sayang-Nya serta izin dan ridha-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini untuk memperoleh gelar sarjana strata dua di Fakultas Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan judul “Mengatasi *Survival Mode* Pada Dewasa Awal Pasca Perceraian Orang Tua”. Sholawat beserta salam semoga selalu tercurah limpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW yang telah menuntun semua ummat Islam dari zaman Jahiliyah menuju zaman Islamiyah. Semoga kita senantiasa mendapatkan syafa'atnya di hari kiamat nanti. Aamiin.

Segala usaha telah penulis lakukan untuk menyelesaikan tesis ini supaya menjadi sebuah karya ilmiah yang baik. Namun, tidaklah manusia kecuali sebagai tempat salah dan lupa, sehingga kekurangan di dalam tesis ini pun tidak dapat dihindari, besar harapan penulis kepada pembaca jika ditemukan kesalahan dan kekurangan untuk dikritik dan dan diberikan saran untuk memenuhi apa yang dikhendaki.

Dalam penyusunan tesis ini tidak terlepas dari bantuan dan arahan serta bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam membantu penyelesaian tesis ini:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A, selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta;
2. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag, selaku Direktur Pascasarjana;
3. Ibu Dr. Nina Mariani Noor, SS., MA, Selaku Ketua Program Studi Magister *Interdisciplinary Islamic Studies* (IIS);
4. Ibu Dr. Ita Rodiah, M.Hum., selaku Dosen Penasehat Akademik (DPA);
5. Ibu Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi, selaku dosen pembimbing tesis yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan arahan dan bimbingan serta dengan kesabaran dan kebesaran hatinya memberikan saran kepada penulis dalam penyusunan tesis ini;
6. Kepada kedua orang tua penulis Amaq Ma'asleh dan Inaq Sakmah, yang telah membesarkan dan mendidik penulis sampai saat ini dengan penuh kesabaran dan penuh kasih sayang, serta memberikan semangat dan motivasi untuk penulis;
7. Kepada kakak penulis dan suaminya Hafifatul Jannah, S. Pd dan Nurdia Ibrohim, S. Pd, yang selalu memberikan semangat dan dukungan dalam penulisan tesis;
8. Kepada keponakan penulis Eshal Syafira Fadhillah, yang selalu memberikan energi positif sehingga penulis menjadi semangat.
9. Kepada keluarga besar tercinta yang sangat mendukung untuk melanjutkan studi sehingga sampai di penulisan tesis.

10. Kepada para informan yang telah membantu penulis dalam memberikan data;
11. Teman-teman seperjuangan BKI Angkatan 2021, terima kasih atas ilmu dan pengalamannya;
12. Warga Asrama Kayanaqi yang penuh simpati dan empati serta penuh kasih sayang, terima kasih atas segalanya;
13. Teman-teman DPC HIMMAH NWDI Yogyakarta dan segenap Mahasiswa Lombok Timur di Yogyakarta;
14. Kepada seluruh pihak yang telah membantu penulis untuk menyelesaikan tesis ini baik secara moril dan materil yang tidak dapat penulis sebutkan semua, terima kasih atas kebaikan kalian. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan pahala yang berlipat ganda atas segala bantuan yang telah di berikan dan mencatatnya sebagai amal ibadah. Aamiin.

Yogyakarta, 31 Juli 2023

Yang menyatakan,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Siti Zidni Iman, S.Sos.

NIM: 21200011092

PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan:

- ❖ Untuk kedua orang tua saya Amaq Ma'asleh dan Inaq Sakmah
- ❖ Untuk kakak saya Hafifatul Jannah, S. Pd.
- ❖ Untuk seluruh keluarga besar tercinta



MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا, إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

*“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.
Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”* (QS. Al-
Insyirah: 5-6)



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
PERSEMBAHAN.....	x
MOTTO	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian	8
D. Kajian Pustaka	10
E. Kerangka Teoretis	18
F. Metode Penelitian	20
G. Sistematika Pembahasan.....	25
BAB II KAJIAN TEORI	27
A. Tinjauan Tentang <i>Survival Mode</i>	27
1. Definisi <i>Survival Mode</i>	27
2. Mekanisme Pertahanan diri	28
B. Tinjauan Tentang Dewasa Awal.....	30
1. Definisi Dewasa Awal	31
2. Batas Usia Dewasa Awal.....	31
3. Tugas Perkembangan Dewasa Awal.....	32
C. Tinjauan Tentang Perceraian	36
1. Definisi Perceraian.....	36
2. Faktor-Faktor Perceraian	37
3. Dampak Perceraian Terhadap Anak	41
BAB III PENGALAMAN DEWASA AWAL PASCA PERCERAIAN ORANG TUA	44
A. Profil Dewasa Awal	44
B. Kehidupan Dewasa Awal Pasca Perceraian Orang Tua	48

C. Masalah Yang Dihadapi Dewasa Awal Pasca Orang Tua Bercerai	57
BAB IV SURVIVAL MODE PADA DEWASA AWAL PASCA PERCERAIAN ORANG TUA.....	62
A. Dinamika Psikologis Dewasa Awal Pasca Perceraian Orang Tua.....	62
B. Upaya Dewasa Awal Mengatasi <i>Survival Mode</i> Pasca Perceraian Orang Tua	69
C. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dewasa Awal <i>Survive</i> Pasca Perceraian Orang Tau	77
BAB V PENUTUP.....	88
A. Kesimpulan.....	88
B. Saran	89
DAFTAR PUSTAKA	91
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	97

DAFTAR TABEL

A. Table 3.1 Profil Informan IES.....	44
B. Table 3.2 Profil Informan RW	45
C. Table 3.3 Profil Informan MM	46
D. Table 3.4 Profil Informan NI	46
E. Table 3.5 Profil Keempat Dewasa Awal.....	47
F. Tabel 4.1 Dinamika Psikologis Keempat Dewasa Awal	63



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sejatinya keluarga sebagai tempat pertama seorang anak tumbuh dan berkembang serta belajar dalam menanamkan nilai-nilai kehidupan. Keluarga merupakan suatu kelompok sosial yang bersifat kekal yang dikukuhkan dalam suatu pernikahan yang terdiri dari ibu, bapak dan anak sebagai keluarga inti.¹ Menurut Singgih dan Yulia, orang tua memiliki tanggung jawab dalam perkembangan keseluruhan eksistensi anak, termasuk kebutuhan fisik, biologis, psikologis, sosial, ekonomi dan pendidikan, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang matang dan harmonis.²

Idealnya Sebuah keluarga dianggap harmonis jika terdapat hubungan yang positif antara anggota keluarga, dimana setiap anggota saling menyayangi, saling memahami, dan saling mendukung satu sama lain. Komunikasi yang baik antar anggota keluarga juga menjadi kunci utama dalam menciptakan suasana harmonis. Masing-masing anggota keluarga perlu memberikan perhatian dan rasa memiliki terhadap yang lain, sehingga semua merasa dihargai dan diperhatikan. Rumah tangga harmonis sudah dijelaskan dalam beberapa surah dalam Al-Qur'an salah satunya dalam Surah Ar-Rum ayat 21 Allah SWT berfirman:

¹ Betty Karya, "Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga Broken Home Di Kelurahan Pendahara Kabupaten Katingan", *Interior Jurnal*, Vol. 21, No. 2 April (2022): 78-85

² D. Singgih & Yulia Singgih, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 1991), 151.

﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً
وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ (الزوم/30: 21)

Artinya: “Dan diantara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan Dia menjadikan di antaramu rasa kasih dan sayang. Sungguh, pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir.” (QS. Ar-Rum/30: 21).³

Hal ini sangat penting terutama bagi anak-anak, karena perasaan aman dan nyaman dalam keluarga adalah fondasi yang kuat untuk perkembangan mereka. Rasa perhatian dan kehangatan dari orang tua, anak-anak dapat tumbuh dengan percaya diri dan dapat membangun hubungan yang sehat dengan anggota keluarga lainnya. Namun, dalam kehidupan keluarga tidak sedikit terjadi suatu perselisihan dan pertengkaran antara anggota keluarga membuat keluarga menjadi tidak harmonis sehingga menimbulkan terjadinya perceraian.

Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) Indonesia pada tahun 2021 mencatat jumlah kasus perceraian di tanah air mencapai 447.743 kasus yang meningkat persentasinya sekitar 53,50% dibandingkan pada tahun 2020 yang jumlah kasus perceraian mencapai 291.677 kasus. Berbagai faktor yang menyebabkan perceraian yaitu perselisihan dan pertengkaran masih menjadi

³ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Al-Karim Dan Terjemahan*, Edisi Keluarga, Surabaya: Halim Publishing & Distributing, 2013.

faktor tertinggi yang menimbulkan perceraian, alasan ekonomi, salah satu meninggalkan, KDRT, dan poligami.⁴

Sedangkan, berdasarkan data perceraian yang dilansir dari suarantb.com jumlah perceraian di Kabupaten Lombok Timur meningkat. Kasus perceraian ini tetap paling banyak selama tahun 2021 sejumlah 1.410 perkara, angka ini meningkat dari data tahun 2020 sebanyak 1.214 perkara.⁵ Penyebab terjadinya perceraian pada pengadilan Agama Selong pertama meninggalkan salah satu pihak mencapai angka 366 perkara, perselisihan dan pertengkaran terus menerus 777 perkara, faktor ekonomi 38 perkara, murtad 6 perkara, Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) 44 perkara, dihukum penjara 5 perkara, Judi 3 perkara, mabuk 5 perkara, poligami 1 perkara dan cacat badan 1 perkara.⁶

Dagun menyatakan, perceraian yang terjadi dalam sebuah keluarga akan menimbulkan dampak yang mendalam bagi seluruh keluarga.⁷ Perceraian orang tua akan meninggalkan luka kepada anak, karena perceraian orang tua adalah peristiwa yang menghasilkan tingkat stress yang tinggi akan ketakutan dibandingkan dengan anak dari keluarga yang lengkap.⁸ Perceraian dapat berdampak juga pada masalah fisiologis, psikologi, akademisi, spiritual

⁴ Karina Jayanti & Fitri Dwi Lestari, "Phenomenological Study of Interpersonal Communication and The Resilience of Adolescent Victims of Parental Divorce", *Jurnal Digital Media Communication*, Vol. 01, No. 2, (2022): 59.

⁵ Suara NTB, <https://www.suarantb.com/2022/01/25/kasus-perceraian-di-lotim>

⁶ Ampenan News, <https://www.ampenannews.com/2020/01/angka-perceraian-di-lombok-timur-masih-tinggi.html>

⁷ Save D. Dagun, *Psikologi Keluarga*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), 113.

⁸ Kulka, R. A., & Weingarten, H., "The Long-Term Effects of Parental Divorce in Childhood on Adult Adjustment", *Journal of Social Issues*, Vol. 35, No. 4, (1979): 50-78.

maupun sosial.⁹ Secara psikologis dampak yang ditimbulkan seperti perasaan kehilangan karena anak merasa kehilangan salah satu tokoh panutan mereka, hal ini menyebabkan tuntutan anak dalam penyesuaian diri kembali pada sang anak setelah terjadinya perceraian.

Amato menyatakan bahwa individu yang orang tuanya bercerai mendapatkan nilai yang lebih rendah secara signifikan pada ukuran pencapaian akademik, perilaku, penyesuaian psikologis, konsep diri, dan realitas sosial.¹⁰ Kemudian individu yang orang tuanya berpisah beresiko dua kali lebih besar memiliki tekanan emosional dan masalah perilaku, yakni 8% dibandingkan dengan yang kedua orang tuanya utuh hanya mencapai 4%.¹¹ Individu yang mengalami perceraian orang tua mengalami kurang edukasi, lebih sedikit penghasilannya, untuk perempuan cenderung mengalami kelahiran diluar pernikahan, beresiko besar untuk depresi, dan memiliki kesehatan fisik yang lebih buruk.¹²

Berdasarkan penelitian Rima dkk, menjelaskan bahwa perceraian mempengaruhi perkembangan moral remaja dan psikososialnya, seperti membuat kesalahan dan tidak mau minta maaf, sering tidak mentaati tata tertib sekolah, mencari perhatian dengan membuat kegaduhan saat jam

⁹ Salsabila Wahyu Hadiani, R. Nunung Nurwati, Rudi Saprudin Darwis, "Resiliensi Remaja Berprestasi Dengan Latar Belakang Orangtua Bercerai (Studi Kasus Siswa-Siswi Di Sma Negeri 1 Margahayu)", *Jurnal Penelitian & PKM*, Vol. 4, No. 2, (Juli 2017): 129-389.

¹⁰ Amato, P.R, "Children of Divorce in the 1990s: An Update of The Amato and Keith (1991) Meta-Analysis", *Journal of Family Psychology*, (2001):355-375.

¹¹ Amato, P. R. & Sobolewski, J. M., "The Effects of Divorce and Marital Discord on Adult Children's Psychological Well-Being", *American Sociological Review*, Vol. 66, No. 6, (2001): 900-921.

¹² Amato, P.R., "The Consequences of Divorce for Adults and Children: An Update", *Journal of Marriage and Family*, Vol. 62, No. 4, (2012): 1269-1287.

pelajaran, anak tidak percaya diri, dan sering membandingkan dirinya dengan teman.¹³ Sejalan dengan hasil penelitian Sukoco, Rozano dan Utami¹⁴ juga mengungkapkan bahwa remaja dari keluarga yang bercerai dapat menyebabkan remaja mengalami antisosial serta dapat menimbulkan sifat agresif pada remaja. Dikuatkan lagi dari hasil penelitian Nurtia dkk, menjelaskan bahwa dampak perceraian menimbulkan perilaku sosial remaja, seperti rentan mengalami gangguan psikis, membenci kedua orang tuanya, mudah mendapat pengaruh buruk dari lingkungannya, memandang jika hidup adalah sia-sia, tidak mudah bergaul, permasalahan moral, dan mudah mendapat pengaruh buruk dari lingkungan.¹⁵

Bagi individu yang berada pada fase dewasa awal yang mengalami perceraian orang tua akan mengalami masalah seperti yang dialami pada fase remaja. Dewasa awal merupakan periode peralihan dari masa remaja menuju dewasa yang di tandai dengan perubahan-perubahan yang signifikan terjadi pada seseorang. Individu yang sudah mencapai usia dewasa akan mulai menghadapi tantangan yang lebih berat dari sebelumnya dan mempunyai cara pandang maupun tingkah laku yang berbeda dengan remaja. Masa dewasa awal adalah fase dimana masa yang signifikan dalam menentukan masa depan dan mengelola sebuah kehidupan. Masa dewasa awal adalah masa

¹³ Rima Trianingsih, Isna Nurul Inayati, & Rizal Faishol, "Pengaruh Keluarga *Broken Home* Terhadap Perkembangan Moral Dan Psikososial Siswa Kelas V SDN 1 Sumberbaru Banyuwangi", *Jurnal Pendidikan Anak Dan Karakter*, Vol. 02, No. 01, (Oktober 2019): 10-16.

¹⁴ Sukoco, K. W, Rozano, D. & Utami, T. S, "Pengaruh *Broken Home* Terhadap Perilaku Agresif", *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling*: Vol. 2, No 1 (2016): 38-42.

¹⁵ Nutria Massa, Misran Rahman & Yakob Napu, "Dampak Keluarga *Broken Home* Terhadap Perilaku Sosial Anak", *Jambura Journal of Community Empowerment*, Vol. 1, No. 1, (Juni 2020): 1-12.

kritis dimana melibatkan peninggalan rumah orang tua, menyelesaikan pendidikan, memulai pekerjaan penuh waktu, pernikahan dan tahun pertama menjadi orang tua.¹⁶ Perceraian orang tua yang tetap memiliki konsekuensi negatif pada kualitas hidup pada masa dewasa. Orang dewasa yang orang tuanya bercerai mengalami tingkat tekanan psikologis yang lebih besar pada satu waktu dihidup mereka dan lebih bermasalah dalam pernikahan mereka sendiri dibandingkan dengan orang tua yang tidak bercerai.¹⁷

Menurut Hurlock dalam Sumanto¹⁸ ciri-ciri dewasa awal adalah masa usia reproduktif, sebagai masa bermasalah, masa yang penuh dengan ketegangan emosional, masa ketergantungan dan perubahan nilai. Sedangkan menurut Aderson dalam Amalia dan Cahyanti¹⁹, menyatakan bahwa ciri-ciri seseorang yang berada di usia dewasa awal adalah orientasi pada tugas, memiliki tujuan-tujuan yang jelas dan kebiasaan-kebiasaan kerja yang efisien, mengendalikan perasaan pribadi, keobyektifan, menerima kritik dan saran, mempertanggung jawabkan terhadap usaha-usaha pribadi dan penyesuaian yang realistis terhadap situasi-situasi baru

Penelitian ini penting untuk dilakukan mengingat tugas perkembangan masa dewasa akan dihadapkan dengan masalah dan tanggungjawab yang

¹⁶ Amato, P.R., & Keith, B. "Parental Divorce and Adult Well-Being: A Meta Analysis", *Journal of Marriage and The Family*, (1991): 43-58.

¹⁷ Kulka, R. A., & Weingarten, H., "The Long-Term Effects of Parental Divorce on The Mental Health of Young Adults: A Development Perspective", *Journal Child Development*: (1979): 50-78.

¹⁸ Sumanto, *Psikologi Perkembangan Fungsi dan Teori*, (Jakarta: PT. BUKU SERU, 2014), 90.

¹⁹ Shofi Tri Amalia & Ika Yuniar Cahyanti, "Gambaran Resiliensi Pada Dewasa Awal Terhadap Situasi Akibat Perceraian Orang Tua", *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, Vol. 1, No. 1, (2021): 268-279.

lebih serius dalam kehidupan yang memiliki efek dampak jangka panjang, pada usia dewasa awal juga mulainya pembentukan hubungan yang serius menuju pernikahan sehingga individu tersebut dituntut untuk memahami dirinya dan melakukan adaptasi yang sesuai sebelum ketidapahamannya akan diri sendiri berdampak buruk kepada hubungannya dengan orang lain. Perceraian orang tua dapat memiliki dampak yang besar pada anak dewasa awal. Fase tersebut individu mengalami transisi dari masa remaja ke masa dewasa pada berbagai aspek kehidupan mereka. Perceraian orang tua dapat memicu reaksi dan penyesuaian emosional yang kompleks, sehingga masuk ke dalam mode bertahan hidup (*survival mode*). Latar belakang mode bertahan hidup ini berkaitan dengan beberapa faktor penting, seperti perubahan struktural dalam keluarga, emosi dan kesejahteraan psikologis, perubahan identitas, tantangan sosial, dan ketidakpastian tentang masa depan. Mode bertahan hidup adalah respons adaptasi psikologis dan emosional yang melibatkan mekanisme pertahanan seperti penyangkalan, penghindaran, atau konsentrasi berlebihan pada masalah praktis. Pentingnya dukungan sosial, konseling, dan kesempatan untuk merumuskan identitas baru dengan cara positif menjadi faktor penting dalam membantu individu keluar dari mode bertahan hidup (*survival mode*) dan membangun fondasi yang lebih kuat untuk masa depan.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin mengkaji lebih mendalam tentang bagaimana dewasa awal dalam mengatasi *survival mode*

pasca perceraian orang tua dan apa faktor yang mempengaruhi pada dewasa awal pasca perceraian orang tua.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa rumusan masalah pada penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana dewasa awal mengatasi *survival mode* pasca perceraian orang tua di Desa Bagik Payung Selatan Kecamatan Suralaga Kabupaten Lombok Timur?
2. Apa faktor yang mempengaruhi dewasa awal mengatasi *survival mode* pasca perceraian orang tua di Desa Bagik Payung Selatan Kecamatan Suralaga Kabupaten Lombok Timur?

C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ditentukan diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih dalam mengenai kemampuan dewasa awal *survive* dalam mengatasi *survival mode* pada dewasa awal yang menjadi korban perceraian orang tua, sehingga dapat memberikan wawasan lebih dalam menghadapi permasalahan setelah perceraian orang tua, dan faktor dewasa awal mampu bertahan hidup dengan cara yang positif pasca perceraian orang tua. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan kontribusi dalam upaya membangun ketahanan pada dewasa awal sehingga mereka dapat bertahan dalam mengatasi permasalahan dengan

lebih efektif dan berhasil menjalani kehidupan pasca perceraian orang tua. Hal tersebut dapat diambil untuk menciptakan kerukunan dan keharmonisan anak dengan orang tua yang mendukung perkembangan pribadi anak menjadi tangguh dan pribadi yang positif dalam menjalani kehidupan di Desa Bagik Payung Selatan. Kecamatan Suralaga Kabupaten Lombok Timur.

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan signifikansi penelitian yaitu, penelitian ini diharapkan dapat membantu pengembangan teori mengenai bagaimana dewasa awal mampu bertahan dan tangguh dalam menghadapi masalah pasca perceraian orang tua. Penelitian ini juga diharapkan dapat membantu pengembangan teori tentang faktor pendukung dewasa awal dalam bertahan menjalani kehidupan pasca perceraian orang tua.

Hasil penelitian diharapkan berguna sebagai acuan dalam memberikan saran, masukan maupun rekomendasi yang bersifat *preventif*, *kuratif*, maupun *preservative* terhadap permasalahan hubungan anak dan orang tua setelah perceraian dan konseling keluarga yang khusus untuk membantu dan mengembangkan ketahanan yang baik pada anak korban perceraian orang tua dalam menghadapi dan mengatasi trauma atau masalah dalam kehidupan sehari-hari. Memberikan pemahaman dan strategi coping yang berguna pada dewasa awal dengan latar belakang orang tua bercerai untuk mencapai dan menjalankan tugas perkembangan dengan lebih baik dan optimal.

D. Kajian Pustaka

Berdasarkan tinjauan pengamatan maupun penelusuran peneliti terkait bagaimana mengatasi *survival mode* pada dewasa awal pasca perceraian orang tua di Desa Bagik Payung Selatan Kecamatan Suralaga Kabupaten Lombok Timur. Berikut akan dipaparkan penelitian-penelitian yang terkait antara lain:

Pertama, penelitian dari Rebecca Gialloa, Natalie Rosea, Amanda Cooklina dan Derek McCormacka dengan judul “In Survival Mode: Mothers and Fathers Experience of Fatigue in The Early Parenting Peroid”.²⁰ Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan pengalaman kelelahan para ibu dan ayah pada masa awal pengasuhan dan strategi yang mereka gunakan untuk mengatasinya. Adapaun hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa para orang tua menggambarkan gejala kelelahan fisik dan kognitif yang tidak henti-henti sehingga berdampak pada fungsi sehari-hari dan kesejahteraan dalam kehidupan mereka. Munculnya kelelahan juga karena kurang tidur, dan tuntutan keseharian, serta kesempatan yang terbatas untuk istirahat. Para ibu mengidentifikasi bahwa cara untuk mengatasi kelelahan yang dialami adalah meluangkan waktu untuk diri sendiri, berolahraga, dan mendapatkan dukungan sosial, sementara para ayah melihat pekerjaan sebagai sumber kelonggaran dan memiliki ekspektasi yang realistis.

²⁰ Rebecca Gialloa,b, Natalie Rosea, Amanda Cooklina dan Derek McCormacka, “In Survival Mode: Mothers and Fathers Experience of Fatigue in The Early Parenting Peroid”, *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, Vol. 31, No. 1, (2013): 31-45.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Berna Detta dan Sri Muliati Abdullah dengan judul “Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga *Broken Home*”.²¹ Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dinamika resiliensi remaja dengan keluarga *broken home*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus, responden utama dalam penelitian ini sebanyak dua orang dengan karakteristik sebagai berikut: orang tua kandung bercerai serta ayah menikah lagi sebanyak 3 kali dan pertengkaran orang tua yang terus-menerus sehingga memberikan dampak yang negatif pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memperlihatkan dinamika resiliensi cenderung sama, yaitu terbentuknya kemampuan resiliensi berdasarkan proses belajar individu dari permasalahan yang dihadapi, kemampuan individu untuk melakukan evaluasi setiap tindakan yang dilakukan dan segi spiritual yaitu mendekati diri kepada Tuhan sehingga menjadikan nilai-nilai agama sebagai pedoman kehidupan. Sementara itu subyek yang memiliki kemampuan optimis dan efikasi diri yang belum baik, hal ini disebabkan proses belajar individu untuk menghadapi permasalahan yang masih berkembang. Ketakutan individu mengenai pengalamannya tentang keluarga *broken home* menyebabkan kesulitan individu untuk memiliki kemampuan optimisme dan efikasi dengan baik, hal ini menyebabkan remaja cenderung ragu-ragu dengan kemampuan dirinya, berpikir bahwa permasalahan yang dihadapinya akan terjadi hingga di masa depan.

²¹ Berna Detta & Sri Muliati Abdullah. “Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga Broken Home”. *Insight*, Vol. 19, No. 2, Agustus (2017): 71-86

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Suneeta Joys Sihombing dengan judul “Resiliensi Anak Korban Perceraian Dalam Menjalिन Hubungan Kencan di Usia Dewasa Awal”.²² Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami lebih baik gambaran resiliensi anak-anak korban perceraian orang tua dalam membuka diri dan menjalin hubungan kencan saat memasuki usia dewasa awal. Penelitian yang dilakukan menggunakan metode penelitian kualitatif fenomenologi, yaitu dengan melakukan observasi dan wawancara yang mendalam terhadap kedua subjek penelitian. Subjek penelitian terdiri dari 1 orang wanita dan 1 orang pria. Keduanya menghadapi kondisi konflik rumah tangga antara ayah dan ibu sejak masih usia anak-anak, hingga orang tua mereka memutuskan untuk hidup berpisah. Subjek FZ (pria) saat ini berusia 25 tahun dan DT (perempuan) berusia 27 tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan merujuk pada 7 faktor pembentuk resiliensi, kedua subjek memiliki resiliensi yang cenderung positif dimana mereka mampu untuk kembali bangkit dari keterpurukan, masalah ataupun masa lalu yang buruk yang pernah mereka alami termasuk di dalamnya perceraian orangtua maupun kegagalan dalam suatu hubungan romantisme, dan terus membuka diri untuk kembali menjalin hubungan dengan orang-orang baru yang kemudian mereka pilih sebagai kekasih mereka.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Salsabila Wahyu Hadianti, R. Nunung Nurwati, dan Rudi Saprudin Darwis dengan judul “Resiliensi Remaja Berprestasi dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai Studi Kasus

²² Sihombing, Suneeta Joys. “Resiliensi Anak Korban Perceraian Dalam Menjalिन Hubungan Kencan Di Usia Dewasa Awal”. JP3SDM, Vol. 9, No. 1, (2020): 33-52.

Pada Siswa-Siswi Berprestasi dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai Di SMA Negeri 1 Margahayu”.²³ Tujuan penelitian ini untuk mengetahui strategi dan kemampuan remaja berprestasi dengan latar belakang orang tua bercerai dalam menghadapi dampak dari perceraian orang tuanya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja telah memiliki kapasitas untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan, bahkan mengalihkan dampak dampak yang merugikan akibat perceraian kearah yang positif yakni dengan berprestasi.

Keenam, hasil penelitian dari Betty Karya dengan judul “Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga *Broken Home* Di Kelurahan Pendahara Kabupaten Katingan”.²⁴ Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dinamika resiliensi remaja broken home Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus, responden utama dalam penelitian ini adalah tiga orang dengan ciri-ciri sebagai berikut orang tua kandung bercerai dan ibu menikah lagi 2 kali dan pertengkarannya orang tua terus menerus yang berdampak negatif pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden menunjukkan bahwa dinamika resiliensi cenderung sama yaitu pembentukan kemampuan resiliensi berdasarkan proaksi belajar individu dari permasalahan yang dihadapi, kemampuan individu mengenal setiap tindakan yang dilakukan dan aspek spiritual yaitu mendapatkan mendekatkan diri kepada Tuhan sehingga menjadikan nilai-nilai

²³ Hadianti, Salsabila Wahyu, dkk. “Resiliensi Remaja Berprestasi Dengan Latar Belakang Orangtua Bercerai (Studi Kasus Siswa-Siswi Di SMA Negeri 1 Margahayu)”, *Jurnal Penelitian & PKM*, Vol. 4, No. 2, (Juli 2017): 129-389.

²⁴ Karya, Betty. “Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga Broken Home Di Kelurahan Pendahara Kabupaten Katingan”. *Interior Jurnal*, Vol. 21, No. 2, (April 2020):78-85.

agama sebagai pedoman hidup, Sedangkan subjek yang memiliki kemampuan optimis dan efikasi diri yang kurang, hal ini disebabkan proses belajar individu untuk menghadapi masalah yang berkembang, ketakutan Individu terhadap pengalamannya dengan keluarga *broken home* menyebabkan individu kesulitan untuk memiliki kemampuan optimisme dan efikasi yang baik, hal ini menyebabkan remaja cenderung meragukan kemampuannya, berpikir bahwa masalah yang dihadapinya akan terjadi dikemudian hari.

Ketujuh, penelitian yang dilakukan oleh Desi Wulandari dan Nailul Fauziah dengan judul “Pengalaman Remaja Korban *Broken Home* (Studi Kualitatif Fenomenologis)”.²⁵ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami pengalaman individu saat remaja yang menjadi korban broken home serta memberikan gambaran mengenal bagaimana remaja yang menjadi korban *broken home* dapat bertahan dan menjalani kehidupan. Metode digunakan adalah metode penelitian kualitatif fenomenologis dengan metode analiaais eksplikasi data. Metode pengumpulan data penelitian ini menggunakan wawancara semi-terstruktur, Partisipan dalam penelitian ini dipilih dengan teknik purposive. Partisipan berberjumlah tiga orang, partisipan merupakan perempuan dan berusia remaja saat keadaan keluarga *broken home*. Hasil dari penelitian ini, ketiga partisipan dapat bertahan pada keadaan keluarga yang broken home karena adanya penerimaan diri yang positif. Ketiga subjek mengaku bahwa penerimaan diri yang muncul dipengaruhi oleh religiusitas dan dukungan emosional dari lingkungan.

²⁵ Desi Wulandari dan Nailul Fauziah, “Pengalaman Remaja Korban *Broken Home* (Studi Kualitatif Fenomenologi)”, *Jurnal Empati*, Vol. 8, No. 1, (Januari 2019):1-9.

Ketiga subjek mampu membangun kemampuan resiliensi ditunjukkan dengan bangkit kembali dan memiliki harapan untuk masa depan.

Kedelapan, penelitian yang dilakukan oleh Talenta Adiyanti Puteri dan Riza Noviana Khoirunnisa dengan judul “Resiliensi Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua”.²⁶ Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dan faktor yang mempengaruhi kemampuan resiliensi pada remaja korban perceraian orang tua. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Adapun subjeknya ada 2 orang 1 laki-laki dan 1 perempuan yang berumur 20-21 tahun. Dari hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa kedua subjek memiliki kemampuan resiliensi yang berbeda, subjek Budi memiliki resiliensi yang baik karena mendapatkan dukungan dari orang terdekat sehingga dapat membantu mengembangkan resiliensi yang ada pada subjek dengan menunjukkan sikap menerima keadaan dan menjadi orang mandiri. Sedangkan subjek Cantik memiliki resiliensi yang kurang baik karena tidak mendapatkan dukungan dari keluarga sehingga masih memiliki rasa pesimis, ragu akan masa depan, dan bahkan trauma akan pernikahan.

Kesembilan, penelitian yang dilakukan oleh Shofi Tri Amalia dan Ika Yuniar Cahyanti dengan judul “Gambaran Resiliensi Pada Individu Dewasa

²⁶ Talenta Adiyanti Puteri dan Riza Noviana Khoirunnisa, “Resiliensi Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua”, *Character: Jurnal Pendidikan Psikologi*, Vol. 9, No. 6, (2022): 147-159.

Awal Terhadap Situasi Akibat Perceraian”.²⁷ Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana resiliensi pada individu dewasa awal (usia 18-29 tahun) terhadap situasi akibat perceraian orangtua dengan menggunakan metode kualitatif. Tiga partisipan yang terlibat dalam penelitian ini menghadapi kesulitan yang berbeda-beda sebagai akibat dari perceraian orangtua mereka. Namun, ada persamaan yang ditemukan yaitu tumbuhnya ketakutan yang membuat subjek cenderung melakukan antisipasi dalam berhubungan dengan orang lain dan mempersiapkan diri dalam membentuk rumah tangga di masa depan. Dari penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa proses resiliensi pada individu dewasa awal akibat perceraian orangtua dapat membawa perubahan positif dalam pikiran dan tindakan mereka. Para partisipan menjadi lebih berpikir jauh, lebih dewasa, dan lebih bersyukur dari sebelumnya. Hasil penelitian ini memberikan wawasan penting tentang bagaimana individu dewasa awal mengatasi situasi yang menantang, yang dapat membantu dalam pemahaman dan pembentukan hubungan dekat menuju pernikahan serta adaptasi yang sesuai dengan tanggung jawab yang lebih serius dalam kehidupan mereka.

Kesepuluh, penelitian dari Diyah Fatwati Arifah dan Retno Hanggarani Ninan, dengan judul “Resiliensi: Model Survival Konstruksif Melalui emosi pada WBP”.²⁸ Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui

²⁷ Amalia, Shofi Tri & Ika Yuniar Cahyanti. “Gambaran Resiliensi Pada Dewasa Awal Terhadap Situasi Akibat Perceraian Orang Tua”. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, Vol. 1, No. 1, (2021): 268-279.

²⁸ Diyah Fatwati Arifah dan Retno Hanggarani Ninan, “Resiliensi: Model *Survival* Konstruksif Melalui Emosi Pada WBP”, Seminar Nasional dan Call for Paper: “Community

tekanan yang di alami oleh WBP dan Upaya yang digunakan untuk mengatasi tantangan tersebut. hasil penelitian menunjukkan tujuan pembinaanya mengedepankan upaya memperbaiki diri, integrasi kembali ke dalam masyarakat, serta dapat aktif berpartisipasi dalam pembangunan dan hidup secara wajar sebagai anggota komunitas yang baik dan bertanggung jawab. Penelitian kualitatif menunjukkan bahwa kondisi penuh tekanan selama berada di LAPAS, tidak jarang menimbulkan respon emosi yang kontraproduktif terhadap kesehatan mental WBP. Akibatnya, perilaku yang muncul tidak sesuai dengan tujuan dan harapan dari pendekatan pemasyarakatan. Meski demikian, terdapat sebagian WBP yang menunjukkan kemampuan untuk mempertahankan atau meningkatkan Kesehatan mental dalam menghadapi stres (resiliensi). Data wawancara menyajikan fakta bahwa resiliensi muncul melalui regulasi emosi yang berhubungan dengan penilaian terhadap fitur-fitur fungsional dari LAPAS. Bentuknya antara lain yaitu reinterpretrasi situasi yang menekan, mengembangkan rasa humor, optimisme, makna hidup, aktif dalam merespon situasi, pemanfaatan optimal dukungan sosial, dan mengembangkan perilaku prososial.

Berdasarkan dari beberapa penelitian terdahulu yang dipaparkan diatas, maka penelitian ini dilakukan bertujuan untuk melengkapi dan mengembangkan penelitian-penelitian sebelumnya. Akan tetapi penelitian ini memiliki cakupan yang berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya

yaitu penelitian yang mengkaji tentang mengatasi *survival mode* pada dewasa awal pasca perceraian orang tua di Desa Bagik Payung Selatan.

E. Kerangka Teoretis

Teori yang digunakan untuk mengatasi *survival mode* pada dewasa awal pasca perceraian adalah teori resiliensi. Teori resiliensi adalah kerangka kerja yang merujuk pada kemampuan individu untuk mengatasi tantangan, tekanan, trauma, atau perubahan dalam hidup seseorang dengan cara yang positif. Mengetahui konsep resiliensi dan bagaimana hal itu berlaku dalam hidup seseorang dapat membantu individu memahami bahwa meskipun mereka mungkin mengalami mode bertahan pasca perceraian orang tua, mereka juga memiliki potensi untuk pulih dan tumbuh dari pengalaman tersebut. Resiliensi dalam penelitian ini fokus pada meningkatkan kemampuan individu dalam mengatasi stres dan tantangan pasca perceraian orang tua. Dalam konteks perceraian orang tua, ini dapat berarti membantu individu mengembangkan keterampilan coping yang adaptif, seperti kemampuan untuk mengelola emosi, mengatasi stres, dan mengembangkan cara-cara sehat untuk merespons situasi sulit. Meningkatkan resiliensi melibatkan mengembangkan keterampilan dalam mengatasi stres, membangun jaringan dukungan sosial, mengembangkan pola pikir yang adaptif, dan meningkatkan pemahaman tentang emosi dan perasaan.

Menurut Grotberg, E, resiliensi adalah suatu kemampuan yang dimiliki setiap individu untuk dapat bertahan dan beradaptasi serta kapasitas individu untuk menghadapi dan mengatasi berbagai macam masalah serta

menjadi tangguh ketika dihadapkan dengan berbagai bentuk rintangan, hambatan. Sedangkan menurut Reivich dan Shatte menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap masalah yang terjadi, bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan *adversity* atau trauma yang dialami dalam kehidupannya.²⁹

Perceraian orang tua dapat memiliki dampak yang besar pada anak dewasa awal. Dalam fase ini, individu mengalami transisi dari masa remaja ke masa dewasa pada berbagai aspek kehidupan mereka. Perceraian orang tua dapat memicu reaksi dan penyesuaian emosional kompleks, termasuk masuk ke dalam mode bertahan hidup (*survival mode*). Mode bertahan hidup ini berkaitan dengan beberapa faktor penting, seperti perubahan struktural dalam keluarga, emosi dan kesejahteraan psikologis, perubahan identitas, tantangan sosial, dan ketidakpastian tentang masa depan. Pentingnya dukungan sosial, konseling, dan kesempatan untuk merumuskan identitas baru dengan cara positif menjadi faktor penting dalam membantu individu keluar dari mode bertahan hidup dan membangun fondasi yang lebih kuat untuk masa depan.

Menurut Missasi dan Izzati³⁰ faktor-faktor yang mempengaruhi ketahanan (resiliensi) seseorang adalah faktor internal dan faktor eksternal.

²⁹ Edith Henderson Grotberg, "What Is Resilience? How Do You Promote It? How Do You Use It?", Ed. Edith Henderson Grotberg. *Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity* (Westport CT: Praeger Publishers, 2003), 1-3.

³⁰ Vallahatullah Missasi dan Indah Dwi Cahya Izzati, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi", *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 08 Agustus, (2019): 433-441.

Faktor internal meliputi spiritualitas, *self-efficacy*, optimisme, dan *self-esteem*. Sedangkan faktor eksternal meliputi dukungan sosial.

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah studi lapangan (*field research*) penyidikan yang dilakukan di lapangan yaitu lokasi yang dipilih sebagai lokasi pelaporan ilmiah.³¹ Menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif yang pada umumnya bertujuan untuk mendeskripsikan keadaan dilapangan terkait dengan karakteristik individu secara alami.³² Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Dalam penelitian ini, peneliti akan mencoba untuk mendeskripsikan bagaimana dewasa awal mengatasi *survival mode* dan apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi dewasa awal dapat *survive* pasca perceraian orang tua. Penelitian ini dilakukan di Desa Bagik Payung Selatan Kecamatan Suralaga Kabupaten Lombok Timur-NTB dan berfokus pada dewasa awal yang berlatar belakang orang tua bercerai.

2. Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini merupakan individu atau kelompok yang menjawab pertanyaan peneliti baik pertanyaan tertulis maupun

³¹ Abdurrahman Fathoni, *Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi* (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), 9.

³² Nurul Ulfatin, *Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan: Teori Dan Aplikasinya*, (Malang: MNC Publishing, 2015), 25.

pertanyaan lisan, subjek penelitian disebut responden atau informan.³³ Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan tujuan dan pertimbangan tertentu dari peneliti, yang dapat mewakili populasi dan sumber data yang dipilih sesuai dengan masalah yang tengah diteliti.³⁴ Penelitian ini membahas mengenai *survival mode* pada dewasa awal pasca perceraian orang tua. Sumber data dalam penelitian ini adalah subjek sebagai sumber data utama. Penelitian ini dilakukan di Desa Bagik Payung Selatan Kecamatan Suralaga Kabupaten Lombok Timur NTB.

Di dalam sebuah wilayah tentunya banyak sekali anak yang berlatar berlatang orang tua bercerai yang usia dewasa awal, karena keterbatasan tenaga dan keterbatasan waktu maka peneliti mengambil subjek sebanyak empat orang. Kemudian untuk menentukan keempat subjek tersebut peneliti menggunakan kriteria subjek sesuai dengan dasar tujuan penelitian dan kriteria yang telah ditentukan sebagai berikut:

- a. Dewasa awal dengan rentang usia 20-30 tahun
- b. Belum menikah
- c. Individu dengan latar belakang orang tua bercerai

3. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini, diantaranya terdiri dari sumber primer dan sekunder.

³³ Lexy J Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosada, 2005), 3.

³⁴ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian* (Jakarta: Asdi Mahastya, 2013), 104.

a. Sumber Primer

Sumber data primer dalam penelitian ini adalah hasil wawancara dari empat orang dewasa awal dengan latar belakang orang tua bercerai.

b. Sumber Sekunder

Data sekunder adalah data untuk melengkapi data primer, adapun bentuk data sumber sekunder yakni berkaitan dengan dokumen-dokumen atau berkas lainnya yang terkait dengan apa yang diteliti.

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data diantaranya, yakni:

a. Observasi

Pengamatan dalam penelitian ini dilakukan secara non partisipan atau tidak terlibat secara langsung. Tujuan observasi dilakukan adalah untuk memperoleh data dan informasi yang dianggap perlu dan dikumpulkan melalui pengamatan pada tempat penelitian.³⁵

b. Wawancara

Teknik wawancara dilakukan secara tatap muka dengan subjek penelitian yaitu anak yang usia dewasa awal dan masyarakat atau orang terdekat subjek yang mampu memberikan informasi tentang subjek tersebut. Adapun bentuk wawancara yang digunakan, yakni semi terstruktur dengan mengajukan sejumlah pertanyaan dengan melakukan persiapan pedoman wawancara yang telah

³⁵ Sandu Siyoto, *Dasar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Literasi Media, 2015), 68.

disusun sebelumnya untuk memperoleh data yang diinginkan secara lebih mendalam.

c. Dokumentasi

Studi dokumen merupakan metode pengumpulan data kualitatif dengan sejumlah besar fakta serta data yang tersimpan dalam bahan yang berbentuk dokumentasi.³⁶ Adapun penggunaan teknik dokumentasi di dalam penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan informasi-informasi yang berkaitan dengan resiliensi pada individu dewasa awal. Ada banyak bentuk dokumentasi, yaitu dokumen yang berupa kata-kata, gambar, atau karya monumental seseorang.

5. Metode Analisis Data

Analisis data yang digunakan peneliti, yakni analisis bentuk Miles dan Huberman diantaranya, yakni reduksi data, penyajian data, verifikasi data atau menarik kesimpulan.³⁷

a. Tahap Reduksi

Pada tahap tersebut peneliti menyeleksi data temuan dari lapangan baik yang berbentuk wawancara maupun catatan, kemudian memisahkan dengan data yang menjadi tujuan fokus penelitian. Adapun data yang tidak sesuai dapat disimpan, sehingga

³⁶ Wiratna Sujarweni, *Metodologi Penelitian Lengkap, Praktis, Dan Mudah Dipahami*, (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2014), 33.

³⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*, 2nd Ed. (Bandung: Alfabeta, 2019), 322–329.

data data yang diperoleh tersebut lebih mengarah pada fokus penelitian.

b. Tahap Penyajian Data

Adapun pada tahap tersebut, proses penyajian data dilakukan secara naratif atau menarasikan hasil penelitian dalam bentuk kata-kata yang dituangkan dalam bentuk tulisan. Data temuan yang ditampilkan berbentuk hasil dari analisis yang memiliki kesesuaian dengan jawaban dari pokok permasalahan.

c. Tahap Verifikasi atau Menarik Kesimpulan

Pada tahap ini peneliti melakukan verifikasi atau menarik kesimpulan ketika data-data temuan telah terkumpul secara keseluruhan. Sehingga pada tahap kesimpulan tersebut dapat dilakukan pengecekan ulang terkait dengan kebenaran data yang telah terkumpul untuk dipastikan mencukupi atau dapat menjawab permasalahan dari penelitian, kemudian dapat dilakukan penarikan kesimpulan akhir.

6. Keabsahan Data

Lexi Moleong dalam Saebani menyebutkan ada beberapa teknik dalam melakukan keabsahan data diantaranya, yakni kredibilitas.³⁸

Dalam hal ini peneliti melakukan uji keabsahan data temuan lapangan melalui teknik kredibilitas, dan untuk mengetahui bahwasannya

³⁸ Beni Ahmad Saebani, *Pedoman Aplikatif Metode Penelitian Dalam Penyusunan Karya Tulis Ilmiah, Skripsi, Tesis, Dan Disertasi*, (Bandung: Cv Pustaka Setia, 2017), 138–39.

data itu kredibel peneliti menggunakan teknik triangulasi sumber sebagai dasar peneliti dalam menentukan data-data yang penting untuk dilakukan proses perbandingan hasil wawancara dari informan penelitian dengan informan lainnya. Di sisi lain pula data yang diperoleh melalui dokumen dapat dilakukan pengecekan sehingga data yang diperoleh tersebut relevan dengan sumber data dari hasil wawancara bersama dewasa awal yang menjadi korban perceraian orang tua.

G. Sistematika Pembahasan

Untuk menggambarkan isi penelitian ini agar mudah dipahami, maka peneliti akan memaparkan hasil penelitian dalam lima bab yaitu sebagai berikut:

BAB I: Pendahuluan, meliputi berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan signifikansi penelitian, kajian pustaka, kerangka teoretis, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II: Kajian Teori, meliputi berisi tinjauan tentang resiliensi, tinjauan tentang dewasa awal, tinjauan tentang perceraian orang tua,

BAB III: mengulas tentang pengalaman dewasa awal yang menjadi korban perceraian orang tua yang meliputi profil subjek dewasa awal, kehidupan dewasa awal dan masalah yang dihadapi dewasa awal pasca perceraian orang tua.

BAB IV: menyajikan hasil penelitian yang diperoleh dari analisis data yang telah dilakukan terkait mengatasi *survival mode* dan faktor yang

mempengaruhi *survival mode* sehingga mereka mampu bertahan dengan cara yang positif.

BAB V: Penutup, terdiri atas kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dan saran.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa perceraian orang tua dapat memiliki dampak yang signifikan pada anak-anak, yang dapat memengaruhi perkembangan mereka hingga dewasa. Proses adaptasi anak terhadap perubahan ini dapat bervariasi, tetapi ada beberapa upaya dewasa awal yang dapat membantu subjek IES, RW, MM, dan NI *survive* dalam mengatasi *survival mode* atau kondisi yang mendesak yang membuat dewasa awal tertekan pasca perceraian orang tua dengan cara yang positif. Upaya keempat subjek IES, RW, MM dan NI dalam bertahan menjalani kehidupan pasca perceraian orang tua adalah dengan penerimaan positif terhadap perubahan, memperbaiki diri, mengontrol diri. Sedangkan faktor yang mendukung Subjek IES, RW, MM, dan NI mampu *survive* pasca perceraian orang tua adalah adanya faktor yang ada dalam diri subjek, yaitu, memiliki kemampuan *self-efficacy* dan optimis akan masa depan. Adapaun faktor eksternal yang mempengaruhi subjek IES, RW, MM dan Ni adalah dukungan sosial dari keluarga dan teman-teman dekat, faktor usia dan durasi perceraian orang tua. Dewasa awal yang mengalami perceraian orang tua sejak usia dini mungkin memiliki lebih banyak waktu untuk berkembang dan mengatasi dampaknya.

Bimbingan dan konseling khususnya konseling keluarga juga memiliki peran yang penting dalam membantu individu dewasa awal mengatasi kesulitan, memahami perasaan mereka, dan merencanakan masa depan yang lebih baik. Perceraian orang tua tidak selalu menghasilkan efek negatif yang permanen jika individu memiliki dukungan yang tepat dan kemampuan adaptasi yang kuat. Dengan cara ini, dewasa awal dapat bertahan dan tumbuh melalui pengalaman perceraian orang tua mereka, menjalani kehidupan yang positif dan produktif di masa dewasa.

B. Saran

Berdasarkan pemaparan dan kesimpulan diatas, maka terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan bahan pertimbangan oleh pihak-pihak terkait antara lain:

1. Bagi Konselor dan Terapis/Praktisi, diharapkan dapat memberikan perhatian yang lebih pada anak korban perceraian untuk membantu mereka dalam beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi agar mampu bertahan dan menjalani hidup dengan cara yang positif.
2. Bagi Informan diharapkan mampu mempertahankan dan mengembangkan ketahanan positif yang dimiliki dan informan diharapkan mampu mengaplikasikan ketahanan yang dimiliki ketika menghadapi permasalahan yang lain.
3. Bagi anak korban perceraian orang tua dan Masyarakat

Anak dengan latar belakang orang tua yang bercerai diharapkan tidak terus larut dalam kesedihan akibat perceraian orang tua. Anak yang

dihadapkan pada perceraian orang tua diharapkan mampu memandang perceraian dengan sudut pandang positif, sehingga dapat mengambil pelajaran dan hikmah untuk bekal hidup dimasa yang akan datang.

Masyarakat diharapkan mampu menghilangkan pelabelan atau stigma negative terhadap anak yang orang tuanya bercerai dengan istilah anak nakal, anak bermasalah dan anak yang memiliki perilaku negatif. Masyarakat diharapkan juga agar tidak membeda-bedakan dalam memperlakukan anak yang orang tuanya telah bercerai dengan anak yang orangtuanya utuh.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya, dapat melakukan penelitian dengan metode penelitian yang berbeda dan upaya yang berbeda untuk mengatasi *survival mode* pada dewasa awal yang mengalami perceraian orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

BUKU-BUKU

- Albantany, Nur. *Plus Minus Perceraian Wanita Dalam Kaca Mata Islam Menurut Al-Quran Dan As-Sunnah*. Tangerang Selatan: Sealova Media, 2014.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Asdi Mahastya, 2013.
- Benard, Bonnie. *Resiliency: What We Have Learned*. San Francisco: WestEd, 2004.
- Dagun, Save. D. *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta, 2002.
- Desmita. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006.
- _____. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Pt. Remaja Rosdakarya, 2009.
- Fathoni, Abdurrahman. *Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Grotberg, Edith Henderson. "What Is Resilience? How Do You Promote It? How Do You Use It?" *In Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity*, edited by Edith Henderson Grotberg. Westport CT: Praeger Publishers, 2003.
- _____. Edith Henderson. *Tapping Your Inner Strength: How to Find the Resilience to Deal with Anything*. USA: New Harbinger, 1999.
- Hendriani, Wiwin. *Resiliensi Psikologis Sebuah Pengantar*. Jakarta: Kencana, 2018.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Pt. Gelora Aksara Pratama, 1980.
- Moleong, Lexy J. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosada, 2005.
- Nashori, Fuad, & Iwan Saputro. *Psikologi Resiliensi*. Yogyakarta: UII, 2021.
- Reivich, K., & Shatter, A. *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. New York: Broadway Books, 2002.

- Saebani, Beni Ahmad. *Pedoman Aplikatif Metode Penelitian Dalam Penyusunan Karya Tulis Ilmiah, Skripsi, Tesis, dan Disertasi*. Bandung: CV Pustaka Setia, 2017.
- Siyoto, Sandu. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media, 2015.
- Subekti, Tjitrosudibio. *Pokok-Pokok Hukum Perdata*. Cet XX1: PT Inter Massa, 1987.
- _____, Tjitrosudibio. *Kitab Undang-Undang Hukum Perdata*. Jakarta: Pradnya Paramita, 2001.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D, 2nd Ed*. Bandung: Alfabeta, 2019.
- Sujarweni, Wiratna. *Metodologi Penelitian Lengkap, Praktis, dan Mudah Dipahami*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2014.
- Sumanto. *Psikologi Perkembangan Fungsi dan Teori*. Jakarta: PT. BUKU SERU, 2014.
- Syaifuddin, Muhammad, dkk. *Hukum Perceraian*. Jakarta: Sinar Grafika, 2016.
- Ulfatin, Nurul. *Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan: Teori Dan Aplikasinya*. Malang: MNC Publishing, 2015.
- Walgito, Bimo. *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*. Yogyakarta: Andi, 2000.

ARTIKEL/PAPER

- Amalia, Shofi Tri & Ika Yuniar Cahyanti. "Gambaran Resiliensi Pada Dewasa Awal Terhadap Situasi Akibat Perceraian Orang Tua". *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, Vol. 1, No. 1, (2021): 268-279.
- Amato, P.R. "Children of Divorce in the 1990s: An Update of The Amato and Keith (1991) Meta-Analysis". *Journal of Family Psychology*, Vol. 15, No. 3 (2001): 355-370
- _____, & Sobolewski, J. M. "The Effects of Divorce and Marital Discord on Adult Children's Psychological Well-Being". *Journal of The American Sociological Association*, Vol. 66, No. 6, (2001): 900-921.

- _____. "The Consequences of Divorce for Adults and Children: An Update". *Journal of Marriage and Family*, Vol. 62, No. 4, (2012): 1269-1287.
- _____. & Keith, B. "Parental Divorce and Adult Well-Being: A Meta Analysis". *Journal of Marriage and The Family*, (1991): 43-58.
- Aprillia, W. "Resiliensi Dan Dukungan Sosial Pada Orang Tua Tunggal (Studi Kasus Pada Ibu Tunggal Di Samarinda)". *Ejournal Psikologi*, Vol. 1, No. 3, (2013): 2689-279.
- Azizah, Rina Nur. "Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Perkembangan Psikologis Anak". *Jurnal Al-Ibrah*, Vol. 2, No. 2, (Desember 2017), 153-172.
- Caverley. "Civil Service Resiliency and Coping". *The International Journal of Public Sector Management*, Vol. 18, No. 4, (2000): 5.
- Connor, Kathryn M. & Jonathan R.T. Davidson, "Development of A New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)", Research Article: Depression and Anxiety, Vol. 18, (2003): 76-82.
- Detta, Berna & Sri Muliati Abdullah. "Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga Broken Home". *Insight*, Vol. 19, No. 2, Agustus (2017): 75.
- Dewanti, Ayu & Veronika Suprapti. "Resiliensi Remaja Putri Terhadap Problematika Pasca Orang Tua Bercerai". *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan*, Vol. 3, No. 3, (2014):164-171.
- Gialloa, b. Rebecca, dkk, "In Survival Mode: Mothers and Fathers Experience of Fatigue in The Early Parenting Peroid", *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, Vol. 31, No. 1, (2013): 31-45.
- Fonny, dkk. "Resiliensi dan Prestasi Akademik Pada Anak Tuna Rungu". *Jurnal Provitae*, Vol. 2, No. 1, (Mei 2006): 5.
- Hadianti, Salsabila Wahyu, dkk. "Resiliensi Remaja Berprestasi Dengan Latar Belakang Orangtua Bercerai (Studi Kasus Siswa-Siswi Di Sma Negeri 1 Margahayu)". *Jurnal Penelitian & PKM*, Vol. 4, No. 2, Juli (2017): 129-389.
- Jayanti, Karina dan Fitri Dwi Lestari. "Phenomenological Study of Interpersonal Communication and The Resilience of Adolescent Victims of Parental Divorce". *Journal Digital Media Communication*, Vol. 01, No. 2, (2022): 59.

- Johnston, S. G., & Thomas, A. M. "Divorce Versus Intact Parental Marriage and Perceived Risk and Dyadic Trust in Present Heterosexual Relationships". *Psychological Reports*, Vol. 78, (1996): 387-390.
- Karya, Betty. "Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga Broken Home Di Kelurahan Pendahara Kabupaten Katingan". *Interior Jurnal*, Vol. 21, No. 2, April 2022.
- Klohn, E.C. "Conceptual Analysis and Measurement of The Construct of Ego Resilience". *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 70, No. 5, (1996): 1067-1079.
- Kulka, R. A., & Weingarten, H. "The Long-Term Effects of Parental Divorce in Childhood on Adult Adjustment". *Journal of Social Issues*, Vol. 35, No. 4, (1979): 50-78.
- Lestari, Fiqqi Anggun & Lely Ika Mariyati. "Resiliensi Ibu Yang Memiliki Anak Down Syndrome Di Sidoarjo". *Psikologi: Jurnal Psikologi*, Vol. 3, No. 1, (2016): 141-155.
- Losoi, dkk. "Psychometric Properties of The Finnish Version of The Resilience Scale and Its Short Version". *Psychology, Community and Healty*, Vol. 2, No. 1, (2013): 1-10.
- Massa, Nutria, dkk. "Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Perilaku Sosial Anak". *Jambura Journal of Community Empowerment*, Vol. 1, No. 1, Juni (2020): 1-12.
- Matondang, Armansyah. "Faktor-Faktor Yang Mengakibatkan Perceraian Dalam Perkawinan". *Jurnal Ilmu Pemerintahan Dan Social Politik UMA*, Vol. 2, No. 2, (2014), 141-150.
- Missasi, Vallahatullah dan Indah Dwi Cahya Izzati, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi", *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 08 Agustus, (2019): 433-441.
- Poole, J.C., Dobson, K.S., & Pusch, D. "Childhood Adversity and Adult Depression: The Protective Role of Psychological Resilience". *Child Abuse & Neglect*, Vol. 64 (2017): 89-100.
- Ratna, Rama Danti & Satiningsih. "Resiliensi Remaja Penyanang Tuna Daksa Yang Mengalami Broken Home". *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*.
- Rohmati, Siti Ulfi, dkk. "Dinamika Psikologis Resiliensi Pada Korban Ghosting". *Academia: Journal of Multidisciplinary Studies*, Vol. 5, No. 2, Juli-Desember (2021): 240-258.

Sanyata, Sigit “Mekanisme dan Taktik Bertahan: Penolakan Realita dalam Konseling”, *Paradigma*, Vol. 4, No. 8, (Juli 2009):35-44.

Sari, M. N., & Sukmawati, I. “Faktor Penyebab Perceraian dan Implikasinya Dalam Pelayanan Bimbingan Dan Konseling”. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, Vol. 3, No. 1, (2015): 16-21.

Sihombing, Suneeta Joys. “Resiliensi Anak Korban Perceraian Dalam Menjalinkan Hubungan Kencan Di Usia Dewasa Awal”. *JP3SDM*, Vol. 9, No. 1, (2020): 33-52.

Sounthwick, Dkk. “Resilience Definitions, Theory, And Challenges: Interdisciplinary Perspectives”. *Europea Journal of Psychotraumatology*, Vol. 5, (2014): 1-16.

Sukoco, K. W., Rozano, D. & Utami, T. S. “Pengaruh Broken Home Terhadap Perilaku Agresif”. *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling*, Vol. 2, No 1 (2016): 38-42.

Trianingsih, Rima, dkk. “Pengaruh Keluarga Broken Home Terhadap Perkembangan Moral Dan Psikososial Siswa Kelas V SDN 1 Sumberbaru Banyuwangi”. *Jurnal Pendidikan Anak dan Karakter*, Vol. 02, No. 01, (Oktober 2019): 10-16.

Widuri, Erlina Listyanti. “Regulasi Emosi Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Tahun Pertama”. *HUMANITAS: Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 2, No. 2, (2012).

Wulandari, Desi dan Nailul Fauziah, “pengalaman remaja korban broken home (studi kualitatif fenomenologi)”, *Jurnal empati*, Vol. 8, No. 1, (Januari 2019):1-9.

Yu, X & Zhang, J. “Factor Analysis and Psychometric Evaluation of The Connor-Davidson Resilience Scale with Chinese People”. *Journal of Nursing Measurement*, Vol. 35, No. 1, (2007): 19-30.

INTERNET

Suara NTB, <https://www.suarantb.com/2022/01/25/kasus-perceraian-di-lotim>, diakses pada 14 Mei 2023.

Ampenan News <https://www.ampenannews.com/2020/01/angka-perceraian-di-lombok-timur-masih-tinggi.html>. Diakses pada 14 Mei 2023

Gia Marson, "The Negative Impact of Prolonged Survival Mode: What can you do to thrive?", <https://drgiamarson.com/the-negative-impact-of-prolonged-survival-mode-what-can-you-do-to-thrive>. Di akses pada tanggal 16 Agustus 2023.

