

**KETERBUKAAN DIRI DAN *SOCIAL SUPPORT* SEBAGAI KUNCI  
KEBERHASILAN PENERIMAAN DIRI REMAJA *BROKEN HOME***



Oleh:  
**Muhammad Hiqqal**  
NIM : 22200012108

**TESIS**

Diajukan Kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga  
STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA  
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Master of Arts  
(M.A.)

**Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies**

**Konsentrasi Bimbingan Konseling Islam**

**Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga**

**YOGYAKARTA**

**2024**

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Hiqqal, S. Sos

NIM : 22200012108

Jenjang : Magister (S2)

Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*

Konsentrasi : Bimbingan Konseling Islam

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

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
Yogyakarta, 3 September 2024  
**SUNAN KALIJAGA**  
**YOGYAKARTA**  
Saya yang menyatakan,



Muhammad Hiqqal, S. Sos

NIM. 222000121083

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Hiqqal, S. Sos

NIM : 22200012108

Jenjang : Magister (S2)

Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*

Konsentrasi : Bimbingan Konseling Islam

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

STATE ISLAMIC UNIVERSITY Yogyakarta, 3 September 2024  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA



Muhammad Hiqqal, S. Sos

NIM. 222000121083



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
PASCASARJANA

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

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1100/Un.02/DPPs/PP.00.9/11/2024

Tugas Akhir dengan judul : Keterbukaan Diri dan *Social Support* Sebagai Kunci Keberhasilan Penerimaan Diri Remaja *Broken Home*

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : MUHAMMAD HIQQAL, S.Sos  
Nomor Induk Mahasiswa : 22200012108  
Telah diujikan pada : Senin, 07 Oktober 2024  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I  
Dr. Moh. Mufid  
SIGNED

Valid ID: 672cbed23808f



Penguji II

Dr. H. Muhsin, S.Ag., M.A., M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 672d45a7b02ad



Penguji III

Prof. Dr. Hj. Casmini, S.Ag., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 672b6773141a9



Yogyakarta, 07 Oktober 2024  
UIN Sunan Kalijaga  
Direktur Pascasarjana

Valid ID: 672d8d1fc0810

Prof. Dr. Phil. Sahiron, M.A.  
SIGNED

**NOTA DINAS PEMBIMBING**

Kepada Yth,

Direktur Pascasarjana

UIN Sunan Kalijaga

Yogyakarta

*Assalamu'alaikum wr wb*

Setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**KETERBUKAAN DIRI DAN SOCIAL SUPPORT SEBAGAI KUNCI KEBERHASILAN  
PENERIMAAN DIRI REMAJA BROKEN HOME**

Yang ditulis oleh:

Nama : Muhammad Hiqqal

NIM : 22200012108

Jenjang : Magister

Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*

Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

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

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Yogyakarta, 4 September 2024

Pembimbing

Dr. H. Muhsin, S. Ag., M.A., M. Pd

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengalaman pada setiap tahapan penerimaan diri remaja dari keluarga *broken home*, selain itu untuk mengetahui dukungan sosial apa saja yang diperoleh remaja *broken home* dalam proses penerimaan diri. Penelitian ini berlokasi di Kota Pontianak Kecamatan Pontianak Timur Kelurahan Tanjung Hulu Provinsi Kalimantan Barat. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif pendekatan fenomenologis yang memungkinkan peneliti untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang tahapan dan dukungan sosial remaja dalam penerimaan diri mereka. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 2 orang yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Fokus utama penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi (1) Pengalaman perilaku pada setiap tahapan penerimaan diri remaja *broken home* (2) Bentuk dukungan sosial yang diperoleh remaja *broken home* dalam proses penerimaan diri. Data dikumpulkan melalui tiga teknik utama: observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati interaksi dan aktivitas remaja sementara wawancara yang dilakukan dengan para remaja *broken home* guna memperoleh informasi mengenai tahapan penerimaan diri remaja. Dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan catatan-catatan penting yang relevan penelitian tentang pengalaman penerimaan diri remaja *broken home*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) Kedua subjek penelitian menunjukkan bahwa keterbukaan diri memegang peranan krusial dalam proses penerimaan diri pada remaja, baik pada remaja W maupun V. Proses penerimaan diri ini tidak terjadi secara instan, melainkan melalui serangkaian fase emosional yang mencakup penyangkalan, kemarahan, depresi, negosiasi, hingga mencapai tahap penerimaan diri. Temuan ini sejalan dengan literatur dan konsep teoritis yang menyatakan bahwa penerimaan diri yang baik ditandai oleh kemampuan untuk mengungkapkan perasaan dan menjalin hubungan interpersonal yang positif. Dengan demikian, keterbukaan diri menjadi kunci dalam mempercepat proses penerimaan diri, yang pada akhirnya membantu remaja untuk diterima oleh lingkungan sekitar mereka. (2) Dukungan sosial memainkan peran penting dalam perkembangan dan kesejahteraan remaja yang berasal dari keluarga *broken home*. Melalui dukungan yang diberikan oleh lingkungan sekitar, seperti keluarga, teman, dan komunitas, remaja ini dapat merasakan perhatian, rasa aman, dan dorongan untuk tumbuh serta mengatasi tantangan hidup yang mereka hadapi. Bentuk dukungan sosial yang diterima oleh kedua subjek dalam penelitian ini adalah berupa dukungan emosional, dukungan penilaian atau penghargaan, dukungan instrumental berupa bantuan langsung, dan dukungan informasi. Semua dukungan tersebut berasal dari lingkungan keluarga dan teman sebaya.

**Kata Kunci:** Penerimaan Diri, Remaja, Keterbukaan Diri, *Social Support Broken home*

## **PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN**

Transliterasi kata-kata Arab ke dalam kata-kata latin yang dipakai dalam penyusunan tesis ini berpedoman kepada *International Journal of Middle East Studies* (IJMES).

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim*

Puji syukur kehadirat Allah SWT, karena hidayah dan rahmat-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan tesis yang berjudul "Keterbukaan Diri dan *Social Support* Sebagai Kunci Keberhasilan Penerimaan Diri Remaja *Broken Home*. Sholawat beserta salam senantiasa tercurahkan kepada Baginda Nabi Muhammad SAW, semoga keselamatan selalu tercurahkan padanya dan kepada seluruh pengikutnya hingga akhir zaman. Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan tak terhingga kepada :

1. Prof. Noorhaidi, S. Ag., M.A, M. Phil., Ph.D. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang telah memberikan akses serta memudahkan mahasiswa melalui kebijakan kampus
2. Prof. Dr. Phil. Sahiron, M.A. selaku Direktur Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan dan kemudahan dalam mengikuti pendidikan di kampus ini
3. Najib Kailani, S. Fil.I., MA, Ph.D. selaku Ketua Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
4. Dr. H. Muhsin, S. Ag., M.A., M. Pd selaku pembimbing yang selalu meluangkan waktu membimbing dengan penuh kesabaran serta

terimakasih pula selalu memberikan arahan dan motivasi kepada penulis selama penelitian dan penyusunan tesis ini.

5. Staff akademik Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memfasilitasi penulis selama menempuh pendidikan dan penyusunan tesis ini.
6. Bapak ibu dosen Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta beserta staff yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan berbagi pengalaman sejak awal kuliah sampai tahap penyusunan tesis ini
7. Pimpinan dan staff perpustakaan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah membantu memberikan fasilitas dan pelayanan terutama dalam hal peminjaman buku-buku yang menunjang penyusunan tesis ini.
8. Pengurus Masjid Taman Yasmin III Darussalam beserta Majelis Ta'lim Nurul Hidayah Pontianak Timur yang telah memberikan izin kepada penulis sehingga penulis bisa melakukan penelitian ini.
9. Penghargaan dan ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada ayahanda Muhammad Daud, A. Md dan ibunda Andarmi Trisnawangsih, S. Ag serta keluarga besar yang telah memberikan doa, dukungan dan semangat baik secara moril maupun materil dari awal masuk perkuliahan sampai penyusunan tesis ini.
10. Saudara kandung Fatiya Khairunnisa. S. Kep., Ners beserta suami Brigadir Agus Somantri, S. H dan keponakan yang sangat lucu Nazhifarrahmana yang telah memberikan semangat kepada penulis di tanah perantauan ini.

11. Calon Istriku Nurul Khaffifah, S.E yang telah memberikan semangat dan meluangkan waktunya untuk penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan proses penyusunan tesis ini.
12. Rekan-rekan seperjuangan Muhammad Fikri Rizqi Akbar, S. Pd, M. Pd Muhammad Rafiudin, S.E, M. E dan Oka Musir S.E., M. E yang telah memberikan motivasi dan arahan kepada penulis dari awal perkuliahan sampai penyusunan tesis ini.
13. Teman-teman konsentrasi bimbingan konseling islam angkatan 2022 yang telah memberikan masukan kepada penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan penyusunan tesis ini.
14. Keluarga besar Himpunan Mahasiswa Muslim Pascasarjana Sunan Kalijaga (HIMMPASSUKA) yang telah memberikan penulis gagasan dan masukan terkait penulisan ini sehingga penulis bisa menyelesaikan penyusunan tesis ini dengan baik.

Akhirnya penulis berharap agar kebaikan dan jasa yang telah dilakukan dinilai sebagai amal shaleh dan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Penulis juga menyadari bahwa tesis ini tidak sempurna, namun berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca.

Yogyakarta, 3 September 2024  
Saya yang menyatakan

Muhammad Hiqqal, S. Sos  
NIM. 22200012108

## MOTTO

"Berjuang itu penuh fitnah, maka perkukuhkan hati untuk tak mudah patah,  
agar tetap istiomah fiisabilillah"

- *Al Imam mujahid fiisabilillah Al Habib Muhammad Rizieq bin Husein bin Shihab -*

"Jadilah seperti bunga yang berikan keharuman bahkan kepada tangan yang  
menghancurkan"



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
**YOGYAKARTA**

## **PERSEMBAHAN**

Gelar M.A yang saya dapatkan ini, saya persembahkan untuk orang-orang yang saya cintai, yaitu kedua orang tua saya Muhammad Daud, A. Md dan ibunda Andarmi Trisnawangsih, S. Ag dan tak lupa pula saya persembahkan gelar M.A ini kepada kakak saya Fatiya Khairunnisa, S. Kep., Ners dan suami Brigadir Agus Somantri, S.H. Selain itu kepada calon istri Nurul Khafifah, S.E., M.E beserta seluruh keluarga besar saya yang sudah mendoakan, memberikan semangat dan motivasi kepada saya dari awal perkuliahan sampai mendapatkan gelar M.A ini. Mudah-mudahan apa yang saya dapatkan ini menjadi wasilah kebaikan dunia dan akhirat untuk kedua orang tua, keluarga besar saya, dan orang-orang yang saya cintai.



## DAFTAR ISI

### COVER

PERNYATAAN KEASLIAN .....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING .....	v
ABSTRAK .....	vi
PEDOMAN TRANSLITERASI .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
MOTTO .....	xi
PERSEMBERAHAN .....	xii
DAFTAR ISI .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv

BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Penelitian .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian .....	8
D. Kajian Pustaka .....	8
E. Kerangka Teoritis .....	15
F. Metode Penelitian .....	40
G. Sistematika Pembahasan .....	49
BAB II GAMBARAN UMUM REMAJA <i>BROKEN HOME</i> .....	50
A. Deskripsi Subjek Penelitian 1 .....	50
B. Deskripsi Subjek Penelitian 2 .....	52
BAB III PENGALAMAN PADA SETIAP TAHAPAN PENERIMAAN DIRI REMAJA <i>BROKEN HOME</i> .....	54
A. Pengalaman Pada Setiap Tahapan Penerimaan Diri Remaja W .....	54
1. Tahap Penyangkalan ( <i>Denial</i> ) .....	54
2. Tahap Marah ( <i>Angry</i> ) .....	56
3. Tahap Depresi ( <i>Depression</i> ) .....	57

4. Tahap Negosiasi ( <i>Negotiation</i> ).....	59
5. Tahap Penerimaan ( <i>Acceptance</i> ) .....	60
B. Pengalaman Pada Setiap Tahapan Penerimaan Diri Remaja V .....	64
1. Tahap Penyangkalan ( <i>Denial</i> ) .....	64
2. Tahap Marah ( <i>Angry</i> ).....	66
3. Tahap Depresi ( <i>Depression</i> ).....	68
4. Tahap Negosiasi ( <i>Negotiation</i> ).....	70
5. Tahap Penerimaan ( <i>Acceptance</i> ) .....	71
<b>BAB IV BENTUK SOCIAL SUPPORT YANG DITERIMA OLEH REMAJA BROKEN HOME DALAM PROSES PENERIMAN DIRI .....</b>	<b>76</b>
A. Dukungan Emosional .....	77
B. Dukungan Penilaian atau Penghargaan .....	80
C. Dukungan Instrumental atau Berupa Bantuan Langsung .....	82
D. Dukungan Informasi.....	83
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>88</b>
A. Kesimpulan .....	88
B. Saran.....	89
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>90</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>99</b>



## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1.</b> Pedoman Wawancara.....	99
<b>Lampiran 2.</b> Pedoman Observasi.....	101
<b>Lampiran 3.</b> Pedoman Dokumentasi .....	109
<b>Lampiran 4.</b> Dokumentasi .....	111



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Penelitian**

Masa remaja awal adalah masa transisi yang berlangsung pada rentang usia sekitar 13 hingga 16 tahun, sering disebut sebagai masa remaja yang penuh tantangan. Pada tahap ini, remaja mengalami berbagai perubahan, baik dari segi fisik, psikologis, maupun sosial.<sup>1</sup> Pada masa remaja, banyak peristiwa yang terjadi, baik yang bersifat positif maupun negatif. Namun, seringkali remaja terlibat dalam perilaku negatif seperti tidak masuk sekolah tanpa izin, balapan liar, tawuran, merokok, dan lainnya. Berbagai alasan dikemukakan oleh remaja untuk tindakan tersebut, salah satunya adalah pengaruh dari lingkungan keluarga yang sudah tidak harmonis lagi (*broken home*).<sup>2</sup> Lingkungan keluarga yang *broken home* dapat meningkatkan risiko remaja untuk terlibat dalam perilaku kenakalan dan tindakan-tindakan antisosial.

Kurangnya kasih sayang dan perhatian dari kedua orang tua menjadi salah satu faktor penyebab munculnya perilaku negatif pada remaja.<sup>3</sup>

Masa krisis pada remaja diwarnai oleh konflik-konflik internal, pemikiran kritis, perasaan yang mudah tersinggung, cita-cita dan

---

<sup>1</sup> Hurlock, E.B. *Psikologi perkembangan*. Edisi 5. (Jakarta: Erlangga, 2000), 206.

<sup>2</sup> Faizah, Siti Khusnul. "Pemahaman Kebahagiaan oleh Remaja Broken Home." *Taqorrub: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah* 3.1 (2022): 28-39.

<sup>3</sup> Alfiana, Ida. *Penerimaan Diri Remaja Keluarga Broken Home Di Balai Pelayanan Sosial Asuhan Anak Budhi Sakti Banyumas*. Diss. IAIN, 2017.

kemauan yang tinggi tetapi sukar untuk diraih sehingga ia merasa frustrasi. Remaja akan lebih mudah menjadi frustrasi, bingung dan masalah bertambah bila lingkungan yang seharusnya membantu masalahnya justru membebani dengan masalah-masalah baru. Masalah keluarga *broken home* bukan hanya menjadi masalah baru saja, tetapi justru merupakan masalah utama dari akar-akar kehidupan seorang remaja.<sup>4</sup>

*Broken home* merupakan kondisi dimana keadaan keluarga tidak lagi bersatu baik itu karena perceraian maupun karena kesibukan kedua orang tuanya. Anak-anak dalam rumah tangga yang berantakan seringkali mengalami tekanan mental, sehingga tidak jarang mereka menunjukkan perilaku sosial yang buruk. Anak-anak dari keluarga yang rusak (*broken home*) adalah mereka yang keluarganya tidak harmonis, dan sebagian orang tuanya telah bercerai. Anak-anak yang hidup dalam keluarga yang rusak (*broken home*) biasanya memiliki masalah dalam fungsi kognitif dan perubahan perilaku yang membenarkan perilaku agresif, kesulitan berinteraksi, dan sebagainya.<sup>5</sup> Mendalmi kasus perpecahan dalam keluarga (*broken home*) terdapat dua aspek yang menjadi penyebab utama dalam perpecahan tersebut, yaitu perceraian dan kesibukan kedua orang tua sehingga berpengaruh kepada kurangnya perhatian dan kasih sayang kepada

---

<sup>4</sup> Kartono, Menurut. "Perbandingan perilaku agresif antara remaja yang berasal dari keluarga bercerai dengan keluarga utuh." *Jurnal Psikologi Vol 3.1* (2005): 1.

<sup>5</sup> Aziz, Mukhlis. "Perilaku sosial anak remaja korban broken home dalam berbagai perspektif (Suatu penelitian di SMPN 18 kota Banda Aceh)." *Jurnal Al-Ijtima'iyah* 1.1 (2015).

anaknya.<sup>6</sup>

Angka perceraian di Indonesia mengalami penurunan hingga 10,2% di tahun 2023 dengan 463.654 kasus. Tahun sebelumnya, angka perceraian mencapai 516.344 kasus. Jumlah tersebut merujuk dari data Badan Pusat Statistik (BPS) yang dirilis pada 28 Februari 2024.<sup>7</sup> Sedangkan untuk di wilayah Pontianak berdasarkan data dari pengadilan agama Kota Pontianak tercatat pada tahun 2021 memutus 248 cerai talak dan 811 cerai gugat. Tahun 2022 memutus 225 cerai talak dan 818 cerai gugat. Tahun 2023 memutus 202 cerai talak dan 812 cerai gugat, dan 2024 hingga april, memutus 39 cerai talak dan 157 cerai gugat<sup>8</sup>.

Pada umumnya, remaja yang *broken home* lebih banyak melakukan perilaku yang menyimpang. Hal ini dikarenakan remaja yang berada dalam situasi dan kondisi keluarga *broken home* tidak dapat melakukan penerimaan diri yang baik. Selain itu, terhambatnya proses perkembangan remaja menjadi salah satu dampak yang terlihat dan dirasakan oleh remaja itu sendiri. Remaja yang terpaksa mengalami situasi dan kondisi keluarga yang *broken home* juga akan berdampak terhadap munculnya perilaku menyimpang.<sup>9</sup> Hal ini senada dengan yang

---

<sup>6</sup> Sofyan S. Willis, Konseling Keluarga (Family Counseling) (Bandung: Alfabeta, 2009), 66.

<sup>7</sup><https://kemenag.go.id/nasional/angka-cerai-turun-10-di-2023-kemenag-dorong-peran-kua-jaga-ketahanan-keluarga-rgQBT> diakses pada tanggal 9 Oktober 2024 pada pukul 17:42 WIB

<sup>8</sup><https://pontianak.tribunnews.com/2024/05/29/pontianak-dan-sambas-jadi-yang-tertinggi-untuk-kasus-perceraian-selama-3-tahun-terakhir-di-kalbar> diakses pada tanggal 9 Oktober 2024 pada pukul 17:49 WIB

<sup>9</sup> Saripuddin, M. *Hubungan Kenakalan Remaja Dengan Fungsi Sosial Keluarga*. Diss. Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2009.

di sampaikan oleh Wells dan Rankin dalam Afifah & Imam Mashuri yang mengatakan bahwa rumah tangga yang berantahkan (*broken home*) lebih erat kaitannya dengan kenakalan remaja. Hal tersebut dikarenakan kebanyakan efek dari *broken home* dapat menimbulkan perilaku yang menyimpang.<sup>10</sup>

Namun realitanya, walaupun remaja yang mengalami *broken home* mereka tetap melakukan hal-hal yang baik meskipun situasi dan kondisi keluarganya sudah tidak harmonis lagi. Menjadi anak dari keluarga *broken home* tidak selamanya buruk karena tidak menutup kemungkinan latar belakang keluarga *broken home* dapat dipandang dari sisi yang lebih positif. Ada hikmah serta penerimaan diri yang baik sehingga remaja yang *broken home* termotivasi untuk menjadi individu yang lebih positif.<sup>11</sup>

Selain itu, dampak yang dirasakan bagi remaja *broken home* adalah kesulitan untuk terbuka dan menjalin hubungan dengan orang lain. Rasa malu dan takut untuk dihakimi sering kali menghantui mereka, sehingga mereka memilih untuk menutup diri dan memendam perasaan mereka sendiri. Ketidakmampuan untuk terbuka ini dapat menyebabkan berbagai masalah dalam kehidupan remaja. Mereka mungkin mengalami kesulitan dalam menjalin pertemanan, menjalin hubungan romantis, atau bahkan

---

<sup>10</sup> Mashuri, Imam, And Afifah Afifah. "Urgensi Pendidikan Agama Islam Di Keluarga Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja Pada Siswa Madrasah Aliyah (Ma) Kanjeng Sepuh Gresik." *Incare, International Journal Of Educational Resources* 1.5 (2021): 421-430.

<sup>11</sup> Ardini, Pupung Puspa, Setiyo Utomo, and Yenti Juniarti. "Tumbuh Kembang Anak Broken Home." *Jurnal Pelita PAUD* 4.1 (2019): 114-123.

berkomunikasi dengan lingkungan. Hal ini dapat membuat mereka merasa kesepian, terisolasi, dan tidak memiliki tempat untuk berlindung.<sup>12</sup>

Oleh karena itu, keterbukaan memainkan peranan penting dalam penerimaan diri, karena remaja yang mampu dalam melakukan keterbukaan diri (*self disclosure*) akan lebih mudah dalam hal mengungkapkan diri mereka, dapat melakukan penyesuaian diri, lebih merasa percaya diri, lebih kompeten, bisa diandalkan, mampu bersikap positif, percaya terhadap orang lain, dan objektif<sup>13</sup> sehingga memudahkan remaja untuk menerima diri terhadap situasi dan kondisi yang dialami.

Penerimaan diri menjadi pondasi utama seseorang dalam menerima realita kehidupan yang berisi peristiwa yang menyenangkan maupun peristiwa yang menyedihkan dengan sikap yang positif melalui pengakuan ataupun penghargaan terhadap nilai-nilai individual serta mampu menunjukkan tingkah laku yang baik. Ketidaksiapan remaja dalam menerima hal-hal yang di luar keinginannya akan sangat berpengaruh terhadap sikap yang akan mereka munculkan. Dalam hal ini, peran orang tua yang harmonis sangat dibutuhkan dalam membentuk karakter yang baik bagi remaja.<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup> Yusufi, Dhia Erwinda. *Keterbukaan Diri Remaja Broken Home Terhadap Interaksi Komunikasi Dengan Teman Sebaya (Peer Group)(Studi Fenomenologi Di Kecamatan Ungaran Timur)*. Diss. Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2024.

<sup>13</sup> Hayati, Dina Nur Fitriana. *Keterbukaan Diri Remaja Putri Dengan Ibu Tiri (Studi Deskriptif Kualitatif Keterbukaan Diri Tentang Reproduksi Di Kota Semarang)*. Diss. Universitas Islam Sultan Agung, 2019.

<sup>14</sup> Gamayanti, Witrin. "Gambaran penerimaan diri (self-acceptance) pada orang yang mengalami skizofrenia." *Psypathic: Jurnal Ilmiah Psikologi* 3.1 (2016): 139-152.

Dalam proses menemukan penerimaan diri, remaja umumnya harus melewati berbagai kondisi dan situasi yang kompleks. Menurut teori *Kubler Ross*, sebagaimana dijelaskan oleh Fahrurrazi dan Casmini mengenai proses kedukaan, seseorang biasanya melalui lima tahapan emosional. Tahapan ini dimulai dari penolakan hingga akhirnya mencapai penerimaan diri.<sup>15</sup> Penerimaan diri menjadi langkah awal dalam pembentukan kepribadian yang positif, memungkinkan seseorang untuk lebih memahami dirinya serta mengenal dan menerima orang lain dengan baik.<sup>16</sup>

Tidak hanya itu, remaja yang berasal dari keluarga *broken home* membutuhkan dukungan sosial dari orang lain. Dukungan sosial dari orang-orang terdekat yang siap memberikan bantuan saat seseorang menghadapi masalah yang sulit diatasi sendiri. Dukungan ini sangat penting bagi individu karena dapat membantu memulihkan semangat untuk melanjutkan berbagai aktivitas kehidupan sehari-hari.<sup>17</sup>

Minimnya dukungan sosial dapat menghambat proses reintegrasi mereka. Keluarga adalah lingkungan utama yang berperan sebagai sumber dukungan pertama bagi remaja. Dalam kasus keluarga *broken home*, meskipun orang tua memilih menjalani hidup masing-masing,

---

<sup>15</sup> Fahrurrazi, Fahrurrazi, and Casmini Casmini. "Bimbingan Penerimaan Diri Remaja Broken Home." *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3.2 (2020): 142-152.

<sup>16</sup> Rahayu, Wulan Dwiyanti, and Mila Fatimah. "Gambaran konsep diri siswi yang mengalami broken home." *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)* 1.2 (2018): 52-57.

<sup>17</sup> Azari, Nur Fajrah, et al. "Dukungan Sosial Sebagai Determinan Kesehatan Mental pada Remaja dengan Keluarga Broken HOMe." *Journal of Communication and Social Sciences* 1.1 (2023): 25-36.

perlu diingat bahwa mereka tetap memiliki tanggung jawab untuk memberikan dukungan dan perhatian yang dibutuhkan anak. Kurangnya dukungan terhadap remaja dari keluarga *broken home* dapat memperburuk dampak situasi ini terhadap kesejahteraan mereka. Dukungan yang kuat dari orang tua, keluarga, teman, guru, atau tenaga profesional di bidang kesehatan mental sangat penting untuk membantu remaja menghadapi perubahan yang mereka alami. Tanpa dukungan yang memadai, perkembangan dan kesejahteraan anak bisa terhambat secara serius.<sup>18</sup>

Dari pemaparan di atas, alasan penulis dalam membahas topik ini adalah penulis melihat bahwa keterbukaan diri dan *social support* dalam proses penerimaan diri merupakan suatu hal yang dapat berpengaruh terhadap seseorang yang sedang mengalami problematika kehidupan terkhususnya bagi remaja yang sedang mengalami *broken home*.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka pembatasan masalah dalam penelitian ini yaitu keterbukaan diri dan *social support* sebagai kunci keberhasilan penerimaan diri remaja *broken home*. Adapun beberapa rumusan masalah yang ada dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pengalaman pada setiap tahapan penerimaan diri remaja *broken home* ?

---

<sup>18</sup> Putri, Helgi Dini Hergiman, and Budi Priyatmono. "Analisis Kondisi Psikologis Anak Broken Home Dalam Proses Reintegrasi Pada Balai Pemasyarakatan Kelas I Jakarta Pusat." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3.5 (2023): 5189-5198.

2. Bentuk *social support* apa saja yang diperoleh remaja *broken home* dalam proses penerimaan diri ?

### C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan pengalaman tahapan penerimaan diri remaja *broken home*
2. Untuk mengidentifikasi bentuk *social support* yang diperoleh remaja *broken home* dalam proses penerimaan diri

Sedangkan signifikansi penelitian dibagi menjadi dua, yaitu signifikansi teoritis dan signifikansi praktis. Untuk signifikansi teoritis dalam penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi dalam pengembangan teori penerimaan diri. Dalam hal praktis, hasil dari penelitian ini diharapkan mampu menjadi tolak ukur bagi remaja yang mengalami *broken home* agar dapat menerima realita kehidupan dengan pikiran yang positif.

### D. Kajian Pustaka

Banyak para akademisi dan peneliti membahas terkait penerimaan diri remaja. Dalam penelitian kali ini menambah informasi terkait penerimaan diri remaja khususnya bagi remaja yang *broken home*. Berikut adalah klasifikasi antara tulisan akademisi terdahulu dengan tulisan yang peneliti lakukan terkait dengan penerimaan diri remaja *broken home*

*Research* yang dilakukan oleh Natalia, dkk, langkah awal menuju penerimaan diri yang positif adalah dengan memiliki kesadaran dengan berfokus pada moment saat ini, dan menerima setiap sensasi, pikiran, dan emosi dari pengalaman tanpa memberi penilaian melalui latihan *mindfulness*. Selain *mindfulness*, berfikir positif juga efektif dalam meningkatkan penerimaan diri remaja.<sup>19</sup> Hal ini dikuatkan oleh temuannya Fatihul Mufidatu dan Yulia Sholichatun yang menunjukkan bahwa upaya pencapaian penerimaan diri remaja yang memiliki keluarga tiri dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial, berfikir positif, pemahaman diri, wawasan sosial, konsep diri yang positif, keberhasilan, harapan realistik, dan juga usia atau kematangan individu.<sup>20</sup> Temuan senada juga didapatkan dari hasil *research* yang dilakukan oleh Lia Dwi Tresnani dan Casmini didapatkan hasil bahwa dalam menghadapi penerimaan diri , remaja perlu mendapatkan dukungan sosial berupa pendengar yang baik, nasehat, motivasi, serta dukungan dari keluarga dan pasangan.<sup>21</sup>

Selain itu, *research* yang dilakukan oleh Ira Febriani menemukan bahwa penerimaan diri yang baik pada remaja penyandang tuna daksa dapat dicapai setelah melewati fase penolakan terhadap situasi dan kondisi dalam dirinya yang berubah, merasakan putus asa, dan kehilangan

---

<sup>19</sup> Waney, Natalia Christy, Wahyuni Kristinawati, and Adi Setiawan. "Mindfulness dan penerimaan diri pada remaja di era digital." *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 22.2 (2020): 73-81.

<sup>20</sup> Sholichatun, Yulia. "Penerimaan Diri Remaja yang Memiliki Keluarga Tiri." *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam* 13.1 (2016): 29-38.

<sup>21</sup> Tresnani, Lia Dwi, And Casmini Casmini. "Penerimaan Diri Dari Kegagalan Akademik Perempuan Perfeksionisme." *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan* 18.2 (2021): 110-122.

harapan.<sup>22</sup> Temuan dari penelitian tersebut diperkuat oleh *research* yang dilakukan oleh oleh Fahrurrazi dan Casmini yang menemukan hasil bahwa remaja *broken home* mengalami proses yang sangat panjang, berawal dari penolakan (*denial*), marah (*anger*), depresi (*depression*), negosiasi (*negotiation*), penerimaan (*acceptance*).<sup>23</sup> Temuan yang sama didapatkan dari *research* dilakukan oleh Lucia Regina Arnita dan Praharesti Eriany yang mendapatkan hasil bahwa penerimaan diri remaja putri penderita lupus melewati beberapa tahapan. Tahap pertama penyangkalan, tahap kedua yaitu kemarahan, tahap ketiga yaitu depresi, tahap keempat yaitu tawar-menawar, dan yang terakhir adalah penerimaan.<sup>24</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Dwi Linda Lestari didapatkan hasil bahwa kondisi *broken home* sangat berpengaruh kepada kondisi psikologis dan perilaku remaja, hal tersebut berdampak kepada proses penerimaan diri remaja, sehingga remaja melakukan *coping* yang lebih memfokuskan pada emosi (*emotion focused coping*) yang cenderung pada bentuk *coping escapism*, *minimization* dan *coping seeking meaning* untuk meringankan beban masalah dan *stres* yang dialami oleh remaja korban *broken home*.<sup>25</sup> Senada dengan temuan di atas, temuan dari

---

<sup>22</sup> Febriani, Ira. "Penerimaan diri pada remaja penyandang tuna daksa." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 6.1 (2018).

<sup>23</sup> Fahrurrazi, Fahrurrazi, and Casmini Casmini. "Bimbingan Penerimaan Diri Remaja Broken Home." *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3.2 (2020): 142-152.

<sup>24</sup> Citra, Lucia Regina Arnita, and Praharesti Eriany. "Penerimaan diri pada remaja puteri penderita Lupus." *Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi* 14.1 (2015): 67-86.

<sup>25</sup> Lestari, Dwi Winda. "Penerimaan diri dan strategi coping pada remaja korban perceraian orang tua." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 1.4 (2013).

*research* yang dilakukan oleh Calin Mariana Floricica dan Tanase Tasente didapatkan hasil bahwa penerimaan diri memfasilitasi fleksibilitas dalam berpikir melalui korelasi negatif yang diperoleh antara penerimaan diri dan tingkat irasionalitas keyakinan umum. Lebih khusus lagi, menerima diri sendiri akan memungkinkan seseorang menilai secara objektif peristiwa-peristiwa stres yang mereka alami, serta kinerja mereka sendiri dalam peristiwa tersebut.<sup>26</sup>

Kemudian, *research* yang dilakukan oleh Alif Hidayatul Lail, dkk, didapatkan hasil bahwa penerimaan diri pada remaja yang berasal dari orang tua tunggal di Dusun Munengkulon Desa Muneng Kecamatan Purwoasri Kabupaten Kediri memiliki ciri-ciri utama, yaitu mempunyai keyakinan untuk menjalani hidup, menganggap dirinya sederajat dengan orang lain, tidak menganggap dirinya aneh dengan kondisi orang tua yang tunggal, tidak malu, berani memikul tanggung jawab, mampu menerima pujiann maupun celaan.<sup>27</sup> Temuan pada penelitian di atas, diperkuat oleh temuan dari Patrick Funaidi, dkk, yang menunjukkan hasil bahwa penerimaan diri pada remaja puteri di panti asuhan Aisyiyah berada pada taraf yang baik, hal ini karena mereka selalu bersyukur apa adanya, memiliki kesadaran diri akan kewajiban, berpikir positif, dapat menerima

---

<sup>26</sup> Calin, Mariana Floricica, and Tanase Tasente. "Self-acceptance in today's young people." *Technium Soc. Sci. J.* 38 (2022): 367.

<sup>27</sup> Lail, Alif Hidayatul, and Yuli Darwati. "Penerimaan diri remaja dengan orang tua tunggal." *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science* 1.2 (2017): 75-87.

diri jika dikritik orang lain, mampu mengembangkan potensi diri dan serta mempunyai motivasi untuk mengubah diri.<sup>28</sup>

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nurenzia Wini, dkk, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara penerimaan diri dengan optimisme Ada hubungan positif antara penerimaan diri dengan optimisme dengan koefisien korelasi product moment sebesar  $r = 0,568$  dan nilai signifikansi  $p$  sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang artinya semakin tinggi tingkat penerimaan diri, maka akan semakin tinggi juga tingkat optimisme, dan juga sebaliknya, semakin rendah tingkat penerimaan diri maka akan semakin rendah optimisme.<sup>29</sup> Temuan tersebut diperkuat oleh *research* yang dilakukan oleh Helenia Azaria Ribka, dkk, didapatkan hasil bahwa karakteristik responden pasien fraktur berdasarkan usia mayoritas dalam kategori usia remaja akhir yaitu 17 responden (53,1%), berdasarkan jenis kelamin mayoritas didapatkan laki-laki 19 responden (59,4%), dengan mayoritas pendidikan tamat SMA/SMK paling banyak yaitu 14 responden (43,8%), mayoritas jenis fraktur didapatkan fraktur terbuka 19 responden (59,4%) dan mayoritas lokasi fraktur didapatkan ekstremitas atas 20 responden (68,8%). Hasil gambaran penerimaan diri pasien fraktur pada penelitian ini didapatkan sebagian besar responden dalam kategori baik sebanyak 19 responden (59,4%).<sup>30</sup>

---

<sup>28</sup> Funaidi, Patrick, and Sri Hartini. "Penerimaan diri pada remaja panti asuhan Puteri Aisyiyah Medan." *Psyche 165 Journal*(2021): 17-21.

<sup>29</sup> Wini, Nurenzia, Winda Marpaung, and Sarinah Sarinah. "Optimisme Ditinjau Dari Penerimaan Diri Pada Remaja di Panti Asuhan." *Proyeksi* 15.1 (2020): 12-21.

<sup>30</sup> Ribka, Helenia Azaria, Arlies Zenitha Victoria, and Novi Heri Yono. "Gambaran Penerimaan Diri pada Pasien Fraktur: An Overview of Self Acceptance on Fracture

Temuan dari hasil *research* yang dilakukan oleh Qeisthiani Yurizka, dkk, didapatkan hasil bahwa penerimaan diri dalam serial drama Korea *Our Beloved Summer*, terdapat beberapa hal yang dapat dipetik dari tokoh-tokoh dalam drama ini. Dalam proses penerimaan diri kita harus belajar berdamai dengan diri kita sendiri dengan segala kekurangan dan kesalahan yang kita perbuat, kita perlu mengendalikan ego kita dan tidak egois sehingga memberikan rasa nyaman dan nyaman.<sup>31</sup> Temuan tersebut kembali diperkuat oleh temuan pada *research* yang dilakukan oleh Renee Rolle-Whatley, dkk, dalam temuannya didapatkan hasil bahwa jalur pengalaman memetakan sebuah perjalanan yang dimulai dari keegoisan, berkembang melalui ketidakterikatan, dan seterusnya menuju ketidakegoisan yang didasarkan pada penerimaan diri.<sup>32</sup> Selain itu, temuan yang sama juga didapatkan dari hasil *research* yang dilakukan oleh Mutiara Putri, dkk, dalam penelitiannya, didapatkan hasil bahwa bahwa penerimaan diri merupakan proses penting dalam perkembangan individu yang berperan besar dalam mencapai kebahagiaan dan makna hidup. Perjalanan remaja sejak kecil hingga dewasa, serta pengalamannya memperlihatkan dinamika id, ego, dan superego yang memengaruhi penerimaan dirinya.<sup>33</sup>

---

Patients." *Jurnal Keperawatan Sumba (JKS)* 2.1 (2023): 11-20.

<sup>31</sup> Yurizka, Qeisthiani, Marudut Bernardtua Simanjuntak, and Jumalintong Sihombing. "Self-Acceptance Study in the Korean Drama Series Our Beloved Summer (Intrinsic Analysis of the Main Character's Character)." *Prosiding Seminar Nasional Inovasi Pendidikan*. 2022.

<sup>32</sup> Rolle-Whatley, Renee. "Transforming Loyalty: A Classic Grounded Theory on Growth of Self-Acceptance Through Active Parenting." *Grounded Theory Review* 20.1 (2021).

<sup>33</sup> Putri, Mutiara, And Ni Made Widisanti. "Self Acceptance Of The Main Character In Matt Haig's Midnight Library." *Journal Albion: Journal Of English Literature, Language, And Culture* 5.1 (2023): 42-45.

Berdasarkan dari penelitian terdahulu di atas maka dapat dilihat perbedaan dengan penelitian yang dilakukan. Penelitian terdahulu berfokus pada berbagai faktor yang memengaruhi penerimaan diri remaja dalam berbagai konteks, seperti kondisi keluarga tiri, disabilitas, dan kehidupan di panti asuhan. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan berfokus pada remaja yang hidup di lingkungan keluarga, namun kedua orang tuanya berpisah. Selain itu, beberapa penelitian menyoroti hubungan antara penerimaan diri dan optimisme, serta pentingnya *mindfulness* dalam proses penerimaan diri. Kemudian, dalam penelitian yang dilakukan memiliki fokus khusus pada keterbukaan dan *social support* sebagai faktor utama dalam mencapai penerimaan diri yang lebih baik. Keterbukaan di sini merujuk pada sikap menerima kenyataan, kekurangan, serta kondisi diri dengan ikhlas. Sedangkan dukungan sosial sangat berperan penting dalam proses penerimaan diri, karena dengan dukungan sosial dapat menambah semangat kepada seseorang dalam melakukan hal-hal baik. Penelitian ini mendalamai aspek keterbukaan sebagai faktor penting yang mungkin belum dibahas secara spesifik dalam penelitian-penelitian sebelumnya.

Posisi penelitian yang dilakukan adalah sebagai penguatan temuan-temuan terdahulu yang menunjukkan pentingnya penerimaan diri, tetapi dengan memberikan fokus khusus pada keterbukaan sebagai kunci keberhasilan. Penelitian ini berperan menggali lebih dalam bagaimana keterbukaan dapat membantu individu mengatasi faktor internal dan

eksternal dalam proses penerimaan diri, memperkuat temuan bahwa penerimaan diri adalah hasil dari keseimbangan antara faktor-faktor internal dan dukungan eksternal. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat penelitian sebelumnya sekaligus menambah perspektif baru, menunjukkan bahwa keterbukaan memungkinkan fleksibilitas emosional dan penerimaan diri yang lebih stabil.

*Novelty* dalam penelitian ini adalah pada fokus keterbukaan sebagai komponen kunci, yang dalam penelitian-penelitian sebelumnya belum dibahas sebagai faktor dominan dalam penerimaan diri. Dengan mendalami keterbukaan, penelitian ini menghadirkan kontribusi baru pada kajian penerimaan diri dengan menunjukkan bahwa keterbukaan bisa menjadi mekanisme untuk mengelola tantangan psikologis dan sosial, yang sangat penting dalam membentuk penerimaan diri yang autentik dan berkelanjutan.

## E. Kerangka Teoritis

### 1. Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Konsep penerimaan adalah landasan psikologis dan sosial yang melibatkan pengakuan, penghormatan, dan integrasi terhadap berbagai aspek dalam kehidupan individu, kelompok, atau organisasi. Ini mencakup kemampuan untuk menerima ide, gagasan, perubahan, orang lain, dan diri sendiri dengan berbagai tingkat respons dan sikap. Penerimaan merupakan proses yang kompleks yang mencerminkan keberhasilan individu atau kelompok dalam

menghadapi variasi, perubahan, dan tantangan dalam lingkungan mereka.

Penerimaan pada kemampuan individu untuk membuka pikirannya terhadap ide-ide baru, pandangan yang berbeda, dan konsep-konsep yang mungkin bertentangan dengan pemahaman sebelumnya. Hal ini memungkinkan individu untuk memperluas pemahaman mereka tentang dunia dan memperkaya pandangan mereka tentang berbagai masalah yang dialami. Menurut Albert Bandura, teori sosial kognitif menyatakan bahwa kemampuan individu untuk menerima ide baru dipengaruhi oleh kemampuan mereka untuk memproses informasi, meniru perilaku orang lain, dan belajar dari pengalaman.<sup>34</sup>

Penerimaan merupakan aspek penting yang menunjukkan kemampuan individu atau organisasi untuk mengakui dan mengadaptasi diri terhadap perubahan lingkungan, budaya, atau situasional. Proses penerimaan perubahan ini sering kali membutuhkan kemampuan untuk merespons dengan fleksibel, kreatif, dan terbuka terhadap tantangan yang baru.<sup>35</sup>

Penerimaan diri adalah aspek penting lainnya dari konsep penerimaan yang menunjukkan kemampuan individu untuk menerima dan menghargai diri mereka sendiri dengan segala

---

<sup>34</sup> Bandura, Albert. "Social foundations of thought and action." *Englewood Cliffs, NJ* 1986.23-28 (1986): 2.

<sup>35</sup> Kotter, John P. "Leading change: Why transformation efforts fail." *Museum management and marketing*. Routledge, 2007. 20-29.

kelebihan dan kekurangan mereka. Penerimaan diri yang baik dapat meningkatkan kepercayaan diri, kesejahteraan psikologis, dan kepuasan hidup. Penerimaan diri erat kaitannya dengan konsep *self-compassion* yang mengedepankan kebaikan diri, penghargaan terhadap kesulitan, dan keterhubungan dengan pengalaman manusia yang umum.<sup>36</sup>

Menurut Hurlock, seorang psikolog dan ahli pendidikan yang terkenal dengan karyanya dalam psikologi perkembangan anak, penerimaan (atau penerimaan diri) adalah konsep yang mengacu pada bagaimana individu menerima dan menghargai dirinya sendiri. Hurlock mengemukakan bahwa penerimaan diri ini penting dalam perkembangan individu karena mempengaruhi perilaku dan interaksi mereka dengan lingkungan sekitar. Hurlock membagi penerimaan menjadi dua aspek utama, yaitu:

- a. Penerimaan oleh orang lain

Ini berkaitan dengan bagaimana individu diterima oleh orang lain dalam lingkungannya, seperti keluarga, teman sebaya, dan masyarakat. Penerimaan positif oleh orang lain dapat memperkuat harga diri individu, sementara penolakan atau penolakan dapat merusaknya.

- b. Penerimaan oleh diri sendiri

---

<sup>36</sup> Neff, Kristin. "Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself." *Self and identity* 2.2 (2003): 85-101.

Ini adalah pandangan individu terhadap dirinya sendiri. Jika individu memiliki pandangan positif tentang dirinya sendiri, itu akan memperkuat harga dirinya. Namun, jika individu memiliki pandangan negatif tentang dirinya sendiri, itu dapat mengarah pada masalah emosional dan psikologis.

Dalam pandangan Hurlock, proses penerimaan diri ini dimulai sejak dini dalam kehidupan seorang individu dan terus berkembang sepanjang masa. Faktor-faktor seperti pengalaman keluarga, interaksi sosial, dan pengalaman hidup lainnya dapat mempengaruhi bagaimana seseorang menerima dan menghargai dirinya sendiri.<sup>37</sup>

Penerimaan diri (*self acceptance*) merupakan sebuah kesanggupan individu dalam melakukan penerimaan terhadap kehadiran dirinya sendiri dan disertai sikap yang positif yang berpengaruh kepada tingkah laku.<sup>38</sup> Penerimaan diri bisa dilakukan secara realistik, maupun tidak realistik. Sikap positif terhadap kekurangan dan kelebihan diri sendiri merupakan tanda sikap penerimaan yang realistik. Sebaliknya, sikap penerimaan yang tidak realistik ditandai dengan upaya melebih-lebihkan diri sendiri, penyangkalan terhadap kekurangan diri sendiri, dan penolakan atau

---

<sup>37</sup> Hurlock Elizabeth, B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Penerbit Erlangga)

<sup>38</sup> Nurridwan, Muhammad. *Penerimaan Diri Pada Remaja Yang Berasal Dari Keluarga Broken Home (Studi Kasus Di UPT Perlindungan Dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur)*. Diss. IAIN Kediri, 2020.

penghindaran aspek negatif diri, seperti kejadian menyakitkan di masa lalu.<sup>39</sup>

Fatihul Mufidatu Z dan Yulia Sholichatun mengatakan bahwa penerimaan diri merupakan kondisi ketika seseorang mampu menerima segala bentuk proses kehidupan tanpa membenci keadaan yang sedang dialami.<sup>40</sup> Sementara itu, Getrudis menambahkan bahwa ada beberapa definisi penerimaan diri, yang pertama adalah penerimaan diri merupakan nilai-nilai dalam diri yang tidak bisa dipengaruhi oleh siapapun. Kemudian keyakinan yang tertanam dalam diri dalam menjalani proses kehidupan, bertanggung jawab terhadap apa yang telah dilakukan, menerima kritikan dan masukan, tidak menyalahkan diri sendiri atas perasaan terhadap orang lain, dan berfikir bahwa tidak ada perbedaan antara dirinya dan orang lain.<sup>41</sup>

Dari beberapa definisi yang dikemukakan di atas, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri (*self acceptance*) merupakan suatu sikap yang mampu menerima diri sendiri dan segala keadaan yang ditemuinya dalam realitas obyektif agar dapat mengakui keberadaannya dan mempunyai keyakinan dalam menjalani kehidupan secara konstruktif.

---

<sup>39</sup> Agoes Dariyo, Psikologi *Perkembangan Anak usia Tiga Tahun Pertama* (Bandung: Refika Aditama, 2007), 205.

<sup>40</sup> Sholichatun, Yulia. "Penerimaan Diri Remaja yang Memiliki Keluarga Tiri." *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam* 13.1 (2016): 29-38.

<sup>41</sup> Putri, Getrudis Guna, Putri Agusta KD, and Shubhi Najahi. "Perbedaan self-acceptance (penerimaan diri) pada anak panti asuhan ditinjau dari segi usia getrudis guna putri 1." *Prosiding PESAT 5* (2013).

## 2. Dinamika Penerimaan Diri

Dinamika penerimaan diri merupakan bentuk relasi sebab-akibat antara pemahaman akan keadaan diri dan lingkungan, keadaan emosi yang dirasakan remaja, serta perilaku yang dimunculkan akibat peristiwa-peristiwa yang dialami.<sup>42</sup> Hanindyastiti, H., & Insiyah, I. juga menjelaskan bahwa dinamika penerimaan diri yaitu cara individu untuk menerima keadaan diri antara kelebihan dan kekurangan yang dimiliki agar dapat seimbang.<sup>43</sup>

Sementara itu, Walgito dalam Rizky Gelora Putra menjelaskan bahwa dinamika penerimaan diri merupakan suatu tenaga kekuatan yang terjadi pada diri manusia yang mempengaruhi mental ataupun psikisnya.<sup>44</sup>

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa dinamika penerimaan diri merupakan suatu bentuk kerangka kerja untuk memahami bagaimana individu dapat menenerima keadaan diri baik dari segi kekurangan maupun dari segi kelebihan

---

<sup>42</sup> Permatasari, Dian. *Dinamika Penerimaan Diri Pada Remaja Pelaku Kasus Kekerasan Yang Ditahan Di Rumah Tahanan (Rutan) Klas I Surabaya (Studi Kasus)*. Diss. Universitas Airlangga, 2008.

<sup>43</sup> Hanindyastiti, Hanna, and Insiyah Insiyah. "Dinamika Penerimaan Diri (Self Acceptance) Pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus Tipe II DI Posyandu Lansia Desa Tasikhargo Jatisrono Wonogiri Tahun 2015." (*JKG Jurnal Keperawatan Global* 2.1 (2017): 46-55.

<sup>44</sup> Putra, Rizky Gelora. *Dinamika Psikologis Penerimaan Diri Pada Istri Yang Mengalami Perselingkuhan Suami*. Diss. Universitas Islam Riau, 2020.

### 3. Bentuk Penerimaan Diri

Penerimaan diri berkaitan dengan penyesuaian diri yang terjadi dalam kehidupan remaja. Runyon dalam Adi Fahrezi dan Rachmy Diana menyebutkan bahwa penyesuaian diri yang dilakukan individu memiliki lima aspek yaitu:

- a. Persepsi yang akurat terhadap realita

Pemahaman individu terhadap realita berbeda-beda, meskipun realita yang dihadapi adalah sama. Meskipun memiliki persepsi yang berbeda dalam menghadapi realita, tetapi individu dengan penyesuaian diri yang baik memiliki persepsi yang objektif, yaitu bagaimana orang mengenali konsekuensi dan tingkah lakunya dan mampu bertindak sesuai dengan konsekuensi tersebut.

- b. Kemampuan untuk mengatasi *stress* dan kecemasan

Pada dasarnya setiap individu tidak senang bila mengalami tekanan, umumnya mereka menghindari hal-hal yang menimbulkan tekanan, mereka menyangi pemenuhan kepuasan yang dilakukan segera. Namun individu yang mampu menyesuaikan diri, tidak selalu menghindari tekanan mereka justru belajar untuk mentoleransi tekanan yang dialami dan dapat menunda kepuasan selama diperlukan demi tujuan yang lebih penting.

- c. *Self-image* positif

Pandangan individu terhadap dirinya dapat menjadi indikator

dari kualitas penyesuaian diri yang dimiliki. Hal tersebut mengarah pada apakah individu bisa melihat dirinya secara harmonis atau sebaliknya, dia melihat adanya berbagai konflik yang berkaitan dengan dirinya. Individu yang banyak melihat pertentangan dalam dirinya bisa menjadi indikasi adanya kekurangmampuan dalam penyesuaian diri.

d. Kemampuan untuk mengungkapkan perasaan

Salah satu ciri individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik memiliki kehidupan emosi yang sehat. Individu tersebut mampu menyadari dan merasakan emosi atau perasaan yang saat itu dialami serta mampu untuk mengekspresikan perasaan dan emosi tersebut dalam lingkup yang luas. Orang yang memiliki kehidupan emosi yang sehat mampu memberikan reaksi-reaksi emosi yang realistik dan tetap dibawah kontrol sesuai dengan situasi yang dihadapi. Sebaliknya, penyesuaian diri yang buruk ditandai dengan adanya kecenderungan untuk mengekspresikan emosi secara berlebihan.

e. Hubungan interpersonal yang baik.<sup>45</sup>

Individu dikatakan memiliki hubungan interpersonal yang baik apabila individu mampu menjalin hubungan yang dekat dengan lingkungan sosialnya, mempunyai kemampuan dan

---

<sup>45</sup> Fahrezi, Adi, and Rachmy Diana. "Pola Asuh Co-Parenting Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja dengan Orangtua Bercerai (Broken Home)." *Wacana* 11.2 (2019): 196-212.

merasa nyaman dalam berinteraksi dalam lingkungan tersebut.

Individu merasa senang apabila disukai dan dihormati oleh individu lain, ia akan merasakan suatu kebahagiaan dengan membuat individu lain nyaman atas kehadirannya. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik mampu mencapai tingkat keintiman yang tepat dalam suatu hubungan sosial.

Kemudian Jersild dalam Hurlock menjelaskan bahwa orang-orang yang dapat menerima dirinya memiliki penilaian yang realistik terhadap dirinya, diintegrasikan dengan:<sup>46</sup>

a. Persepsi mengenali diri sendiri

Individu yang memiliki penerimaan diri berpikir lebih realistik tentang penampilan dan bagaimana ia terlihat dalam pandangan orang lain. Ini bukan berarti individu tersebut mempunyai gambaran sempurna tentang dirinya, melainkan individu tersebut dapat melakukan sesuatu dan berbicara dengan baik mengenai dirinya yang sebenarnya.

b. Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain

Individu yang memiliki penerimaan diri memandang kelemahan dan kekuatan dalam dirinya memiliki penerimaan diri memandang kelemahan dan kekuatan dalam dirinya lebih baik daripada individu yang tidak memiliki penerimaan diri. Individu

---

<sup>46</sup> Hurlock,Elizabeth B. *Perkembangan Anak Jilid 1* (Jakarta: Erlangga, 1974)

tersebut kurang menyukai jika harus menyia-nyiakan energinya untuk menjadi hal yang tidak mungkin, atau berusaha menyembunyikan kelemahan dari dirinya sendiri maupun orang lain. Ia pun tidak berdiam diri dengan tidak memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya.

c. Sikap terhadap penerimaan diri

Menerima diri merupakan hal penting dalam kehidupan seseorang. Individu yang dapat menerima beberapa aspek hidupnya, mungkin dalam keraguan dan kesulitan dalam menghormati orang lain. Hal tersebut merupakan arahan agar dapat menerima dirinya individu dengan penerimaan diri membangun kekuatannya untuk menghadapi kelemahan dan keterbatasannya. Banyak hal dalam perkembangan seorang individu yang belum sempurna, bagi seseorang individu akan lebih baik jika ia dapat menggunakan kemampuannya dalam perkembangan hidupnya.

Clark dalam Nita Angnia Dewi berpendapat bahwa individu yang diterima secara positif oleh lingkungan sosial maka individu tersebut akan mengembangkan sikap positif terhadap lingkungan sekitarnya sehingga individu tersebut dapat menerima dirinya sendiri secara penuh. Selain itu, mereka menginginkan penghargaan pada diri mereka sehingga penerimaan dirinya semakin kuat. Hal ini ditandai dengan remaja yang merasa dirinya dicintai, dihargai,

berharga, dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya.

Pernyataan menunjukan bahwa faktor dukungan sosial memiliki peran penting untuk menunjukkan kasih sayang, kepedulian, dan penghargaan untuk orang lain. Dukungan teman sebaya diperoleh dari hasil interaksi individu dengan orang lain dalam lingkungan sosialnya, dan bisa berasal dari teman beda usia maupun teman sebaya.

#### 4. Aspek-Aspek Penerimaan Diri

Menurut Hurlock, ada beberapa aspek penting dalam konsep penerimaan diri yang mempengaruhi perkembangan individu. Berikut adalah beberapa aspek utama penerimaan menurut Hurlock:

##### a. Kemampuan menyesuaikan diri

Aspek ini mencakup kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan, situasi, dan tantangan hidup. Individu yang mampu menyesuaikan diri dengan baik cenderung memiliki tingkat penerimaan diri yang lebih tinggi.

##### b. Penerimaan terhadap keterbatasan dan kekurangan

Ini mencakup cara individu menangani keterbatasan fisik, emosional, atau psikologis mereka. Individu yang mampu menerima dan mengelola keterbatasan mereka dengan positif cenderung memiliki harga diri yang lebih baik.

##### c. Penerimaan terhadap kelebihan dan keunggulan

Ini berkaitan dengan cara individu menangani kelebihan dan keunggulan mereka. Penerimaan terhadap kelebihan mereka dengan rendah hati dan menghargai bakat mereka dapat membantu memperkuat harga diri.

Dengan memahami dan mengembangkan aspek-aspek ini, individu dapat memperkuat penerimaan diri mereka sendiri, yang pada gilirannya akan berdampak positif pada perkembangan psikologis dan kesejahteraan mereka.

Sedangkan menurut Bastaman menyatakan dalam tulisannya bahwa terdapat beberapa aspek yang mempengaruhi proses keberhasilan seseorang dalam penerimaan diri, di antaranya adalah:<sup>47</sup>

*a. Kesadaran diri (Self Awareness)*

Kesadaran diri merupakan aspek terpenting dalam proses penerimaan diri. Karena dengan meningkatnya kesadaran diri mengenai buruknya kondisi saat ini maka keinginan untuk melakukan perubahan ke arah yang lebih baik juga semakin kuat.

*b. Makna Hidup (The meaning of Life)*

Kebermaknaan hidup yang membuat seorang individu mampu menentukan tujuan hidup yang semestinya dibuktikan dengan kegiatan-kegiatan yang dilakukannya.

*c. Pengubahan Sikap (Changing Attitude)*

---

<sup>47</sup> Bastaman. H. D. *Logoterapi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna* ( Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007), 24-25

Pengubahan sikap kearah yang positif akan berpengaruh terhadap perilaku yang ditimbulkan ketika dalam situasi yang sangat buruk. Dengan pengubahan sikap tersebut, akan memperkecil tingkat perilaku menyimpang terhadap remaja ketika dalam keadaan yang sedang tidak baik-baik saja.

*d. Keikatan Diri (Self Commitment)*

Keikatan diri merupakan suatu komitmen yang ditunjukkan oleh seorang seseorang untuk mencapai hidup yang lebih bermakna.

*e. Kegiatan Terarah (Directed Activities)*

Kegiatan terarah yang dilakukan oleh seseorang agar dapat mengembangkan potensi yang positif serta memanfaatkan pertemanan untuk mencapai tujuan hidup.

*f. Dukungan Sosial (Social Support)*

Dukungan sosial sangat berperan penting dalam proses penerimaan diri, karena dengan dukungan sosial dapat menambah semangat kepada seseorang dalam melakukan hal-hal baik. Dukungan sosial biasanya berasal dari orang yang sangat akrab, dapat dipercaya, serta orang yang selalu memberikan bantuan pada situasi yang diperlukan.

Berdasarkan beberapa aspek tentang penerimaan diri di atas, maka dapat disimpulkan bahwa proses penerimaan diri sangat membutuhkan penguatan dari dalam diri sendiri untuk menjalani

kehidupan yang lebih realistik demi mencapai perubahan kearah yang baik. Dengan perubahan yang lebih baik tersebut dapat menjadikan kehidupan yang dijalani menjadi sangat berarti dan lebih bermakna.

### 5. Tahapan Penerimaan Diri

Kubler-Ross dalam Nurul Fadhilah Chadir mengatakan bahwa sikap penerimaan diri terjadi apabila seseorang mampu dalam menghadapi kenyataan yang realistik daripada menyerah karena tidak mempunyai harapan.<sup>48</sup> Selanjutnya, Kubler-Ross mengatakan untuk meraih penerimaan diri yang sempurna seseorang akan melewati beberapa tahapan yang akan membantu mereka untuk menemukan pribadi yang lebih baik. Diantara tahapan yang harus di lewati oleh remaja *broken home* adalah sebagai berikut:

#### a. Penyangkalan (*Denial*)

Seseorang yang baru saja mengalami peristiwa yang buruk akan mengalami penyangkalan terhadap apa yang telah terjadi dalam dirinya. Penyangkalan tersebut merupakan tahapan pertama yang akan seseorang lalui untuk bisa menghadapi kehidupan yang realistik. Namun tahapan ini hanya bersifat sementara.

#### b. Marah (*Anger*)

Marah merupakan tahapan kedua setelah seseorang menyadari

---

<sup>48</sup> Chadir, Nurul Fadhillah. "Proses penerimaan diri remaja akibat perceraian orang tua." (2018).

bahwa penyangkalan yang mereka lakukan tidak sesuai dengan kenyataan yang ada. Seseorang akan mengalami marah baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap kondisi yang sedang mereka alami.

c. Depresi (*Depression*)

Pada tahap depresi ini seseorang akan mulai menyalahkan situasi dan kondisi yang di alami. Oleh karena itu, pada tahapan ini sangat memungkinkan seseorang untuk menghabiskan waktunya sendiri, menangis, serta melepaskan diri dari rasa cinta dan kasih sayang.

d. Negosiasi (*Negotiation*)

Pada tahap ini seseorang mulai mencoba untuk menerima kenyataan yang dialami serta mulai untuk memikirkan masa depannya.

e. Penerimaan (*Acceptance*)

Tahap penerimaan merupakan tahap akhir dari segala bentuk kekesalan, kekecewaan, depresi yang dialami oleh seseorang yang mengalami peristiwa yang buruk. Dalam tahapan ini seseorang sudah bisa menerima kenyataan yang terjadi dalam kehidupannya

## 6. Faktor-Faktor Yang Berperan Dalam Penerimaan Diri

Selain aspek dalam penerimaan diri, ada pula faktor-faktor yang berperan dalam penenerimaan diri. Ulfa Rizkiana mengemukakan

tentang faktor-faktor yang berperan dalam penerimaan diri. Adapun faktor-faktor tersebut akan dijelaskan secara rinci sebagai berikut:<sup>49</sup>

a. Adanya penerimaan tentang diri sendiri

Hal ini dapat diakibatkan oleh kesediaan seseorang untuk mengakui kelebihan dan kekurangan dirinya. Pemahaman diri dan penerimaan diri merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan, artinya semakin seseorang memahami dirinya sendiri, maka semakin ia merangkul dirinya sendiri.

b. Adanya harapan yang realistik

Hal ini dapat terjadi jika orang menetapkan ekspektasinya sendiri dan beradaptasi dengan kelebihannya tanpa diarahkan oleh orang lain.

c. Tidak adanya hambatan dari lingkungan

Sekalipun seseorang memiliki tujuan yang realistik, namun jika lingkungannya tidak memberikan kemungkinan atau bahkan menghambatnya, niscaya harapan tersebut akan sulit tercapai.

d. Sikap Anggota masyarakat yang menyenangkan

Tidak ada diskriminasi, yang ada adalah rasa hormat terhadap bakat sosial orang lain, dan kesediaan individu untuk mengikuti praktik lingkungan.

---

<sup>49</sup> Rizkiana, Ulfa, and Retnaningsih Retnaningsih. "Penerimaan diri pada remaja penderita leukemia." *Jurnal Ilmiah Psikologi Gunadarma* 2.2 (2012): 99081.

e. Tidak ada gangguan emosional signifikan yang menghalangi seseorang untuk bekerja secara maksimal dan merasa puas.

f. Pengaruh keberhasilan yang dialami

Kesuksesan melalui pengalaman dapat membantu Anda menerima siapa diri Anda, dan kegagalan mungkin menyebabkan anda menolak siapa diri anda sebenarnya.

g. Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik

Hubungan diri dengan individu perilaku yang baik dan pengembangan sikap diri yang positif. Hal tersebut dapat menghasilkan penerimaan diri dan penilaian diri yang baik.

h. Adanya perspektif diri yang luas

Yakni, mempertahankan pendapat orang lain tentang diri sendiri. Pandangan diri yang luas ini diperoleh melalui pendidikan dan pengalaman. Dalam hal ini, usia dan tingkat pendidikan seseorang merupakan faktor penting dalam membentuk sudut pandang mereka.

i. Polas asuh

Anak-anak yang dibesarkan secara demokratis biasanya tumbuh menjadi orang dewasa yang menghargai diri sendiri.

j. Konsep diri yang stabil

Orang dengan konsep diri yang tidak stabil mereka yang sering berganti-ganti antara suka dan tidak suka, akan merasa sulit untuk

bersikap autentik kepada orang lain karena perasaan mereka yang bertentangan tentang siapa diri mereka.

## 7. Konsep Penerimaan Diri

Penerimaan diri sebagai sikap menerima diri sendiri baik kelemahan maupun kelebihan yang dimilikinya. Penerimaan diri merupakan kunci dalam mencapai kesuksesan, karena individu dapat melangkah dengan penuh percaya diri. Individu tidak akan merasa minder dengan apa yang dimiliki, tidak terlalu silau dengan kelebihan orang lain, serta lebih fokus dalam usaha pengoptimisasian potensi diri untuk mencapai kesuksesan. Remaja yang berada dalam masa transisi dan mengalami berbagai perubahan baik secara fisik maupun psikis diharapkan dapat menumbuhkan penerimaan diri yang baik, sehingga tetap dapat menunjukkan potensi yang dimiliki meskipun berada dalam situasi yang sulit.<sup>50</sup>

Penerimaan diri adalah aspek krusial dalam perkembangan mental dan emosional, terutama bagi remaja yang berada dalam situasi broken home. Remaja yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang tidak stabil sering kali menghadapi tantangan besar dalam membangun rasa percaya diri dan menerima diri mereka sendiri. Mereka mungkin merasa terbebani oleh kekurangan

---

<sup>50</sup> Nender, Elizabeth Widya Ariany, Sri Widyawati, and Anna Dian Savitri. "Penerimaan Diri pada Remaja Yang Orangtuanya Bercerai." *Jurnal Psikologi Universitas Semarang* 1 (2017).

dukungan emosional, perasaan tidak aman, dan mungkin juga berjuang dengan citra diri yang negatif.

Dalam konteks ini, penerimaan diri menjadi sangat penting bagi remaja *broken home*. Ketika mereka mampu menerima diri sendiri baik kelebihan maupun kekurangan mereka dapat mengurangi perasaan rendah diri yang mungkin timbul akibat perbandingan dengan orang lain atau ekspektasi yang tidak realistik. Dengan penerimaan diri yang kuat, remaja *broken home* tidak akan terlalu silau dengan kelebihan orang lain atau merasa minder karena kekurangan yang mereka miliki. Sebaliknya, mereka bisa fokus pada pengembangan potensi diri mereka sendiri untuk mencapai kesuksesan, bahkan di tengah situasi yang sulit.

Penerimaan diri sangat erat kaitannya dengan ikhlas. Beberapa bukti menunjukkan orang yang ikhlas menerima kenyataan akan lebih menyerap suatu hal daripada seseorang yang kurang ikhlas dalam menerima realita kehidupannya. Fakta ini menyiratkan bahwa mendorong orang untuk lebih menerima diri mereka sendiri dapat meningkatkan akurasi persepsi.<sup>51</sup>

Jadi penerimaan diri yang kuat dapat mempromosikan sikap ikhlas karena seseorang tidak lagi terjebak dalam upaya untuk memenuhi ekspektasi orang lain atau ideal diri yang tak realistik,

---

<sup>51</sup> Alvin Koswanto, *Memahami Perilaku dan Kejiwaan Manusia* (Bogor:Lindan Bestari, 2020), 106.

yang bisa mengganggu kemampuan untuk bertindak dengan ikhlas.

Hidup akan berjalan dengan lancar jika seseorang telah ikhlas dan menerima. Rasa sakit hati dan kekecewaan lambat laun akan hilang dengan sendirinya.<sup>52</sup>

Penerimaan diri mencakup penerimaan terhadap keberadaan, karakter fisik, kepribadian, perasaan, pengalaman yang tidak menyenangkan, eaksi, keterampilan, bakat, kekuatan dan kekurangan, serta penderitaan. Langkah pertama dalam menerima diri sendiri adalah dengan menyadari perilaku, kebiasaan, dan kepribadian diri serta tidak ragu mengakui kekurangan diri. Penerimaan diri tidak berarti menerima nasib dan kehidupan apa adanya.<sup>53</sup>

Selain ikhlas, bersyukur juga memiliki keterkaitan dengan penerimaan diri. Kebersyukuran dan penerimaan diri menjadi aspek penting dalam perkembangan remaja, terutama bagi mereka yang berasal dari latar belakang *broken home*. Remaja yang berasal dari keluarga *broken home* sering kali menghadapi tantangan emosional yang lebih besar, seperti perasaan tidak aman, rendah diri, dan kesulitan dalam membangun hubungan yang sehat dengan orang lain.

Program pembelajaran kebersyukuran seperti yang diterapkan di

---

<sup>52</sup> Aloysius Germia Dinora, *Emosi sebuah Terapi*, (Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia, 2018), 131.

<sup>53</sup> Jacob Daan Engel, *Logo Konseling Berbasis Website* (Yogyakarta: Kanisius, 2021), 40.

beberapa negara, termasuk Amerika Serikat, dapat menjadi alat yang efektif untuk membantu remaja dalam situasi ini.

Mengaitkan konsep kebersyukuran dengan remaja *broken home*, program ini dapat memberikan mereka landasan yang lebih kuat untuk mengatasi perasaan negatif yang sering muncul dari situasi keluarga yang tidak ideal. Misalnya, melalui self-improvement, remaja diajarkan untuk melihat kekuatan dan potensi dalam diri mereka sendiri, meskipun mereka mungkin mengalami kekurangan dalam dukungan emosional di rumah. Ini dapat membantu mereka membangun rasa percaya diri dan kemandirian yang lebih besar.

Perilaku menolong terhadap sesama yang juga menjadi bagian dari program kebersyukuran dapat membantu remaja broken home untuk merasakan ikatan sosial yang positif, yang mungkin kurang mereka dapatkan di lingkungan keluarga. Ketika mereka melihat bahwa mereka dapat memberikan kontribusi positif kepada orang lain, ini dapat meningkatkan rasa memiliki dan keterhubungan mereka dengan komunitas, yang penting dalam mengurangi perasaan ketersinggan dan kesepian.

Rasa percaya bahwa ada keuntungan yang didapatkan dengan bersyukur juga sangat relevan. Remaja *broken home* mungkin merasa bahwa hidup mereka dipenuhi dengan tantangan dan kekurangan. Dengan belajar bersyukur, mereka dapat mengubah fokus mereka dari apa yang hilang atau tidak mereka miliki, menjadi apa yang

masih ada dan bisa mereka hargai. Ini bisa meningkatkan mood, kesehatan mental, dan kepuasan hidup mereka secara keseluruhan.

Pada akhirnya, program kebersyukuran juga dapat membantu remaja *broken home* dalam menemukan dan memahami kebermaknaan hidup. Dengan mengembangkan perspektif yang lebih positif dan apresiatif terhadap hidup, mereka dapat menemukan makna bahkan dalam situasi yang sulit, yang sangat penting untuk kesejahteraan psikologis mereka.<sup>54</sup>

#### 8. Remaja

Peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa terjadi pada masa remaja. Banyak sekali perubahan yang dialami manusia saat ini, baik secara mental maupun fisik. Perubahan fisik adalah yang paling nyata. Tubuh yang berkembang pesat hingga berbentuk dewasa, yang diikuti dengan perkembangan kemampuan reproduksi. Selain itu, remaja mengalami perubahan kognitif dan mulai mengembangkan kemampuan berpikir abstrak seperti orang dewasa. Selain itu, untuk memenuhi kewajiban sosial baru mereka di masa dewasa, remaja mulai menjauhkan diri secara emosional dari orang tua pada masa ini.<sup>55</sup>

Papalia dan Olds dalam Yudrik Jahja berpendapat bahwa masa remaja umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun, masa remaja

---

<sup>54</sup> Widiastuti, Machrozah Eka, and Jainuddin Jainuddin. "Hubungan penerimaan diri dengan kebersyukuran siswa MA bilingual boarding school." *Indonesian Psychological Research* 1.1 (2019): 25-31.

<sup>55</sup> Hendriati Agustiani, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: Refika Aditama, 2006), 28.

merupakan tahap peralihan perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang berakhir pada akhir masa remaja atau awal usia dua puluhan.<sup>56</sup>

Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) dalam Rina Andriani seseorang dikatakan remaja apabila memasuki usia 10-24 tahun, sedangkan menurut *WHO* rentang usia remaja ialah 10-19 tahun. Sementara itu, menurut peraturan Menteri kesehatan RI nomor 25 tahun 2014 remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun.<sup>57</sup>

Masa remaja dapat dipahami sebagai masa peralihan antara masa kanak-kanak dan kedewasaan berdasarkan uraian di atas, remaja mempunyai ciri-ciri tersendiri sepanjang masa dan memegang peranan penting dalam membentuk eksistensi individu dalam masyarakat dewasa. Masa remaja dapat diperinci menjadi beberapa masa yaitu:

a. Masa Praremaja (Remaja awal)

Biasanya, tahap praremaja berlangsung dalam jangka waktu singkat. Remaja pada fase ini dikenal memiliki kecenderungan negatif, oleh karena itu sering disebut sebagai “masa negatif”.

---

<sup>56</sup> Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Prenanda Media Grup, 2011), 220.

<sup>57</sup> Andriani, Rina, Suhrawardi Suhrawardi, and Hapisah Hapisah. "Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja dengan perilaku seksual pranikah." *Jurnal Inovasi Penelitian* 2.10 (2022): 3441-3446.

Gejalanya berupa kegelisahan, kurang semangat bekerja, dan pesimisme.

b. Masa remaja (Remaja Madya)

Kebutuhan remaja akan teman yang bisa berhubungan dengan mereka, mendukung mereka, berbagi suka dan duka mulai meningkat pada periode ini. Inilah yang disebut fase mengidam puja (mendewa-dewakan), yang merupakan tanda masa remaja. Pada masa ini merupakan masa mencari sesuatu yang mungkin bernilai, layak dijunjung tinggi, dan dipuja.

c. Masa remaja akhir

Remaja yang mampu mengidentifikasi tempatnya di dunia pada dasarnya telah mencapai akhir masa remajanya dan menyelesaikan proses perkembangan yang diperlukan untuk menjadi dewasa dengan mencari tahu siapa dirinya dalam kehidupan.

Remaja secara bertahap melewati fase-fase saat mereka bertransisi menuju masa dewasa yang membutuhkan kemandirian dan ketergantungan. Kemampuan memadukan konsep diri yang menjadi landasan kebebasan atau kemandirian dengan komitmen terhadap orang lain yang menjadi landasan ketergantungan merupakan keterampilan yang terus diperoleh remaja.

## 9. *Broken Home*

*Broken home* merupakan puncak dari penyesuaian perkawinan yang tidak memadai dan terjadi ketika suami dan istri tidak dapat lagi menemukan solusi yang cocok untuk mereka berdua. Mengakhiri pernikahan secara sah atau terselubung dapat dilakukan, dan ada juga situasi di mana salah satu pasangan memutuskan untuk meninggalkan keluarga. *Broken home* dapat dilihat dari dua aspek, yaitu:<sup>58</sup>

- a. Perpecahan keluarga terjadi karena salah satu dari mereka meninggal dunia atau bercerai sehingga menyebabkan struktur rumah tangga berantakan.
- b. Meski orang tuanya masih bersama, namun keluarga tersebut tidak lagi utuh karena salah satu dari mereka jarang berkunjung ke rumah atau tidak menunjukkan tanda-tanda kasih sayang. Misalnya, rumah tangga yang orang tuanya sering bertengkar mengakibatkan keluarga tidak sehat secara psikologis.

Anak-anak yang mengalami krisis kepribadian, sehingga sering berperilaku salah, akan terlahir dalam keluarga tersebut di atas. Mereka bahkan menunjukkan neurotisme dan gangguan emosional.

---

<sup>58</sup> Willis, *Konseling Keluarga* (Jakarta: Alfa Beta, 2008), 66.

## F. Metode Penelitian

### 1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Dari segi metodologi, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang bersifat fenomenologis. Metode penelitian fenomenologis adalah salah satu pendekatan yang memiliki tujuan untuk mengungkap, mempelajari, memahami, fenomena tertentu yang khas dan unik dialami oleh individu. Pengalaman yang jarang terjadi atau fenomena ini secara umum mengakibatkan perubahan dalam sikap, cara pandang, atau perilaku pada individu yang mengalaminya.<sup>59</sup>

Dalam kajian fenomenologi, pengalaman diartikan sebagai pengalaman yang dialami oleh seseorang, sekelompok orang, atau sekelompok hewan hidup secara sadar (*conscious experience*). Pengalaman manusia dipelajari dalam penelitian fenomenologis melalui deskripsi menyeluruh tentang individu yang diperiksa.<sup>60</sup>

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja dari keluarga *broken home*. Remaja ini mengalami situasi keluarga yang tidak utuh akibat perceraian atau perpisahan orang tua, yang dapat memberikan dampak emosional dan psikologis pada perkembangan mereka. Dalam penelitian ini, terdapat 8 remaja pada tahap usia remaja awal yang menjadi bagian dari penelitian ini.

---

<sup>59</sup> Wulandari, Desi, and Nailul Fauziah. "Pengalaman remaja korban broken home (studi kualitatif fenomenologis)." *Jurnal Empati* 8.1 (2019): 1-9.

<sup>60</sup> Nasir, Abdul, et al. "Pendekatan Fenomenologi Dalam Penelitian Kualitatif." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3.5 (2023): 4445-4451.

Pemilihan subjek penelitian dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu memilih subjek secara sengaja berdasarkan karakteristik tertentu yang dianggap sesuai dengan tujuan penelitian. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk menetapkan kriteria khusus, sehingga subjek yang terpilih benar-benar mewakili fokus penelitian. Dalam konteks ini, karakteristik yang ditetapkan mencakup kemampuan remaja untuk menunjukkan penerimaan diri yang baik, serta kemampuan menerima kondisi dan situasi kehidupan mereka yang telah dipengaruhi oleh kondisi keluarga *broken home*.

Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan, peneliti menemukan bahwa hanya 2 dari 8 remaja tersebut yang memenuhi karakteristik yang diharapkan. Kedua remaja ini menunjukkan tanda-tanda positif dalam hal penerimaan diri dan stabilitas emosional, meskipun berada dalam kondisi keluarga yang kurang ideal. Oleh karena itu, kedua remaja ini dipilih sebagai subjek penelitian, dengan tujuan untuk memahami lebih dalam proses penerimaan diri remaja *broken home* dan dukungan sosial yang dialami oleh remaja tersebut.

Penelitian ini dilakukan sangat mendalam dan komprehensif yang didapatkan berkaitan dengan penerimaan diri. Dari pengalaman pada saat *broken home*, dan pasca *broke home*. Sehingga nanti bisa dilihat pengalaman perilaku pada setiap tahapan penerimaan diri.

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data yang dibutuhkan maka peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dengan observasi, wawancara dan studi dokumentasi.

### a. Observasi

Metode observasi digunakan untuk melakukan pengamatan langsung pertama kali terhadap suatu objek, kondisi, proses, atau perilaku. Observasi adalah metode pengumpulan data yang melibatkan pengamatan dan pencatatan secara sistematis gejala-gejala yang diselidiki.<sup>61</sup>

Pada penelitian mengenai penerimaan diri remaja dari keluarga *broken home*, observasi dilakukan untuk menganalisis berbagai aspek perilaku dan interaksi sosial. Beberapa poin yang menjadi fokus utama antara lain adalah interaksi sosial, ekspresi emosional, keterlibatan dalam kegiatan masyarakat, serta kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar. Misalnya, peneliti mencermati bagaimana remaja beradaptasi dalam situasi sosial, cara mereka mengekspresikan emosi secara non-verbal melalui postur dan ekspresi wajah, serta sejauh mana mereka mampu mengikuti norma dan nilai yang dianut dalam lingkungan majelis.

Selain itu, observasi terhadap keterlibatan aktif remaja

---

<sup>61</sup> Narbuko dkk, *Metodelogi Penelitian* (Jakarta : Bumi Aksara, 2007), 70.

dalam kegiatan sosial dan interaksi dengan teman sebayanya memberikan gambaran penting mengenai proses adaptasi dan penerimaan diri. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana remaja dari keluarga *broken home* berusaha menyesuaikan diri dan mencapai penerimaan diri dalam lingkungan sosial yang mendukung, khususnya di dalam komunitas sosial.

b. Wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan informasi melalui percakapan terstruktur setidaknya dari dua pihak. Dalam situasi ini, peneliti berperan sebagai pewawancara, mengajukan pertanyaan, menganalisis jawaban, meminta penjelasan, mencatat, dan menggali pertanyaan lebih dalam. Informan, sebaliknya, menanggapi pertanyaan dan memberikan penjelasan.<sup>62</sup>

Dalam penelitian ini, wawancara terstruktur digunakan sebagai metode utama untuk menggali informasi secara mendalam terkait pengalaman pribadi, perasaan, dan pandangan remaja dari keluarga *broken home* tentang pengalaman perilaku pada setiap tahapan penerimaan diri mereka. Wawancara

---

<sup>62</sup> Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif: Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa* (Surakarta: Pustaka Cakra, 2014), 124.

terstruktur ini dilakukan dengan instrumen penelitian berupa pertanyaan tertulis yang telah dipersiapkan dan direncanakan dengan matang. Pertanyaan-pertanyaan tersebut dirancang agar dapat mengarahkan pembicaraan ke topik yang relevan serta mendukung pemahaman peneliti mengenai dinamika internal remaja.

Pada wawancara ini, remaja yang mengalami kondisi keluarga tidak utuh menjadi subjek utama yang diwawancarai. Melalui percakapan langsung, peneliti dapat mengumpulkan data tentang bagaimana remaja ini menilai diri mereka secara realistik, bagaimana mereka beradaptasi dalam lingkungan sosial, serta pengalaman pada setiap tahapan penerimaan diri yang mereka lewati untuk bangkit menghadapi tantangan hidup. Setiap aspek ini diharapkan memberikan gambaran yang lebih jelas tentang tahapan-tahapan penerimaan diri dan bagaimana dinamika psikologis serta spiritual turut berperan dalam proses tersebut.

Dengan demikian, wawancara terstruktur ini menjadi kunci untuk memahami lebih dalam bagaimana remaja *broken home* membangun penerimaan diri dalam kondisi yang penuh tantangan.

#### c. Dokumentasi

Dalam penelitian kualitatif ini, prosedur pengumpulan data melalui dokumentasi digunakan untuk melengkapi metode

wawancara dan observasi, menciptakan pendekatan yang lebih holistik terhadap pemahaman penerimaan diri remaja dari keluarga *broken home*. Pengumpulan data kualitatif dari berbagai fakta yang tersimpan dalam bentuk dokumentasi, atau yang dikenal sebagai studi dokumen, memegang peran penting dalam mendalami pengalaman pada setiap tahapan penerimaan diri yang dialami oleh remaja *broken home*.

Dokumen yang dikumpulkan dalam penelitian ini mencakup berbagai data yang relevan, seperti laporan perkembangan remaja dan dokumentasi pribadi remaja, yang memberikan wawasan tambahan tentang pengalaman pada setiap tahapan penerimaan diri. Data ini membantu dalam memahami bagaimana remaja mengalami proses penerimaan diri dalam lingkungan yang mendukung, di samping memberikan bukti yang konkret untuk mendukung temuan dari wawancara. Selain itu, dokumen-dokumen tersebut juga memungkinkan peneliti untuk menelusuri berbagai aspek terkait pengalaman, tantangan, serta perkembangan emosi dan spiritual remaja yang mungkin tidak terungkap dalam metode lainnya. Dengan menggabungkan data dari dokumentasi dengan wawancara dan observasi, penelitian ini bertujuan menghasilkan pemahaman yang lebih lengkap tentang proses penerimaan diri remaja *broken home* dalam konteks sosial dan spiritual yang mereka alami.

### 3. Teknik Keabsahan Data

Setelah data di dapatkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, maka selanjutnya data harus dilakukan uji keabsahan. Uji keabsahan data dilakukan dengan cara memeriksa kembali data yang telah diperoleh. Menurut Moleong, untuk menilai keaslian data diperlukan pendekatan pemeriksaan yang didasarkan pada banyak faktor, yaitu tingkat kepercayaan (kredibilitas), transferabilitas, keberuntungan, dan kepastian.<sup>63</sup> Dalam penelitian ini, teknik keabsahan data yang digunakan adalah triangulasi. Triangulasi merupakan teknik analisis keabsahan data yang menggunakan sesuatu selain data untuk keperluan pengecekan atau digunakan sebagai pembanding data, maksudnya menguji, membandingkan pemahaman peneliti dengan pemahaman informasi, membandingkan hasil observasi dengan wawancara, dan memeriksa kembali tingkat kepercayaan informasi yang diperoleh dari data tersebut dari sumber yang berbeda. Adapun triangulasi yang digunakan adalah dengan sumber, berarti membandingkan dan mengecek valid atau tidak suatu informasi yang diperoleh di waktu yang berbeda. Hal ini dapat dicapai melalui:

- a. membandingkan data hasil wawancara terhadap subjek penelitian

---

<sup>63</sup> Lexy Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2006), 324.

- b. membandingkan data hasil wawancara dengan isi dokumen yang berkaitan dengan penelitian
- c. melakukan konfirmasi dengan informan diakhir wawancara.<sup>64</sup>

#### 4. Teknik Analisis Data

Analisis data menurut Mudjiarahardjo dalam buku V. Wiratna Sujarweni adalah kegiatan mengorganisasikan, mengurutkan, mengelompokkan, memberi kode atau menandai, dan mengkategorikan data guna mencapai suatu temuan tergantung pada fokus atau topik yang ingin dijawab. Melalui serangkaian prosedur ini, data kualitatif yang biasanya tersebar dan ditumpuk dapat disederhanakan dan dipahami dengan mudah. Setelah data terkumpul, barulah dianalisis. Analisis data adalah komponen penting dalam penelitian.

Analisis data dalam penelitian kualitatif terdapat dua model yaitu analisis model Miles dan Huberman dan analisis model Spydley.

Penelitian ini menggunakan analisis data model Miles dan Huberman melalui langkah-langkah sebagai berikut:<sup>65</sup>

##### a. Reduksi data

Reduksi data merupakan proses pengumpulan data penelitian. Dalam konteks penerimaan diri remaja dari keluarga *broken home*, reduksi data digunakan untuk mengumpulkan dan

---

<sup>64</sup> Syahran, Muhammad. "Membangun kepercayaan data dalam penelitian kualitatif." *Primary Education Journal (Pej)* 4.2 (2020): 19-23.

<sup>65</sup> Putri, Densi. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Menyimpang Remaja." *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Menyimpang Remaja* (2018).

memvalidasi data yang didapatkan agar dapat memahami tahapan penerimaan diri mereka dan bagaimana dukungan sosial di lingkungan tersebut membantu memperkuat proses tersebut.

b. Penyajian data

Penyajian data dalam penelitian biasanya dilakukan untuk mengkomunikasikan hasil yang diperoleh dalam bentuk yang jelas dan terstruktur. Dalam konteks penelitian tentang penerimaan diri remaja *broken home* data disajikan dalam bentuk narasi yang menggambarkan tahapan penerimaan diri yang mereka alami, serta dukungan sosial dalam membantu dalam penerimaan diri remaja tersebut. Narasi ini akan mencakup penjelasan tentang berbagai tahapan yang dilalui remaja *broken home* dalam upaya mereka untuk menerima diri.

c. Penarikan kesimpulan

Dalam penarikan kesimpulan penelitian, proses ini berfungsi untuk merangkum temuan utama dan mengaitkannya dengan tujuan atau pertanyaan penelitian. Dalam konteks penerimaan diri remaja *broken home*, serta peran dukungan sosial sebagai bagian dari proses tersebut, kesimpulan dapat diambil berdasarkan analisis data yang telah dikumpulkan dan disajikan.

Data yang sudah lengkap masih berpeluang untuk menerima masukan. Temuan sementara yang dicapai masih dapat diuji dengan menggunakan data lapangan. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan analisis data Model analisis data Miles dan Huberman dimana setelah mengumpulkan data, peneliti mengkajinya secara

deskriptif dan kualitatif sebelum menyajikannya. Analisis data adalah proses menganalisis data penelitian yang diawali dengan menyusun, mengelompokkan, mengkaji, dan menafsirkan data dalam pola dan kaitannya dengan topik penelitian yaitu penerimaan diri remaja yang mengalami *broken home*.

## G. Sistematika Pembahasan

Dalam penelitian ini sistematika yang menjadi langkah-langkah dalam proses penyusunan proposal tesis yaitu:

Bab I berisi pendahuluan yang memuat latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan signifikansi masalah, kajian Pustaka, kerangka teoritis, metode penelitian dan sistematika pembahasan

Bab II akan membahas mengenai gambaran umum remaja *broken home* seperti profil remaja *broken home* dan latar belakang dari remaja *broken home*

Bab III membahas tentang pengalaman pada setiap tahapan penerimaan diri remaja *broken home*. Dalam bab ini akan membahas mengenai pengalaman yang dilalui oleh remaja *broken home*

Bab IV berisi tentang bentuk dukungan sosial yang diterima oleh remaja *broken home*. Dalam bab ini akan membahas mengenai dukungan sosial yang diterima remaja *broken home* di

Bab V berisi penutup yang memuat kesimpulan dan saran. Dalam bab ini akan memberikan kesimpulan dari penjelasan dan analisis yang berkaitan dengan pembahasan yang dilakukan

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penjelasan dan analisis dalam tesis yang berkaitan dengan penerimaan diri remaja *broken home*, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kedua subjek penelitian menunjukkan bahwa keterbukaan diri memegang peranan krusial dalam proses penerimaan diri pada remaja, baik pada remaja W maupun V. Proses penerimaan diri ini tidak terjadi secara instan, melainkan melalui serangkaian fase emosional yang mencakup penyangkalan, kemarahan, depresi, negosiasi, hingga mencapai tahap penerimaan diri. Temuan ini sejalan dengan literatur dan konsep teoritis yang menyatakan bahwa penerimaan diri yang baik ditandai oleh kemampuan untuk mengungkapkan perasaan dan menjalin hubungan interpersonal yang positif. Dengan demikian, keterbukaan diri menjadi kunci dalam mempercepat proses penerimaan diri, yang pada akhirnya membantu remaja untuk diterima oleh lingkungan sekitar mereka.
2. Dukungan sosial memainkan peran penting dalam perkembangan dan kesejahteraan remaja yang berasal dari keluarga *broken home*. Melalui dukungan yang diberikan oleh lingkungan sekitar, seperti keluarga, teman, dan komunitas, remaja ini dapat merasakan

perhatian, rasa aman, dan dorongan untuk tumbuh serta mengatasi tantangan hidup yang mereka hadapi. Bentuk dukungan sosial yang diterima oleh kedua subjek dalam penelitian ini adalah berupa dukungan emosional, dukungan penilaian atau penghargaan, dukungan instrumental berupa bantuan langsung, dan dukungan informasi. Semua dukungan tersebut berasal dari lingkungan keluarga dan teman sebayu.

## B. Saran

Untuk penelitian selanjutnya mengenai penerimaan diri remaja *broken home* terdapat beberapa saran dapat dipertimbangkan. Pertama, disarankan agar penelitian mendatang mengadopsi pendekatan multidisipliner yang melibatkan psikologi, sosiologi, dan studi agama. Pendekatan ini akan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bentuk penerimaan diri remaja *broken home* dari berbagai sudut pandang keilmuan. Kedua, penelitian kualitatif yang lebih mendalam, seperti wawancara atau *focus group discussion* (FGD) dengan remaja, keluarga, akan sangat bermanfaat untuk memahami secara lebih rinci pengalaman dan proses penerimaan diri remaja.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Agoes Dariyo, Psikologi Perkembangan Anak usia Tiga Tahun Pertama (Bandung: Refika Aditama, 2007), 205.
- Alfiana, Ida. Penerimaan Diri Remaja Keluarga Broken Home Di Balai Pelayanan Sosial Asuhan Anak Budhi Sakti Banyumas. Diss. IAIN, 2017.
- Aloysius Germia Dinora, Emosi sebuah Terapi, (Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia, 2018), 131.
- Alvin Koswanto, Memahami Perilaku dan Kejiwaan Manusia (Bogor:Lindan Bestari, 2020), 106.
- Alyasia, Nabilah, and Hermien Laksmiwati. "Gambaran Penerimaan Diri Remaja yang Mengalami Perceraian Orang Tua." Character Jurnal Penelitian Psikologi 11.1 (2024): 121-135.
- Andriani, Rina, Suhrawardi Suhrawardi, and Hapisah Hapisah. "Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja dengan perilaku seksual pranikah." Jurnal Inovasi Penelitian 2.10 (2022): 3441-3446.
- Ardini, Pupung Puspa, Setiyo Utomo, and Yenti Juniarti. "Tumbuh Kembang Anak Broken Home." Jurnal Pelita PAUD 4.1 (2019): 114-123.
- Azari, Nur Fajrah, et al. "Dukungan Sosial Sebagai Determinan Kesehatan Mental pada Remaja dengan Keluarga Broken Home." Journal of Communication and Social Sciences 1.1 (2023): 25-36.
- Aziz, Mukhlis. "Perilaku sosial anak remaja korban broken home dalam berbagai perspektif (Suatu penelitian di SMPN 18 kota Banda Aceh)." Jurnal Al-Ijtimaiyyah 1.1 (2015).
- Bandura, Albert. "Social foundations of thought and action." Englewood Cliffs, NJ 1986.23-28 (1986): 2.

Bastaman. H. D. Logoterapi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna ( Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007), 24-25

Calin, Mariana Floricica, and Tanase Tasente. "Self-acceptance in today's young people." *Technium Soc. Sci. J.* 38 (2022): 367.

Chadir, Nurul Fadhillah. "Proses penerimaan diri remaja akibat perceraian orang tua." (2018).

Citra, Lucia Regina Arnita, and Praharesti Eriany. "Penerimaan diri pada remaja puteri penderita Lupus." *Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi* 14.1 (2015): 67-86.

Fahrezi, Adi, and Rachmy Diana. "Pola Asuh Co-Parenting Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja dengan Orangtua Bercerai (Broken Home)." *Wacana* 11.2 (2019): 196-212.

Fahrurrazi, Fahrurrazi, and Casmini Casmini. "Bimbingan Penerimaan Diri Remaja Broken Home." *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3.2 (2020): 142-152.

Fahrurrazi, Fahrurrazi, and Casmini Casmini. "Bimbingan Penerimaan Diri Remaja Broken Home." *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3.2 (2020): 142-152.

Faizah, Siti Khusnul. "Pemahaman Kebahagiaan oleh Remaja Broken Home." *Taqorrub: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah* 3.1 (2022): 28-39.

Farida Nugrahani, Metode Penelitian Kualitatif: Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa (Surakarta: Pustaka Cakra, 2014), 124.

Febriani, Ira. "Penerimaan diri pada remaja penyandang tuna daksa." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 6.1 (2018).

Funaidi, Patrick, and Sri Hartini. "Penerimaan diri pada remaja panti asuhan Puteri Aisyiyah Medan." *Psyche* 165 Journal(2021): 17-21.

- Gamayanti, Witrin. "Gambaran penerimaan diri (self-acceptance) pada orang yang mengalami skizofrenia." *Psypathic: Jurnal Ilmiah Psikologi* 3.1 (2016): 139-152.
- Hadi, Samsul, et al. "Implikasi Ikhlas Pada Resiliensi Remaja Dalam Menghadapi Masalah Keluarga." *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan dan Keislaman* 10.1 (2023): 47-57.
- Hamidah, Harisa Matsna Nur Hamidah. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Tingkat Stres PAda Anak Broken Home Di Desa Ngranget Dagangan Madiun. Diss. IAIN Ponorogo, 2022.
- Hanindyastiti, Hanna, and Insiyah Insiyah. "Dinamika Penerimaan Diri (Self Acceptance) Pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus Tipe II DI Posyandu Lansia Desa Tasikhargo Jatisrono Wonogiri Tahun 2015." (JKG) *Jurnal Keperawatan Global* 2.1 (2017): 46-55.
- Hayati, Dina Nur Fitriana. Keterbukaan Diri Remaja Putri Dengan Ibu Tiri (Studi Deskriptif Kualitatif Keterbukaan Diri Tentang Reproduksi Di Kota Semarang). Diss. Universitas Islam Sultan Agung, 2019.
- Hendriati Agustiani, Psikologi Perkembangan (Bandung: Refika Aditama, 2006), 28.  
<https://kemenag.go.id/nasional/angka-cerai-turun-10-di-2023-kemenag-dorong-peran-kua-jaga-ketahanan-keluarga-rgQBT> diakses pada tanggal 9 Oktober 2024 pada pukul 17:42 WIB  
<https://pontianak.tribunnews.com/2024/05/29/pontianak-dan-sambas-jadi-yang-tertinggi-untuk-kasus-perceraian-selama-3-tahun-terakhir-di-kalbar> diakses pada tanggal 9 Oktober 2024 pada pukul 17:49 WIB
- Humairah, Asysyfa Putri, and Shanty Komalasari. "Dampak Depresi Pada Generasi Z Akibat Broken Home." *Character Jurnal Penelitian Psikologi* 11.2 (2024): 1275-

1294.

Hurlock Elizabeth, B. Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang

Kehidupan (Jakarta: Penerbit Erlangga)

Hurlock, E.B. Psikologi perkembangan. Edisi 5. (Jakarta: Erlangga, 2000), 206.

Hurlock,Elizabeth B. Perkembangan Anak Jilid 1 (Jakarta: Erlangga, 1974)

Jacob Daan Engel, Logo Konseling Berbasis Website (Yogyakarta: Kanisius, 2021), 40.

Kartono, Menurut. "Perbandingan perilaku agresif antara remaja yang berasal dari keluarga bercerai dengan keluarga utuh." *Jurnal Psikologi* Vol 3.1 (2005): 1.

Kotter, John P. "Leading change: Why transformation efforts fail." *Museum management and marketing*. Routledge, 2007. 20-29.

Kumalasari, Fani, and Latifah Nur Ahyani. "Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan." *Jurnal Psikologi: PITUTUR* 1.1 (2012): 19-28.

Kusumaningsih, Luh Putu Shanti. "Penerimaan diri dan kecemasan terhadap status narapidana." *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah* 9.3 (2017): 234-242.

Lail, Alif Hidayatul, and Yuli Darwati. "Penerimaan diri remaja dengan orang tua tunggal." *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science* 1.2 (2017): 75-87.

Lee, David S., and Oscar Ybarra. "Cultivating effective social support through abstraction: Reframing social support promotes goal-pursuit." *Personality and Social Psychology Bulletin* 43.4 (2017): 453-464.

Lestari, Dwi Winda. "Penerimaan diri dan strategi coping pada remaja korban perceraian orang tua." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 1.4 (2013).

Lexy Moleong, Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2006), 324.

- Mamuly, Wilma Francisca, and Magdalena Paunno. "Dampak Psikologi dan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Anak Korban Broken Home di Desa Hattu Kabupaten Maluku Tengah." *Jurnal Kesehatan Masyarakat Inovatif* 7.1 (2024).
- Mashuri, Imam, And Afifah Afifah. "Urgensi Pendidikan Agama Islam Di Keluarga Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja Pada Siswa Madrasah Aliyah (Ma) Kanjeng Sepuh Gresik." Incare, International Journal Of Educational Resources 1.5 (2021): 421-430.
- Matondang, Fatiha Sabila Putri, Nabila Hania Astuti, Nurul Hafizha Rokan, Andini Puspa Dewi, and Muhammad Pebri Andinata. "Peran Dukungan Sosial Terhadap Trauma Broken Home Pada Anak". *Jurnal Pendidikan Tambusai* 8.2 (2024): 26622–26629.
- Murtisari, Ddewi, Sumarwiyah Sumarwiyah, and Masturi Masturi. "Penerapan Konseling Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Remaja Patah Hati." *Jurnal Muria Research Guidance and Counseling (MRGC)* 2.1 (2023): 21-29.
- Narbuko dkk, Metodelogi Penelitian (Jakarta : Bumi Aksara, 2007), 70.
- Nasir, Abdul, et al. "Pendekatan Fenomenologi Dalam Penelitian Kualitatif." Innovative: Journal Of Social Science Research 3.5 (2023): 4445-4451.
- Neff, Kristin. "Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself." *Self and identity* 2.2 (2003): 85-101.
- Nender, Elizabeth Widya Ariany, Sri Widyawati, and Anna Dian Savitri. "Penerimaan Diri pada Remaja Yang Orangtuanya Bercerai." *Jurnal Psikologi Universitas Semarang* 1 (2017).
- Ningrum, Putri Rosalia. "Perceraian orang tua dan penyesuaian diri remaja studi pada remaja sekolah menengah atas/kejuruan di kota Samarinda." *Psikoborneo: Jurnal*

- Ilmiah Psikologi 1.1 (2013).
- Novia, Iva, and Mohamad Thohir. "Bimbingan dan konseling islam dengan terapi silaturahmi pada seorang remaja yang mengalami depresi." *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 3.1 (2013): 76-95.
- Nurasmi, Rizkyana, et al. "Dukungan Sosial Komunitas Hamur Pada Remaja Broken Home." *Jurnal Fakultas Psikologi* 2008 (2018): 1-9.
- Nurridwan, Muhammad. Penerimaan Diri Pada Remaja Yang Berasal Dari Keluarga Broken Home (Studi Kasus Di UPT Perlindungan Dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur). Diss. IAIN Kediri, 2020.
- Omnihara, Hirmar Waki, Winida Marpaung, and Rina Mirza. "Kepercayaan diri ditinjau dari dukungan sosial pada penyandang tuna netra." *Psycho Idea* 17.2 (2019): 114-122.
- Permatasari, Dian. Dinamika Penerimaan Diri Pada Remaja Pelaku Kasus Kekerasan Yang Ditahan Di Rumah Tahanan (Rutan) Klas I Surabaya (Studi Kasus). Diss. Universitas Airlangga, 2008.
- Putra, Rizky Gelora. Dinamika Psikologis Penerimaan Diri Pada Istri Yang Mengalami Perselingkuhan Suami. Diss. Universitas Islam Riau, 2020.
- Putri, Densi. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Menyimpang Remaja." *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Menyimpang Remaja* (2018).
- Putri, Getrudis Guna, Putri Agusta KD, and Shubhi Najahi. "Perbedaan self-acceptance (penerimaan diri) pada anak panti asuhan ditinjau dari segi usia getrudis guna putri 1." Prosiding PESAT 5 (2013).
- Putri, Helgi Dini Hergiman, and Budi Priyatmono. "Analisis Kondisi Psikologis Anak Broken Home Dalam Proses Reintegrasi Pada Balai Pemasyarakatan Kelas I

- Jakarta Pusat." Innovative: Journal Of Social Science Research 3.5 (2023): 5189-5198.
- Putri, Mutiara, And Ni Made Widisanti. "Self Acceptance Of The Main Character In Matt Haig's Midnight Library." Journal Albion: Journal Of English Literature, Language, And Culture 5.1 (2023): 42-45.
- Rahayu, Wulan Dwiyanti, and Mila Fatimah. "Gambaran konsep diri siswi yang mengalami broken home." FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan) 1.2 (2018): 52-57.
- Ramli, Isni Radifa. Dukungan Sosial Masyarakat Terhadap Anak Penderita Kanker Di Rumah Singgah Children Cancer Care Community C-Four. Diss. UIN Ar-Raniry, 2022.
- Ribka, Helenia Azaria, Arlies Zenitha Victoria, and Novi Heri Yono. "Gambaran Penerimaan Diri pada Pasien Fraktur: An Overview of Self Acceptance on Fracture Patients." Jurnal Keperawatan Sumba (JKS) 2.1 (2023): 11-20.
- Rif'ati, Mas Ian, et al. "Konsep dukungan sosial." Jurnal Psikologi Universitas Airlangga (2018).
- Rolle-Whatley, Renee. "Transforming Loyalty: A Classic Grounded Theory on Growth of Self-Acceptance Through Active Parenting." Grounded Theory Review 20.1 (2021).
- Ruwaida, Ana, Salmah Lilik, and Rosana Dewi. "Hubungan antara kepercayaan diri dan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi masa menopause." *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi* (2006).
- Santika, Asyifa Qurotul Ain. "Kontribusi Sikap Sabar bagi Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19: Studi Kasus pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Tingkat Akhir Angkatan 2017." Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin

- 2.1 (2022): 50-62.
- Saripuddin, M. Hubungan Kenakalan Remaja Dengan Fungsi Sosial Keluarga. Diss. Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2009.
- Sholichatun, Yulia. "Penerimaan Diri Remaja yang Memiliki Keluarga Tiri." Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam 13.1 (2016): 29-38.
- Sholichatun, Yulia. "Penerimaan Diri Remaja yang Memiliki Keluarga Tiri." Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam 13.1 (2016): 29-38.
- Sofyan S. Willis, Konseling Keluarga (Family Counseling) (Bandung: Alfabeta, 2009), 66.
- Sulistiyanto, A. (2017). *Broken home* (Doctoral dissertation, Institut Seni Indonesia Yogyakarta).
- Syahran, Muhammad. "Membangun kepercayaan data dalam penelitian kualitatif." *Primary Education Journal (Pej)* 4.2 (2020): 19-23.
- Tiara Kalyca Kurnia, Putri. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Pertemanan Dengan Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Tahun Akademik 2022/2023." (2023).
- Tola, Burnauddin, And Nathania Lundy Immanuel. "Dukungan Sosial Dan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Skizofrenia Rawat Jalan." Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi: Jppp 4.1 (2015): 7-11.
- Tresnani, Lia Dwi, And Casmini Casmini. "Penerimaan Diri Dari Kegagalan Akademik Perempuan Perfeksionisme." Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan 18.2 (2021): 110-122.
- Tresnami, Lia Dwi, And Casmini Casmini. "Penerimaan Diri Dari Kegagalan Akademik Perempuan Perfeksionisme." Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan 18.2 (2021): 110-122.

- Utami, Kadek Cahyu, and Luh Mira Puspita. "Gambaran Dukungan Keluarga Dan Kualitas Hidup Anak Kanker Di Yayasan Peduli Kanker Anak Bali." *Coping: Community of Publishing in Nursing* 8.2 (2020): 149.
- Waney, Natalia Christy, Wahyuni Kristinawati, and Adi Setiawan. "Mindfulness dan penerimaan diri pada remaja di era digital." *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 22.2 (2020): 73-81.
- Widiastuti, Machrozah Eka, and Jainuddin Jainuddin. "Hubungan penerimaan diri dengan kebersyukuran siswa MA bilingual boarding school." *Indonesian Psychological Research* 1.1 (2019): 25-31.
- Willis, Konseling Keluarga (Jakarta: Alfa Beta, 2008), 66.
- Wini, Nurenzia, Winda Marpaung, and Sarinah Sarinah. "Optimisme Ditinjau Dari Penerimaan Diri Pada Remaja di Panti Asuhan." *Proyeksi* 15.1 (2020): 12-21.
- Wulandari, Desi, and Nailul Fauziah. "Pengalaman remaja korban broken home (studi kualitatif fenomenologis)." *Jurnal Empati* 8.1 (2019): 1-9.
- Yudrik Jahja, Psikologi Perkembangan (Jakarta: Prenanda Media Grup, 2011), 220.
- Yurizka, Qeisthiani, Marudut Bernardtua Simanjuntak, and Jumalintong Sihombing. "Self-Acceptance Study in the Korean Drama Series Our Beloved Summer (Intrinsic Analysis of the Main Character's Character)." Prosiding Seminar Nasional Inovasi Pendidikan. 2022.
- Yusufi, Dhia Erwinda. Keterbukaan Diri Remaja Broken Home Terhadap Interaksi Komunikasi Dengan Teman Sebaya (Peer Group)(Studi Fenomenologi Di Kecamatan Ungaran Timur). Diss. Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2024.