RESILIENSI PADA MAHASISWA FISHUM YANG MENGALAMI PERCERAIAN ORANG TUA

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi

Disusun oleh:
Tubagus Benaya Mumtaz
NIM: 20107010094

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Dosen Pembimbing:
Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2026

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tubagus Benaya Mumtaz

NIM : 22107010094

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "Resiliensi Pada Mahasiswa FISHUM yang Menagalami Perceraian Orang Tua" merupakan karya yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi manapun. Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Adapun sumber informasi yang dikutip oleh penulis telah dicantumkan dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat digunakan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Yogyakarta, 20 Juli 2026



Tubagus Benaya Mumtaz

NIM. 22107010094

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

FM-UINSK-BM-05-03/R0

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal : Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir
Lamp : -

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama	: Tubagus Benaya Mumtaz
NIM	: 22107010094
Judul Skripsi	: Resiliensi pada Mahasiswa Fishum yang Mengalami Perceraian Orang Tua

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 15 Juli 2026
Pembimbing

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi
NIP. 19830501 201503 2 006

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-4577/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2026

Tugas Akhir dengan judul : RESILIENSI PADA MAHASISWA FISHUM YANG MENGALAMI PERCERAIAN ORANG TUA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : TUBAGUS BENAYA MUMTAZ
Nomor Induk Mahasiswa : 22107010094
Telah diujikan pada : Senin, 20 Juli 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A/B

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 6a85bee5ab382

Penguji I

Dr. Maya Fitria, S. Psi, M.A
SIGNED

Valid ID: 6a7d1c3f971a3

Penguji II

Muslim Hidayat, M.A.
SIGNED

Valid ID: 6a84dac4ad8a4

Yogyakarta, 20 Juli 2026
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 6a869dc8da569

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

Allah tidak menjanjikan hidupmu mudah, tapi dua kali Allah ulangi:

Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.
Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.
(QS Al-Insyirah : 5-6)

"Doa Ibuku adalah rahasia di balik setiap keberhasilanku."

"Kalimat-kalimat dari Ayahku sudah cukup bagiku untuk menyelesaikan jalan perjuangan ini."

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim puji syukur yang mendalam atas kehadirat Allah SWT, karena rahmat dan nikmat yang diberikan, karya ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu.

Untuk itu, karya ini saya persembahkan kepada :

ALMAMATER

Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

KELUARGA

Kepada yang terhormat dan terkasih kedua orang tua saya, Bapak Tubagus Ade Fahmi dan Ibu Mahyi din ilyas.

Kepada kedua abang saya Tubagus Irfan Khiari dan Tubagus Usama Adya.

Terima kasih atas kasih sayang, doa dan dukungan terbaik yang selalu diberikan

SAUDARA SEPERJUANGANKU

Teman-teman Psikologi Angkatan 2022 UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Subhanahu wa Ta'ala, Tuhan semesta alam. Atas limpahan rahmat, nikmat, serta karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan kita, Nabi Muhammad Shallallahu 'alaihi wasallam, yang telah membawa umat manusia dari zaman kegelapan menuju zaman yang terang benderang.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari doa, motivasi, bimbingan, serta bantuan, baik yang bersifat moral maupun material, dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam proses penyusunan skripsi ini.

Akhir kata, penulis senantiasa memanjatkan doa semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi banyak pihak serta memperoleh ridha Allah Subhanahu wa Ta'ala dan Rasul-Nya, sehingga dapat menjadi amal jariyah, khususnya bagi kedua orang tua dan para dosen yang telah berjasa dalam perjalanan pendidikan penulis. Pada kesempatan ini peneliti akan menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Noorhaidi, M.A., M.Phil., Ph.D. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Res. selaku Kepala

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

4. Ibu Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si. selaku Dosen Penasihat Akademik. Terima kasih atas masukan dan bimbingan selama proses perkuliahan.
5. Ibu Rita Setyani Hadi Sukirno, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi. Terima kasih atas bimbingan dan dukungan kepada penulis dalam proses penyelesaian skripsi.
6. Ibu Dr. Maya Fitria, S.Psi., M.A. selaku Dosen Penguji I. Terima kasih atas masukan dan koreksi atas keterbatasan isi dan hasil tulisan penulis.
7. Bapak Muslim Hidayat, M.A. selaku Dosen Penguji II. Terima kasih atas masukan dan koreksi atas keterbatasan isi dan hasil tulisan penulis.
8. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi yang telah berkenan memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman, serta seluuruh staf bidang Tata Usaha yang telah banyak membantu dalam proses penelitian ini
9. Kepada Ayah, panutan yang selalu penulis rekam segala perbuatan dan perkataan untuk melangkah melewati proses kehidupan yang masih terus berjalan. Ayah Tubagus Ade Fahmi. Terima kasih atas doa yang ayah panjatkan setiap malam, pelajaran berharga yang ayah ajarkan, pengalaman yang ayah ceritakan, keringat ayah yang tidak sedikit untuk penulis bisa di

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

titik ini. Skripsi ini menjadi bentuk bakti kecil penulis kepada ayah.

10. Kepada Mama pintu surga penulis, Mama Mahyi Din Ilyas. Mama tercinta yang selalu penulis cintai sampai akhir hayat penulis, yang selalu menjadi tempat pulang penulis untuk berkeluh kesah. Terima kasih atas ridha, dzikir, dan doa disetiap malam kepada penulis yang selalu menjadi kunci penulis sampai berada di tahap ini.
11. Kepada dua orang pelindung yang penulis cintai, abang Tubagus Irfan Khiari dan Tubagus Usama Adya. Terima kasih atas doa, pengalaman dan perlindungan yang selalu abang berikan kepada penulis.
12. Kepada Nisa Galuh Parwati, yang telah bersamai penulis dari tahun 2022. Terima kasih telah hadir dengan cara yang tenang. Tidak semua dukungan perlu berbentuk jawaban, kadang cukup seseorang yang tetap ada selama proses ini berjalan. Terima kasih banyak telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Terima kasih atas seluruh hal-hal baik yang diberikan selama ini.
13. Kepada komunitas Projo penulis mengucapkan terima kasih atas kebersamaan dan dukungan yang senantiasa diberikan. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, tempat bertukar pikiran kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.
14. Selain itu, penulis juga menyampaikan terima kasih

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan, dukungan, serta kontribusi dalam berbagai bentuk selama proses penyusunan skripsi ini.

Terakhir, penulis sampaikan banyak terima kasih kepada seluruh pihak yang turut andil dalam penyusunan skripsi ini. Semoga kebaikan yang diberikan dapat menjadi amal jariyyah dan pahala yang berkah bagi kita semua. Penulis memahami dan sadar bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan sehingga penulis memohon maaf atas segala kesalahan selama penyusunan skripsi ini baik sengaja maupun tidak disengaja. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua kalangan, Aamiin.

Yogyakarta, 17 Juni 2026

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Tubagus Benaya Mumtaz

RESILIENSI PADA MAHASISWA FISHUM YANG MENGALAMI PERCERAIAN ORANG TUA

Tubagus Benaya Mumtaz
NIM. 22107010094

INTISARI

Perceraian orang tua merupakan peristiwa yang dapat menimbulkan berbagai dampak psikologis pada mahasiswa, seperti perasaan sedih, kecewa, marah, dan kebingungan. Meskipun demikian, sebagian mahasiswa mampu beradaptasi dan bangkit dari kondisi tersebut melalui kemampuan resiliensi. Penelitian ini bertujuan untuk memahami gambaran resiliensi pada mahasiswa yang mengalami perceraian orang tua. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Informan penelitian terdiri atas tiga mahasiswa aktif Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui wawancara semi terstruktur dan observasi, kemudian dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman. Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber dan *member checking*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga informan memiliki kemampuan resiliensi yang cukup baik meskipun menunjukkan dinamika yang berbeda. Resiliensi ditunjukkan melalui kemampuan melakukan regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, serta kemampuan meningkatkan aspek positif dalam kehidupan (*reaching out*). Proses resiliensi pada masing-masing informan dipengaruhi oleh pengalaman hidup, pemaknaan terhadap perceraian orang tua, dan dukungan sosial yang diterima. Temuan penelitian menunjukkan bahwa perceraian orang tua tidak selalu menyebabkan keterpurukan berkepanjangan, tetapi juga dapat mendorong terbentuknya ketahanan psikologis pada mahasiswa.

Kata kunci: *resiliensi, mahasiswa, perceraian orang tua, studi kasus.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

RESILIENSI PADA MAHASISWA FISHUM YANG MENGALAMI PERCERAIAN ORANG TUA

Tubagus Benaya Mumtaz
NIM. 22107010094

ABSTRACT

Parental divorce can have various psychological impacts on university students. However, some students are able to adapt and recover from the situation through resilience. This study aimed to understand the resilience of university students who experienced parental divorce. This research employed a qualitative approach with a case study design. The participants consisted of three active students from the Faculty of Social Sciences and Humanities, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, selected through purposive sampling. Data were collected through semi-structured interviews and observations and analyzed using the Miles and Huberman model. Data trustworthiness was established through method triangulation and member checking. The findings indicated that all participants demonstrated adequate resilience despite showing different dynamics. Their resilience was reflected in emotional regulation, impulse control, problem-solving ability, empathy, self-efficacy, optimism, and the ability to derive positive meaning from their parents' divorce.

Keywords: resilience, university students, parental divorce, case study.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **ii**
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR ..... **iii**
MOTTO ..... **v**
HALAMAN PERSEMBAHAN ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
INTISARI ..... **xi**
ABSTRACT ..... **xii**
DAFTAR ISI ..... **xiii**
DAFTAR BAGAN ..... **xv**
BAB I **1**
PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 9
C. Tujuan Penelitian 9
D. Manfaat Penelitian 10
BAB II **11**
TINJAUAN PUSTAKA **11**
A. Literature Review 11
B. Dasar Teori 21
C. Kerangka Teoritik 28
D. Pertanyaan Penelitian 31
BAB III **32**
METODE PENELITIAN **32**
A. Metode dan Pendekatan Penelitian 32
B. Fokus Penelitian 33
C. Informan dan Setting Penelitian 33
D. Metode atau Teknik Pengumpulan Data 34

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

E. Teknik Analisis Dan Interpretasi Data 37
F. Keabsahan Data 39
BAB IV 41
HASIL DAN PEMBAHASAN 41
A. Orientasi Kancah dan Persiapan Penelitian 41
B. Pelaksanaan Penelitian 45
C. Hasil Penelitian 47
D. Pembahasan 106
BAB V 134
KESIMPULAN DAN SARAN 134
A. Kesimpulan 134
B. Saran 137
DAFTAR PUSTAKA 139
LAMPIRAN 143
DAFTAR RIWAYAT HIDUP 251

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Teoritik 31
Bagan 2. Dinamika SS 68
Bagan 3. Dinamika SK 88
Bagan 4. Dinamika MF 105

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang berada pada fase transisi dari masa remaja menuju dewasa awal yang ditandai oleh perkembangan biologis, psikologis, kognitif, sosial, moral, dan religius. Rentang usia berada antara 12 hingga 22 tahun, sehingga mahasiswa dapat diklasifikasikan sebagai bagian dari dewasa awal, yaitu pada kisaran usia 18–22 tahun. Menurut Hurlock Elisabeth (2017), masa dewasa awal merupakan periode peralihan yang ditandai dengan berbagai perubahan, pencarian jati diri, serta kerentanan terhadap berbagai permasalahan.

Sebagai individu pada fase tersebut, mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan akademik maupun nonakademik yang menuntut kemampuan beradaptasi, berpikir kritis, dan bertanggung jawab terhadap proses belajarnya. Kehidupan di perguruan tinggi tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pengembangan kemampuan sosial, emosional, serta profesional sebagai bekal menghadapi kehidupan bermasyarakat (Nurul Hidayah et al., 2022). Oleh karena itu, mahasiswa dituntut memiliki kemampuan mengelola tekanan serta menyelesaikan berbagai permasalahan yang muncul selama menjalani pendidikan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Berbagai tuntutan tersebut dapat menjadi sumber tekanan psikologis apabila mahasiswa tidak mampu menyesuaikan diri dengan kondisi yang dihadapi. Mahasiswa dapat mengalami stres akibat beban akademik, tuntutan prestasi, permasalahan keluarga, kesulitan finansial, maupun proses adaptasi terhadap lingkungan baru. Kondisi tersebut berpotensi menurunkan motivasi belajar, mengganggu kesehatan mental, serta memengaruhi pencapaian akademik apabila tidak diimbangi dengan dukungan sosial dan strategi *coping* yang memadai (Daulay et al., 2022; Tri Abelia, Farah Dineva R, 2025).

Salah satu permasalahan keluarga yang berpotensi menjadi sumber tekanan psikologis bagi mahasiswa adalah perceraian orang tua. Peristiwa tersebut dapatmemengaruhi kondisi emosional, hubungan sosial, maupun kemampuan mahasiswa dalam menjalankan tuntutan akademiknya. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana perceraian orang tua dapat memengaruhi kehidupan mahasiswa sebagai dasar dalam mengkaji kemampuan mereka untuk beradaptasi terhadap kondisi tersebut.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Perceraian orang tua merupakan hasil akhir dari proses penyesuaian perkawinan yang tidak berhasil. Menurut Hurlock Elisabeth, (2017) perceraian terjadi ketika hubungan suami dan istri telah mengalami ketidakharmonisan sehingga berbagai upaya penyelesaian konflik tidak lagi mampu mempertahankan keutuhan rumah tangga. Kondisi tersebut

menyebabkan perceraian menjadi jalan yang dipilih untuk mengakhiri konflik dalam perkawinan.

Pandangan tersebut sejalan dengan Teresa et al., (2023) yang menjelaskan bahwa perceraian merupakan pilihan terakhir yang ditempuh ketika konflik dalam rumah tangga tidak lagi dapat diselesaikan sehingga tujuan perkawinan untuk membentuk keluarga yang harmonis tidak dapat diwujudkan.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah kasus perceraian di Indonesia menunjukkan fluktuasi dalam beberapa tahun terakhir. Pada tahun 2020 tercatat sebanyak 291.677 kasus, kemudian meningkat menjadi 447.743 kasus pada tahun 2021 dan mencapai puncaknya pada tahun 2022 dengan 516.334 kasus. Meskipun mengalami penurunan pada tahun 2023 dan 2024, angka perceraian kembali meningkat menjadi 438.168 kasus pada tahun 2025. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perceraian masih menjadi fenomena yang cukup tinggi di Indonesia.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Meskipun mahasiswa mulai memasuki tahap kehidupan yang lebih mandiri, dukungan dan kelekatan dengan orang tua tetap berperan penting dalam membantu mereka menghadapi berbagai tugas perkembangan. Namun, tidak semua keluarga mampu mempertahankan hubungan yang harmonis sehingga konflik dalam keluarga dapat berujung pada perceraian dan memengaruhi kehidupan mahasiswa.

Permasalahan yang terjadi dalam keluarga merupakan salah satu sumber stres bagi setiap anggota keluarga. Ketika konflik keluarga tidak dapat diselesaikan dengan baik, anggota keluarga berisiko mengalami tingkat stres yang tinggi sehingga fungsi keluarga tidak berjalan secara optimal dan menghambat proses adaptasi positif setiap anggotanya (Edwina & Sembiring, 2022). Salah satu bentuk permasalahan keluarga yang sering terjadi adalah ketidakharmonisan dalam rumah tangga, yaitu ketika orang tua tidak mampu menjalankan peran dan fungsinya secara optimal sehingga dapat berujung pada perceraian.

Tingginya angka perceraian menunjukkan bahwa masih banyak keluarga mengalami ketidakharmonisan sehingga fungsi keluarga tidak dapat berjalan secara optimal. Dampak perceraian tidak hanya dirasakan oleh pasangan suami istri, tetapi juga oleh anak yang terlibat di dalamnya. Anak yang mengalami perceraian orang tua cenderung menghadapi berbagai permasalahan psikologis, seperti gangguan emosional, kecemasan, perasaan kehilangan, serta kesulitan dalam beradaptasi dengan perubahan kondisi keluarga (Meyrina et al., 2024).

Mahasiswa yang orang tuanya bercerai dan belum mampu menerima perceraian tersebut cenderung mengalami berbagai reaksi emosional, seperti kesedihan, kekecewaan, kemarahan, dan perasaan kehilangan. Kondisi tersebut dapat memengaruhi proses penyesuaian diri serta kesejahteraan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

psikologis mahasiswa, terutama apabila mereka masih berharap kedua orang tuanya dapat kembali bersatu atau belum mampu menerima perubahan yang terjadi dalam keluarganya (Hadyani & Indriana, 2018). Temuan ini sejalan dengan hasil *preliminary reserach*, bahwa SS menggambarkan. bahwa perceraian orang tua menimbulkan perasaan sedih, kecewa, serta kebingungan karena tidak menyangka keluarganya akan mengalami perceraian.

> *"Waktu itu perasaanku campur aduk. Ada sedih, ada bingung. Aku sempet mikir kenapa ya harus terjadi seperti ini."**(SS/Preliminary Research, 16 Maret 2026)***

Berbagai reaksi emosional yang dialami mahasiswa dipengaruhi oleh kemampuan mereka dalam menerima perceraian orang tua. Apabila kebutuhan emosional anak kurang diperhatikan setelah perceraian, kondisi tersebut dapat berdampak pada menurunnya motivasi, meningkatnya risiko kegagalan akademik, munculnya kenakalan, hingga penyalahgunaan narkoba (Andayani et al., 2004). Temuan ini sejalan dengan hasil *preliminary reserach*, bahwa SK mengalami dampak turunnya motivasi dari perceraian orang tua.

> *"Ya pasti shock... jadi lemes, terus jadi gak semangat kuliah, terus juga mau ngelakuin apa-apa tuh susah. Gak nyangka aja kalau ending dari keluarga aku bakal kayak gini, jadi campur aduk, ada sedihnya, kecewa, terus juga marah."**(SK/Preliminary Research, 3 April 2026)***

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

Meskipun perceraian orang tua dapat menimbulkan berbagai dampak psikologis, tidak semua mahasiswa menunjukkan respons yang sama. Sebagian mahasiswa mampu menerima kondisi tersebut, beradaptasi dengan perubahan dalam keluarga, serta tetap menjalankan aktivitas akademiknya secara optimal. Perbedaan respons tersebut menunjukkan adanya kemampuan individu dalam menghadapi dan mengatasi situasi sulit. Temuan ini sejalan dengan *preliminary research* MF yang menunjukkan respon berbeda.

> *"...ya udah, aku cuma gimana caranya survive sendiri... mau nggak mau harus mandiri aja...".**(MF/Preliminary Research,27 April 2026)***
> *"...lebih tahan sama tekanan... lebih kuat sih...".*(MF/Preliminary Research,27 April 2026)

Dalam menghadapi dampak yang timbul akibat perceraian orang tua, mahasiswa perlu memiliki ketahanan diri serta kemampuan emosional yang baik atau yang disebut sebagai resiliensi agar mampu menyikapi berbagai permasalahan dan kesulitan hidup secara positif. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk memperkuat ketahanan dan stabilitas emosional tersebut adalah dengan mengembangkan resiliensi, yaitu kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan atau kesulitan (Grotberg, 2003)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Menurut Desmita (2017), resiliensi merupakan kapasitas individu untuk mencegah, mengatasi, dan menanggulangi dampak dari berbagai permasalahan. Sejalan dengan itu, Stallman (2010) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif terhadap perubahan dan kesulitan hidup, sedangkan Hatari & Setyawan (2020), menekankan bahwa resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk bertahan, bangkit, serta menyesuaikan diri dengan kondisi yang sulit dalam membentuk resiliensi individu.

Hasil penelitian Karina (2014) menunjukkan bahwa resiliensi pada dewasa awal yang mengalami perceraian orang tua cenderung rendah. Penelitian yang menunjukkan kemampuan resiliensi yang dimilikinya, dengan orang tua bercerai sebesar 30,56%, mereka masih belum mampu mengontrol emosi, mudah tertekan, mudah menyerah, ragu, dan *self efficacy* yang rendah, terutama pada aspek regulasi emosi dan pengendalian impuls, dimana individu cenderung tidak mampu mengontrol emosinya dan mengalami perubahan emosi dengan cepat seperti bersikap agresif dan mudah marah.

Mahasiswa yang memiliki resiliensi tinggi mampu memandang pengalaman perceraian orang tua sebagai tantangan yang dapat memperkuat dirinya, bukan sebagai hambatan dalam mencapai tujuan hidup. Mereka cenderung memiliki cara pandang yang lebih positif terhadap kehidupan,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

mengembangkan rasa percaya diri, serta mampu membangun hubungan sosial yang sehat dengan lingkungan sekitarnya. Selain itu, individu yang resilien memiliki kemampuan *reaching out*, yaitu keberanian untuk bangkit dari kondisi sulit, mengambil peluang dan tanggung jawab baru, membuka diri terhadap hubungan sosial yang positif, serta menghadapi tantangan sebagai kesempatan untuk berkembang (Reivich & Shatte, 2003).

Mahasiswa yang memiliki tingkat resiliensi rendah cenderung mengalami kesulitan dalam beradaptasi terhadap berbagai permasalahan yang muncul setelah perceraian orang tua. Kondisi tersebut membuat mahasiswa lebih rentan mengalami stres ketika menghadapi tekanan akademik maupun permasalahan dalam kehidupan sehari-hari. Tekanan psikologis yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak pada menurunnya motivasi belajar, rendahnya capaian akademik, kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, serta keterlambatan dalam menyelesaikan studi. Pada kondisi tertentu, berbagai dampak tersebut juga dapat menghambat keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan pendidikan tinggi.

Oleh karena itu, resiliensi menjadi kemampuan yang penting dimiliki mahasiswa yang mengalami perceraian orang tua agar mampu beradaptasi, bangkit, dan bertahan ketika menghadapi berbagai tekanan dalam kehidupan. Kemampuan tersebut berperan sebagai faktor protektif yang membantu

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

mahasiswa menjaga kesehatan mental, menyesuaikan diri dengan perubahan kondisi keluarga, serta tetap menjalankan fungsi akademiknya secara optimal (Grotberg, 2003).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa perceraian orang tua merupakan salah satu permasalahan yang berpotensi memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa. Meskipun demikian, kemampuan setiap mahasiswa dalam menghadapi kondisi tersebut berbeda-beda sehingga diperlukan pemahaman yang lebih mendalam mengenai resiliensi yang dimiliki mahasiswa yang mengalami perceraian orang tua. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menggambarkan kemampuan resiliensi mahasiswa korban perceraian orang tua serta mengidentifikasi faktor-faktor yang berperan dalam memperkuat resiliensi tersebut.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran resiliensi pada mahasiswa yang mengalami perceraian orang tua serta bagaimana faktor-faktor yang berperan dalam memperkuat resiliensi tersebut?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah dipaparkan, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kemampuan resiliensi mahasiswa yang

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

mengalami perceraian orang tua serta mengidentifikasi faktor-faktor yang berperan dalam memperkuat resiliensi mereka.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai rujukan ataupun referensi dalam keilmuan psikologi terkhusus mengenai psikologi perkembangan dan sosial

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Informan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan pengetahuan bagi mahasiswa korban perceraian untuk memiliki motivasi dan semangat untuk terus menatap masa depan.

b. Bagi Lembaga / Instansi

Peneliti juga berharap hasil dari penelitian ini dapat memberikan pandangan baru kepada pihak lembaga atau instansi terkait resiliensi dewasa awal korban perceraian sehingga pihak lembaga atau instansi dapat memberikan dukungan kepada mahasiswa yang mengalami problem perceraian orang tua untuk bangkit dari keterpurukan agar fokus untuk melanjutkan sekolah maupun melanjutkan hidup yang lebih baik.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai resiliensi pada mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang mengalami perceraian orang tua, ditemukan bahwa perceraian menjadi pengalaman yang membawa ketiga informan pada kondisi psikologis yang berat, meskipun bentuk titik terendah dan proses yang dilalui berbeda. SS mengalami kesedihan, kekecewaan, kebingungan, kehilangan semangat, serta kecenderungan memendam perasaan dan menarik diri. SK mengalami kesedihan, kekecewaan, dan terganggunya rasa aman akibat perubahan kondisi keluarga. Sementara itu, MF mengalami keterkejutan dan kekecewaan terhadap perubahan kondisi keluarga serta kecenderungan menyimpan perasaan. Dari titik tersebut, ketiga informan secara bertahap menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi melalui cara yang berbeda sesuai dengan pengalaman, karakteristik diri, dan sumber daya yang tersedia di lingkungan masing-masing.

Proses tersebut menunjukkan adanya dinamika pada tujuh aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatté, yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis masalah, empati, *self-efficacy*, dan peningkatan aspek positif. Ketujuh aspek tersebut tidak muncul dalam bentuk dan intensitas yang

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

sama pada setiap informan, tetapi berkembang sesuai dengan pengalaman yang dihadapi masing-masing. Perkembangan tersebut terlihat dalam perubahan cara informan mengelola emosi, menghadapi permasalahan, mempertimbangkan berbagai kemungkinan, membangun keyakinan terhadap kemampuan diri, serta menemukan pembelajaran dan aspek positif dari pengalaman perceraian. Dengan demikian, aspek-aspek resiliensi dalam penelitian ini lebih menunjukkan proses perkembangan yang berlangsung pada masing-masing informan daripada suatu tingkat resiliensi tertentu.

Proses tersebut juga didukung oleh sumber-sumber resiliensi yang tergambar melalui *I Have, I Am, dan I Can*. Pada aspek *I Have*, ketiga informan memperoleh dukungan dari lingkungan terdekat, meskipun sumber dan bentuk dukungan yang diterima berbeda. Pada aspek *I Am*, terlihat adanya perkembangan dalam penerimaan diri, keyakinan, tanggung jawab, serta pemaknaan terhadap pengalaman yang telah dilalui. Sementara pada aspek *I Can*, ketiga informan menunjukkan kemampuan yang berkembang dalam menghadapi masalah, mengelola kondisi emosional, mengambil keputusan, dan menentukan langkah dalam menjalani kehidupan setelah perceraian. Ketiga sumber tersebut saling berperan dalam membantu informan menghadapi perubahan dan membangun proses penyesuaian setelah perceraian orang tua.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Meskipun memiliki pengalaman perceraian yang menjadi titik awal tekanan psikologis, proses yang berkembang pada masing-masing informan memiliki karakteristik yang berbeda. SS lebih banyak berkembang melalui dukungan sosial dan keterlibatan dalam organisasi yang memberikan ruang untuk membangun kembali kepercayaan diri dan memperluas pengalaman interpersonal. SK lebih banyak berkembang melalui refleksi dan pemaknaan terhadap pengalaman perceraian, sedangkan MF lebih banyak berkembang melalui penerimaan, kemandirian, dan tanggung jawab dalam menghadapi perubahan kondisi keluarga. Keterangan significant other turut memperkuat adanya perkembangan dalam cara ketiga informan menghadapi permasalahan dan menjalani kehidupan setelah perceraian.

Dengan demikian, benang merah penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman perceraian orang tua membawa mahasiswa pada titik terendah yang dapat berbeda bentuknya, kemudian diikuti oleh proses penyesuaian yang juga tidak seragam. Resiliensi dalam penelitian ini tidak dipahami sebagai kondisi yang sekadar menunjukkan bahwa seseorang "baik" atau "tidak baik", tetapi sebagai proses yang berkembang ketika individu menghadapi tekanan, memanfaatkan sumber daya dari dalam diri dan lingkungan, serta membangun cara baru untuk menghadapi kehidupannya. Perbedaan jalur SS, SK, dan MF menunjukkan bahwa proses tersebut bersifat dinamis dan kontekstual, sesuai dengan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

pengalaman serta sumber daya yang dimiliki masing-masing individu.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa yang Mengalami Perceraian Orang Tua

   Mahasiswa yang mengalami perceraian orang tua diharapkan mampu terus mengembangkan kemampuan resiliensi dengan cara membangun pola pikir yang positif, meningkatkan kemampuan mengelola emosi, serta tidak ragu mencari dukungan dari keluarga, teman, maupun pihak profesional ketika menghadapi kesulitan. Pengalaman perceraian orang tua hendaknya tidak dijadikan hambatan untuk meraih masa depan, melainkan sebagai pembelajaran yang dapat memperkuat diri dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

2. Bagi Fakultas dan Universitas

   Pihak fakultas dan universitas diharapkan dapat memberikan perhatian yang lebih besar terhadap mahasiswa yang mengalami permasalahan keluarga, khususnya perceraian orang tua. Bentuk dukungan dapat berupa penyediaan layanan konseling psikologis, program pengembangan diri, serta lingkungan akademik yang suportif sehingga mahasiswa mampu

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

mempertahankan kesehatan mental dan keberlangsungan studi secara optimal.

3. Bagi Keluarga

   Keluarga, khususnya orang tua yang telah bercerai, diharapkan tetap memberikan perhatian, komunikasi, dan dukungan emosional kepada anak. Kehadiran dukungan keluarga yang positif dapat membantu mahasiswa lebih mudah menerima keadaan, mengurangi tekanan psikologis, dan meningkatkan kemampuan resiliensi dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

4. Bagi peneliti selanjutnya

   Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai resiliensi pada mahasiswa yang mengalami perceraian orang tua dengan jumlah informan yang lebih banyak, latar belakang fakultas yang lebih beragam, serta wilayah penelitian yang lebih luas. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan resiliensi, seperti religiusitas, *self compassion*, dukungan sosial, kesejahteraan psikologis, maupun strategi *coping* sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai proses terbentuknya resiliensi pada mahasiswa korban perceraian orang tua.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

Adji, H. ilma. (2018). *"PROSES PENERIMAAN DIRI TERHADAP PERCERAIAN ORANGTUA" The Process of Self Acceptance of Parental Divorce (Sebuah Studi Kualitatif dengan Pendekatan Interpretative Phenomenological Analysis)*. https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2017.19759

Andayani, T. R., Karyanta, N. A., Studi, P., Fakultas, P., & Maret, U. S. (2004). *Proses Penerimaan Anak (Remaja Akhir) terhadap Perceraian Orangtua dan Konsekuensi Psikososial yang Menyertainya*.

Daulay, N., Harahap, A. C. P., & Sinaga, M. H. P. (2022). The role of guidance and counseling service in helping students with academic stress. *ProGCouns: Journal of Professionals in Guidance and Counseling*, *3*(2), 78–86. https://doi.org/10.21831/progcouns.v3i2.53821

Desmita. (2017). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. PT Remaja Rosdakarya. Durcan, G., & Yavuz, M. (2025). Staying Strong Despite Adversity: Resilience in

Children and Adolescents. *Turkish Archives of Pediatrics*, *60*(5), 462–468. https://doi.org/10.5152/TurkArchPediatr.2025.25108

Edwina, O. I. P., & Sembiring, T. (2022). Peran Mindset terhadap Resiliensi Keluarga pada Dewasa Awal. *Psympathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, *8*(2), 183–194. https://doi.org/10.15575/psy.v8i2.9572

Grotberg, E. H. (2003). *Resilience for Today*. Praeger. https://doi.org/10.5040/9798216007999

Hasanah, H. (2017). TEKNIK-TEKNIK OBSERVASI (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-ilmu Sosial). *At-Taqaddum*, *8*(1), 21. https://doi.org/10.21580/at.v8i1.1163

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

Hatari, S., & Setyawan, I. (2020). HUBUNGAN ANTARA SELF COMPASSION DENGAN RESILIENSI PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO. *Jurnal EMPATI*, *7*(1), 54–59. https://doi.org/10.14710/empati.2018.20146

Hermansyah, M. T., & Hadjam, M. R. (2020). RESILIENSI PADA REMAJA YANG MENGALAMI PERCERAIAN ORANG TUA: STUDI LITERATUR. *MOTIVA JURNAL PSIKOLOGI*, *3*(2), 52. https://doi.org/10.31293/mv.v3i2.4950

Hoffmann, 2009. (2009). bagaimana interaksi sosial yang terjadi antar sesama penyandang cacat tunanetra dalam badan sosial Mardiwuto, yayasan dr. Yap Prawirohusodo, Yogyakarta. *Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis*, *53*(9), 1689–1699. http://publications.lib.chalmers.se/records/fulltext/245180/245180.pdf%0Ahttps://hdl.handle.net/20.500.12380/245180%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.jsames.2011.03.003%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.gr.2017.08.001%0Ahttp://dx. doi.org/10.1016/j.precamres.2014.12

Hurlock Elisabeth. (2017). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Hidup. In *Erlangga* (p. 1997).

Karina, C. (2014). Resiliensi remaja yang memiliki orang tua bercerai. *Cognicia*, *2*(1).

Mahesi Y. (2024). *Dinamika Resiliensi Mahasiswa Broken Home (Studi Kasus Mahasiswa Uin Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)*.

Mekarisce, A. A. (2020). Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data pada Penelitian Kualitatif di Bidang Kesehatan Masyarakat. *JURNAL ILMIAH KESEHATAN*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MASYARAKAT : Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat, *12*(3), 145–151. https://doi.org/10.52022/jikm.v12i3.102

Meyrina, L., Achdiani, Y., & Nastia, G. I. P. (2024). Dampak Perceraian Terhadap Psikologis Anak. *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora Dan Seni*, *3*(3), 911–914. https://doi.org/10.62379/jishs.v3i3.2393

Moleong, L. J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya. Nurul Hidayah, A., Ferine, M., & Wicaksono, R. B. (2022). Karakteristik

Kesiapan Belajar Mandiri Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Teknologi Indonesia*, *2*(8). https://doi.org/10.52436/1.jpti.209

O. Digon, K. C. (2023). Behind the Eyes of Adolescents from Broken Families. *Journal of Humanities and Education Development*, *5*(2), 43–48. https://doi.org/10.22161/jhed.5.2.5

Pahleviannur, M. R., De Grave, A., Saputra, D. N., Mardianto, D., Sinthania, D., Hafrida, L., Bano, V. O., Susanto, E. E., Mahardhani, A. J., Amruddin, Alam, M. D. S., Lisya, M., & Ahyar, D. B. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. https://doi.org/10.31237/osf.io/jhxuw

Reivich, K., & Shatte, A. (2003). *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. Harmony/Rodale/Convergent. https://books.google.co.id/books?id=Ons_LmZYdyQC

Rijali, A. (2019). ANALISIS DATA KUALITATIF. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, *17*(33), 81. https://doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2374

Ruslin, Mashuri, S., Sarib, M., Rasak, A., & Alhabsyi, F. (2022). Semi-structured Interview: A Methodological Reflection on the Development of a Qualitative Research Instrument in Educational Studies Ruslin. *Journal of Research & Method in Education*, *12*(1), 22–29. https://doi.org/10.9790/7388-1201052229

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, *1094*, 1–12. https://doi.org/10.1196/annals.1376.002

Santrock, J. W. (2014). *Adolescence Fifteenth Edition (Fifteenth)*. Mc Graw Hill. Schoon, I. (2006). *Risk and Resilience*. Cambridge University Press. https://doi.org/10.1017/CBO9780511490132

Stallman, H. M. (2010). Psychological distress in university students: A comparison with general population data. *Australian Psychologist*, *45*(4), 249–257. https://doi.org/10.1080/00050067.2010.482109

Teresa, T., Zaelani, A. Q., & Hermanto, A. (2023). PERCERAIAN SEBAGAI UPAYA EMERGENCY EXIT DALAM TINJAUAN SADD AL DZARIAH. *ADHKI: JOURNAL OF ISLAMIC FAMILY LAW*, *4*(1), 47–58.https://doi.org/10.37876/adhki.v4i1.105

Tri Abelia, Farah Dineva R, M. M. (2025). *Hubungan Stres Akademik Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan*. https://doi.org/doi.org/10.52199/jik.v12i2.43943

Vladislav, E. O., Marc, G., Paica, C.-I., & Pop, O. (2024). Family resilience in a social-ecological context – emotional difficulties and coping strategies. *Frontiers in Psychology*, *15*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1421745

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA