

**STRATEGI *COPING* KORBAN *BROKEN HOME* DALAM
MENGHADAPI PROBLEMATIKA HIDUP PADA MAHASISWA
PRODI BKI ANGKATAN 2019 UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN
ZUHRI PURWOKERTO**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri
Purwokerto untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

Ernatus Zulaihah
NIM. 1917101101

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN
MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGRI PROF.K.H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ernatus Zulaihah

NIM : 1917101101

Jenjang : S-1

Fakultas : Dakwah

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul Skripsi : "Strategi Coping Korban Broken Home Dalam Menghadapi
Problematika Hidup Pada Mahasiswa Prodi BKI Angkatan 2019 UIN
Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto"

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi ini secara keseluruhan adalah karya atau hasil penelitian saya sendiri kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Purwokerto, 23 Juli 2023

Saya y



Ernatus Zulaihah

NIM. 1917101101



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553,
www.uinsaizu.ac.id

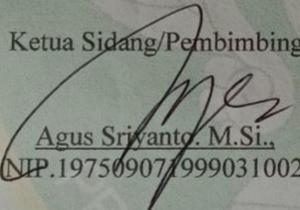
PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

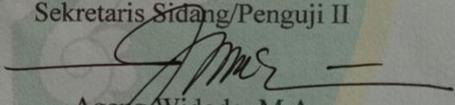
**STRATEGI COPING KORBAN BROKEN HOME DALAM MENGHADAPI
PROBLEMATIKA HIDUP PADA MAHASISWA PRODI BKI ANGKATAN
2019 UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**

Yang disusun oleh Ernatus Zulaihah NIM. 1917101101 Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam**, Jurusan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, telah diujikan pada hari ~~Jumat~~ tanggal ~~7~~ Juli 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial (S.Sos)** dalam Bimbingan dan Konseling Islam oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

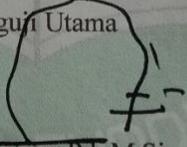
Ketua Sidang/Pembimbing


Agus Sriyanto, M.Si.,
NIP.197509071999031002

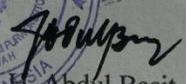
Sekretaris Sidang/Penguji II


Ageng Widodo, M.A
NIP.199306222019021015

Penguji Utama


Dr. Mustamin, s.Pd, M.Si.
NIP.197103020029011004

Mengesahkan,
Purwokerto, 27-7-2023
Dekan,


Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag.
NIP. 19691219199803100

NOTA DINAS PEMBIMBING

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Setelah melakukan bimbingan telaah, arahan dan koreksi maka saya sampaikan naskah skripsi Saudara:

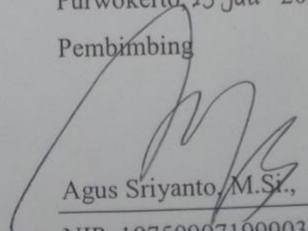
Nama : Ernatus Zulaihah
NIM : 1917101101
Jenjang : S-1
Fakultas : Dakwah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : "Startegi Coping Korban Broken Home Dalam Menghadapi
Problematika Hidup Pada Mahasiswa Prodi BKI Angkatan 2019 UIN
Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto"

Dengan Naskah Skripsi ini, dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diujikan dalam sidang munaqosyah.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Purwokerto, 23 Juli 2023

Pembimbing


Agus Sriyanto, M.Si.,

NIP. 197509071999031002

MOTTO

“jadilah diri sendiri, jangan banding-bandingkan dirimu dengan orang lain, karena dirimu itu istimewa”

(Ernatus Zulaihah)



**STRATEGI *COPING* KORBAN *BROKEN HOME* DALAM MENGHADAPI
PROBLEMATIKA HIDUP PADA MAHASISWA PRODI BKI ANGKATAN
2019 UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**

**Ernatus zulaihah
1917101101**

ABSTRAK

Broken home ialah keadaan keluarga yang kurang harmonis dan tidak berjalannya selayaknya keluarga pada umumnya yang damai, rukun, sejahtera, karna didalam keluarga tersebut sering terjadi perselisihan yang mengakibatkan pertengkaran dan berujung perceraian. Dampak keluarga *broken home* dapat berdampak negatif dan positif bagi anak, dampak negatif seperti penyalahgunaan obat-obatan terlarang, gangguan psikis, susah untuk bergaul dan lain sebagainya. Dampak positif dari *broken home* seperti menciptakan bisnis, mendewasakan diri, dan lebih tegar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk-bentuk penerapan strategi *coping* pada lima mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam dalam mengatasi problematika hidup. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data adalah teknik observasi, wawancara mendalam dan dokumentasi. Analisis data menggunakan langkah reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Bentuk-bentuk strategi *coping* yang dilakukan oleh lima mahasiswa yakni menggunakan *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Bentuk Penerapan *problem focused coping* dari lima informan adalah menceritakan masalahnya kepada orang yang dipercaya, menciptakan langkah kebahagiaan, mencari tahu apa penyebab timbulnya masalah, dan evaluasi dari. Bentuk penerapan *emotion focused coping* dari kelima informan yaitu melakukan hoby yang disukai, menganggap masalah *broken home* seringan mungkin, merasa menyesal dengan perceraian orangtua, dan mengambil sisi positif dari kejadian perceraian orangtua.

Kata kunci : strategi *coping*, problematika hidup, *broken home*

COOPING STRATEGY FOR BROKEN HOME VICTIMS IN DEALING WITH LIFE PROBLEMS OF THE STUDENTS OF BKI PROGRAM 2019 UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO

**Ernatus zulaihah
1917101101**

ABSTRACT

Broken home is a family that is less harmonious and does not work like a family in general that is peaceful, harmonious, prosperous, because in the family there are often fights that trigger fights and lead to divorce. The impact of a broken home family can have negative and positive impacts on children, negative impacts such as drug abuse, psychosocial disorders, difficulty getting along and so on. The positive effects of a broken home such as creating a business, growing up, and being stronger.

This study aims to determine the forms of applying coping strategies to five Islamic Guidance and Counseling students in overcoming life's problems. This research uses a descriptive research method with a case study approach. The techniques used in data collection are observation techniques, in-depth interviews and documentation. Then the Data analysis uses data reduction, data presentation, and conclusion drawing.

The forms of coping strategies carried out by five students are using coping that focuses on problems and coping that focuses on emotions. The form of implementing the problem focused on coping from the five informants that were told the problem to a trusted person, creating steps of happiness, finding out what are the causes problems, and evaluating them. The form of applying emotion-focused coping from the five informants is doing a favorite hobby, considering the problem as light as possible, feeling sorry, and taking the positive side of the parental divorce incident.

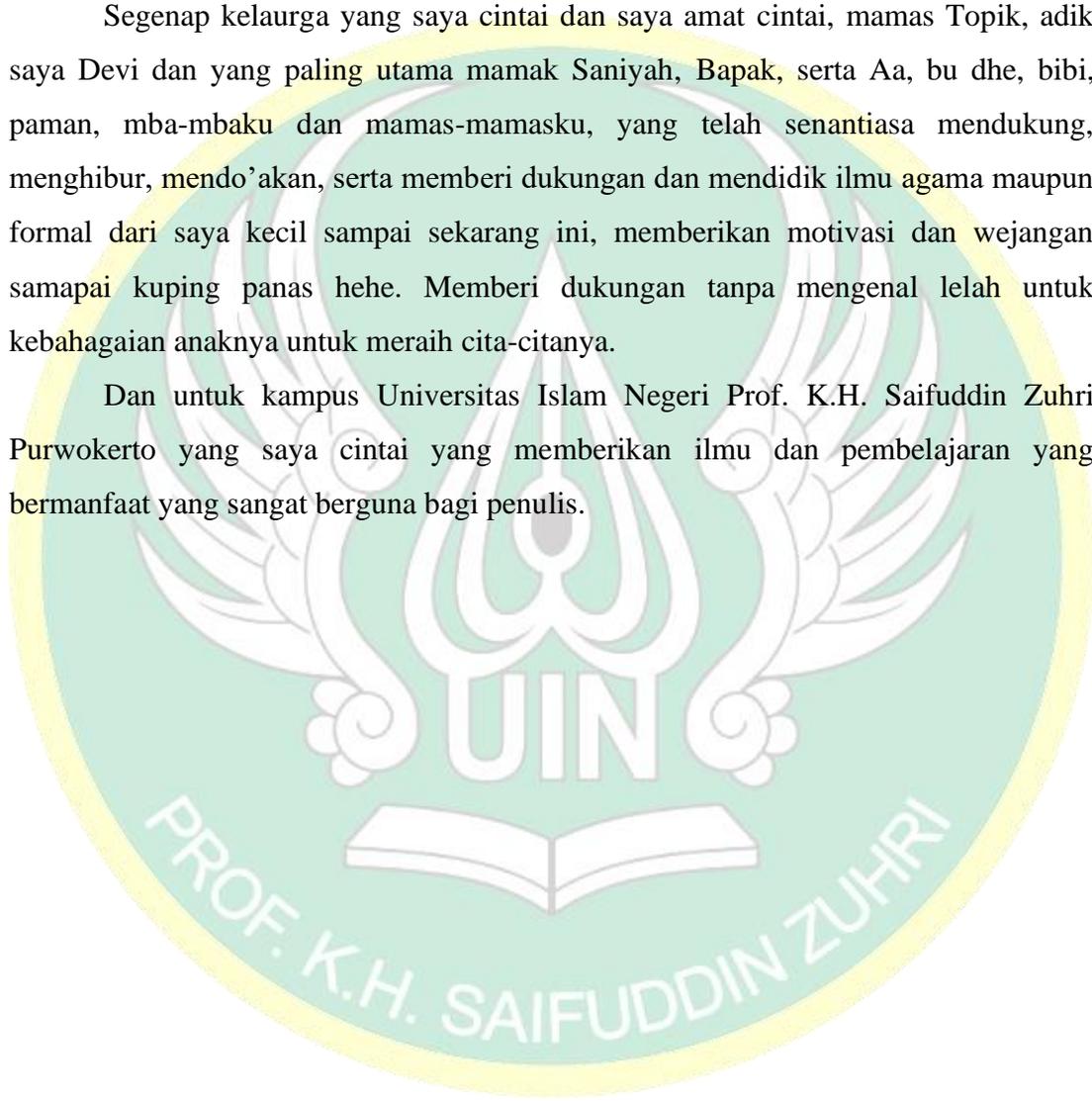
Keywords: coping strategies, life problems, broken home

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

Sege nap keluarga yang saya cintai dan saya amat cintai, mamas Topik, adik saya Devi dan yang paling utama mamak Saniyah, Bapak, serta Aa, bu dhe, bibi, paman, mba-mbaku dan mamas-mamasku, yang telah senantiasa mendukung, menghibur, mendo'akan, serta memberi dukungan dan mendidik ilmu agama maupun formal dari saya kecil sampai sekarang ini, memberikan motivasi dan wejangan samapai kuping panas hehe. Memberi dukungan tanpa mengenal lelah untuk kebahagiaan anaknya untuk meraih cita-citanya.

Dan untuk kampus Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang saya cintai yang memberikan ilmu dan pembelajaran yang bermanfaat yang sangat berguna bagi penulis.



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya haturkan atas kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Skripsi disusun guna memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Shalawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW. Yang kita nantikan syafaatnya di hari akhir.

Perjalanan panjang telah dilalui oleh penulis untuk dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul **“Strategi Coping Korban Broken Home Dalam Menghadapi Problematika Hidup Pada Mahasiswa Prodi BKI Angkatan 2019 UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto”**.

Penulis menyadari banyak pihak yang terlibat dan telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Prof. K.H. Moh. Roqib, M.Ag., Rektor UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. K.H. Abdul Basit, M.Ag., Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Nur Azizah, S.Sos.I, M.Si., Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Lutfi Faishol, M.Pd, Koordinator Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Agus Sriyanto, M.Si., dosen pembimbing Skripsi yang dengan penuh kesabaran sudah meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk membimbing, memberi arahan, dan masukan kepada penulis dalam menyusun dan menyelesaikan Skripsi.
6. Segenap dosen dan staff UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, Khususnya dosen dan staff Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin

Zuhri Purwokerto yang telah melancarkan urusan administrasi maupun pelajaran hidup lainnya.

7. Kepada mamak Saniyah yang saya cintai dan hormati terimakasih sudah memberi dukungan paling besar dari awal masuk kuliah sampai detik akhir, perjuanganmu, doamu dan kasih sayangmu begitu besar demi kebahagiaanmu dan masa depan anakmu. Semoga Allah membalas kebaikan dan memberikan kebahagiaan yang berlimpah kepada mamak.
8. Kepada segenap keluarga peneliti. hanya dapat berkata terimakasih atas dukungan dan doa kalian yang bisa menguatkanmu sampai saat ini.
9. Kepada seluruh subjek penelitian yang sudah berkenan meluangkan waktu berpartisipasi dan membantu peneliti dalam memperoleh data dan menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
10. Kepada Ahmad Durohman, yang selalu memberikan dukungan dan doa serta kasih sayang, dalam membantu menyelesaikan skripsi ini dengan baik, semoga Allah memberikan kesehatan dan kebahagiaan untuk aa.
11. Kepada teman BKI C dan khususnya Rita prihatini yang selalu memberikan dukungan dan teman menugas dikala larut malam. Semoga Allah membalas kebaikan kalian semua.
12. Kepada teman baik saya selama kuliah dan mondok Eri Febriana terimakasih banyak sudah menjadi teman baikku, memberikan semangat serta motivasi dan menolongku dikala susah, semoga Allah memberikah kemudahan dan kebahagiaan untukmu.
13. Kepada teman-teman saya semuanya terimakasih sudah memberikan dukungan dan semangat dalam penyelesaian skripsi ini dengan baik.
14. Untuk diri saya sendiri terimakasih sudah bisa menjadi wanita yang mandiri, dan kuat dalam menjalankan cobaan-cobaan hidup terimakasih sudah bisa bertahan sampai detik ini.
15. Kepada kartun Doraemon, Upin dan Ipin, dan spongebob terimakasih sudah hadir didunia ini menghibur penulis dikala mumet memikirkan

skripsi.

16. Kepada keluarga Pak Muhammad dan Fadil Jaidi terimakasih atas konten-kontennya yang selalu random dan menghibur penulis sehingga bisa ketawa terbahak-bahak ketika sedang pusing karena melihat tinggkah lucu keluarga Fadil Jaidi.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun agar nantinya dapat menjadi referensi dalam pembuatan skripsi yang lebih baik dan semoga bermanfaat.

Purwokerto, 2023

Ernatus Zulaihah
NIM. 1917101101



DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	ii
LEMBAR ENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
MOTTO	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Penegasan Istilah.....	8
C. Rumusan Masalah	11
D. Tujuan Penelitian	11
E. Manfaat Penelitian	11
F. Kajian Pustaka.....	12
G. Sistematika Pembahasan	18
BAB II KAJIAN TEORI	19
A. Strategi Coping	19
1. Definisi Strategi Coping.....	19
2. Bentuk-Bentuk Strategi Coping	20
3. Aspek Penerapan Strategi Coping.....	24
B. Problematika Hidup	25
1. Definisi Problematika Hidup	25
2. Macam-Macam Dampak Problema Hidup Anak Broken Home	26
C. Broken Home	29
1. Devinisi Broken Home.....	29
2. Faktor-Faktor Penyebab Broken Home	29

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	31
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	31
1. Pendekatan Penelitian	31
2. Jenis penelitian	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian	31
C. Subjek dan Objek Penelitian	32
D. Metode Pengumpulan Data	32
1. Wawancara	32
2. Observasi	32
3. Dokumentasi	32
E. Metode Analisis Data	33
1. Reduksi Data	34
2. Penyajian Data	34
3. Penarikan Kesimpulan	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	36
1. Sejarah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto	36
2. Sejarah Fakultas Dakwah Program Studi BKI	36
B. Strategi Coping Dalam Menghadapi Problematika Hidup Anak Korban Broken Home Pada Mahasiswa BKI Angkatan 2019 UIN SAIZU Purwokerto	37
1. Profil Informan	38
2. Bentuk-Bentuk Strategi Coping	40
C. Macam-Macam Problematika Hidup	63
D. Penerapan Strategi Coping Dalam Menghadapi Problematika Hidup Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan 2019	70
BAB V PENUTUP.....	83
A. Simpulan	83

B. Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA.....	85
LAMPIRAN-LAMPIRAN	92



BAB I PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Masa remaja merupakan masa dimana seseorang menentukan jati dirinya. Banyak sekali hal-hal positif atau dukungan dari orang-orang disekitarnya dengan tujuan untuk membantu dalam perkembangan dirinya menjadi pribadi yang mempunyai kepribadian yang utuh, yakni salah satunya ialah keluarga. Namun dalam kenyataannya banyak orang tua yang mempunyai masalah dan anak yang menjadi pelampiasannya atau menjadi korban. Sinodarmo dalam kutipan Chabibah Fatimahtuz Zahra berpendapat bahwa *broken home* ialah keadaan keluarga yang kurang harmonis dan tidak berjalannya selanyaknya keluarga pada umumnya yang damai,rukun, sejahtera, karna di dalam keluarga tersebut sering terjadi perselisihan yang mengakibatkan pertengkaran dan berujung keperceraian. Dalam kondisi ini dapat menimbulkan dampak negatif yang sangat besar kepada anak-anak. Anak bisa menjadi sedih yang berkepanjangan, murung, dan dapat kehilangan pegangan dalam kehidupannya untuk menjadi dewasa.¹

Dampak keluarga *broken home* dapat berdampak negatif bagi anak, terutama bagi anak yang sedang mengalami transisi dari masa anak-anak ke masa remaja. Kebersamaan keluarga atau fungsi keluarga yang rendah akan mengakibatkan kenakalan bagi remaja, kenakalan yang menjerumus ke hal-hal yang negatif seperti penyalahgunaan obat-obatan terlarang, seks bebas, pelanggaran norma hukum, dan lain sebagainya. Dari berbagai penelitian kenakalan remaja terjadi karna ketidak berfungsinya keluarga sebagai figur ketauladaan bagi anak.

Disamping dampak negatif perceraian orang tua bagi remaja, ada beberapa penelitian yang mengemukakan bahwa perceraian ada pula dampak positifnya. ketika remaja mendapatkan kasih sayang dan perhatian

¹ Chabibah Fatimahtuz Zahra, Fajar Kawuryan, Copong Stres Pada Remaja Broken home, *jurnal of personality and social psychology*, 54 (3) Desember 2015. Hlm 52-53 <http://hdl.handle.net/11617/6446>

orang tua yang cukup dengan keadaan orang tuanya sudah bercerai, dengan adanya kasih sayang dan perhatian dari orang tua maka remaja mampu memahami bahwa perceraian orang tua dengan hal-hal yang positif. Remaja yang hidupnya mengalami *broken home* dapat memiliki *subjective well-being* yang tinggi dimana jika orang tua dan remaja dapat terbuka dalam masalah perceraian orang tuanya, sehingga perceraian adalah hal yang harus dilakukan dalam kehidupan keluarganya yang kurang harmonis.²

Bahkan dalam UU RI No. 23 tahun 2002 telah tercantum tentang perlindungan anak yang dimuat dalam BAB ketentuan umum pasal 1 yang berbunyi. “pelindungan anak adalah segala kegiatan untuk menjamin dan melindungi anak dan hak-hak agar dapat hidup, tumbuh dan berkembang, serta berpartisipasi dan secara optimal sesuai dengan harkat dan martabat kemanusiaan serta dapat perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi”.³

Coping merupakan suatu perilaku yang dilakukan oleh seseorang untuk menghilangkan dan mengurangi ketegangan psikologi dalam kondisi hidupnya yang sedang mengalami stress. Sarafini berpendapat bahwa coping ialah usaha seseorang untuk mengurangi stres yang sedang dialaminya. Haber dan Rnyon dalam kutipan Siti Maryam juga berpendapat bahwa *Coping* ialah sebuah perilaku, perbuatan, dan pemikiran yang negatif maupun positif yang bertujuan untuk mengurangi kondisi yang membebani sedang dilami oleh seseorang bertujuan agar tidak timbulnya stress.⁴

Strategi *coping* biasanya dilakukan ketika seseorang merasa dirinya sedang berada pada tuntutan yang bersifat menekan, membebani suatu yang diluar batasan dari sumberdaya (*resources*) yang dimiliki oleh seseorang tersebut, sehingga menggunakan strategi coping untuk mengatasi

² Ida Ayu Shintya Dewi, Yohanes Kartika Herdiyanto, Dinamika Penerimaan Diri Pada Remaja Broken Home di Bali, *Jurnal psikologi Udayana edisi khusus psikologi positif*, 211, 220, Februari 2018. Hlm 212 <https://ojs.unud.ac.id>

³ Haryanti, Strategi Coping Pada Mahasiswa Korban Broken Home (studi kasus Atas Empat Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam Angkatan 2011), *skripsi*. Hlm 3, <http://idr.uin-antasari.ac.id/id/eprint/4138>

⁴ Siti Maryam, Strategi Coping : Teori dan Sumberdaya, *jurnal konseling Andi Matappa* Vol.1 No.2 Agustus 2017. Hlm 102 <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

masalah yang sedang dialami.⁵

Stuart dan Sundeen dalam Siti Maryam beliau berpendapat bahwa ada beberapa jenis dalam strategi *coping* yakni memiliki 2 jenis: strategi *coping* yang berpusat pada masalah dan strategi *coping* yang berpusat pada emosi. Yang termasuk Strategi *coping* yang berpusat pada masalah yakni konfrontasi yang mana strategi ini seseorang melakukan beberapa usaha untuk mengatasi masalahnya dengan cara agresif dengan cara menggambarkan kondisi amarahnya serta pengambilan resiko. Isolasi, isolasi sendiri memiliki tujuan yang mana seseorang berusaha bersifat bodoh amat dengan masalah yang sedang dihadapinya dengan cara menarik diri dari lingkungannya. Kompromi, yang mana strategi ini seseorang mengatasi masalahnya dengan cara baik-baik dengan meminta bantuan kepada keluarganya dan teman-teman dekatnya dan berkerja sama untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami oleh seseorang.⁶

Yang termasuk dalam strategi *coping* yang berpusat pada emosi ada 10 macam yakni: denial, seseorang menolak sebuah masalah dengan cara seseorang mengatakan tidak dengan masalah yang sedang terjadi. Rasionalisasi yakni seseorang memberikan suatu alasan keorang lain dengan alasan yang logis dengan tujuan untuk menutupi ketidak mampuan yang dimiliki oleh dirinya. Kompensasi seseorang menunjukkan perilaku yang baik dengan tujuan untuk menutupi ketidak mampuannya. Represi seseorang berusaha untuk melupakan sesuatu yang tidak menyenangkan didalam kehidupannya dan berusaha mengingat sesuatu hal-hal yang menyenangkan saja. Sublimasi menonjolkan sesuatu perasaan yang sedang dirasakan oleh seseorang dengan cara baik atau positif. Identifikasi seseorang terinspirasi dengan ide-ide, perilaku, dan cara pola pikir orang lain sehingga seseorang menirunya. Regresi seseorang kembali pada perilaku masa lalunya (anak kecil). Proyeksi seseorang sedang mengalami masalah

⁵ Siti Maryam, Strategi Coping : Teori dan Sumberdaya, *jurnal konseling Andi Matappa* Vol.1 No.2 Agustus 2017. Hlm 102 <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

⁶Siti Maryam, Strategi Coping : Teori dan Sumberdaya, *jurnal konseling Andi Matappa* Vol.1 No.2 Agustus 2017. Hlm 102 <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

tetapi melampiaskan masalah tersebut dengan orang lain. Konversi menyalurkan reaksi psikologinya dengan cara ke gejala fisiknya. *Displacement* seseorang merasa marah ke orang tetapi dilampiaskan dengan orang lain yang tak tau apa-apa.⁷

Kenyataannya bahwa sekarang banyak sekali orang tua yang bercerai tanpa memikirkan bagaimana nasib seorang anak, dalam kasus perceraian anaklah yang menjadi korban, anak bisa mempunyai kepribadian yang negatif bahkan bisa mempunyai kepribadian yang positif, jika anak itu bisa menyadari bahwa perceraian itu yang lebih baik atau jalan yang terbaik bagi kedua orang tuanya.

Amato dan Sonelewski dalam Sarah Hafiza dan Marty Mawarputrly berpendapat bahwa remaja yang mengalami orang tuanya bercerai cenderung remaja tersebut mengalami ketidakbahagiaan dalam hidupnya, susah untuk mengontrol diri dalam kehidupannya. Remaja yang mengalami orang tuanya bercerai juga kerap kali mengalami tekanan mental seperti depresi, yang mana ini akan menyebabkan perilaku sosial remaja yang buruk. Masalah *broken home* merupakan suatu kenyataan yang tidak mengenakan bagi remaja, remaja kerap sekali kehilangan jati dirinya dan memiliki masalah pribadi dalam remaja, remaja harus menghadapi kenyataan yang mana orang tuanya harus bercerai. Bagi remaja sendiri permasalahan perceraian bukanlah hal yang mudah untuk diterima dalam hidupnya butuh waktu dan proses untuk menerima keputusan bahwa orang tuanya untuk bercerai.⁸

Anak merupakan suatu anugerah, amanah, dan titipan dari Allah SWT kepada orang tua, oleh karena itu orang tua wajib mendidik anak dengan baik dan benar sesuai anjuran agama dan menjaga anak supaya selamat baik didunia maupun diakhirat. Dan bisa berguna dan bermanfaat bagi orang lain, nusa dan bangsa. Allah telah berfirman dalam Qur'an surat

⁷ Siti Maryam, Strategi Coping: Teori dan Sumberdayanya, *Jurnal Konseling Andi Matappa*, Volume 1 Nomor 2 Agustus 2017. Hlm 102 <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

⁸ Sarah Hafiza, Marty Mawarputrly, Pemaknaan Kebahagiaan Oleh Remaja *Broken Home*, *Jurnal Ilmiah Psikologi* Juni 2018, Vol.5, No. 1. Hlm 60 <https://journal.uinsgd.ac.id>

At- Tahrir ayat 6 yang berbunyi sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ
غِلَظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ

Yang artinya: wahai orang-orang yang beriman! Peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu, penjaganya malaikat-malaikat yang kasar dan keras, yang tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang Dia perintahkan kepada mereka dan seluruh mengerjakan apa yang diperintahkan.

Berdasarkan firman Allah yang telah tertera diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa orang tua harus menjaga dirinya sendiri dan keluarganya agar tidak terjerumus kedalam siksa api neraka, oleh karena itu orangtua memiliki kewajiban dalam mendidik anaknya supaya menjadi anak yang berguna dan bermanfaat dengan cara memasukan ajaran-ajaran agama islam dalam mendidik anak-anaknya dengan tujuan untuk lebih mengenal Allah dan bertakwa kepada Allah dan menjadi muslim yang lebih baik lagi.⁹

Dengan keadaan anak *broken home* anak harus dituntut untuk bisa bersosialisasi dengan masyarakat, teman-temannya, dan mengembangkan kemampuannya, dengan keadaan anak yang sedang mengalami masalah begitu berat yang menimpa hidupnya yakni orangtunya telah berpisah.¹⁰ Yang mana pada masa anak-anak, remaja sangat membutuhkan perhatian dan kasih sayang dari orang tuanya, untuk mencapai impihnya yang indah dengan adanya masalah orangtunya bercerai menghancurkan impian anak untuk menggapainya.

Problematika hidup psikologis manusia pada zaman moderen ini biasanya dialami ketika seseorang mengalami sesuatu seperti merasa tidak berdaya, konflik batin, stres, cemas, dan kehilangan harapan atau cita-cita

⁹ Siti Maryam, Strategi Coping: Teori dan Sumberdayanya, *Jurnal Konseling Andi Matappa*, Volume 1 Nomor 2 Agustus 2017. Hlm 102 <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

¹⁰ Desi Wulandari, Nailatul Fauziah, Pengalaman Remaja Broken Home (Studi Kualitatif Fenomenologis), *jurnal empati*, Vol 8, No. 1, Januari 2019, Hlm 2 <https://ejournal3.undip.ac.id>

dalam kehidupannya. Zakiah Darajat dalam kutipan Meta Malihatul berpendapat bahwa faktor terjadinya problematika kehidupan psikologis yakni yang pertama ketika seseorang merasakan kehilangan harapan arah tujuan dalam hidupnya sehingga seseorang tidak mampu menentukan arah mana yang harus ditempuh untuk mengapai tujuan hidupnya. Yang kedua seseorang belum mampu mengimbangi kemajuan zaman moderen sehingga seseorang belum bisa mengimbangi perubahan zaman sekarang. Ketiga, seseorang lupa akan bio dirinya sendiri sehingga seseorang terlalu menikmati kehidupan di zaman yang maju ini yang bersifat materialistik. Seseorang kadang lupa akan jati dirinya yang mempunyai dimensi batin yang harus juga diimbangi dengan beribadah dengan tuhanannya sehingga seseorang akan merasakan kekacauan batinnya dan akan mengalami permasalahan dalam psikologisnya.¹¹

Data yang diperoleh dari mahasiswa prodi BKI UIN SAIZU Purwokerto angkatan 2019 terdapat 5 Mahasiswa yang mengalami kondisi keluarga yang berantakan atau *broken home*, banyak anak korban *broken home* ini menyelesaikan masalahnya dengan tindakan yang tidak wajar atau tindakan negatif dan ada pula yang menyelesaikan masalahnya dengan tindakan yang positif, contoh dari tindakan yang negatif yaitu menggunakan obat-obatan yang terlarang, pergaulan bebas dan lain-lain, sedangkan contoh dari tindakan yang positif yaitu dengan memanfaatkan waktu untuk menjadi lebih baik seperti fokus pada pendidikan, berbisnis, menciptakan karya dengan tujuan untuk menjadi orang yang sukses. Jadi pada skripsi ini menjelaskan bahwa strategi coping dalam menghadapi problematika hidup.

Bimbingan Konseling Islam merupakan jurusan yang membantu mahasiswa untuk lebih memahami dirinya sendiri dan orang lain, sehingga muncul kekerabatan yang erat dan efektif. Memberi bantuan kepada mahasiswa untuk bisa lebih mengembangkan diri, sehingga dapat

¹¹ Meta Malihatul Maslahat, Problematika Psikologis Manusia Moderen dan Solusinya Perspektif Psikologi dan Tasawuf, *Jurnal Studi Psikoterapi Sufistik* 6, 1 (2021) hlm 76-77 <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/syifa-al-qulub>

menggunakan potensi yang ada dalam dirinya secara optimal. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti mahasiswa BKI untuk menjadi informan didalam skripsi ini.

Mahasiswa BKI angkatan 2019 sebanyak 180 mahasiswa dan di bagi menjadi empat kelas yakni A sampai D. Kelas BKI A terdapat 3 mahasiswa yang mempunyai masalah keluarga *broken home* dari 45 mahasiswa, tetapi semua tidak masuk dalam kategori penelitian. Selanjutnya BKI B terdapat 3 mahasiswa yang mempunyai masalah keluarga *broken home* dari 45 mahasiswa, tetapi hanya 2 mahasiswa yang masuk dalam kategori penelitian skripsi ini. Jumlah mahasiswa BKI C yang memiliki masalah keluarganya *broken home* yakni ada 4 mahasiswa dari 45 mahasiswa, tetapi hanya 3 mahasiswa yang masuk dalam kategori penelitian skripsi. Yang terakhir kelas BKI D terdapat 3 mahasiswa yang mengalami masalah keluarganya *broken home* dari 45 mahasiswa tetapi dari semua mahasiswa tersebut tidak ada yang masuk dalam kategori penelitian skripsi ini.

Dari hasil wawancara terdapat 13 anak yang mengalami *broken home* tetapi hanya 5 mahasiswa yang mau diwawancarai. Kondisi 5 Mahasiswa *broken home* di prodi BKI UIN SAIZU Purwokerto angkatan 2019 terdapat 3 dari 5 mahasiswa yang sudah bisa menerima dan memahami kondisi orang tuanya yang sudah bercerai, sehingga mahasiswa merasa lebih bahagia dengan kehidupan yang sekarang. Ada 2 mahasiswa ini masih memiliki rasa trauma dengan masalah perceraian orangtuanya, dari kedua mahasiswa ini memiliki trauma yang hampir sama yakni sama sama trauma dengan perasaan yang sedih ketika ada orang yang ngomong dengan nada tinggi, atau ngomong dengan kata-kata yang kotor maka kedua mahasiswa ini merasa sedih dan akan menimbulkan perasaan yang sedih dan *overtinking*. Salah satu dari kedua mahasiswa ini lebih sedih yakni dari hasil wawancara dia bilang

“saya sangat sedih ketika ada orang yang ngomong kasar dan ngomong dengan nada tinggi, dan ketika ada 2 orang yang sedang berantem salah satunya di bentak-bentak dan itu berantemnya di dekat

saya pasti saya merasa sedih dan bahkan bisa menangis, padahal yang dibentak bukan saya tapi saya merasakan apa yang dia rasakan”.¹²

Alasan meneliti Strategi *Coping* korban *broken home* Dalam Menghadapi Problematika Kehidupan Pada Mahasiswa BKI Angkatan 2019 UIN SAIZU yakni peneliti ingin mengetahui bagaimana cara mahasiswa menghadapi masalah *broken home* yang dialami oleh mahasiswa, *broken home* merupakan suatu permasalahan yang cukup besar dan akan membuat seseorang menjadi stres. sehingga anak akan mencari kebahagiaan untuk menghilangkan stressnya baik itu positif maupun negatif. Dari kasus tersebut peneliti tertarik untuk mengangkat masalah ini sebagai bahan penelitian skripsi.

B. PENEGASAN ISTILAH

Penegasan istilah disini memiliki tujuan yakni untuk meminimalisi suatu kesalah pahaman didalam pemembahasan masalah penelitian yang akan berfokus kepada masalah-masalah yang akan dibahas maka akan dianalisis lebih lanjut dalam suatu penelitian sebagai berikut:

1. Strategi *Coping*

Strategi berasal dari bahasa Yunani, *stratagos* yang memiliki arti ilmu rencana mengenai kegiatan untuk mencapai sasaran khusus.¹³

Coping berasal dari kata *cope* yang dapat diartikan sebagai menghadapi, melawan ataupun mengatasi.¹⁴

Menurut Nezha dkk Strategi *coping* merupakan pemecahan masalah yang sederhana yang dilakukan oleh seseorang dengan cara mengontrol perilaku, dengan tujuan untuk membebaskan diri dari berbagai masalah yang sedang dialaminya.¹⁵

Menurut Siti Nurina Hakim dan Betty Amalina Rahmawati strategi

¹² Hasil wawancara dengan DSN

¹³ Retna Sri Sedjati, *Manajemen Strategis*, (Yogyakarta: Deepublish, 2015) hlm 1

¹⁴ Desi Sulisty Wardani, Strategi Coping Orang Tua Menghadapi Anak Autis, *Jurnal Ilmiah Berkalah Psikologi*, Vol. 11, No, 1, hlm 28

¹⁵ Nezha Hanifah, Dkk, Strategi Coping Stress Saat Kuliah Daring Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Andalas, *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 2020 <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

coping dilakukan oleh seseorang untuk mengurangi stres dengan cara mengalihkan permasalahan, mencari dukungan baik dari keluarga maupun teman-teman terdekatnya.¹⁶

Dari penjelasan-penjelasan tersebut dapat disimpulkan strategi *coping* merupakan suatu tindakan yang dilakukan oleh seseorang dalam menghadapi stress yang sedang dialaminya dengan melakukan hal yang positif maupun negatif dengan tujuan untuk mendapatkan ketenangan pada dirinya. Yang dimaksud strategi *coping* dalam penelitian ini adalah cara-cara yang digunakan oleh mahasiswa dalam menghadapi problematika hidup yang disebabkan *broken home*.

2. *Broken Home*

broken home sendiri memiliki arti yakni dari kata *broken* adalah kehancuran dan *home* ialah rumah. Disini *broken home* bisa dimaknai sebagai kечurаn rumah tangga yang akan mengakibatkan perceraian. Masalah *broken home* samapai saat ini masih ditutupi karna masih dianggap aib.¹⁷

Menurut Ditha *broken home* merupakan kondisi keluarga yang tidak harmonis, keluarga yang kurang rasa damai, rukun, karena kerap kali terjadi pertengkaran atau perselisihan yang mengakibatkan perceraian.¹⁸

Menurut Berna Detta dan Sri Muliati Abdullah *broken home* merupakan kondisi keluarga yang tidak utuh hal ini dapat disebabkan oleh perceraian, meninggal dan lain-lain, remaja yang mengalami *broken home* dalam pengembangan emosional sangat penting untuk dihadapi kesulitan-kesulitan dan permasalahan untuk menyelesaikannya secara positif, hal tersebut dapat terlaksanakan ketika remaja mempunyai kemampuan resiliensi.¹⁹

¹⁶ Siti Nurina Hakim, Betty Amalina Rahmawati, Strategi Coping Dalam Menghadapi Permasalahan Akademik Pada Remaja yang Orang Tuanya Mengalami Perceraian, *Naskah Publikasi*, hlm 370 tahun 2015

¹⁷ Yessica Agustina, Self Disclosure Mengenai Latar Belakang yang Broken Home Kepada Pasangannya, *Jurnal E-Komunikasi*, Vol 4. No. 1 Tahun 2016

¹⁸ Ditha Paramitha, Fenomena Prilaku Remaja Broken Home di SMA BPI Kota Bandung, *Skripsi*, 2016 hlm 46

¹⁹ Berna Detta, Sri Muliati Abdullah, Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga Broken Home, *Insight*, Vol. 19 No. 2 Agustus 2017. Hlm 72-76 <https://ejournal.mercubuana-yogya.ac.id>

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan *broken home* merupakan keadaan keluarga yang tidak harmonis, tidak hangat, dan terjadi percecokan anantara kedua orang tua atau keluarga lain yang satu atap dan mengakibatkan perceraian dan meninggalkan keluarga.

Yang dimaksud dengan *broken home* dalam penelitian ini adalah suatu keadaan keluarga yang mengalami permasalahan yang tidak dapat diselesaikan sehingga mengakibatkan perceraian dalam rumahtangganya, dan akibat dari perceraian orangtua anak menjadi stress. Penulis berharap sekali anak-anak yang *broken home* dapat bangkit dari keterpurukannya.

3. Problematika Kehidupan

Problematika yakni terdiri dari tuturan kata *problem* yang artinya masalah dan persoalan, problematika yakni persoalan yang harus mempunyai tujuan untuk memecahkan suatu masalah.²⁰

Menurut Khaerun Rijal problematika suatu kendala atau permasalahan yang belum bisa ditangani baik dari dalam maupun dari luar sehingga tujuan yang ingin dicapai kurang maksimal.²¹

Kehidupan berasal dari kata hidup yang memiliki tambahan kata ke dan an yang mengandung arti suatu pelaksanaan, sedangkan hidup memiliki arti sebagai suatu hal yang sangat penting oleh setiap makhluk hidup di muka bumi, Bastaman dalam kutipan Andriyan dan Irma Rumtianting mempunyai pendapat tentang pengertian hidup yakni suatu kualitas kehidupan yang mana jika seseorang mengahayati akan kualitas pada potensi-potensi yang dimilikinya, menunjukkan kehidupan yang bahagia dan optimisme dan mencapai tujuan-tujuan yang di impikan serta memberi makna dalam kehidupannya.²²

problematika kehidupan dalam penelitian ini yang dimaksud ialah

²⁰ Akamuddin, Problematika Bahasa Indonesia Kekinian: Sebuah Analisis Kesalahan Berbahasa Indoneisa Ragam Tulisan, *Mabasan*, Vol. 10. No 2 Juli- Desember 2016 hlm 65 <https://media.neliti.com>

²¹ Khaerun Rijal, Problematika Single Parent Dalam Memenuhi Kebutuhan Keluarga di Desa Sengepalie Kecamatan Lamuru Kabupaten Bone, *Skripsi*, februari 2019

²² Andriyan, Irma Rumtianting, Kebermaknaan Hidup Lansia (Studi Kasus di Cabang UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan Jawa Timur), *Islamic Guidance And Counseling*, Vol 1. No. 1 2020 hlm 76-77 <https://jurnal.iainponorogo.ac.id>

kesulitan yang dialami oleh anak *broken home* ketika menghadapi permasalahan baik *broken home* maupaun bukan dan bagaimana cara menghadapi persoalan-persoalan tersebut.

4. Mahasiswa

Mahasiswa terdiri dari dua kata yakni maha dan siswa, maha yang artinya besar dan siswa adalah orang yang sedang mencari ilmu, jadi mahasiswa ialah seseorang yang sedang menuntut ilmu kejenjang yang lebih tinggi dari siswa. Sarwono berpendapat dalam kutipan Saibun Panjaitan mahasiswa ialah seseorang yang telah resmi terdaftar diperguruan tinggi dengan umur sekitar 18-30 tahun. Mahasiswa merupakan insan yang dididik untuk menjadi calon sarjanah dalam perguruan tinggi, dengan harapan mahasiswa mampu menjadi seseorang yang intelektual.²³

Yang dimaksud mahasiswa dipenelitian ini ialah seseorang yang sedang menempuh jenjang pendidikan di perguruan tinggi Program Studi Bimbingan Konseling Islam angkatan 2019 di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof.K.H. Saifudin Zuhri Purwokerto.

C. Rumusan Masalah

Peneltian ini mengambil rumusan masalah bagaimana strategi *coping* dalam menghadapi problematika hidup anak korban *broken home* pada Mahasiswa BKI angkatan 2019 UIN SAIZU Purwokerto?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka penelitian ini mempunyai suatu tujuan yakni sebagai berikut untuk mengetahui strategi *coping* dalam menghadapi problematika anak korban *broken home* pada mahasiswa BKI angkatan 2019 UIN SAIZU Purwokerto.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat penelitian teoritis

Manfaat secara teoritis yakni peneliti berharap supaya bisa menjadi

²³ Saibun panjaitan, dkk, Hubungan Antara Dukungan Keluarga Inti Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa, *Kerusso*, Volume 3 Number 1 Maret 2018 hlm 24-25 <https://media.neliti.com>

kontribusi berupa materi di bidang bimbingan konseling terutama pada mata kuliah bimbingan konseling keluarga.

2. Manfaat Penelitian praktis

manfaat secara praktis yakni:

a. Bagi anak korban *broken home*

Dengan adanya penelitian ini diharapkan anak yang mengalami korban *broken home* supaya memiliki pengetahuan bagaimana cara mengatasi promblematika kehidupannya dengan cara yang baik. Yang bernilai positif tidak merugikan dirinya sendiri, orangtua, dan lingkungan sekitar.

b. Bagi orangtua

Dengan adanya penelitian ini diharapkan kepada orangtua untuk selalu mengontrol anaknya dan selalu memberikan *support* yang positif terhadap anak walau keadaan orangtua sudah tidak bersama. Agar anak mendapatkan rasa kasih sayang yang cukup untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan.

c. Bagi mahasiswa korban *broken home*

Dengan adanya penelitian ini peneliti berharap kepada mahasiswa yang mengalami korban *broken home* bisa melakukan hal-hal yang positif dan penelitian ini bisa menjadi dasar dalam mengatasi masalahnya dengan hal-hal yang baik.

d. Bagi peneliti

Dengan adanya penelitian ini supaya bisa menambah wawasan dan pelajaran untuk menyelesaikan masalah-masalah yang timbul karna adanya *broken home* dengan menjrumus kedalam hal-hal yang positif.

F. Kajian Pustaka

Sarah Hafiza Dan Marty Mawatpury pernah meneliti tentang masalah *broken home*, beliau memaknai kebahagiaan seorang anak *broken home*. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti kebahagiaan anak yang mengalami *broken home* memiliki 3 makna kebahagiaan yakni, pertama kehidupan yang membahagiakan ialah individu merasakan

kebahagiaan dan pengalaman yang membuat individu senang.²⁴ Bahagia merupakan suatu perasaan yang bersifat positif yang dirasakan oleh seseorang dan yang akan mendorong seseorang dalam melakukan suatu perilaku atau tindakan yang bernilai positif. Seseorang yang merasakan dirinya bahagia yakni seseorang yang telah melakukan suatu kegiatan atau pengalaman yang membahagiakan atau menyenangkan dan mampu membuat seseorang itu pada tingkat kesenangannya.

Kedua kehidupan yang bermakna dalam kehidupan seseorang yakni kehidupan yang memiliki tujuan yang bermakna, dapat dimengerti dan berarti dalam pengalaman hidupnya. Kebahagiaan seseorang juga bisa ditandai dengan bagaimana seseorang tersebut memaknai dalam kehidupannya yang sedang dijalani pengalaman yang mana memiliki makna yang sangat berarti dan membahagiakan seseorang. Hidup seseorang dapat bermakna jika seseorang tersebut dapat memperoleh interaksi dengan orang sekitar dengan hubungan yang positif. Seseorang yang memperoleh kebahagiaan tidak dilakukan sendiri tetapi melibatkan kebahagiaan tersebut dengan orang lain.

Ketiga keterlibatan diri. Dalam keterlibatan diri ini menuju pada suatu kegiatan dimana seseorang melibatkan semua aspek dalam kehidupannya baik fisik maupun non fisik dalam mengikuti suatu kegiatan yang diikutinya.

Dari penelitian tersebut mempunyai persamaan dengan si penulis yaitu sama-sama meneliti anak broken home. Dan ada perbedaannya juga yaitu pada sisi objek nya penelitian yang dilakukan oleh Sarah Dkk membahas kebahagiaan seseorang anak yang mengalami masalah broken home sedangkan dalam penelitian ini peneliti berfokus pada cara mengatasi masalah broken home dengan cara melakukan strategi coping.

Penelitian yang kedua dilakukan oleh Istiana, yang menyatakan bahwa harga diri seorang remaja diukur dari setatus keluarganya di SMA AL- ULUM MEDAN. Dari penelitan di SMA AL- ULUM MEDAN telah terlihat perbedaan yang signifikan antara anak yang mengalami permasalahan *broken*

²⁴ Sarah Hafiza, Marty Mawarpurtly, Pemaknaan Kebahagiaan Oleh Remaja *Broken Home*, Jurnal Ilmiah Psikologi Juni 2018, Vol.5, No. 1. Hlm 60 <https://journal.uinsgd.ac.id>

home dan anak yang tidak mempunyai masalah *broken home*. Hal ini dapat dilihat dari sebuah penelitian yang menunjukkan hasil yang anova dengan koefisien $f= 19.426$ dengan $p = 0.000 < 0.010$. berdasarkan dari hasil penelitian tersebut dapat menunjukkan hipotesis yang berbunyi ada sebuah perbedaan harga diri siswa yang mengalami permasalahan keluarnya *broken home* dan siswa yang tidak memiliki permasalahan brokwn home dan dinyatakan diterima. Selanjutnya penelitian dengan melihat nilai rata rata remaja yang memiliki keluarga yang utuh memiliki nilai rata-rata harga diri yang tinggi yakni 94200 yang tidak mempunyai permasalahan *broken home* dibandingkan dengan remaja yang memiliki permasalahan *broken home* yakni memiliki nilai rata rata harga diri sebesar 80400.²⁵

Bisa dilihat dari hasil penelitian diatas bahwa remaja yang tidak memiliki permasalahan *broken home* memiliki harga diri yang tinggi (positif) dibandingkan dengan remaja yang memiliki permasalahan *broken home* memiliki harga diri yang rendah (negatif). Penelitian ini dilakukan guna untuk mengetahui bagaimana harga diri seorang anak *broken home* dan harga diri anak yang tidak *broken home* atau bisa disebut juga dengan perbandingan antara harga diri anak *broken home* dan anak yang bukan *broken home*, karena terdapat kesenjangan antara orang lain yang memandangnya dengan korban anak *broken home* ini supaya orang lain mengetahui bagaimana karakteristik harga diri seorang anak korban *broken home* dan yang tidak *broken home*.

Dalam penelitian ini memiliki perbedaan dan persamaan dengan penulis sama-sama melakukan penelitian tentang anak *broken home* dan memiliki perbedaan juga pada sisi objeknya. Penelitian yang dilakukan oleh Istiana mengambil pada anak-anak yang mengalami masalah *broken home* di SMA AL- ULUM MEDAN sedangkan peneliti melakukan penelitian mengambil di jurusan Bimbingan konseling Islam di UIN SAIZU.

Penelitian yang ketiga dilakukan oleh Fani Novita Sari, Zulfan Samm, Rosmawati, yang membahas tentang kondisi psikologis siswa yang *broken*

²⁵ Istiana, Perbedaan Harga Diri Remaja di Tinjau Dari Setatus Keluarga pada SMA AL-ULIM MEDAN, *jurnal Psikologi Konseling* Vol.10 No. 1, Juni 2017.

home di SMP negeri 40 Pekanbaru. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada 43 orang subjek di SMP negeri 40 Pekanbaru menunjukkan secara umum kondisi psikologis siswa yang *broken home* memiliki kondisi psikologis yang tinggi yang mana telah dibuktikan dengan sebanyak 5 siswa presentasinya 11,63% sedangkan kategori sedang siswa sebanyak 36 dengan presentasinya sebanyak 83,72% dan yang terahir pada kategori rendah memiliki 2 siswa dengan presentasinya sebanyak 4,65%. Artinya siswa yang berada pada kategori tinggi kondisi psikologisnya dalam kondisi yang sangat baik, siswa yang berada pada kategori sedang kondisi psikologisnya dalam kondisi yang normal dan siswa yang berada pada kategori rendah kondisi psikologisnya dalam kondisi yang tidak baik. Jadi hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa keadaan psikologis siswa SMP yang mengalami *broken home* berada pada kategori sedang. Artinya kondisi psikologis siswa SMP dalam kondisi yang normal.²⁶

Kondisi yang dialami oleh siswa SMP yang mengalami *broken home* memiliki kondisi psikologis yang normal atau bisa disebut sedang, dan adapun prilaku yang menunjukkan sisi positif dari anak SMP yang memiliki permasalahan *broken home* seperti mudah memaafkan kesalahan teman-temannya yang telah melukai hatinya, dan bisa keluar dari masalah yang begitu menyedihkan yang telah dialami, orang tua yang selalu mengawasi pergaulan anak-anaknya sehingga anak merasa hidupnya bahagia.

Dalam penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penulis yakni sama-sama meneliti anak yang mempunyai permasalahan *broken home* dan bagaimana dampak dari masalah tersebut, dan perbedaanya dengan penulis yakni dari sisi objeknya.

Penelitian yang ke empat dilakukan oleh Mukhlis Azis yang berjudul prilaku sosial anak remaja korban *broken home* dalam berbagai perspektif (suatu penelitian di SMPN 18 kota banda Aceh) pada bentuk-bentuk prilaku anak yang mengalami masalah *broken home* prikalu sosialnya sangat

²⁶ Fani Novita Sari, ZulfanSamm, Rosmawati, kondisi psikologis siswa yang *broken home* di SMP negeri 40 Pekanbaru, *JOM FKIP* Vol.5 edisi 1 Januari- Juni 2018 <https://jom.unri.ac.id>

menghawatirkan antara lain suka sekali mengajak ngobrol temannya ketika jam pelajaran sedang berlangsung, suka jalan-jalan saat jam pelajaran, tidak sopan kepada guru, suka izin ke kamar mandi, dan tidak mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru, caper, berpenampilan yang tidak wajar seperti rambutnya dicat seperti anak punk, pakaian seragam sekolah yang suka melanggar peraturan sekolah, dan ada juga anak yang mengalami masalah *broken home* yang tadinya ceria, semangat dalam belajar menjadi pemurung dan pendiam saat di sekolah, dan ada juga yang tadinya menjadi anak penurut menjadi anak pembangkang dan suka ngomong kasar, perilaku sosial anak yang mengalami permasalahan *broken home* sangat meresahkan guru-guru dan teman-temannya ketika jam pelajaran berlangsung karena perilaku anak yang memiliki masalah *broken home* sangat mengganggu ketenangan saat belajar.²⁷

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Mukhlis Aziz terdapat persamaan dan perbedaan dengan peneliti yakni sama-sama membahas tentang anak *broken home* dan mempunyai perbedaan yakni terdapat di sisi obyeknya dipenelitian di atas membahas perilaku anak *broken home* di sekolahnya dan didalam peneliti ini membahas bagaimana cara penyelesaian masalah yang dialami oleh anak *broken home*.

Penelitian yang kelima dilakukan oleh Oetari Wahyu Wardhani yang berjudul Problematika Interaksi Anak Keluarga *Broken Home* di Desa Banyuroto, Nanggulan, Kulon Progo, Yogyakarta. Didalam penelitian yang dilakukan oleh Oetari Wahyu Wardhani membahas tentang interaksi antara orangtua dan anak yang didalam keluarganya memiliki masalah *broken home* di Desa Banyuroto, Nanggulan Kulon Progo, interaksi yang terjadi antara orangtua dan anak berjalan dengan baik walau tidak semua orang tua bisa berinteraksi setiap hari dengan anaknya. Ada orang tua yang sibuk dengan pekerjaannya sehingga berinteraksi dengan anaknya tidak berjalan dengan maksimal, keterbukaan antara anak dan orang tua juga tidak maksimal karena

²⁷ Mukhlis Aziz, Perilaku Sosial Anak Remaja Korban Broken Home dalam Berbagai Perspektif, *Jurnal Al-Ijtima'iyah*, Vol. 1. NO. 1, Januari-Juni 2015. Hlm 49 <https://jurnal.ar-raniry.ac.id>

orang tua sibuk dengan pekerjaannya sehingga kurangnya waktu untuk anaknya dan akan mengakibatkan orang tua tidak bisa mengontrol perilaku anaknya. Di Desa Banyuntoro keluarga yang mengalami perceraian kebanyakan orang tuanya memiliki kesibukan bekerja dan mengakibatkan kurangnya waktu untuk berkomunikasi, berinteraksi dengan anak-anaknya. Di Desa Banyuntoro keluarga yang mengalami permasalahan *broken home* orangtuanya tidak memiliki waktu yang banyak untuk kebersamaan bersama anaknya karena kebanyakan waktu orangtua dihabiskan untuk bekerja. Dilihat dari keteladaan orangtua yang memiliki aturan untuk anak-anaknya yang didalam aturan tersebut salah satunya yakni untuk menghormati orang yang lebih tua, berperilaku sopan santun, dan berbicara yang sopan jika anak melanggar peraturan yang telah dibuat dan disepakati oleh orangtua dan anak, maka anak akan mendapat sanksi, nasehat dan hukuman. Dengan adanya aturan yang telah dibuat oleh orang tua sehingga orangtua bisa mengontrol perilaku anak walaupun orangtua tidak memiliki waktu yang banyak untuk anaknya.²⁸

dari penelitian yang dilakukan oleh Oetri Wahyu Wardhani memiliki persamaan dengan penulis yakni sama-sama membahas tentang anak *broken home* tetapi juga memiliki perbedaan dalam hal isi pembahasannya jika penelitian yang dilakukan oleh Oetari Wahyu Wardhani ini membahas tentang interaksi anak dan yang dibahas oleh penulis tentang strategi *coping* dalam mengatasi masalah anak *broken home*.

Penelitian yang keenam dilakukan oleh Roy Novianto, Amrozi Zakso, dan Izhar Salim yang berjudul Analisis Dampak *Broken Home* Terhadap Minat Belajar Siswa SMA Santun Untan Pontianak. Dampak permasalahan *broken home* yang dialami oleh siswa ada yang positif dan ada juga yang negatif. Dampak behavioral yang terjadi oleh siswa yang mengalami *broken home* berdampak pada perilaku kurang baik dan baik karna latar belakang siswa yang memiliki masalah *broken home*. Dampak dari *broken home* terhadap

²⁸ Oetari Wahyu Wardhani, Problematika Interaksi Anak Keluarga Broken Home di Desa Banyuroto Nanggulan Kulon Progo Yogyakarta, *Artikel Jurnal*, hlm 6-8 <http://journal.student.uny.ac.id>

belajar siswa, siswa ada yang memiliki minat belajar tinggi dan ada yang rendah, siswa yang memiliki minat belajar rendah yakni siswa yang kurang semangat dalam pembelajaran berlangsung, tidak aktif dalam pembelajaran sehingga mengakibatkan hasil belajar yang kurang maksimal. Dan adapun siswa yang memiliki masalah *broken home* tetapi masih memiliki semangat belajar yang tinggi, aktif dalam kelas, sehingga hasil belajarnya pun baik dan memiliki cita-cita yang tinggi untuk di capai.²⁹

Dari penelitian yang dilakukan oleh Roy Novianto, Amrozi Zakso, dan Izhar Salim memiliki persamaan yakni sama-sama meneliti permasalahan *broken home* pada anak dan adapun perbedaan yakni dari penelitian yang dilakukan oleh Roy Dkk meneliti dampak dari perceraian orangtua pada anak dan pada penelitian ini meneliti bagaimana mahasiswa menyelesaikan permasalahan *broken home*.

G. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

sistematika pembahasan pada penelitian ini terdiri dari 5 BAB yaitu:

BAB I. Pendahuluan, terdiri dari latar belakang masalah, penegasan istilah, rumusan masalah, tujuan masalah penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, sistematika pembahasan.

BAB II. Kajian Teori, terdiri dari: pengertian strategi *coping*, Bentuk bentuk strategi *coping*, Strategi *Coping* Dalam Mengatasi Problematika Mahasiswa Korban *Broken Home*.

BAB III. Metode Penelitian. Terdiri dari: pendekatan dan penelitian, waktu dan tempat penelitian, subjek dan obyek penelitian, metode pengumpulan data, metode analisis data.

BAB IV. Penyajian Data dan Analisis data, terdiri dari gambaran umum lokasi, gambaran umum subjek, penyajian data, metode analisis data.

BAB V. Penutup, terdiri dari kesimpulan, saran-saran dan penutup

²⁹ Roy Novianto, Amrazi Zakso, Izhar Salim, Analisis Dampak Broken Home Terhadap Minat Belajar Siswa SMA Santun Untan Pontianak, Hlm 7-8 <http://jurnal.untan.ac.id>

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Strategi *Coping*

1. Definisi Strategi *Coping*

Menurut Carlson dalam kutipan Tedeus Albberto strategi *coping* adalah suatu rencana yang mudah dilakukan, rencana itu dapat digunakan sebagai anitispasi ketika kita menjumpai situasi yang menimbulkan stres, dan efektif untuk mengurangi rasa stres yang sedang dialaminya.³⁰

Strategi *coping* merupakan tindakan individu untuk menguasai suatu keadaan yang mengancam, tantangan, melukai, dan kehilangan. Sehingga individu menguasai suatu tindakan yang membangkitkan perasaan yang sedang mengalami emosi atau tekanan.³¹ Strategi *coping* merupakan sebuah pilihan perilaku seseorang untuk beradaptasi dengan masalah yang sedang dialaminya sehingga bisa menyelesaikan masalahnya.³²

Strategi *coping* merupakan strategi yang dilakukan oleh individu untuk menyesuaikan kedaan yang menuntut dirinya dari masalah yang dibebankan oleh lingkungan kepada dirinya.³³ Strategi *coping* bisa dilakukan oleh individu karena dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti, faktor lingkungan, pengalaman dalam menghadapi masalah, konsep diri, dan sumber daya yang dimiliki beserta hambatannya. Kepribadian individu juga sangat berpengaruh terhadap strategi *coping* apa yang akan digunakan untuk menyelesaikan masalahnya.³⁴

³⁰ Tedeus Alberto, Pengaruh Strategi Koping Terhadap Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhirat dalam Penyusunan Skripsi, *TA-Kasimo-Motivasi*, 2022

³¹ Nur Dania Muhandisatin Nandhilah dan Ratna Supradewi, Hubungan Antara Koping Religius Dengan *Burnout* Pada Guru SMK Swasta X Kota Semarang, *Proyeksi*, Vol. 16 (2) 2021 hlm 111

³² Rahmania Dkk, Strategi Koping Dengan Anak Gangguan Spektrum Autisme (Studi Kasus: Orangtua Murid Taman Kanan-kanak Mutiara Bunda), *Prosiding KS : Riset & PKM*, Volume : 3 Nomor : 3 hlm 340

³³ Dessi Rismelina, Pengaruh Strategi koping dan Dukungan Terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga, *Psikoborneo*, Vol 8, No 2, 2020 hlm 197

³⁴ Della Tri Damayamti dan Alviyatun Masitoh, Strategi Koping Siswa Dalam Menghadapi Stres Akademik di Era Pandemi Covid-19, *Academica Journal Of Multidisciplinary Studies*, Vol. 4 No. 2, July-December 2020 hlm 191

Coping merupakan strategi yang sederhana dan realistis untuk mengatasi suatu masalah dengan membebaskan diri dari masalah yang sedang dialaminya dengan mengatur tingkah lakunya dari masalah yang nyata dan tidak nyata.³⁵ Menurut Nauratul Iqramah, dkk Prilaku *coping* yakni prilaku seseorang dimana mereka melakukan interaksi dengan masyarakat dan lingkungannya dengan tujuan untuk mengatasi masalah yang sedang dialaminya. Strategi *Coping* dapat diartikan sebagai suatu respon individu dalam mengatasi masalahnya, respon tersebut sesuai apa yang sedang dirasakan oleh seseorang yang sedang dialami untuk bisa mengontrol, mengurangi efek yang negatif bagi dirinya dan melakukan tindakan untuk mengatasi masalah yang sedang dialaminya.³⁶

Strategi *coping* merupakan suatu cara untuk mengatasi stres yang sedang dialami oleh seseorang karena adanya permasalahan yang sedang dialaminya baik permasalahan dari luar maupun dari dalam, dengan melakukan hal-hal yang disukai oleh seseorang dengan tujuan untuk mendapatkan kebahagiaan dalam dirinya dan menghilangkan rasa stres yang sedang dialaminya.

2. Bentuk-Bentuk Strategi *Coping*

Dari teori Richard Lazarus dalam kutipan Juli Andriyan terdapat 2 bentuk strategi *coping* yakni berfokus pada masalah *problem focused coping* (PFC) dan berfokus pada emosi *emotion focused coping* (EFC).³⁷ Dan dapat dijelaskan lebih perinci sebagai berikut:

a. *Problem focused coping*

Strategi *coping problem focused coping* yakni yang berfokus pada masalah yang sedang dialaminya dan dapat mengubah atau membantu

³⁵ Nezha Hanifah, dkk, Strategi Coping Stres Saat Kuliah Daring Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Andalas, *Jurnal Psikologi Tabularasa*, Volume 12, No. 1, April 2020 <http://jurnal.unmer.ac.id>

³⁶ Nauratul Iqramah, dkk, Strategi Coping (Problem Focused Coping dan Emotion Focused Coping) Dalam Menghadapi Stres Pada Mahasiswa Penyusun Skripsi FKIP Universitas Syiah Kuala, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, Volume 3 Nomor 4 tahun 2018, desember 2018 hlm 76 <http://jim.unsyiah.ac.id/pbk/article/view/6209>

³⁷ Juli Andriyani, Strategi Coping Stress Dalam Mengatasi Problema Psikologis, *At-Taujih Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 2 No. 2 Juli- Desember 2019 hlm 40-41 <http://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Taujih>

seseorang untuk menyelesaikan suatu masalah yang sedang dialaminya.³⁸ ada tiga hal yang termasuk dalam *problem focused coping* antara lain:

1) Kehati-hatian (*cautisiosness*)

Kehati-hatian yakni suatu pertimbangan individu terhadap apa yang dilakukan mengenai beberapa kemungkinan tentang adanya alternatif pemecahan masalah, seperti mencoba membagi pendapat dengan orang yang dipercayai dan mempertimbangkan segala urusan untuk mengambil keputusan serta melakukan evaluasi mengenai strategi apa yang telah dilakukan.

2) Tindakan Instrumental (*instrumentak Action*)

Tindakan instrumental yang dimaksud dalam strategi ini yakni suatu tindakan individu yang ditujukan dengan harapan supaya bisa menyelesaikan problematika yang sedang terjadi secara langsung dengan menyusun langkah apa yang harus dilakukan dalam mengatasi masalah.

3) Negoisasi (*Negotiation*)

Negoisasi yakni usaha individu yang melibatkan pihak eksternal atau yang menyebabkan timbulnya masalah untuk mencari jalan keluar bersama.³⁹

b. *Emotion-focused coping*

Strategi *coping emotion focused coping* merupakan strategi yang berfokus pada emosi.⁴⁰ Ada beberapa yang termasuk dalam strategi *emotion focused coping* antara lain sebagai berikut:

1) Melarikan diri dari masalah (*Escapism*)

³⁸ Ummul Aiman Sani, Strategi Coping Ditinjau Dari Spiritualitas dan Resiliensi Pada Wanita Dewasa Awal, *An-Nafs:Jurnal Fakultas Psikologi*, 2019, Vol. 13, No2 hlm 87 <https://journal.uir.ac.id>

³⁹ Nayla Kautsari Afifah, Gambaran Penerimaan Diri dan Strategi Koping Orang Tua Dengan Kondisi Anak Berkebutuhan Khusus di Desa Tonjong Kabupaten Brebes, *Skripsi*, (Purwokerto: Universitas Prof.KH. Saifuddin Zuhri), 2022 hlm 25

⁴⁰ Nurchayati, dkk, Strategi Coping Mahasiswa Menghadapi Perubahan Sistem Perkulihan di Masa Pandemi COVID-19, *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 2021, Vol. 11. No.3 hlm 262 <http://dx.doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p247-266>

Melarikan diri dari masalah merupakan usaha individu untuk menghindari masalah dengan cara membayangkan seakan akan individu tersebut tidak berada dalam kondisi sekarang tetapi membayangkan sedang dalam kondisi yang menyenangkan, contoh dari strategi ini yakni dengan melakukan hal-hal yang menyenangkan seperti melakukan hobynya.

2) Beranggapan masalah seringan mungkin (*Minimization*)

Sebuah tindakan individu yang beranggapan bahwa masalah yang sedang dialami lebih ringan dan lebih mudah ditanggannin dari yang sebenarnya terjadi, sehingga individu merasa lebih sedikit tenang dan mengurangi rasa gelisah, stress.

3) Menyalahkan diri sendiri (*Self Blame*)

Tindakan individu yang seakan-akan menyalahkan dirinya sendiri terhadap masalah yang sedang dihadapinya, sehingga individu menghukum dirinya dengan rasa penyesalannya.

4) Mencari hikmah (*Seeking Meaning*)

Individu mencari makna kegagalan dan mencari segi-segi yang penting dalam hidupnya, dalam kata lain individu mencari hikmah yang tersirat dari permasalahan yang sedang dihadapinya sehingga bisa menjadi pelajaran dalam hidupnya dan memulai membuka lembaran kehidupan baru dari sudut yang berbeda (baik).⁴¹

Menurut Friedman dalam kutipan Nurchayati strategi *coping* memiliki 2 tipe dalam keluarga yakni internal dan eksternal. Dan ada beberapa strategi *coping* internal, sebagai berikut:

- 1) Mengandalkan kemampuan atau bakat pada diri sendiri dari keluarga untuk mengatasi suatu masalah yang dialami. Keluarga kerap sekali membagikan atau mengendalikan suatu sumberdaya yang dimiliki oleh anak. Keluarga membuat struktur dalam keluarga dan menimpahkan satu beban kepada masing-masing

⁴¹ Nayla Kautsari Afifah, Gambaran Penerimaan Diri dan Strategi Koping Orang Tua Dengan Kondisi Anak Berkebutuhan Khusus di Desa Tonjong Kabupaten Brebes, *Skripsi*, (Purwokerto: Universitas Prof.KH. Saifuddin Zuhri), 2022 hlm 25

anggota keluarga dengan tujuan untuk menimbulkan rasa tanggung jawab dan mandiri serta dapat memecahkan masalah yang sedang dialami.

- 2) Penggunaan humor. humor yang dilakukan dalam keluarga ini akan menjadi sangat penting dilakukan dengan tujuan untuk memberikan kerileksan pada anggota keluarga yang sedang mengalami masalah dan mengurangi rasa stres dan cemas.
- 3) Musyawarah bersama. Dengan cara bermusyawarah antara keluarga dengan cara saling terbuka ketika mempunyai suatu masalah dan membahas masalah yang sedang dialami maka akan membuat seseorang mempunyai *power* dalam dirinya. Dengan cara makan bersama, bercerita pengalaman dengan anak-anak dengan cara ini akan membuat ikatan keluarga semakin kuat.⁴²

Strategi *coping* eksternal juga ada beberapa cara untuk mengatasinya, antara lain sebagai berikut:

- 1) Mencari informasi. Keluarga atau anggota keluarga yang sedang mengalami masalah mencari pengetahuan dan informasi yang berhubungan dengan stresor. Hal ini bertujuan untuk mengurangi rasa stress atau rasa takut terhadap anggota keluarga.
- 2) Mencari dukungan sosial. Dari hal ini merupakan strategi *coping* eksternal yang paling utama. Pendukung sosial dapat di dapatkan dari kerabat keluarga yang lain, toko masyarakat, dan kelompok yang profesional.
- 3) Mencari dukungan spritual. Yakni keluarga mencari dukungan spiritual untuk mengatasi masalahnya seperti mempercayakan kepada Tuhan dan berserah kepada-Nya.⁴³

Dari penjelasan diatas strategi *coping* memiliki 2 tipe dalam

⁴² Nurchayati, dkk, Strategi Coping Mahasiswa Menghadapi Perubahan Sistem Perkuliahan di Masa Pandemi COVID-19, *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 2021, Vol. 11. No.3 hlm 262 <http://dx.doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p247-266>

⁴³ Nurchayati, dkk, Strategi Coping Mahasiswa Menghadapi Perubahan Sistem Perkuliahan di Masa Pandemi COVID-19, *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 2021, Vol. 11. No.3 hlm 262 <http://dx.doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p247-266>

keluarga yakni eksternal dan internal. Dalam strategi *coping* keluarga internal dapat dilakukan dengan cara mengandalkan kemampuan bakat yang dimilikinya dari keluarga untuk mengatasi persoalan-persoalan dalam keluarga, melakukan humor keluarga ketika keluarga melakukan humor maka keluarga akan membangun kehangatan dalam keluarganya, melakukan musyawarah bersama ketika didalam keluarga tidak ada komunikasi dan memendam rasa sakit hati maka akan menimbulkan cekcok sehingga musyawarah dalam keluarga penting dilakukan dengan tujuan menghindari permasalahan keluarga. Dalam strategi coping eksternal dalam keluarga bisa dilakukan dengan cara mencari informasi-informasi yang menimbulkan stress dengan tujuan untuk mengetahui apa saja hal-hal yang menimbulkan stres dan menghindari perbuatan tersebut sehingga mengurangi rasa stress dan takut. Mencari dukungan sosial bisa mencari bantuan dari keluarga lain dengan tujuan untuk merasakan keamanan dilindungi oleh orang-orang terdekat. Dan mencari dukungan spiritual mempercayakan semua masalah yang sedang dialaminya kepada Allah bahwa Allah akan membantunya dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang di alaminya.

3. Aspek Penerapan Strategi Coping

Menurut Folkman dan Lazarus dalam kutipan Nur Hasanah Lubis aspek penerapan strategi *coping* ada beberapa aspek yakni sebagai berikut:

a. *Problem Focused Coping*

- 1) Mencari bantuan informasi, individu berusaha mencari dukungan informasi dari orang yang ahli dalam bidang membantu menyelesaikan masalah seperti psikolog, konselor, dan guru.
- 2) *Confrontive Coping*, yaitu menyelesaikan masalah dengan cara yang konkrit seperti mencari tahu apa penyebab timbulnya masalah.
- 3) Pemecahan masalah secara langsung, individu melakukan pembelajaran dari setiap situasi yang menimbulkan masalah dan

berusaha untuk menganalisis jawaban langsung untuk masalah yang sedang dihadapi.

b. *Emotion Focuse Coping*

- 1) Mencari dukungan sosial emosional, individu mencari dukungan emosional secara sosial dari orang lain yang dipercayai oleh individu.
- 2) Menjauh, individu mencoba menjauh dari hal-hal yang menimbulkan masalah.
- 3) *Avoidance escape*, individu menciptakan alur kehidupan dengan tujuan untuk melenyapkan hal-hal yang menimbulkan masalah.
- 4) Kontrol diri, individu berusaha mengontrol pada dirinya dalam memecahkan masalah.⁴⁴

B. Problematika hidup

1. Definisi Problematika Hidup

Dalam kamus besar bahasa Indonesia istilah problematika berasal dari bahasa Inggris yakni "*problematic*" yang mempunyai makna persoalan atau masalah. Sedangkan menurut kamus bahasa Indonesia *problem* memiliki makna belum dipecahkan, yang menimbulkan permasalahan. Sedangkan menurut para ahli problematika yakni suatu kesenjangan antara harapan dan kenyataan yang diharapkan dapat menyelesaikan atau dapat diperlukana atau dengan kata lain dapat mengurangi rasa kesenjangan.⁴⁵

Kehidupan berasal dari kata hidup yang memiliki tambahan kata ke dan an yang mengandung arti suatu pelaksanaan, sedangkan hidup memiliki arti sebagai suatu hal yang sangat penting oleh setiap makhluk hidup di muka bumi, Bastaman dalam kutipan Andriyan dan Irma Rumlanting mempunyai pendapat tentang pengertian hidup yakni suatu kualitas kehidupan yang mana jika seseorang mengahayati akan kualitas pada

⁴⁴ Nur Hasanah Lubis, Strategi *Coping* Stres Pada Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Menyusun Skripsi di Universitas Islam Negri Sumatra Utara Medan, *Skripsi*, (Medan : Universitas Islam Negri Sumatra Utara) 2021 hlm 8-9

⁴⁵ Rita Zahara, Identifikasi Problematika Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Dalam Menyelesaikan Skripsi, *Skripsi*, (Banda Aceh: Universitas Islam Negri Ar-Raniry) 2018 hlm 11

potensi-potensi yang dimilikinya menunjukkan kehidupan yang bahagia dan optimisme dan mencapai tujuan-tujuan yang di impikan serta memberi makna dalam kehidupannya.⁴⁶

Menurut Bastaman dalam kutipan Vika dan Sulis makna hidup ialah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memiliki makna atau nilai yang khusus bagi seseorang, sehingga dapat dijadikan tujuan dalam kehidupannya.⁴⁷

Menurut Diah dan Farida makna hidup yakni suatu yang muncul dari dalam diri sebagai arah tujuan dalam melangkah hidup untuk menemukan suatu istilah yang dianggap bermakna. Makna hidup juga dapat berupa komitmen dari diri sendiri dan makna itu dapat dihadirkan dari peristiwa yang dialami oleh individu baik peristiwa yang membahagiakan maupun peristiwa yang kurang diinginkan dalam kehidupan individu.⁴⁸

Problematika hidup yakni sebuah keadaan individu yang ia sedang hadapi tetapi tidak sesuai dengan ekspektasi yang ia inginkan seperti masalah yang berkaitan dengan penyesuaian diri, masalah yang berhubungan dengan sosial, masalah yang berkaitan dengan belajarnya, masalah yang berkaitan dengan keluarga.⁴⁹

2. Macam-macam Dampak Problematika Hidup Anak *Broken Home*

a. Rentan Mengalami Gangguan Psikis

Individu yang mengalami orangtuanya bercerai rentan sekali mengalami gangguan psikis. Dalam hal ini peran keluarga sangat penting dalam pertumbuhan individu untuk masa-masa mendatang baik secara psikologis maupun secara fisik. Karena ketika individu

⁴⁶ Andriyan, Irma Rumtianting, Kebermaknaan Hidup Lansia (Studi Kasus di Cabang UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan Jawa Timur), *Islamic Guidance And Counseling*, Vol 1. No. 1 2020 hlm 76-77 <https://jurnal.iainponorogo.ac.id>

⁴⁷ Vika Maris Nurani dan Sulis Mariyanti, Gambaran Makna Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani *Hemodialisa*, *Jurnal Psikologi*, Volume 11 Nomor 1, Juni 2013 hlm 3

⁴⁸ Diah Dinar Utami dan Farida Agus Setiawati, Makna Hidup Mahasiswa Rantau: Analisis Faktor Eksploratori Skala Makna Hidup, *Jurnal Penelitian Ilmu Kehidupan*, Volume 11, Nomor 1, Maret 2018, hlm 32

⁴⁹ Rita Zahara, Identifikasi Problematika Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Dalam Menyelesaikan Skripsi, *Skripsi*, (Banda Aceh: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry) 2018 hlm 11

mengetahui bahwa kedua orangtuanya sudah tidak bersama lagi akan membuat individu merasa trauma sehingga akan membuat perasaan yang becampur aduk dalam hati batin individu.

b. Membenci Kedua Orangtua

Individu yang telah mengetahui orangtuanya sudah bercerai, individu kerap sekali menyalahkan kedua orangtunya dan akan membencinya karna kurangnya kasih sayang yang diberikan oleh kedua orangtuanya kepada dirinya. Perhatian yang dibutuhkan oleh individu dari orangtuanya yakni sebuah kasih sayang yang sepenuh hati contoh kreil dari sebuah komunikasi yang verbal secara langsung kepada individu, meski hanya berupa pertanyaan yang menyangkut aktivitas sehari-harinya. Karena seorang individu sangat memerlukan sebuah sengtuhan dari kedua orangtuanya, dalam bentuk sentuhan hati yang berupa empati dan simpati untuk menjadikan individu peka terhadap lingkungan. Akan tetapi ketika orangtua sudah bercerai kerap sekali orangtua tidak memperhatikan kebutuhan anaknya baik seperti perhatian dan kasih sayang sehingga membuat individu membenci orangtuanya.

c. Mudah Mendapatkan Pengaruh Buruk Dari Lingkungannya

Individu yang mengalami *broken home* akan mudah terpengaruh oleh lingkungannya karena tempat satu-satunya pelarian anak yang mengalami *broken home* adalah teman-temannya, karena individu merasa ketika bersama teman-temannya akan bisa bersosialisasi dan bercanda sehingga akan merasakan bahagia dan merasa dirinya dihargai. Sehingga lingkungan akan sangat berpengaruh terhadap individu ketika individu bergaul dengan lingkungan yang kurang baik maka individu juga akan terpengaruh tidak baik juga.

Hal ini ketika individu merasa kondisi rumah atau keluarga yang tidak nyaman, maka individu akan mencari kenyamanan sendiri untuk tempat berbagi cerita, kebahagiaan, dan menghibur diri. Saat

kondisi individu tidak baik maka peran lingkungan atau teman-temannya menjadi tujuan kebahagiaan dan menggantikan peran keluarga. Jika individu bergabung dengan sirkel pertemanan yang kurang baik maka kemungkinan besar individu akan sangat mudah sekali terpengaruh dengan sisi negatif tersebut dengan tujuan untuk mencari kebahagiaan.

d. Menganggap Jika Hidup Adalah Sia-sia

Individu yang mengalami keluarga *broken home* cenderung merasa kehilangan tujuan hidup karena kurangnya kasih sayang dari orangtua, Bahkan kerap sekali individu yang merasakan kepedihan hati dan kehancuran hati sehingga membuat pandangan hidup individu berubah ke dalam konteks yang negatif, karena tidak ada sandaran atau panutan didalam kehidupannya sehingga membuat individu merasa hidup itu sia-sia.

e. Tidak Mudah Bergaul

Kerap sekali inidvidu yang mengalami keluaganya yang *broken home* merasa susah bergaul atau bersosialisasi dengan lingkungan sekitar karena malu dengan kondisi keluarganya yang berantakan dan merasa iri terhadap teman-temannya yang mendapatkan rasa kasih sayang yang lebih dari kedua orangtunya.

f. Permasalahan Pada Moral

Ketika perceraiaan orangtua terjadi ketika anak masih dalam masa perkembangan maka secara tidak sadar anak akan melihat pertengkaran yang terjadi antara kedua orangtuanya dan secara tidak langsung akan membentuk kepribadian anak yang kurang baik seperti keras dan kasar. Dan seiring berjalannya waktu anak akan menerapkan perilaku tersebut didalam dirinya sendiri seperti yang sering dia lihat pada orangtuanya yang bertengkar, berperilaku kasar, emosian dan prilaku yang kurang baik lainnya.⁵⁰

⁵⁰ Nutria Massa Dkk, Dampak Keluarga *Broken Home* Terhadap Perilaku Sosial Anak, *Jumbara Journal of Community Empowerment (JJCE)*, Volume (1) Nomor (1), Juni (2020) hlm

C. *Broken Home*

1. *Definisi Broken Home*

Broken memiliki arti “kehancuran” sedangkan *Home* ialah “rumah”. *Broken home* memiliki arti kehancuran didalam sebuah rumah tangga karna adanya perbedaan pendapat antara suami istri.⁵¹ Menurut Intan Kumala *broken home* adalah keadaan rumah tangga dimana pasangan yang telah menikah telah berpisah atau cerai. Namun *broken home* tidak hanya tentang perceraian saja tetapi jika di telaah lebih luas lagi *broken home* yakni keadaan rumah tangga yang krisis, yang tidak menerapkan fungsi dari setiap anggota keluarga. Misal seperti ayah yang bertugas mencari nafkah tetapi tidak mencari nafkah, ibu yang mengurus rumah tetapi lepas dari tanggung jawab, hal ini yang akan menyebabkan retaknya rumah tangga.⁵²

2. *Faktor-faktor Penyebab Broken Home*

Terdapat dua faktor besar yang membuat keluarga tidak lagi rekat, yakni sebagai berikut:

a. *Faktor Internal*

- 1) Beban psikologis atau kejiwaan dari salah satu kedua orangtua yang begitu berat seperti stress.
- 2) Penanggapan perilaku marah ketika dari salah satu keluarga melakukan kesalahan, penanggapan perilaku marah yang abnormal
- 3) Kurangnya rasa saling percaya antara pasangan suami istri yang menimbulkan rasa curiga pada salah satu pihak, seperti kecurigaan selingkuh.
- 4) Sifat yang egois. Suami atau istri yang kerap sekali mengatur, memaksakan pendapat terhadap anak-anak. Sikap yang otoriter

8-10 <https://doi.org/10.37411/jjce.v1i1.92>

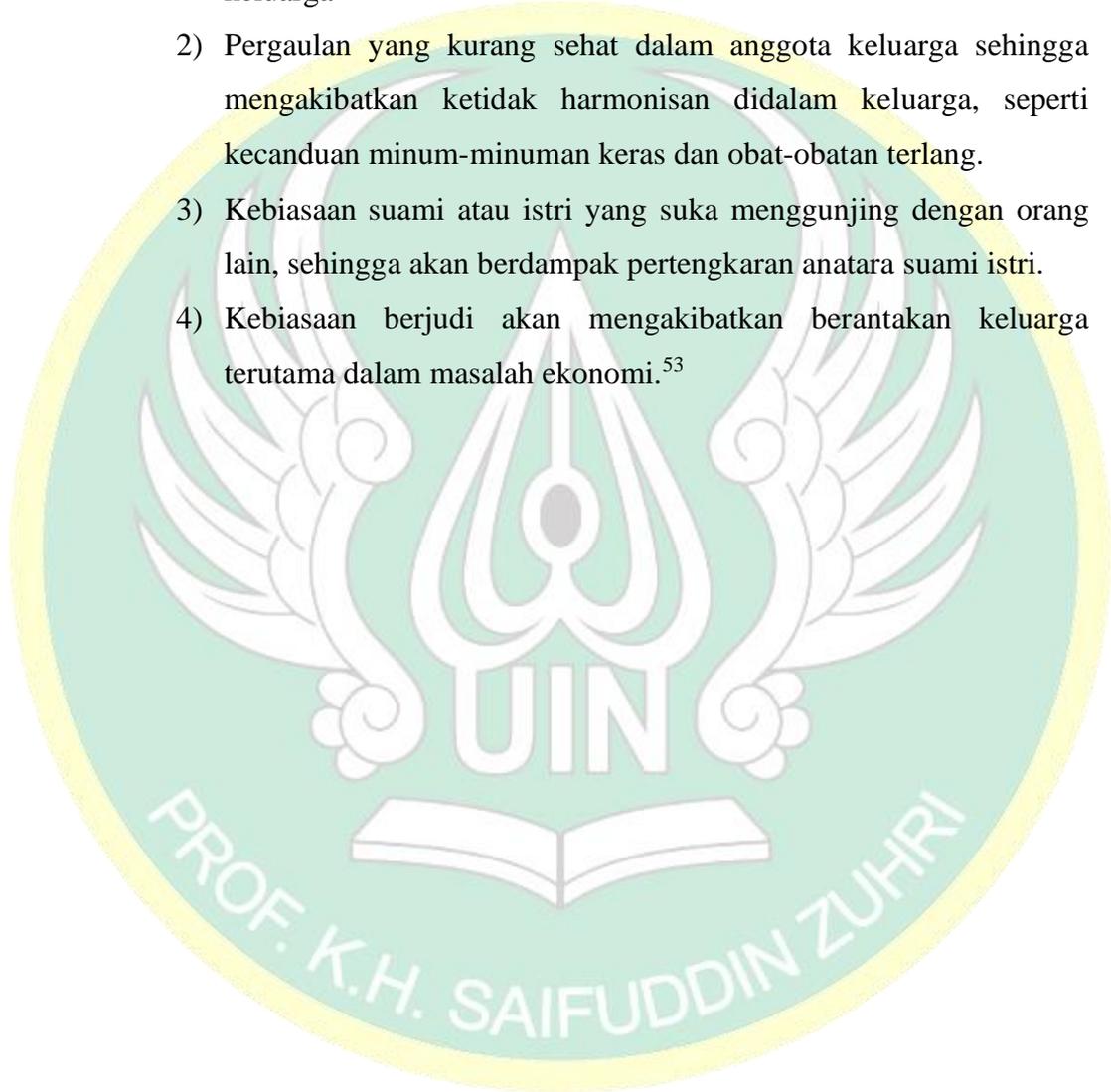
⁵¹ Novy Oktaviani Evasari, Studi Kasus Strategi *Coping Stress* Anak *Broken Home* Yang Bangkit Dari Stres, *Skripsi*, (Tulungagung: Insitut Agama Islam Negri Tulungagung,) 2019 hlm 33

⁵² Intan Kumala, Komunikasi Internasional Anak Dari Keluarga *Broken Home* Dalam Memilih Pasangan (Studi Kasus Anak Usia Dini Dewasa Awal dengan Orangnya di Desa Druju, Sumber Manjing Wetan), *Skripsi*, (Malang : Universitas Muhammadiyah Malang) 2021 hlm 28-29

yang ditunjukkan tidak suka berdiskusi, bermusyawarah secara baik-baik, dan mengambil keputusan secara sepihak akan mengakibatkan munculnya masalah dalam keluarga.

b. Faktor Eksternal

- 1) Adanya orang ketiga yang ikut campur dengan urusan masalah keluarga
- 2) Pergaulan yang kurang sehat dalam anggota keluarga sehingga mengakibatkan ketidak harmonisan didalam keluarga, seperti kecanduan minum-minuman keras dan obat-obatan terlang.
- 3) Kebiasaan suami atau istri yang suka menggunjing dengan orang lain, sehingga akan berdampak pertengkaran anatara suami istri.
- 4) Kebiasaan berjudi akan mengakibatkan berantakan keluarga terutama dalam masalah ekonomi.⁵³



⁵³ Ema Ismi Fatimah, *Konseling Islam Dengan Teknik Modeling Untuk Mengatur Prilaku Agresif Anak Broken Home di Desa Sukowati, Kecamatan Kapas, Bojonegoro, Skripsi*, (Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya) 2019 hlm 55-56

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

1. Pendekatan penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif. Yang mana pendekatan kualitatif menurut Ismail Suardi Wekke merupakan teknik pengolahan kata-kata yang dilakukan dengan tujuan mendeskripsikan atau membahas hasil dari penelitian dengan menggunakan pendekatan konseptual dan teoritik.⁵⁴

Maka penelitian kualitatif merupakan suatu penelitian yang menggunakan metode wawancara kepada beberapa responden, mencari informasi lapangan dengan tujuan mengumpulkan data yang valid dan dapat dipertanggung jawabkan.

2. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan penelitian deskriptif, menurut Ajat Rujakat penelitian deskriptif yakni penelitian yang menggambarkan fenomena secara nyata, dapat dipercaya, realistik pada saat ini, karena penelitian ini akan membuat deskripsi (gambaran atau lukisan) maka data yang di peroleh harus akurat, sistematis mengenai fakta-fakta, hubungan antar fenomena dan sikap-sikap yang diselidiki.⁵⁵

Jenis penelitian deskriptif kualitatif digunakan pada penelitian ini dimaksudkan untuk memperoleh informasi mengenai strategi *coping* dalam mengatasi masalah mahasiswa BKI angkatan 2019 di UIN Prof.K.H. Sarifuddin Zuhri Purwokerto secara mendalam dan komprehensif. Selain itu dengan pendekatan kualitatif diharapkan dapat mengungkap situasi dan permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian adalah tempat lokasi peneliti untuk menyelesaikan penelitiannya atau tempat dilakukan penelitian. Lokasi yang dipilih penulis

⁵⁴ Ismail Suardi Wekke, *Metode Penelitian Sosial*, Gawe Buku, (Yogyakarta:Oktober 2019)

⁵⁵ Ajat Rujakat, *Pendekatan Penelitian Kualitatif quantitative research approach*, Deepublish, (Yogyakarta: Oktober 2018) hlm 1

untuk melakukan penelitian adalah di UIN Prof. K.H. Sarifuddin Zuhri Purwokerto. Dan waktu yang digunakan atau waktu yang dilaksanakan peneliti untuk melakukan penelitian ini mulai dari Oktober Sampai selesai

C. Subjek dan Objek Penelitian /Sumber Data Penelitian

Sugiono berpendapat mengenai pengertian subjek dan objek penelitian ialah sebagai berikut subjek penelitian yakni suatu penilaian dari orang lain, dan sedangkan objek penelitian yakni suatu penelitian yang mempunyai variabel tertentu dan dapat ditarik kesimpulan.⁵⁶

Subjek dalam penelitian ini memiliki 5 informan yakni terdiri dari 1 laki-laki dan 4 perempuan informan yang berada di prodi BKI angkatan 2019 di UIN SAIZU. Dan objek yang peneliti lakukan adalah strategi *coping* dalam mengatasi masalah mahasiswa *broken home* prodi BKI angkatan 2019.

D. Metode Pengumpulan Data

1. Wawancara

Menurut Seto Dkk wawancara merupakan suatu kegiatan tanya jawab secara langsung antara responden dan penanya dengan permasalahan yang ingin diteliti, dengan tujuan penanya ingin memperoleh informasi-informasi yang relevan, pola pikir dan sikap dari responden dengan masalah yang ingin diteliti.⁵⁷

Untuk hal ini peneliti melakukan kegiatan wawancara terhadap mahasiswa yang memiliki masalah *broken home* di angkatan 2019 jurusan BKI UIN SAIZU.

2. Observasi

Menurut Sugiono observasi merupakan suatu teknik pengumpulan data yang digunakan apabila penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, gejala-gejala alam, proses kerja, dan yang diteliti tidak terlalu besar.⁵⁸

⁵⁶ Sugiono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, *Alfabeta*, Bandung, Oktober 2017

⁵⁷ Seto Mulyadi, Dkk, Metode Penelitian Kualitatif dan Mixed Method Perspektif Yang Terbaru Untuk Ilmu-ilmu Sosial, Kemanusiaan dan Budaya, *Karisma Utama*, (Depok: 2020) hlm 234

⁵⁸ Sugiono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, *Alfabeta*, Bandung, Oktober 2017 hlm 145

Teknik observasi ini dilakukan oleh peneliti dengan cara mengamati mencatat dan mempelajari mahasiswa *broken home* prodi BKI UIN SAIKU angkatan 2019

3. Dokumentasi

Menurut Albi Anggito dan Johan Setiawan dokumentasi adalah kumpulan informasi-informasi dari beberapa bahan yang tertulis, film, gambar yang signifikan (lain halnya dengan catatan), berupa data-data yang akan ditulis, disimpan, dan menjadi bahan untuk penelitian, yang tidak dipersiapkan secara terperinci, mencakup semua data yang diteliti dan mudah untuk diakses.⁵⁹

Dokumentasi merupakan suatu peristiwa yang telah lampau, dokumentasi dapat berupa foto, tulisan dan karya-karya monumental dari seseorang.⁶⁰

dalam penelitian ini studi dokumen yang berkaitan dengan gambaran mahasiswa yang mengalami problem *broken home*. Kondisi lingkungan mental emosi sebagai pendukung kelengkapan data yang ada

E. Metode Analisis Data

Menurut Dodo Edi dan Stevalin Betshani analisis data adalah metode yang digunakan untuk menggambarkan atau mengetahui bagaimana sistematika data yang diperoleh dan batas data yang ada pada suatu sistem informatika.⁶¹

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kualitatif untuk menganalisis data. Data yang diperoleh dalam penelitian ini peneliti melakukan wawancara mengumpulkan informasi-informasi yang telah didapatkan dan dideskripsikan secara detail dan menyeluruh. Data atau informasi yang didapatkan dalam wawancara merupakan sumber utama untuk menganalisis data dan menjawab permasalahan peneliti. Analisis data dimulai

⁵⁹ Albi Anggito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, CV Jejak, (Sukabumi: Oktober 2018) hlm 146

⁶⁰ Ekky Maria Farida Sani, Pemanfaatan Buletin Pustakawan Oleh Pustakawan di Kota Semarang, *Jurnal Ilmu Perpustakaan*, Volume 2, Nomor 3, Tahun 2013 <http://ejournals1.undip.ac.id/index.php/jip>

⁶¹ Dodo Edi, Stevalin Betshani, Analisis Data dengan Menggunakan ERD dan Metode Konseptual Data Warehouse, *Jurnal Informatika*, Vol. 5, No. 1, hlm 72

dengan peneliti melakukan wawancara dengan responden dan mengumpulkan informasi-informasi baik dengan cara direkam atau ditulis lalu diulang kembali hasil dari rekaman itu peneliti membuat transkrip hasil wawancara dengan cara mengulang jika itu berbentuk rekaman kemudian ditulis dialog yang ada direkam, atau dialog-dialog yang penting.

1. Reduksi data

Menurut Ahmad Rijali reduksi data yakni proses pemilihan dari informasi-informasi yang telah didapatkan dari tulisan-tulisan dan wawancara lapangan. Proses ini akan dilakukan terus menerus selama penelitian berlangsung, bahkan sebelum data-data terkumpul bisa dilihat dari kerangka konsep penelitian, permasalahan yang diambil dalam penelitian dan pendekatan yang dipilih oleh peneliti.⁶²

Reduksi data merupakan suatu analisis dari pengumpulan data penelitian baik dengan cara wawancara maupun dokumentasi yang telah didapatkan dari primer maupun sekunder dengan memilih dan merangkup dengan kata-kata supaya lebih sederhana dan mudah dipahami. Reduksi data merupakan proses peneliti memilih merangkum dan menyederhanakan kata-kata dengan tujuan untuk memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian. Data yang diperoleh oleh peneliti diseleksi dan diserhanakan dikelompokan dengan topik permasalahan yang sama. Pada tahap ini peneliti memilih data primer yang terkait dengan upaya strategi *coping* untuk menyelesaikan masalah mahasiswa *broken home* BKI angkatan 2019 UIN SAIZU.

2. Penyajian Data

Menurut Ahmad Rijali penyajian data adalah kegiatan sekumpulan informasi yang sudah disusun dan terkumpul, sehingga memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Bentuk penyajian data kualitatif dapat berupa teks naratif bentuk catatan lapangan, matriks, grafik, jaringan dan bagan. Bentuk-bentuk ini

⁶² Ahmad Rijali, Analisis Data Kualitatif, *Jurnal Alhadharah*, Vol. 17 No. 33 Januari-Juni 2018 hlm 91

menggabungkan informasi yang tersusun dalam suatu bentuk yang padu dan mudah diraih, sehingga memudahkan untuk melihat apa yang sedang terjadi, apakah kesimpulan sudah tepat atau sebaliknya melakukan analisis kembali.⁶³

3. Penarikan Kesimpulan

Proses penarikan kesimpulan merupakan bagian penting dari kegiatan penelitian karena merupakan kesimpulan dari penelitian. proses penarikan kesimpulan ini dimaksud untuk menganalisis mencari makna dari data yang ada sehingga dapat ditemukan dalam penelitian yang telah dilakukan. Penarikan kesimpulan dilakukan terus-menerus selama melakukan penelitian. Dari permulaan pengumpulan data, penelitian kualitatif mulai mencari arti benda-benda, mencatat teori, penjelasan-penjelasan, dan alur sebab akibat. Kesimpulan-kesimpulan ini ditangani secara longgar, tetap terbuka, dan skeptis, tetapi kesimpulan sudah disediakan. Mula-mula belum jelas, namun kemudian meningkat menjadi lebih rinci dan mengakar dengan kokoh.⁶⁴

⁶³ Ahmad Rijali, Analisis Data Kualitatif, *Jurnal Alhadharah*, Vol. 17 No. 33 Januari-Juni 2018, hlm 94

⁶⁴ Ahmad Rijali, Analisis Data Kualitatif, *Jurnal Alhadharah*, Vol. 17 No. 33 Januari-Juni 2018, hlm 94

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Singkat UIN Prof.K.H. Saifudin Zuhri Purwokerto

Universitas Islam Negeri Prof.K.H Saifuddin Zuhri terletak di jalan Ahmad Yani No.40A, Purwokerto Kabupaten Banyumas Jawa Tengah. Sejarah awal UIN Prof.K.H. Saifuddin Zuhri bermula dari perkembangan fakultas tarbiyah IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta pada tahun 1964-1994, fakultas Tarbiyah IAIN Walisongo Semarang pada tahun 1994-1997 yang berkedudukan di Purwokerto. Dan berubah menjadi Sekolah Tinggi Islam Negeri (STAIN) Purwokerto pada tahun 1997-2014. Selanjutnya beralih status menjadi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto pada tahun 2014-2021 pada tanggal 11 Mei 2021 beralih status menjadi Universitas Islam Negeri Prof.K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Pendirian UIN Prof.K.H. Saifuddin Zuhri dialami oleh pidato Menteri Agama RI Prof.K.H. Saifuddin Zuhri saat peresmian sekolah MAN 1 Purwokerto, yang mengharapkan kepada SP IAIN agar usaha pendidikan formal tidak diberhentikan sampai tingkat Aliyah saja. Diharapkan agar pendidikan formal tersebut dilanjutkan dengan mendirikan fakultas-fakultas agama yang dimasukan pada saat itu di IAIN AL-Djami'ah AL-Islamiah AL-Hukumiyah Yogyakarta sehingga dapat memberi kesempatan belajar lebih lanjut kepada lulusan SP IAIN khususnya, dan SLTA pada umumnya.⁶⁵

2. Sejarah Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas dakwah merupakan salah satu fakultas yang saat ini dimiliki oleh UIN SAIZU disamping beberapa fakultas yang terdapat

⁶⁵ Moh. Roqib Dkk, Panduan Akademik UIN. PROF. K. H, SAIFUDDIN ZUHRI Tahun Akademik 2021-2022, *Universitas Islam Negeri PROF. K.H. Saifuddin Zuhri*, (Purwokerto:2021) hlm 21

di UIN SAIZU keberadaan fakultas dakwah tidak dapat dilepas dari dinamika kelembagaan yang menyertai perjalanan UIN secara keseluruhan. Berdirinya jurusan dakwah STAIN Purwokerto pada tahun 1997 didasarkan pada niat untuk memberi warna dan berkontribusi terhadap perkembangan dakwan islam. Sejak berdirinya jurusan dakwah hanya memiliki satu program studi yakni bimbingan dan penyuluhan islam (BPI). Selanjutnya pada tahun 2001 jurusan dakwah membuka program studi baru yakni komunikasi dan penyiaran islam (KPI). Pada tahun 2008 sesuai dengan keputusan senat Insitut program studi bimbingan dan penyuluhan islam (BPI) diganti menjandi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI).

Pada perkembangan selanjutnya STAIN Purwokerto dengan dukungan dari beberapa *stakeholder* yang berada diwilayah banyumas dan sekitarnya. Berupanya keras untuk beralih setatus dari STAIN menjadi IAIN kepada kementerian agama republik Indonesia dijakarta. Dengan perjuangan yang cukup panjang akhirnya STAIN beralih setatus mejadi IAIN Purwokerto berdasarkan peraturan Presiden RI No 139 Tahun 2014 pada tanggal 17 Oktober 2014. Setelah beralih setatus menjadi IAIN jurusan dakwah juga beralih setatus menjadi Fakultas Dakwah dan saat ini telah memiliki empat Program Studi yakni sebagai berikut: Bimbingan dan Konseling Islam (BKI), Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI), Manajemen Dakwah (MD), Pengembangan Masyarakat Islam (PMI).⁶⁶

B. Strategi *Coping* Dalam Menghadapi Problematika Hidup Anak Korban Broken Home

Keluarga merupakan suatu kelompok yang didalamnya terdapat ayah, ibu dan anak, semua anggota memiliki tugasnya masing-masing, saling pengertian, saling menyayangi satu sama lain, dan memiliki komunikasi yang bagus untuk mengharmoniskan keluarga. Keharmonisan

⁶⁶ Moh. Roqib, Dkk, Panduan Akademik IAIN Purwokerto 2019-2020, *Insitut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto*, (Purwokerto: 2019) hlm 191-192

dalam rumah tangga sangat penting untuk menciptakan pondasi bagi anak untuk mencapai cita-citanya, menyertai tumbuh kembang kepribadian anak, dan spiritual anak. Orang tua sangat penting dalam kehidupan anak. Tetapi jika keluarga sudah tidak harmonis banyak perpecahan, hubungan antara ayah dan ibu sudah tidak baik bahkan sampai bercerai maka akan mengakibatkan hal yang negative bagi keluarganya terutama anak, anak akan merasakan kurang kasih sayang dan perhatian sehingga anak akan menjadi pemurung, tidak semangat belajar, pemarah, dan yang paling parahnya bisa jadi anak yang tidak baik di lingkungannya.

Keluarga yang sudah bercerai bisa berdampak buruk dan postif bagi anak sehingga penelitian ini ingin mengetahui bagaimana strategi *coping* yang dilakukan anak *broken home* dalam menghadapi suatu masalah didalam hidupnya. Strategi *coping* merupakan suatu cara seseorang untuk mengatasi masalah yang sedang dialaminya baik secara positif maupun secara negatif dengan tujuan untuk mengurangi sters yang sedang dialaminya. Dari ke lima mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam yang menjadi informan penelitian, dapat digambarkan sebagai berikut:

1. Profil Informan

a. DSN

Berdasarkan hasil wawancara di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023. DSN berkuliah di UIN Prof.K.H Saifuddin Zuhri purwokerto mengambil jurusan Bimbingan Dan konseling Islam (BKI). DSN merupakan anak yang ceria, ramah dan mudah tersenyum. Walau DSN murah senyum tetapi DSN sangat membatasi pergaulan dengan temannya sehingga ketika DSN mempunyai masalah DSN lebih suka bercerita kepada orang yang dipercayai dan ibunya.

DSN merupakan anak pertama dari dua bersaudara, hubungan DSN dengan orang tuanya baik tetapi DSN lebih dekat dengan ibunya DSN.

b. IM

Berdasarkan hasil wawancara Di rumah IM pada tanggal 5 Mei

2023. IM Sekarang kuliah di UIN Prof.K.H Saifuddin Zuhri mengambil jurusan Bimbingan dan Konseling Islam. IM merupakan anak yang baik, sopan, pemberani, penyabar, bertanggung jawab dan bahkan IM merupakan anak yang cerdas. IM memiliki hoby berenang dan bercanda bersama teman-temannya.

IM merupakan anak peratama dari dua bersaudara, hubungan antara kedua orangtuanya baik tetapi lebih dekat dengan ibunya karena sejak ibu dan ayahnya bercerai IM tinggal bersama ibunya, perceraian orangtuanya dikarenakan sudah tidak cocok dan sering bertengkar.

c. ASH

Berdasarkan hasil wawancara di UIN SAIZU pada tanggal 13 Mei 2023. ASH sekarang kuliah di UIN Prof.K.H Saifuddin Zuhri mengambil jurusan Bimbingan dan Konseling Islam. ASH merupakan anak yang sopan, pemberani, baik, bertanggung jawab, ASH anak yang mudah bergaul dengan siapa saja sehingga ia mempunyai banyak teman, tetapi ketika ASH memiliki masalah ASH lebih memilih bercerita kepada orang yang sudah ASH percayai.

ASH merupakan anak pertama dari 3 bersaudara, hubungan dengan orangtuanya baik tetapi ASH lebih dekat dengan ibunya dikarenakan setelah berpisah ASH tinggal bersama ibunya.

d. RZM

Berdasarkan hasil wawancara di rumah makan pada 24 Mei 2023 RZM tinggal di sokaraja dan sekarang kuliah di UIN Prof.K.H Saifuddin Zuhri mengambil jurusan Bimbingan dan Konseling Islam. RZM merupakan anak yang sopan, pandai ilmu agama, baik, pekerja keras dan bertanggung jawab

RZM merupakan anak kedua dari tiga bersaudara menurut RZM saat wawancara ibu dan ayahnya bercerai karna sudah tidak cocok lagi dan mempunyai pendapat yang berbeda sehingga orang tua RZM lebih memilih untuk berpisah.

e. NA

Berdasarkan hasil wawancara di rumah NA pada 26 Mei 2023 NA lahir di Banyumas, 1 September 2000, dan sekarang kuliah di UIN Prof.K.H Saifuddin Zuhri mengambil jurusan Bimbingan dan Konseling Islam. NA merupakan anak yang sangat ceria NA selalu terlihat bahagia dihadapan teman-temannya tetapi aslinya NA ini sangat rapuh, dia sangat baik kepada teman-temannya dan mempunyai banyak teman dekat.

NA merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara dari hasil wawancara orangtua rani bercerai karena ada orang ketiga sehingga membuat orangtuanya bercerai, NA lebih dekat dengan ibunya makanya sekarang NA tinggal bersama ibunya.

2. Bentuk-bentuk Strategi Coping

A. *Problem Focused coping*

Strategi *problem focused coping* yakni yang berfokus pada masalah yang sedang dialaminya dan dapat mengubah atau membantu seseorang untuk menyelesaikan suatu masalah yang sedang dialaminya. Ketika seseorang sedang mempunyai masalah hampir kebanyakan seseorang tersebut ingin segera menyelesaikannya. Dalam penelitian ini penulis telah meneliti lima mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam di UIN Prof.K.H Saifuddin Zuhri angkatan 2019 yang mahasiswa mengalami keluarga *broken home* khususnya perceraian.

Berawal dari perceraian orangtua DSN yang diakibatkan karena ayah tidak menjalankan tugasnya sebagai kepala keluarga yakni mencari nafkah sehingga membuat ibu DSN mengajukan perceraian saat DSN masih SMP sehingga membuatnya sangat terpuruk sehingga DSN sering sekali banyak beban pikiran dan sering merenung bahkan hampir setiap hari DSN menangis ketika mengingat masalah perceraian orangtuanya sehingga DSN memilih untuk menceritakan kejadian tersebut kepada orang yang DSN percaya dan mendapatkan saran dari orang yang dipercayainya, sehingga membuat DSN lebih tenang dan menjalankan apa yang disarankan seperti yang DSN katakan saat wawancara:

DSN : *“Saya pernah bercerita kepada orang yang saya percayai tentang masalah yang saya alami ini, dan respon orang yang saya curhati memberi respon atau saran yang membuat saya lebih tenang dan membaik, sehingga perasaan sedih saya lebih sedikit berkurang di beban pikiran saya.”⁶⁷*

Dari curhatan DSN kepada orang yang dipercayai akan mendapatkan saran seperti yang diutarakan oleh saksi saat DSN bercerita.

Saksi DSN : *“kamu perlu evaluasi diri dan membuang pemikiran-pemikiran yang tidak baik yang ada dalam pikiranmu, serta kamu juga bisa mencari kegiatan yang positif supaya kamu ga terlalu memikirkan sesuatu yang ga penting”⁶⁸*

DSN juga melaksanakan apa yang disarankan oleh saksi DSN dan menurut DSN ketika dia membuang pemikiran yang tidak baik akan membuatnya lebih tenang.

Berawal dari perceraian orangtua waktu SMA, dikarenakan orangtua IM menikah dijodohkan sehingga membuat dari kedua pihak merasa tertekan dan membuat orangtunya sering bertengkar dan memutuskan untuk berpisah. IM sangat terpuruk mendengar kabar bahwa orangtuanya sudah tidak bersama lagi, IM memilih tinggal bersama ibunya. Setelah kejadian perceraian itu, ibu IM menjadi orang yang temramental sering sekali IM menjadi sasaran ibunya ketika ibunya emosi, IM kerap dipukul dan dikatain kasar oleh ibunya sehingga perasaan IM sangat terpuruk dan sedih dan membuat IM stres dan IM juga pernah menceritakan kejadian tersebut kepada orang yang IM percayainya dan IM mendapatkan saran dan semangat untuk lebih kuat dalam menjalani hidup seperti yang diutarakan oleh IM dan saksi IM waktu wawancara:

IM : *“saya sering bercerita kepada orang yang saya percayai, dia mengasih pendapat yang membuat saya tenang karna dia seperti ngertiin perasaan saya, setelah saya bercerita kepada dia saya lebih tenang dan berkurang bebannya yaa walau tidak semua beban berkurang sih setidaknya sedikit berkurang dan membuat saya lebih bersemangat menjalani kehidupannya”⁶⁹*

Saksi IM : *“IM kamu lebih baik kabur dari rumah ketika kamu sedang dimarahi oleh ibumu dan kamu juga bisa ngerantau untuk mencari kerja supaya kamu bisa mandiri”⁷⁰*

⁶⁷ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023

⁶⁸ Hasil wawancara dengan saksi DSN

⁶⁹ hasil wawancara dengan informan IM Di rumah IM pada tanggal 5 Mei 2023

⁷⁰ Hasil wawancara dari saksi IM

IM saat mendapatkan saran melakukannya dan IM lebih memilih untuk merantau mencari ilmu dan tidak tinggal dirumah.

ASH merupakan anak yang terlahir dari keluarga *broken home*, orang tuanya bercerai saat ASH waktu masih kecil sekitar umur kurang lebih 10 tahun dari perceraian orangtuanya ASH merasakan kurang kasih sayang dari kedua orangtuanya, apalagi masing masing orang tua ASH sudah menikah lagi dan membuat ASH merasa sedih yang mendalam tetapi dari pihak keluarga ibu masih memberikan kasih sayang kepada ASH, ibu ASH juga sangat sayang kepada ASH oleh karena itu ASH memilih untuk tinggal bersama ibunya, waktu kecil ASH saat merasa sedih dan sering memendam kesedihnya sendiri juga terkadang bercerita kepada keluarganya seperti yang diutarakan ASH dan saksi ASH saat wawancara:

ASH : *“iya pernah sesekali, jujur aku tipe lebih suka mendem sendiri alias sudah terbiasa mendem sendirin, ya sering crta sama kluarga, ya pendapat mereka ya kasian sama aku, soalnya ga pernah dikasih uang sama bapak wkkw udah gitu si er, curhat sama temen ya juga”⁷¹*

Saksi ASH : *“masih banyak yang sayang sama kamu ko, jangan sedih terus yaa, kan kalo engga dikasih uang sama bapa tante juga bisa ngasih kamu walau engga banyak”⁷²*

RZM terlahir dari keluarga yang cukup bahagia tetapi kebagaian itu tidak berlangsung lama, saat RZM menjalankan kuliah di UIN SAIZU tepatnya saat RZM semester 5 ibu dan bapaknya berpisah atau bercerai karna faktor perbedaan pemikiran dan sudah tidak cocok satu sama lain dan faktor ekonomi dan perselingkuha sehingga orangtua firman memilih untuk bercerai. Awalnya RZM tidak bisa menerima keadaan orangtua yang bercerai karna dulu RZM sangat dekat dengan kedua orangtua dan tiba-tiba orangtuanya berpisah bergitu saja yang membuat RZM sangat terpukul. Terkadang RZM juga menceritakan masalahnya kepada orang yang RZM percayai seperti yang diutarakan RZM dan saksi RZM saat wawancara:

RZM :*“ya terkadang aku curhat er sama temen dekatku,*

⁷¹ hasil wawancara dengan informan ASH di UIN SAIZU pada tanggal 13 Mei 2023

⁷² Hasil wawancara dari saksi ASH

terus dia juga kasih saran buat aku supaya aku lebih tenang dan ayem, dan setelah dikasih saran aku ya menerima sambil memikirkan hidupku selanjutnya”⁷³

Saksi RZM : *“kamu kan pintar dalam berbisnis kenapa kamu engga nyiptaiin bisnis ajah? Supaya perekonomian keluargamu membaik dan kamu juga lebih bisa mandiri”⁷⁴*

NA merupakan anak terakhir sehingga NA cukup dimanja oleh orangtua dari pada saudara-saudara NA lainnya apalagi NA anak perempuan satu-satunya inilah yang membuat NA sangat dekat dengan orangtua NA dan sangat menyangi orangtuanya. Tetapi ketika NA beranjak umur sekitar 22 tahun tepatnya saat bulan Agustus 2022 orangtua NA dikarenakan ada perselingkuhan sehingga orangtua NA bertengkar hebat dan membuat peretakan dalam keluarganya. Saat NA melaksanakan kegiatan KKN orangtua NA sudah tidak baik-baik saja dan selalu terlihat baik-baik saja didepan anaknya sehingga NA tidak mencurigai adanya kerenggangan orangtuanya saat bulan Januari 2023 orangtua NA resmi berpisah tetapi orangtua NA juga masih menyembunyikan kabar perceraiaannya dengan tujuan supaya tidak mengganggu pendidikan NA yang sedang mengerjakan tugas akhir perkuliahannya, saat bulan April akhirnya NA mengetahui bahwa orangtua NA sudah bercerai NA sangat terpukul dengan adanya perceraian orangtuanya bahkan setiap hari NA menangis dan mengurung diri dikamarnya. Lama kelamaan NA tidak kuat untuk memendam masalahnya sendiri akhirnya NA menceritakan permasalahannya kepada teman yang dipercayai oleh NA sesuai apa yang diutarakan NA dan saksi NA saat wawancara:

NA : *“saya pernah curhat sama temen aku er saking ga kuatnya nahan beban ini akhirnya aku curhat, temenku ngasih saran keaku, ngertiin aku yang membuat aku sedikit lega”⁷⁵*

Saksi NA : *“kamu kan tau orangtuamu sedang tidak baik-baik saja alahkah baiknya kamu menjadi penengah ajah supaya orangtuamu tidak jadi berpisah”⁷⁶*

Dari hasil penelitian dengan kelima informan dapat digambarkan

⁷³ hasil wawancara dengan informan RZM di rumah makan pada 24 Mei 2023

⁷⁴ Hasil wawancara dari saksi RZM

⁷⁵ hasil wawancara dengan informan NA di rumah NA pada 26 Mei 2023

⁷⁶ Hasil wawancara dari saksi NA

bahwa mereka meringankan beban pikirannya dengan Bercerita kepada orang yang dipercayai oleh mereka mengenai masalah yang sedang dialami, akan membuat mereka merasa tidak sendirian dalam menghadapi masalah tersebut, Memperkuat mental dalam menghadapi masalah, Membuat mereka dapat melihat masalah dari sudut pandang yang berbeda, Membantu mereka sadar akan kehadiran orang lain untuk membuat semangat mereka dan merasa lebih tenang. Walau ketika bercerita kepada orang lain, orang lain tidak memberikan saran kepada kita, kita tetap akan merasa tenang karena semua masalah yang ada didalam pikiran kita sudah diutarakan dengan melalui bercerita kepada orang lain. Ketika kita bercerita kepada orang lain maka kita juga akan mendapatkan saran atau nasehat dari orang tersebut, dan ada beberapa manfaat nasehat untuk diri kita sebagai berikut: Menjadi pengingat bagi seseorang untuk melakukan muhasabah atau introspeksi, Menjauhkan seseorang dari perilaku tercela, Menjadi pengingat dalam kebaikan, Terciptanya hubungan silaturahmi dan persaudaraan yang kuat.

Seperti pendapat Devito didalam jurnal core Maryam B. Gainau ada beberapa keuntungan yang akan diperoleh ketika seseorang bisa mengungkapkan masalahnya kepada orang lain seperti: merasa mengenal pada diri sendiri, adanya kemampuan menanggulani masalah dan mengurangi beban. Ketika seseorang bercerita keorang lain maka seseorang tersebut akan merasakan lebih mengenal dirinya karena dengan mengungkapkan tentang dirinya atau masalahnya akan memperoleh gambaran baru tentang dirinya, dan mengerti lebih dalam perilakunya. Dan seseorang juga bisa mempunyai kemampuan menanggulani masalah karena seseorang akan mendapatkan dukungan bukan penolakan sehingga seseorang tersebut bisa menyelesaikan atau mengurani masalah yang sedang terjadi. Yang terakhir seseorang ketika bercerita tentang masalah yang sedang dialaminya orang lain yang dipercaya juga akan merasakan bebannya berkurang karena ketika masalah yang sedang dialaminya di pikul sendirian akan terasa berat sekali untuk memikulnya tetapi ketika

seseorang tersebut menceritakan masalahnya orang lain akan merasa beban itu berkurang, sehingga akan terasa ringan beban pikirannya walau tidak semuanya teratasi tetapi setidaknya bisa mengurangi bebannya.⁷⁷

Dari keempat informan juga menciptakan langkah dalam kehidupannya dengan tujuan untuk menciptakan kebahagiaan dalam kehidupannya dimasa yang akan mendatang, seperti yang diutarakan saat wawancara oleh keempat informan sebagai berikut:

DSN : *“saya menciptakan kebahagiaanku sendiri, dan saya lebih berikhtiar dan berdoa kepada Allah karna semua masalah yang kita alami ya sejatinya hanya kita yang bisa menyelesaikannya kan, orang lain mah Cuma bisa melihat dan memberi semangat saja kan hehe”⁷⁸*

IM : *“pasti saya memikirkan hal yang baik buat diri saya ya mba, kan waktu kejadian itu saat aku masih SMA dan aku alhamdulillah sudah paham orang yang baik nantinya itu harus bagaimana, kalo aku nurutin egoku dan tidak memikirkan masa depanku mungkin hidupku akan ga jelas yaaa, tapi karna waktu itu aku masih bisa menahan diri ya meskipun orang tuaku pisah tapi masih bisa mengontrol diriku, temanku juga terbatas dan oranguaku juga tau temanku siapa aja yaaa walaupun orangtuaku sudah tidak bersama lagi tapi mereka masih bisa mengontrol pergaulanku, ya walau dulu saya merasa agak bebas yaa kaya pergi malem sama temen-temen tapi saya masih mempunyai rasa takut ya jadinya saya kaya membatasi dengan pergaulan saya mba, tapi alhamdulillah saya sekarang sudah bisa batter dengan semuanya”⁷⁹*

RZM : *“Saya menciptakan kebahagiaanku sendiri yaa dengan cara menyelesaikan kuliahku dengan tepat waktu sambil diselingi bisnis supaya bisa membantu perekonomian keluarga, dan aku juga senang main sama temen-temen supaya bisa sejenak melupakan kejadian yang biking ga enak”⁸⁰*

NA : *“saya sangat suka jalan-jalan menikmati alam, ya ketika saya sedang terpuruk karna masalah itu saya memilih jalan-jalan biar tambah senang”⁸¹*

Menciptakan langkah untuk kebahagiaan diri sendiri dimasa yang

⁷⁷ Maryam B. Gainau, Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Siswa Dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling, *Core*, Vol 33 No 1 (2009): januari 2009 hlm 8

⁷⁸ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023

⁷⁹ hasil wawancara dengan informan IM Di rumah IM pada tanggal 5 Mei 2023

⁸⁰ hasil wawancara dengan informan RZM di rumah makan pada 24 Mei 2023

⁸¹ hasil wawancara dengan informan NA di rumah NA pada 26 Mei 2023

akan mendatang sangat penting untuk kesehatan mental dan emosional kita. Ketika kita merasa bahagia dan puas dengan diri sendiri, kita menjadi lebih bersemangat dan termotivasi dalam menjalani hidup, serta dapat menangani stres dan tekanan dengan lebih baik. Kebahagiaan juga membuat tubuh kita akan merasa lebih tegar dan otak kita bekerja lebih baik dan akan menciptakan hal-hal yang positif untuk diri kita dan orang disekitar kita. Cara Menciptakan kebahagiaan diri sendiri bisa dilakukan mencari kesibukan yang bermanfaat untuk diri kita, mendekati diri kepada Allah supaya bisa mempunyai rasa takut ketika kita akan melakukan hal-hal yang tidak baik akan mendapatkan dosa, dan bisa melakukan hal-hal yang kita sukai yang positif.

Seperti yang tertera di dalam buku Ajar Kesehatan Mental Kartika Dewi, ketika seseorang merasakan stress atau mempunyai beban masalah seseorang bisa menciptakan langkah kehidupan untuk bahagia dimasa sekarang dan seterusnya dan bisa juga langkah kehidupan yang diciptakan bisa menjadi seseorang itu lebih tahan stress, dan itu bisa dilakukan dengan cara bangun pagi, sempatkan sarapan, hindari menunda pekerjaan, konsentrasi dalam pekerjaan (mematikan telepon), berkumpul dengan teman yang baik, lakukan aktivitas santai, dan hindari kafein alkohol dan obat-obatan keras.⁸²

Ketika masalah dipendam sendiri juga akan berakibat tidak baik untuk diri kita, kita akan merasa tertekan dengan adanya masalah tersebut sehingga kita juga membutuhkan bantuan dari orang yang kita percayai untuk meminta bantuan untuk mencari jalan keluar bersama. Seperti yang diutarakan oleh kelima informan saat wawancara sebagai berikut:

DSN : *“ya saya kaya butuh teman untuk mendengarkan cerita masalah yang saya alami sih er, supaya kaya meringankan beban pikirannku sejenak, yaa setidaknya bisa mengungkapkan rasa emosiku yang ada di kepala, gitu sh er”*⁸³

IM : *“saya mempunyai adik cowo yang bisa membantu*

⁸² Kartika Dewi, Kesehatan Mental, CV. Lestari Mediakreatif, (Semarang: 2012) hlm 116

⁸³ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIKU pada tanggal 4 Mei

saya mba ketika di dalam keluarga mempunyai masalah, seperti dulu waktu ibuku marah saya lebih memilih pergi dari rumah dan adiku selalu mengabari keadaan rumah bagaimana kondisinya ketika ibuku sudah reda emosinya adiku mengabari aku untuk pulang karna ibu mencari aku”⁸⁴

ASH : *“ya pernah, kuncinya saling percaya satu sama lain, tapi aku ga sering minta bantuan org lain demi mengtasi masalah si, seringe selesaikan sendiri dan aku ws ra ana masalah broken home sii, paling masalah bapak ra wei duit, ya kandah ming lilike misal ya ujung2e dadi diwei duit, uwis kya kue tok”⁸⁵*

RZM : *“ya terkadang aku meminta bantuan kepada temenku sih er tapi ya engga sepenuhnya minta bantuan kepada temenku sih er lebih tepatnya kaya lebih meminta saran sh, bagaimana jalan keluar yang baik, terus sama minta saran sama temenku dan abis itu main bareng setelah itu rasanya udah agak plong”⁸⁶*

NA : *“saya pernah meminta bantuan kepada temanku gimana cara mengatasi bukan mengatasi sh yah kaya meringankan beban pikiranku, tapi akunya belum ngelakuin apa yang temen aku saranin karna aku merasa cape ya bingung”⁸⁷*

Memendam masalah sendiri juga akan mengakibatkan penyakit pada diri sendiri seperti gangguan fisik dan psikis, mengganggu komunikasi kita tidak baik dan mengganggu hubungan yang kurang baik dengan orang lain. Sehingga penting sekali ketika kita mempunyai masalah yang tidak kuat dipendam sendiri untuk meminta bantuan kepada orang lain untuk mencari jalan keluar bersama-sama atau hanya sekedar nasehat saja yang kita terima. Dan ketika kita sudah menerima bantuan atau nasehat dari orang lain mengenai masalah yang kita sedang rasakan, kita akan merasakan lebih tenang, merasa tidak sendirian dan akan mempunyai semangat dalam menjalani kehidupan.

Hal ini juga didukung oleh teori Sarafino pada tahun 1994 didalam jurnal *journal of Psychological Research* Dian Sutrina Indra Wati dan Isrida Yul Afifiana bahwa meminta dukungan atau bantuan kepada orang lain untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami sangat membantu seseorang dalam proses penyelesaian masalah seseorang akan mendapatkan

⁸⁴ hasil wawancara dengan informan IM Di rumah IM pada tanggal 5 Mei 2023

⁸⁵ hasil wawancara dengan informan ASH di UIN SAIZU pada tanggal 13 Mei 2023

⁸⁶ hasil wawancara dengan informan RZM di rumah makan pada 24 Mei 2023

⁸⁷ hasil wawancara dengan informan NA di rumah NA pada 26 Mei 2023

empat aspek seperti akan merasakan dukungan sosial, merasakan dukungan penghargaan, merasakan dukungan instrumental, dan akan merasakan dukungan informasi.

Ketika seseorang merasakan dukungan sosial dia akan merasakan kementraman dan dicintai ketika mendapatkan bantuan dari orang lain, merasakan dipedulikan ketika meminta bantuan, sehingga membuat seseorang akan mempunyai kekuatan dan kebahagiaan untuk bisa keluar dari masalah yang sedang dialaminya. Aspek selanjutnya seseorang akan merasa penghargaan karena seseorang ketika meminta bantuan ke orang lain dan orang lain membantu akan merasakan dihargai oleh orang tersebut dan akan merasakan lebih percaya diri setelah mendapatkan bantuan dari orang lain karena seseorang tersebut telah memiliki jawaban dari masalah yang sedang dialaminya. Aspek berikutnya seseorang akan merasakan dukungan instrumental meminta bantuan kepada orang lain, merasa terbantu ketika dibantu oleh orang lain, dan merasa ditemani ketika sedang memiliki masalah. Aspek terakhir yakni seseorang akan merasakan dukungan informasi karena seseorang akan mudah mendapatkan solusi berdasarkan informasi yang diberikan oleh orang lain dan seseorang akan mendapatkan informasi ketika sedang mengalami kesulitan.⁸⁸

Tetapi jika kita tidak percaya dengan orang lain untuk menyimpan rahasianya masalah kita, kita juga bisa menceritakan dan meminta bantuan kepada orang yang ahli dalam hal ini seperti psikolog dan konselor. Salah satu informan juga menceritakan masalahnya kepada psikolog seperti yang diutarakan oleh IM saat wawancara:

IM : *“saya pernah konsultasi mengenai masalah saya kepada psikolog saking ga kuatnya aku er, sebelumnya juga aku cerita juga kepada temen yang aku percayai tapi rasanya kurang puas, sehingga aku memutuskan untuk datang ke psikolog yang ada di kampusku, dan rasanya aku tenang banget pas sudah*

⁸⁸ Dian Sutrina Indra Wati dan Isrida Yul Afifiana, Dapatkan Dukungan Sosial Menjadi Prediktor Strategi *Coping* Berfokus Pada Masalah Pada Mahasiswa?, *Journal of Psychological Research*, Volume 1, No. 1, Mei 2021 hlm 46 <https://aksiologi.org/index.php/inner>

bercerita”⁸⁹

Banyak sekali orang takut untuk berkonsultasi ke-psikolog atau konselor karena beberapa faktor yang ditakutkan seperti: Menganggap masalah psikis adalah hal yang sepele, Takut menceritakan keluhannya dan latar belakang sakitnya, Takut tidak kuat membayar biaya konseling, dan yang paling parahnya lagi Takut dibilang gangguan jiwa. Sebenarnya ketika kita konsultasi ke konselor atau psikolog semua rahasia yang kita utarakan akan terjaga aman oleh konselor atau psikolog, bahkan Konsultasi psikologi dapat membantu kita menyelesaikan masalah dan keluhan, terutama yang berkaitan dengan perasaan, emosi, sosial, dan perilaku. Sebelum sesi konseling, seorang psikolog atau konselor akan menjalin hubungan baik dan rasa saling percaya sehingga Anda bisa lebih terbuka untuk menceritakan masalah yang dihadapinya.

Menurut Nabilla dan Arief Ichwani banyak sekali manfaat berkonsultasi kepada konselor untuk orang yang sedang memiliki masalah yang berat tidak sanggup mengatasinya sendiri dan membutuhkan bantuan dari orang lain maka seseorang bisa meminta bantuan kepada konselor atau psikolog. Manfaat yang didapat dari berkonsultasi kepada konselor atau psikolog yaitu akan merasakan kesehatan mentalnya terjaga, merasa lebih tenang karena sudah meluapkan emosi yang ada didalam pikiran, dan bisa lebih fokus dalam jenjang karir maupun akademik.⁹⁰

Ketika orangtua bercerai anak pasti penasaran mengapa orangtuanya bercerai, dengan adanya perceraian yang tidak diceritakan kepada anak, maka anak akan merasa penasaran dan ingin mencari tahu apa penyebab masalah itu terjadi seperti yang diutarakan oleh keempat informan saat wawancara:

DSN : *“saya juga mencari tahu penyebab timbulnya masalah perceraian orangtuaku dengan cara diem-diem seperti mengamati kejadian sekitar dan kadang juga saya Tanya kepada*

⁸⁹ hasil wawancara dengan informan IM Di rumah IM pada tanggal 5 Mei 2023

⁹⁰ Nabilla dan Arief Ichwani, Sistem Informasi Layanan E-Konseling Psikologi Untuk Mahasiswa Berbasis Website Dengan Metode Prototype, *Jurnal Mneminic*, Vol 5, No. 2, September 2022 hlm 191

orang rumah”⁹¹

IM : “*saya selalu mencari tahu apa penyebab masalah yang ada dikeluarga mba, Cuma ya saya tidak bisa berbuat apa-apa jadi ya cukup tahu ohh ini penyebab masalah yang terjadi didalam keluarga saya gitu aja sh*”⁹²

ASH: “*iyah,saya nanya keorangtua lah, kenapa gitu? Ya walau ibuku terkadang ngomong berisik lah, tapi lama lama ibuku menceritakan penyebab masalah itu terjadi dan berunding dengan aku er*”⁹³

NA : “*yaa saya mencari tahu apa penyebab masalah itu terjadi, dengan cara saya membuka HP dari salah satu orangtuaku dan setelah saya membuka saya tanyakan kepada orangtuaku secara mendalam biar aku bisa plong*”⁹⁴

Ketika kita mempunyai masalah dan kita mencari tahu apa penyebab masalah itu terjadi maka kita bisa mengidentifikasi masalah tersebut, mencari tahu kenapa tidak berjalan sesuai dengan harapan, dan menentukan tindakan (solusi) untuk memperbaikinya. Dan ketika sudah mengetahui apa penyebab masalah itu terjadi kita bisa mengevaluasi diri kita sendiri untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Hal ini juga didukung oleh pendapat Sunarta pada tahun 2010 bahwa mencari tahu penyebab timbulnya konflik bisa membuat pembelajaran berharga dalam kehidupan seseorang ketika mengalami kejadian yang serupa dimasa yang akan datang.⁹⁵ Seperti yang diutarakan oleh kelima informan saat wawancara sebagai berikut:

DSN : “*saat saya udah tau penyebab masalah itu terjadi, saya kalo sebelum tidur sering merenung er hehe kaya memikirkan bagaimana sih yah jalan keluar dari masalah ini*”⁹⁶

IM : “*saya itu ketika sekolah kan ketemu temem-temen yah mba, saya bahagia bisa ketawa terus tetapi setiap saya pulang kerumah pasti saya sedih dan selalu menangis ketika memikirkan masalah ini mba kalo malem-malem sebelum tidur,saya juga memikirna bagaimana yah jalan keluar yang baik untuk masalah*

⁹¹ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023

⁹² hasil wawancara dengan informan IM Di rumah IM pada tanggal 5 Mei 2023

⁹³ hasil wawancara dengan informan ASH di UIN SAIZU pada tanggal 13 Mei 2023

⁹⁴ hasil wawancara dengan informan NA di rumah NA pada 26 Mei 2023

⁹⁵ Sunarta, Konflik Dalam Organisasi (Merugikan Sekaligus Menguntungkan), *Jurnal FISI Universitas Negro Yogyakarta*, Vol 10, No. 1, februari 2010 hlm 11

⁹⁶ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023

*ini, ya saya Cuma bisa menata kehidupanku untuk menjadi lebih baik supaya saya menjadi orang yang lebih baik lagi*⁹⁷

ASH : *“aku lebih memilih melakukan problem solving atuh, nek merenung mah lebih ke meratapi nasib, dan menghayalkan kesuksesanku nanti”*⁹⁸

RZM : *“iya saya lebih seneng merenung er, sambil memikirkan gimana yah jalan keluarnya, dan aku dapet jalan keluarnya yaitu saya kepengen lulus tepat waktu sama menciptakan bisnisnya aku er, Allhamdulillah sekarang aku udah punya bisnis er dan sama bisa memperkerjakan orang lain”*⁹⁹

NA : *“saya juga melakukan evaluasi diriku er biar ga sedih mulu yaa, yaa saya menemukan bagaimana supaya bisa bangkit dari keterpurukan ini ya saya melakukan hal-hal yang saya sukai”*¹⁰⁰

Manfaat mengevaluasi diri dari masalah yang telah terjadi pada diri kita sangat bermanfaat bagi diri kita seperti : menganggap masalah yang telah terjadi sebagai cara penilaian suatu kegagalan dan keberhasilan, Semakin menjaga diri dari kesalahan, Lebih bijak menyikapi kehidupan, Semakin mengenali diri sendiri, Sebagai motivasi agar hidup lebih baik lagi. Hal ini juga sesuai dengan pendapat Farida bahwa mengevaluasi diri sangat penting dilakukan untuk mengetahui kemampuan diri sendiri tentang bagaimana kompetensi yang dimilikinya untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami dengan tujuan untuk memikirkan bagaimana penyelesaian masalah yang baik dan untuk memperbaiki diri sendiri.¹⁰¹

Berdasarkan hasil wawancara, maka dapat digambarkan bahwa kelima informan memiliki masalah *broken home* dan cara mengatasinya hampir sama yakni melakukan strategi *coping Problem Focused coping* dengan cara menceritakan masalahnya kepada orang yang dipercaya, menciptakan langkah kebahagiaan, meminta bantuan kepada teman atau orang yang dipercayai untuk mencari jalan keluar bersama, mencari tahu apa penyebab timbulnya masalah itu terjadi

⁹⁷ hasil wawancara dengan informan IM Di rumah IM pada tanggal 5 Mei 2023

⁹⁸ hasil wawancara dengan informan ASH di UIN SAIZU pada tanggal 13 Mei 2023

⁹⁹ hasil wawancara dengan informan RZM di rumah makan pada 24 Mei 2023

¹⁰⁰ hasil wawancara dengan informan NA di rumah NA pada 26 Mei 2023

¹⁰¹ Farida, Evaluasi Diri Guru Untuk Membangun Budaya Akademik di Sekolah, *Artikel*,

serta mengevaluasi diri untuk menjadi orang yang lebih baik lagi.

Dari kelima informan diatas ternyata bercerita kepada orang lain yang dipercayai dapat membuat kesehatan mental kita membaik. Dengan adanya kehadiran teman atau keluarga yang dipercaya disaat kita sedang mengalami masalah yang cukup berat kita bisa meminta bantuan kepada orang yang dipercayai untuk menceritakan semua keluh kesah yang ada didalam pikiran kita sehingga membuat kita lebih tenang walau orang tersebut tidak memberikan saran.

Seperti pendapat Devito didalam jurnal core Maryam B. Gainau ada beberapa keuntungan yang akan diperoleh ketika seseorang bisa mengungkapkan masalahnya kepada orang lain seperti: merasa mengenal pada diri sendiri, adanya kemampuan menanggulani masalah dan mengurangi beban. Ketika seseorang bercerita keorang lain maka seseorang tersebut akan merasakan lebih mengenal dirinya karena dengan mengungkapkan tentang dirinya atau masalahnya akan memperoleh gambaran baru tentang dirinya, dan mengerti lebih dalam perilakunya. Dan seseorang juga bisa mempunyai kemampuan menanggulani masalah karena seseorang akan mendapatkan dukungan bukan penolakan sehingga seseorang tersebut bisa menyelesaikan atau mengurani masalah yang sedang terjadi. Yang terakhir seseorang ketika bercerita tentang masalah yang sedang dialaminya orang lain yang dipercaya juga akan merasakan bebannya berkurang karena ketika masalah yang sedang dialaminya di pikul sendirian akan terasa berat sekali untuk memikulnya tetapi ketika seseorang tersebut menceritakan masalahnya orang lain akan merasa beban itu berkurang, sehingga akan terasa ringan beban pikirannya walau tidak semuanya teratasi tetapi setidaknya bisa mengurangi bebannya.¹⁰²

Problem focused coping merupakan suatu tindakan yang berfokus pada masalah yang dilakukan oleh seseorang ketika seseorang tersebut

¹⁰² Maryam B. Gainau, Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Siswa Dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling, *Core*, Vol 33 No 1 (2009): januari 2009 hlm 8

memiliki masalah dan ingin segera menyelesaikannya dengan cara menyelesaikannya sendiri atau meminta bantuan kepada orang lain yang dipercayainya. *Problem focused coping* bisa dilakukan oleh semua orang untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami.

Seperti yang dilakukan oleh informan, mereka mencari tahu apa penyebab masalah perceraian terjadi ada yang mencari tahu dengan bertanya kepada salah satu keluarga dan mencari tahu dengan memeriksa salah satu HP dari orangtuanya. Ketika kita sudah mengetahui apa penyebab masalah itu terjadi kita juga bisa melakukan evaluasi pada diri sendiri seperti yang dilakukan oleh informan ada yang memikirkan jalan keluarnya, menata kehidupannya supaya lebih baik lagi, melakukan *problem solving*, fokus pada pendidikan dan menciptakan bisnis, dan melupakan hal-hal yang membuat sedih dengan cara menjalankan apa yang kita sukai.

B. *Emotion focused coping*

Strategi *coping emotion focused coping* merupakan strategi yang berfokus pada emosi. sebuah usaha dari individu dalam mengendalikan respon emosional terhadap kondisi yang bersifat sangat menekan. Strategi *coping* ini bersifat defensif, karena individu merespon stres secara emosional. dengan berupaya mencari dukungan secara sosial, individu yang menggunakan strategi *coping* secara emosional lebih menitikberatkan dalam upaya pengurangan emosi negatif ketika menghadapi tekanan. *Emotional-focused coping strategies* digunakan ketika individu mengalami masalah yang tidak bisa dikontrol. Dukungan yang dimaksud dari strategi *coping* ini adalah sebuah dukungan yang berasal dari sahabat, keluarga, melakukan aktivitas lain yang sifatnya lebih positif. aktivitas ini bisa merujuk pada olahraga, melakukan hobi positif, berdoa kepada tuhan, dan lain sebagainya dalam menekan *stressor*.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat digambarkan bahwa kelima informan telah melakukan strategi *coping emotion focused coping*

seperti yang telah di sampaikan saat wawancara sebagai berikut:

DSN : *“ketika saya mempunyai masalah saya melakukan hoby saya er, hobyku itu nyanyi, treveling, jalan-jalan ga jelas heheh dan setelah aku melakukan hobyku rasanya tuh seneng banget ya Allah”¹⁰³*

IM : *“pas aku mempunyai masalah broken home itu yah er aku juga melampiaskan amarahku dengan melakukan hal-hal yang aku sukai yaa kaya hobyku, dan hoby ku itu renang bahkan pas waktu itu aku bisa renang seminggu tiga kali dan setelah aku melakukan hal-hal yang aku sukai ya rasanya tuh seneng”¹⁰⁴*

RZM : *“yaa tentunya saya sering melakukan hoby yang aku sukai dong, hobyku olahraga semua jenis olahraga aku suka”¹⁰⁵*

NA : *“iya er aku melakukan hobyku saat aku mempunyai masalah, hobyku tuh jalan-jalan sama temen-teme, kalo aku jalan-jalan sama temen kaya sedikit lupa dengan masalah yang sedang menimpa diriku loh er makanya aku suka main sama temen”¹⁰⁶*

Hal ini juga didukung oleh pendapat masing-masing orangtua informan seperti yang diutaakan sebagai berikut:

Ibu DSN : *“iya DSN suka banget nyayi kaya setiap hari dia nyayi setiap hari”¹⁰⁷*

Ibu IM : *“IM tidak pernah melampiaskan amarahnya kehobynya mba, dia selalu aku kontrol supaya dia selalu fokus sekolah biar jadi anak cerdas”¹⁰⁸*

Ibu RZM : *“terkadang saya liat RZM melampiaskan amarahnya ke hal-hal yang dia sukai, dia kan suka olahraga terkadang bisa 3 kali seminggu dia olahraga futsal, lari-lari dan lain-lain”¹⁰⁹*

Ibu NA : *“NA pas saya liat tuh kalo dia sedih ya itu melampiaskan ke hal yang dia sukai mba, kan dia suka banget jalan-jalan ya, dia jalan-jalan terus sama temennya ketika dia sedih”¹¹⁰*

Melampiaskan amarah kita, kesesuatu yang kita sukai itu merupakan hal yang wajar karena itu akan membuat diri kita akan merasa senang dan sedikit meringankan beban pikiran yang ada didalam diri kita sendiri. Melakukan hoby yang kita sukai sangat beragam seperti dari keempat informan diatas melakukan hoby yang

¹⁰³ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023

¹⁰⁴ hasil wawancara dengan informan IM Di rumah IM pada tanggal 5 Mei 2023

¹⁰⁵ hasil wawancara dengan informan RZM di rumah makan pada 24 Mei 2023

¹⁰⁶ hasil wawancara dengan informan NA di rumah NA pada 26 Mei 2023

¹⁰⁷ Hasil wawancara dengan ibu DSN

¹⁰⁸ Hasil wawancara dengan ibu IM

¹⁰⁹ Hasil wawancara dengan ibu RZM

¹¹⁰ Hasil wawancara dengan ibu NA

mereka sukai seperti: bernyayi, treveling, melakukan olahraga berenang, sepak bola, dan jalan-jalan. Melakukan hoby yang kita sukai untuk melampiaskan suatu amarah yang kita pendam itu merupakan suatu strategi *coping* yang baik. Hal ini juga didukung oleh pendapat Hurlock dalam jurnal Indah Hidayati, Mulawarman, dan Awalya, bahwa mengekspresikan emosi sangatlah penting bagi seseorang yang sedang mengalami masalah karena persiapan fisik dan mental untuk berinteraksi akan muncul apabila emosi dapat dilepaskan dengan cara yang baik dan benar seperti melakukan hoby. Berbagai cara mengekspresikan emosi yang benar tidak akan menimbulkan kemaraahan, sehingga mengeluarkan emosi dengan cara melakuakan hoby sangatlah baik untuk dilakukan.¹¹¹ Tetapi jika keterusan dalam melakukan hobynya tanpa memikirkan waktu juga akan mengakibatkan dampak adiksi, dan dampak dari keterusan dalam melakukan hoby kita adalah sebagai berikut: susah untuk menentukan prioritas pada diri kita sendiri, mengakibatkan hilangnya kontrol diri, pola tidur yang tidak tertur, merasa tidak nyaman atau cemas ketika menghindarinya.¹¹²

Mengapa hoby yang kita sukai akan berdampak negative, karena ketika kita terus menerus setiap hari melakukan hoby yang kita sukai tanpa melihat waktu kita akan menjadi lupa akan proritas pada diri kita sendiri seperti keluarga, teman dan posisi kita sebagai pelajar maupun pekerja. Dampak selanjutnya akan kehilangan kontrol diri, mengapa demikian? Karena ketika kita sudah suka dengan satu kegiatan dan akan melakukan kegiatan itu terus menerus akan membuat kita berlarut-larut dengan kenyamanan yang kita sukai, seperti kita memiliki cita-cita dalam hidup kita tetapi kita sudah terlanjur terjebak dengan

¹¹¹ Indah Hidayati, Mulawarman, dan Awalya, Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama, *Indoneisan Journal Of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 2017 HLM 29 <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>

¹¹² Rahmad Nico Suryanto, Dampak Positif dan Negaif Permainan Game Online dikalangan Pelajar, *Jom FISIP*, Volume 2 No. 2, Oktober 2015 hlm 9-10

zona nyaman karena hoby, akhirnya kita akan menunda semua cita-cita yang sudah diimpikan dalam hidup. Pola tidur akan terganggu karena kita terlalu sering melakukan hoby dan akan lupa waktu untuk beristirahat. Merasa cemas ketika kita meninggalkan hoby yang kita sukai, ketika kita akan mengalihkan pada kegiatan lain maka kita akan merasa tidak nyaman pada diri kita, karena kita merasa takut kehilangan pada hal-hal yang kita sukai.

Selain melakukan strategi *coping* yang melakukan hoby dari ketiga informan juga melakukan strategi *coping* lainnya seperti beranggapan bahwa masalah perceraian orangtuanya itu seringan mungkin dengan tujuan untuk meringankan beban pikirannya. Seperti yang diutarakan oleh ketiga informan saat wawancara sebagai berikut:

DSN : “saya juga beranggapan masalah perceraian orangtuaku kaya ringan gitu er, yaa supaya saya tuh jangan terlalu bersedih ya dan cara nya tuh saya mensyukuri atas apa yang telah terjadi er, mau bagaimana pun perceraian orangtuaku kan udah pilihan terbaik untuk kedua orangtuaku ya walau awalnya aku ngerasa berat tapi harus menerima kejadian ini”¹¹³

IM : “ya saya juga beranggapan bahwa seberat apapun masalah yang saya alami kuncinya sama aku ketika aku tenang mengecilkan emosiku maka masalah yang aku alami itu ga terasa gede er”¹¹⁴

ASH : “yaa ketika aku punya masalah tak bikin enjoy ajah er, kaya yakin segala masalah pasti ada jalan keluarnya,yaaa lebih berhusnudzon sama Alloh”¹¹⁵

Beranggapan bahwa masalah perceraian orangtua seringan mungkin akan membuat kita merasa tidak terlalu terbebani oleh masalah tersebut. Walau sebenarnya masalah perceraian orangtua merupakan masalah yang cukup besar dan bisa mengganggu kesehatan mental maupun psikis anak terganggu, tetapi ketika kita mempunyai pemikiran masalah perceraian orangtua seringan mungkin maka kita tidak akan terlalu terbebani oleh masalah tersebut.

¹¹³ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023

¹¹⁴ hasil wawancara dengan informan IM Di rumah IM pada tanggal 5 Mei 2023

¹¹⁵ hasil wawancara dengan informan ASH di UIN SAIZU pada tanggal 13 Mei 2023

Cara untuk meringankan masalah tersebut juga cukup beragam seperti yang diutarakan oleh ketiga informan sebagai berikut: mereka bersyukur atas kejadian tersebut dan mengambil sisi positifnya serta mengikhlaskan semua kejadian tersebut, bisa dilakukan dengan menenangkan pikiran dulu serta mengecilkan emosi yang ada didalam dirikita karena menurut mereka ketika kita mengecilkan emosi pada diri kita maka masalah tersebut akan tersara kecil, yakin kepada Allah akan semua masalah pasti ada jalan keluarnya dan di bikin tenang tetapi tetap memikirkan bagaimana kedepannya.

Hal ini juga didukung oleh pendapat Aldwin dan Revenson dalam jurnal psikologi Emma Indirawati bahwa menganggap masalah seringan mungkin merupakan suatu tindakan yang dilakukan dengan cara menghindari masalah dengan menganggap seakan-akan masalah yang sedang dihadapi itu jauh lebih ringan dari yang sebenarnya sehingga membuat seseorang yang sedang memiliki permasalahan yang cukup berat tidak terlalu stress dalam menghadapi masalah.¹¹⁶

Perceraian orangtua akan membuat anak merasakan kesedihan, penyesalan, dan kecewa seperti yang diutakan oleh ketiga informan dan ibu informan saat wawancara sebagai berikut:

DSN : “ya pasti saya pernah menyesal lah err, mengapa orangtua harus berpisah siapa sh yang mau anak liat orangtua bercerai kan, anak kan menginginkan keluarga cemara yang harmonis ya tapi mau gimana lagi yah orang itu udah keputusan orangtuaku er”¹¹⁷

IM : “ya saya sangat kecewa kepada orangtuaku er, dulu pas waktu aku jadi mahasiswa baru, aku mengikuti sebuah acara besar disekolahku ya kaya sosialisasi kampus gitu dan aku jadi ketuanya jadi mau ta mau ya aku harus selalu mengikuti rapat apapun itu yang mengakibatkan waktuku kebanyakan untuk acara itu, dan pola makanku ga terjaga kalo pagi aku jarang sarapan dirumah jadi aku sarapan dikantin sekolah kalo pulang ga ada orang sama sekali jadi aku ga pernah makan dirumah, kalo mau makan

¹¹⁶ Emma Indirawati, Hubungan Antar Kematangan Beragama Dengan Kecenderungan Strategi Coping, *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, Vol. 3 No. 2, Desember 2016 hlm 73

¹¹⁷ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023

nunggu berangkat ke sekolah akhirnya aku sakit tipes dan diarat, dan ibuku ga suka klo aku ngeluh jadi mau gimana pun rasa sakit yang aku rasakan pasti aku pedam sendiri”¹¹⁸

NA : *“ya saya merasa menyesal dengan adanya perceraian orangtuaku er, dulu pas aku KKN orangtuaku bertengkar hebat dan ayahku pergi dari rumah, penyesalanku pas orangtuaku bertengkar aku ga dirumah er jadi aku ga bisa mencegah bapak dan ibunya supaya tidak berpisah”¹¹⁹*

Ibu DSN : *“kalo kecewa atau tidaknya saya ga tau ya mba, kan yang merasakan si DSN. Tapi anak saya juga mendukung saya untuk berpisah dengan ayahnya karena dia juga tau bahwa ayahnya tidak menjalankan tugasnya sebagai kepala keluarga yakni mencari nafkah untuk anak dan istrinya, tetapi terkadang juga saya melihat dia sedih yak, ya mungkin dia kurang kasih sayang dari ayahnya.”¹²⁰*

Ibu IM : *“kalo di liat IM ini keadaanya baik-baik ajah mba, Cuma ya kadang ngerasa sedih karena orangtuanya bercerai, tetapi perceraian ini juga dengan adanya dukungan anak-anak saya mba, karena saya nikah dijodohkan oleh orangtua yang mengakibatkan saya dan mantan suami saya sering bertengkar dan membuat saya tersiksa dengan adanya pernikahan ini, akhirnya anak-anak mengizinkan orangtua untuk bercerai, karena kasian dengan keadaan saya mba”¹²¹*

Ibu NA : *“iya NA ini merasa kecewa dengan adanya perceraian orangtuanya, karena saya dulu berpisah secara sembunyi-sembunyi jadi anak tidak tau setelah tau pas udah lama saya pisah sama mantan suami saya”¹²²*

Perceraian orang tua juga berdampak pada anak, anak akan merasa kurang kasih sayang, tidak mendapatkan hangatnya keluarga yang harmonis, dan perhatian seperti yang diungkapkan oleh ketiga informan yakni mereka merasakan sedih keinginan mereka ingin memiliki keluarga cegara yang harmonis tetapi orangtuanya bercerai, kurangnya kasih sayang dan perhatian dari kedua orangtua sehingga membuat anak tidak terurus.

Hal ini juga didukung oleh pendapat Wildaniah pada jurnal Proceeding PESAT Intaglia Harsanti dan Dwi Gita Verasari bahwa perceraian orangtua akan membuat anak menjadi menyesal karena

¹¹⁸ hasil wawancara dengan informan IM Di rumah IM pada tanggal 5 Mei 2023

¹¹⁹ hasil wawancara dengan informan NA di rumah NA pada 26 Mei 2023

¹²⁰ Hasil wawancara dari ibu DSN

¹²¹ Hasil wawancara dari ibu IM

¹²² Hasil wawancara dari ibbu NA

tindakan orangtuanya yang memilih untuk bercerai sehingga membuat anak merasa dirinya tidak diharapkan lagi karena anak merasa orangtuanya tidak berusaha mempertahankan pernikahannya demi anak-anaknya.¹²³

Perceraian dalam rumah tangga merupakan suatu hal yang harus dilakukan ketika salah satu dari pasangan tersebut tersiksa baik batin maupun fisik sehingga mengharuskan berpisah untuk mendapatkan kebahagiaan masing-masing. Tetapi ketika orangtua bercerai anak akan merasakan kurang kasih sayang dan perhatian, maka dari itu ketika orangtua sudah bercerai perhatikan tumbuh dan perkembangan anak memberikan kasih sayang dan perhatian supaya anak tidak merasakan sedih dan terpuruk.

Dari kejadian perceraian orangtua juga bisa diambil sisi positifnya seperti yang diutarakan oleh kelima informan saat wawancara sebagai berikut:

DSN : “saya mengambil sisi positif dari kejadian ini ya kaya aku tuh lebih tegar, semakin dewasa, menjadi wanita yang mandiri, dan mungkin dengan jalan ini jalan terbaik yahh untuk kehidupanku”¹²⁴

IM : “ya saya mengambil sisi positif dari semua kejadian ini er, kan ibuku cerai karena dijodohkan jadi ibuku membebaskan aku dengan laki siapa pun yang penting aku bahagia, terus hikmahnya jadi aku harus bisa berhati-hati dalam memilih pasangan hidup”¹²⁵

ASH : “ya ambil sisi positifnya yaa ratau dinafkahi bapak ya mungkin Allah bakal mmberi keadilan dengan cara aku mampu menafkahi diriku sendiri hehe dalam arti entar aku dapet rezeki banyak, soalnya dari Allah karo nafkah diriku sendiri gituh”¹²⁶

RZM : “Sisi positif yang saya ambil gini er, dengan adanya perceraian itu menajadikan pendewasaan pada diriku er, terus segala hubungan yang sudah dipertahankan sebaik mungkin diserahkan semuanya kepada Alloh, Alloh tau jalan yang

¹²³ Intaglia Harsanti dan Dwi Gita, Kenakalan Pada Remaja Yang Mengalami Perceraian Orangtua, *proceeding PESAT* (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil), Vol. 5 Oktober 2013, Bandung 8-9 Oktober 2013 hlm 74

¹²⁴ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023

¹²⁵ hasil wawancara dengan informan IM Di rumah IM pada tanggal 5 Mei 2023

¹²⁶ hasil wawancara dengan informan ASH di UIN SAIZU pada tanggal 13 Mei 2023

terbaik"¹²⁷

*NA : "sisi positif yang saya petik dari perceraian orang tuaku ya aku harus lebih hati-hati dalam memilih pasangan karna aku ga mau anakku nanti merasakan apa yang aku rasakan er"*¹²⁸

Dari kebanyakan anak yang merasakan keluarga *broken home* akan merasa kecewa dan penyesalan sehingga membuat mereka larut larut dalam kesedihan dan pikirannya terpenuhi oleh emosi sehingga tidak dapat berfikir positif. Dari semua masalah pasti ada sisi positif dan negative seperti halnya perceraian orangtua bisa diambil sisi positifnya seperti yang diungkapkan oleh kelima informan diatas mereka mengambil sisi positifnya sebagai berikut: merasa lebih tegar, semakin dewasa, menjadi wanita yang mandiri, dan mungkin dengan jalan ini jalan terbaik untuk kehidupan mereka, memilih pasangan yang tepat, lebih mandiri dalam kehidupannya, mempunyai motivasi hidup.

Seperti pendapat Wahyu Sabilar Rosad beliau berpendapat bahwa setiap kejadian buruk bukan akhir dari segalanya, mengambil sisi positif dari segala kejadian yang tidak baik adalah menjadi salah satu bentuk sebuah keyakinan bahwa Allah pasti memberikan yang terbaik untuk hamba-hambanya, bahwa sesuatu yang yang terjadi baik yang menyenangkan maupun yang menyedihkan pasti ada manfaatnya atau bisa di ambil sisi positifnya.¹²⁹

Perceraian tidak selamanya berdampak buruk bagi anak adakalanya perceraian orangtua akan membuat anak semakin kuat dalam menghadapi masalah berikutnya dalam kehidupannya sehingga anak akan merasa lebih kuat dalam menghadapi masalah-masalah dalam kehidupannya. Tetapi kita juga bisa meminilimasir terjadinya masalah yang timbul seperti menjauh dari hal-hal yang menimbulkan masalah seperti yang dilakukan oleh kedua informan sebagai berikut:

DSN : *"ya saya sekarang saya kaya lebih memilih untuk*

¹²⁷ hasil wawancara dengan informan RZM di rumah makan pada 24 Mei 2023

¹²⁸ hasil wawancara dengan informan NA di rumah NA pada 26 Mei 2023

¹²⁹ Wahyu Sabilar Rosad, Pelaksanaan Shalat Dhuha Dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas 3 Madrasah Ibridahiyah Ma'arif NU Ajibarang Wetan, *Al-Muqkidz : Jurnal Kajian Keislaman*, Vol: 8 No. 1 (Januari-April 2020) hlm134

*menjauh dari hal-hal yang menimbulkan masalah yah er baik dari lingkungan maupun teman, ya hidup lagi ayem-ayemnya ko malah nyari rebut kan ga asik yah*¹³⁰

ASH : *“ya tergantung er, kalo orang teresebut udah bikin masalah sama aku ya aku hadapin dia biar ga seenaknya sendiri, tapi kalo dia ga penting ya aku jauh lah ngapain deket-deket sama orang ga jelas”*¹³¹

Menjauh dari hal-hal yang menimbulkan masalah dalam kehidupan kita juga penting untuk diterapkan dalam kehidupan kita untuk menjadikan hidup lebih tenang dan damai. Hal ini juga didukung oleh pendapat Diana Rahmasari bahwa seseorang mempunyai masalah dengan orang lain maupun orangtua akan menciptakan rekasi mekanisme untuk mempertahankan diri dengan tujuan untuk melindungi dirinya yakni menjauhkan diri dari hal-hal yang menimbulkan masalah. Menjauhkan diri dari hal yang menimbulkan masalah merupakan sebuah pemecahan masalah yang dianggap cukup baik dan bisa berada di posisi zona nyaman. Tetapi jika terus menerus dikakuakn ketika menghadapi masalah dengan cara mejauh maka akan menimbulkan hal yang negative seperti tidak mampu menerima konflik dan tidak akan memilki dukungan dari siapapun. Tetapi jika seseorang mempunyai masalah ingin menjauh dari hal-hal yang menimbulkan masalah dengan tujuan untuk menenangkan diri dan berfikir positif dan ketika sudah merasa siap untuk menyelesaikan masalah tersebut dengan tegar dan mencari jalan keluar dari masalah tersebut ketika seseorang sedang menyendiri atau menjauh dari hal-hal yang menimbulkan masalah, memeperbaiki diri dan mengevaluasi diri itu merupakan hal yang baik dilakukan ketika memiliki masalah.¹³²

Kita juga bisa menciptakan pola kehidupan sendiri untuk menghindari dari suatu hal-hal yang menimbulkan masalah, seperti yang diutarakan oleh informan saat wawancara sebagai berikut:

¹³⁰ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023

¹³¹ hasil wawancara dengan informan ASH di UIN SAIZU pada tanggal 13 Mei 2023

¹³² Diana Rahmasari, *Self Healing Is Knowing Your Own Self*, *UNESA University Press*, (Surabaya:2020) hlm 16

DSN : *“lebih tepatnya sata kaya mikir dulu kalo aku melakukan hal ini akibatnya apa yah, kalo kiranya aku ga mampu dalam melakukam hal itu dan menimbulkan masalah baik dari temen maupun keluarga pasti aku akan lebih memilih untuk menjauh, dan saya ketika mengontrol diri ketika mempunyai masalah ini kaya lebih kesepiritual ajah yah”*¹³³

RZM : *“dulu saya pernah merencanakan hidup sendiri er, tapi itu ga terlalu lama sih karna aku memikirkan ibuku juga, saat aku hidup sendiri kan memulai bisnis ya er karna aku ga tega ninggalin ibuku sendiri akhirnya aku meneruskan bisnisku dirumah, aku ingin sukses dimasa muda dan membahagiakan orangtuaku walau orangtuaku sudah tidak bersama”*¹³⁴

Menciptakan pola kehidupan untuk menghindari hal-hal yang menimbulkan masalah juga harus dilakukan untuk mensejahterakan diri kita sendiri dari timbulnya masalah, seperti yang dilakukan oleh informan mereka memikirkan suatu tindakan sebelum bertindak supaya tidak mengakibatkan masalah yang membuat kehidupan kita tidak tenang, dan bisa juga dilakukan dengan menjauh dulu dari lingkungan yang menimbulkan masalah seperti hidup sendiri dan menciptakan karya yang bermanfaat untuk masa mendatang.

Seperti pendapat Diana Rahmasari bahwa menciptakan pola kehidupan untuk menjauh dari hal-hal yang menimbulkan masalah itu baik untuk dilakukan, karena ketika seseorang tetap berada dalam situasi yang membuat emosi dan marah akan menimbulkan keributan karena seseorang yang sedang mengalami hal itu pasti ingin melupakan emosinya dan akan berdampak buruk ketika meluapkannya secara tidak baik. Maka dari itu lebih baik ketika seseorang mempunyai masalah menciptakan pola kehidupan dengan tujuan menjauh dari hal-hal yang menimbulkan masalah.¹³⁵

Dari semua jawaban informan mengungkap bahwan perceraian orangtua berdampak pada anaknya, anak menjadikan kurang kasih sayang, kurang perhatian sehingga mengakibatkan anak menjadi sedih,

¹³³ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023

¹³⁴ hasil wawancara dengan informan RZM di rumah makan pada 24 Mei 2023

¹³⁵ Diana Rahmasari, *Self Healing Is Knowing Your Own Self*, UNESA University Press, (Surabaya:2020) hlm 21

terpuruk, dan tidak semangat belajar. Dapat disimpulkan bahwa semua informan melakukan strategi *coping emotion focused coping* seperti melakukan hoby yang disukai, menganggap masalah seringan mungkin, menyesal dengan perceraian orangtua, dan mengambil sisi positif dari kejadian tersebut.

Dari semua jawaban yang diungkapkan oleh informan, mereka melakukan strategi *coping* yang positif dan memikirkan bagaimana dampak ketika mereka malampiaskan amarahnya secara tidak baik, bisa mengontrol diri, menjaga diri dari hal-hal yang kurang baik sehingga mereka bisa menata hidupnya lebih baik lagi untuk kehidupan dimasa depannya.

C. Macam-macam Problematika Hidup

problematika adalah suatu kesenjangan antara harapan dan kenyataan yang membutuhkan penyelesaian atau pemecahan. Masalah diartikan sebagai suatu hal yang menghalangi tercapainya tujuan. Jadi problematika hidup yang dimaksud adalah suatu masalah yang ada didalam kehidupan manusia yang harus di selesaikan. Penelitian ini akan berfokus pada masalah *broken home* yang dialami oleh mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam angkatan 2019 UIN Prof.K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto dalam menghadapi problematika hidup yang ditimbulkan oleh masalah perceraian orangtuanya.

Dampak dari perceraian orangtua juga sangat tidak baik untuk anak, anak akan merasakan gangguan psikis, trauma, dan memiliki rasa emosi yang tinggi seperti yang diungkapkan oleh informan dan ibu informan saat wawancara sebagai berikut:

DSN : *“gini er setelah orangtuaku cerai yah aku mengalami dampak yang gak enak dalam kehidupanku seperti kecemasan dan ketika aku akan melakukan sesuatu mesti takut dulu er ke perfeksionisme, jadi setiap apa yang aku lakukan harus perfek terus aku juga mudah tersinggung apa lagi ketika ada orang yang ngomong dengan nada tinggi. Sifat perfeksionisme itu muncul ketika orangtuaku sudah bercerai er, aku juga bingung mengapa muncul sifat itu didalam diriku, kadang aku juga merasa risih dengan sifat itu tapi di sisi lain juga ada sisi positifnya kaya aku*

lebih termotivasi dalam melakukan segala hal"¹³⁶

IM : *"saya sering dipulin ibuku pake sapu, ditampar pokoknya yang main fisik mba, jadi aku kaya setiap ada orang yang ngomong kasar aku pasti sakit hati mba hehe*"¹³⁷

NA : *"saya menjadi mudah tersinggung er, juga kaya emosian banget*"¹³⁸

Ibu DSN : *"Semejak saya berpisah DSN kaya sedikit menjadi anak pemalu mba, dan kaya mudah nangis mba*"¹³⁹

Ibu IM : *"tidak mba anak saya tidak memiliki gangguan psikis, karena saya memberikan kasih sayang yang cukup dan saya selalu memberikan kebutuhan yang cukup untuk anak saya*"¹⁴⁰

Ibu NA : *"NA ini kadang suka marah ga jelas mba, juga kaya mudah tersinggung kadang juga saya bingung dengan sikapnya*"¹⁴¹

Dampak dari perceraian orangtua sangat berdampak pada anak, anak akan mendapatkan gangguan psikis seperti yang dirasakan oleh informan diatas. Penyakit psikis merupakan gangguan yang dirasakan oleh seseorang yang melibatkan perubahan emosi, berfikir, atau perilaku seseorang. Dampak psikis pada informan yang sedang menyelesaikan tugas akhir juga akan berdampak pada pencapaian akademiknya, pengelola emosi, dan juga keberfungsian dalam relasi sosial. Anak yang mempunyai gangguan psikis karena *brokem home* akan merasa sedih setiap waktu, merasa dirinya tidak diharapkan dan juga tidak berguna. Hal ini juga sama dengan pendapat Clement Eko Prasetio dan Airin Triwahyunianak yang mengalami orangtuanya bercerai akan merasakan secara tidak langsung dia akan cenderung mengulangi pemikiran-pemikiran negative yang membuatnya semakin terpuruk, pengulang-ulangan rasa sedih juga akan mengganggu pada pemrosesan jalannya akademik sehingga akan menghambat pencapaian mereka.¹⁴²

¹³⁶ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023

¹³⁷ hasil wawancara dengan informan IM Di rumah IM pada tanggal 5 Mei 2023

¹³⁸ hasil wawancara dengan informan NA di rumah NA pada 26 Mei 2023

¹³⁹ Hasil wawancara dari ibu DSN

¹⁴⁰ Hasil wawancara dari ibu IM

¹⁴¹ Hasil wawancara dari ibu NA

¹⁴² Clement Eko Prasetio dan Airin Triwahyuni, Gangguan Psikologis pada Mahasiswa Jenjang Sarjana: Faktor-Faktor dan Protektif, *Gadjah Mada Journal Of Psychology*, Volume 8,

Dan dampak dari perceraian orangtua juga ada yang memiliki nilai positif seperti yang dirasakan oleh salah satu informan yakni mengalami karakter *perfeksionisme*, yakni informan selalu melakukan segala hal dengan perfek dan berhati-hati supaya hasilnya sempurna tetapi informan juga kerap merasa tidak enak memiliki sifat perfeksionalisme karena informan kerap sekali merasa cape, rasa takut dan malu ketika ingin melakukan sesuatu, dan kesepian. Hal ini juga didukung oleh pendapat Hewit dan Flett pada jurnal Nurhayati dkk, bahwa sifat perfeksionisme adalah sebuah perjuangan seseorang untuk tidak melakukan kesalahan dan mencapai kesempurnaan dalam setiap aspek kehidupan. Menurut Hewit dan Flett bahwa sifat perfeksionisme ada sisi positifnya seperti standar yang tinggi dalam hidupnya yang mana hal itu sangat baik bagi perkembangan karir yang dimilikinya. Pасalnya, ia akan selalu bekerja lebih keras atau sempurna demi mencapai standar tinggi yang dibuatnya tersebut. Tetapi sifat perfeksionisme akan menimbulkan konsekuensi yang buruk seperti akan merasakan kecemasan, kesepian, rasa malu, dan takut evaluasi negative.¹⁴³

Dari dampak psikis anak juga akan merasa benci kepada orangtuanya seperti yang diutarakan oleh informan sebagai berikut:

DSN : *“ya sesekali aku pernah membenci kedua orangtuaku tapi itu ga lama koh, kan bagaimapun dia orangtuaku ya aku harus bisa memaafkan orangtuaku er, aku benci karna kenapa harus bercerai gitu sh er”*¹⁴⁴

Anak akan membenci kedua orangtua ketika dia merasa tidak ada tempat untuk berlindung, merasa hidupnya sendirian tidak ada yang memperhatikan kehidupannya. Salah satu faktor anak membenci kedua orangtuanya karena orangtua sudah bercerai tidak mendapatkan kasih sayang dan perhatian sehingga membuat anak akan membenci kedua

orangtuanya. Orangtua ketika sudah bercerai berikan kasih sayang dan perhatian yang cukup kepada anak supaya anak tidak merasa sendirian dan tidak akan timbul rasa untuk membenci kedua orangtuanya. Hal ini juga didukung oleh pendapat Uswatun Hasanah peran orangtua sangat penting dalam menyertai tumbuh perkembangan seorang anak, anak akan mengenal arti hidup, merasakan cinta dan kasih sayang, simpati, mendapat bimbingan dan pendidikan serta terciptanya suasana yang aman. Tetapi apa bila orangtua sudah bercerai anak akan kehilangan peran sosok pengasuh dari orangtua laki-laki maupun perempuan, apabila anak tidak mendapat pengasuhan yang baik maka anak akan membenci kedua orangtuanya dan melakukan hal yang kurang baik.¹⁴⁵ Tetapi ketika orangtua memberikan kasih sayang yang cukup disaat sudah bercerai akan membuat anak mengerti akan terjadinya perceraian orangtuanya.

Ada anak yang terlahir dari keluarga *broken home* mereka menjadi mudah terpengaruh buruk dari lingkungan sekitarnya. Ada lingkungan yang suka mabuk-mabukan, memakai narkoba, berjudi dan hal-hal yang tidak baik untuk dilakukan. Tetapi dari semua informan mereka bisa menjaga diri dari pergaulan bebas, bisa mengontrol diri supaya tidak terjerumus dalam hal-hal yang kurang baik.

Dari kejadian perceraian orangtua anak akan merasa depresi karena tidak kuat menerima perpisahan orangtuanya. Ada anak ketika mendengar orangtuanya bercerai dia ingin mengakhiri hidupnya karena dia merasa tidak ada gunanya lagi hidup didunia. Seperti yang diutarakan oleh salah satu informan saat wawancara sebagai berikut:

IM : “*aku pernah menggap hidupku kaya ga ada aratinya, bahkan aku pernah ingin mengakhiri kehidupanku mba kaya buat apa sh aku hidup tapi ujung-ujungnya kaya gini kan*”¹⁴⁶

Dampak dari perceraian orangtua cukup bahaya bagi anak, anak akan merasakan putus asa dan hilang kendali dalam hidupnya sehingga

¹⁴⁵ Uswatun Hasanah, Pengaruh Perceraian Orangtua Bagi Psikologis Anak, *Jurnal Analisis Gender dan Agama*, Vol. 2, Nomor 1, Juli- Desember 2019 hlm 21

¹⁴⁶ hasil wawancara dengan informan IM Di rumah IM pada tanggal 5 Mei 2023

membuat anak ingin mengahiri hidupnya. Hal ini juga didukung oleh pendapat Wiwin Mistiani bahwa anak yang mengalami orangtuanya bercerai anak menganggap hidupnya sia-sia dan tidak mempunyai arti dalam hidupnya. Sehingga membuat anak ingin mengakhiri hidupnya Karena dia merasa bahwa hidupnya disia-siakan oleh orangtuanya, tidak merasa bahagia, jika anak sudah mempunyai pikiran seperti ini akan menimbulkan anak tidak memiliki target hidup dan motivasi hidup. Anak disaat mempunyai pemikiran tersebut perlu mempunyai ‘pagar yang kuat’ untuk menyingkirkan pemikiran yang tidak baik, bisa dilakukan dengan belajar ilmu agama dan mengamalkan, pengendalian diri, menjaga komunikasi, mengekspresikan perasaan. Semua ini bisa menjadi penangkal buat anak yang memiliki pemikiran seperti itu sebelum terjadi hal-hal yang tidak diinginkan.¹⁴⁷

Tetapi jika anak memiliki pola hidup yang baik dia akan berfikir lebih jernih lagi untuk masa depannya supaya lebih baik dan menjadi sukses dimasa yang mendatang. Ketika anak *broken home* merasa putus asa, hilang kendali, kurang kasih sayang dan perhatian, bisa mencari kegiatan yang bernilai positif seperti organisasi, mengembangkan bakat yang dimiliki, menciptakan bisnis sehingga membuat kehidupannya memiliki makna dan tujuan dalam hidupnya.

Dampak dari perceraian orangtua juga membuat anak akan merasa susah untuk bergaul seperti yang diutakan oleh salah satu informan saat wawancara sebagai berikut:

DSN : *“Saya merupakan pribadi yang introvert er, kaya lebih suka mengamati lingkungan sekitar dan tidak suka untuk memulai pembicaraan dulu, jadi ya aku susah untuk bergaul dengan orang lain”¹⁴⁸*

NA : *“saya sedikit susah bergaul er, karna aku kaya ga pede, jadi*

¹⁴⁷ Wiwin Mistiani, Dampak Keluarga *Broken Home* Pada Psikologis Anak, *Muswa*, Vol. 10 No.2 Desember 2018 hlm 338-340

¹⁴⁸ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023

kalo ada orang baru aku harus diajak ngobrol terlebih dahulu supaya bisa beradaptasi dengan lingkungan yang baru tersebut”¹⁴⁹

Dampak dari perceraian orangtua anak akan merasa malu ketika bertemu dengan lingkungan yang baru karena mereka tidak merasa percaya diri dengan dirinya yang memiliki *background* keluarga yang baik sehingga membuat mereka takut untuk di ejek atau menjadi bahan bully-an temennya, Maka dari itu mereka merasa malu ketika bertemu dengan orang baru. Dan adapula anak akan mempunyai dampak perilaku yang *introvert* susah bergaul dengan teman, selalu menutup diri dan tidak suka dengan keramaian.

Tetapi sifat susah untuk bergaul dengan lingkungan baru juga bisa diatasi dengan beberapa cara sebagai berikut: membangun sikap empati kepada orang lain, jauhi berfikir yang buruk mengenai orang yang baru kita kenal, tersenyum ketika ketemu dengan orang yang baru kita jumpai dan ajak pembicaraan yang ringan, berbicara secara jelas supaya orang yang mendengar mudah memahami apa yang kita bicarakan, dan memberikan pertanyaan supaya ada lawan bicara.

Hal ini juga didukung oleh pendapat Nurtia Massa dkk, bahwa anak *broken home* susah untuk bergaul atau menarik diri dari lingkungan sosial karena ia merasa malu dengan kondisi keluarga yang tidak utuh dan ia juga merasa iri kepada teman-temannya yang selalu mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari orangtuanya. Tetapi hal ini juga bisa diatasinya, pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yakni tidak bisa hidup sendiri dan membutuhkan bantuan dari manusia lain. Dorongan sosial merupakan dorongan yang bersifat genetis, yang mana dorongan sosial bisa menumbuhkan stimulus-stimulus untuk pertumbuhan perkembangan dari lingkungan sosial. Dorongan sosial sangat penting bagi anak *broken home* dengan adanya dukungan sosial dari lingkungannya maka pengalaman dalam hal susah

¹⁴⁹ hasil wawancara dengan informan NA di rumah NA pada 26 Mei 2023

untuk bergaul bisa teratasi.¹⁵⁰

Dampak dari introvert juga bisa membuat seseorang menjadi susah untuk mengungkapkan pendapatnya sehingga lebih susah memendam masalahnya sendiri. Apalagi anak yang memiliki masalah *broken home* dan dia mempunyai sifat yang *introvert* dia akan sangat tersiksa dengan masalah tersebut karena dia tidak bisa mengungkapkan amarahnya, emosinya dan tidak mempunyai nasehat, solusi dan perhatian dari orang lain sehingga membuat dia akan merasa sedih yang berkepanjangan.

Ketika seseorang memiliki sifat *introvert* disaat seseorang mempunyai masalah *broken home* mereka bisa meminta bantuan kepada orang terdekatnya baik dari keluarga besarnya maupun teman dekatnya untuk mencurahkan semua masalah yang sedang dialaminya dan meminta solusi atau nasehat supaya bisa meluapkan emosinya sehingga tidak tertumpuk didalam pikirannya yang membuat mereka stress.

Adapun dampak dari perceraian orangtua mengenai permasalahan moral anak seperti meniru perilaku atau perbuatan orangtua yang kurang baik, karena sewaktu masih bersama anak sering menyaksikan orangtuanya bertengkar dan mengamati semua kejadian pertengkar tersebut sehingga membuat anak akan merasa terganggu dengan perilaku moralnya untuk meniru hal-hal yang kurang baik seperti yang diutarakan oleh salah satu informan dan ibu informan saat wawancara sebagai berikut:

DSN : *“hmm aku jadi meniru perilaku orangtuaku er ke orangtuaku kan suka ngomong kasar kan, nah jadi aku kaya dibawa ikut-ikutan ngomong kasar”*¹⁵¹

ASH : *“jadi gini er, orangtuaku tuh kaya selalu menganggap diirnya tuh benar apapun yang beliau lakukan, dan saya tidak bisa*

¹⁵⁰ Nurtia Massa dkk, Dampak *Broken Home* Terhadap Perilaku anak, *Jambura Journal Of Community Empowerment (JJCE)*, Volume (1) Nomor (1), (Juni) (2020) hlm 10 <https://doi.org/10.37411/jjce.v1i1.92>

¹⁵¹ Hasil wawancara dengan informan DSN di kampus UIN SAIZU pada tanggal 4 Mei 2023

mengutarakan pendapat saya er, jadi ya apa-apa dipendem sendiri paling yaa cerita sama keluarga lain”¹⁵²

Ibu DSN : *“Saya kurang tahu mba, soalnya DSN jarang ngomong kasar didepan saya, dan dia masih berbuat dan berkata baik dan sopan”¹⁵³*

Ibu ASH : *“hmm mungkin bisa dikatakan iya mba, soalnya aku juga jarang sekali dengar masukan dari ASH baik itu curhatan atau kegiatan sehari-harinya”¹⁵⁴*

Dampak dari orangtua bercerai salah satunya yakni anak akan mempunyai permasalahan moral seperti meniru hal-hal kurang baik seperti orangtuanya dulu sering melakukan hal-hal yang kurang baik. Seperti yang telah diutarakan oleh informan dia merasa dirinya meniru perilaku orangtuanya yang suka ngomong kasar saat bertengkar, sehingga membuat dia jadi terbawa untuk ngomong kasar. Hal ini juga didukung oleh pendapat Nurtia Massa dkk, bawasannya anak yang terlahir dari keluarga *broken home* saat anak masih dalam perkembangannya, maka tentu saja anak akan selalu di dalam kondisi pertengkaran orangtua, secara tidak langsung anak akan membentuk kepribadian anak menjadi kasar dan keras. Namun seiring berjalannya waktu, anak akan meniru perilaku-orangtuanya yang suka berperilaku kasar, ngomong kasar, dan memiliki perilaku yang keras, hal ini yang nantinya akan diterapkan dalam lingkungan pertemanan. Tetapi hal ini juga dapat di atasi dengan cara mencari teman atau lingkungan yang baik untuk mengubah perilakunya yang kurang baik sehingga ketika menemukan teman atau lingkungan yang baik kita secara tidak langsung akan mengubah sifat kita menjadi baik, karena kita terbawa oleh pergaulan yang positif dari teman kita.¹⁵⁵

D. Penerapan Strategi Coping Dalam Menghadapi Problematika Hidup Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Prof.K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan 2019

¹⁵² hasil wawancara dengan informan ASH di UIN SAIZU pada tanggal 13 Mei 2023

¹⁵³ Hasil wawancara dari ibu DSN

¹⁵⁴ Hasil wawancara dari ibu ASH

¹⁵⁵ Nurtia Massa dkk, Dampak *Broken Home* Terhadap Prilaku anak, *Jambura Journal Of Community Empowerment (JJCE)*, Volume (1) Nomor (1), (Juni) (2020) hlm 10-11 <https://doi.org/10.37411/jjce.v1i1.92>

Dari pengungkapan informan, dapat dilakukan analisis penggunaan strategi *coping* pada lima mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam dalam mengatasi masalah di kehidupannya akibat *broken home*. Di ketahui bahwa kelima informan memiliki permasalahan yang sama dalam kehidupan informan yakni sama-sama memiliki permasalahan dalam kehidupannya akibat dari perceraian orangtuanya. Dari adanya perceraian orangtua akan mengakibatkan anak yang menjadi korban, dan memiliki dampak dari perceraian orangtuanya seperti gangguan moral, psikis, susah bersosialisasi dengan orang, susah untuk fokus belajar dan lain sebagainya.

Setelah melakukan wawancara dengan kelima informan, maka penulis dapat membuat suatu gambaran tentang bagaimana informan menyelesaikan masalahnya. Dan membuat gambaran sebagai berikut:

Tabel 1: penerapan strategi *coping problem focused coping* dan strategi *coping emotion focused coping* oleh informan DSN

No	<i>coping problem focused coping</i>	<i>emotion focused coping</i>
1	Kehati-hatian, seperti Bercerita kepada orang yang dipercaya dan mengevaluasi diri	Melarikan diri dari masalah, seperti Melampiaskan amarahnya kepada hal yang disukai seperti menyayi dan jalan-jalan
2	Tindakan instrumental, seperti menciptakan kebahagiaan diri sendiri dan berikhtiar dan selalu berdoa kepada Allah	Beranggapan bahwa masalah sering mungkin, seperti mensyukuri atas semua yang terjadi dan ikhlas
3	Negoisasi, seperti Meminta bantuan kepada teman untuk mendengarkan curhatannya	Menyesal dengan perceraian orangtua, seperti tidak merasakan keharmonisan keluarga
4	<i>Confrontive coping</i> , Mencari tahu apa penyebab masalah seperti, bertanya kepada keluarga lain secara diam-diam dan mengamati kejadian sekitar	Menjauh, tidak mau mencari tahu apa yang seharusnya tidak tahu
5	Pemecahan masalah secara langsung, seperti merenung memikirkan bagaimana jalan	<i>Avoidance escape</i> , seperti memikirkan dulu sebelum bertindak

	kelaur dari masalah ini	
6		Mengambil sisi positif dari perceraian orangtua, seperti lebih mendewasakan diri, lebih tegar, dan menjadi wanita yang tegar

Dari perceraian orangtunya DSN, dia mengalami dampak dalam kehidupannya seperti gangguan psikis, membenci kedua orangtuanya, susah untuk bergaul, dan memiliki permasalahan moral. Dampak psikis yang dialami DSN yakni memiliki sikap kecemasan berlebih dan rasa takut untuk memulai hal-hal yang baru ketika tidak sempurna sehingga DSN memiliki karakter *perfeksionisme* yang mana *perfeksionisme* ini seseorang ketika melakukan apapun harus perfek dan sempurna, ketika tidak sesuai dengan yang dia mau maka dia akan merasa bersalah, dan gelisah. DSN juga sempat membenci kedua orangtunya karna orangtunya bercerai, beliau tidak memikirkan dampak yang terjadi pada anaknya sehingga DSN sempat membenci kedua orangtunya. DSN juga susah bergaul dengan temanya atau orang baru karna adanya perceraian orangtunya, DSN jadi mempunyai sikap yang *introvert* sehingga membuat DSN susah untuk bersosialisasi dengan hal-hal yang baru. DSN juga kerap sekali memiliki gangguan moral seperti suka ngomong kasar karna dulu waktu orangtua DSN masih bersama, DSN suka mendengarkan orangtunya ngomong kasar akibatnya DSN menjadi terbawa oleh sikap orangtunya.

Tabel 2: penerapan strategi *problem focused coping* dan strategi *emotion focused coping* oleh informan IM.

No	<i>problem focused coping</i>	<i>emotion focused coping</i>
1	Kehati-hatian, seperti Bercerita kepada orang yang dipercaya dan meminta saran	Melarikan diri dari masalah, seperti Melampiaskan pada hal yang disukai seperti berolahraga renang
2	Tindakan instrumental, seperti Mengontrol diri dari pergaulan yang kurang baik dan memikirkan masa depan	Beranggapan bahwa masalah seringan mungkin, seperti tenang mengecilkan emosi

3	Negoisasi, seperti Meminta bantuan kepada adik ketika keluarga sedang ada masalah untuk mencari jalan keluar bersama	Merasa kecewa kepada orangtua seperti kurangnya kasih sayang
4	Mencari bantuan informasi, seperti curhat kepada psikolog	Mengambil sisi positif dari perceraian orangtua, seperti berhati-hati dalam mencari pasangan
5	<i>Confrontive coping</i> , seperti Mencari tahu apa penyebab timbulnya masalah, seperti mengamati keadaan sekitar	
6	Pemecahan masalah secara langsung, seperti mengevaluasi diri dan memikirkan jalan keluar dari masalah ini, serta memikirkan kehidupan untuk lebih baik	

IM mengalami dampak trauma akibat perceraian orangtuanya, apalagi ibunya yang suka melampiaskan emosinya kepada IM, baik dari perbuatan maupun ucapan, IM sering sekali mendapatkan perilaku yang kasar dari ibunya seperti dipukul pake sapu, ditampar, dicaci maki. Sehingga membuat IM memiliki gangguan psikis seperti mudah marah, emosi yang tak bisa dikontrol, dan mudah tersinggung. Tetapi IM masih bisa mengontrol perilakunya ketika dia marah, tidak melampiaskan kehal-hal yang negative seperti memikirkan masa depannya dengan cara mencari ilmu setinggi mungkin untuk merubah kehidupannya menjadi lebih indah lagi

Tabel 3: penerapan strategi *problem focused coping* dan strategi *emotion focused coping* oleh informan **ASH**.

No	<i>problem focused coping</i>	<i>emotion focused coping</i>
1	Kehati-hatian seperti Bercerita kepada orang yang dipercaya, seperti bercerita kepada tante dan meminta solusinya	Beranggapan bahwa masalah seringan mungkin, seperti di bikin enjoy dan percaya kepada Allah bahwa semua pasti ada jalannya
2	Negoisasi, seperti percaya satu	Mengambil sisi positif,

	sama lain akan terselesaikannya masalah	seperti tidak diberinafkah dari ayah percaya bahwa Allah adil dan akan memberikan rezeki yang banyak dari jalan yang berbeda.
3	<i>Confrontive coping</i> , seperti langsung tanya ke ibu mengapa terjadi masalah dalam keluarganya	Menjauh, seperti kalo ada orang yang bikin masalah dihadapi tetapi kalo ada orang yang tidak penting mending dijauhi
4	Pemecahan secara langsung, seperti Mengevaluasi diri, seperti melakukan <i>problem solving</i> dan menghayalkan kesuksesan	

ASH tidak memiliki dampak dari perceraian orangtuanya hanya saja ASH susah untuk mengungkapkan pendapatnya kepada kedua orangtuanya dikarenakan orangtuanya masih menganut sistem *family* yang mana anak tidak bisa berpendapat kepada orangtuanya mengenai pemikirannya, orangtua ASH dalam parenting keluarganya juga masih kurang baik menurut yang diungkapkan oleh ASH, sehingga ASH susah untuk mengungkapkan pendapatnya. ASH juga jarang sekali menerima nafkah dari bapaknya tetapi ASH tidak pernah merasa dirinya kecil hati, bahkan ASH mengambil sisi positif ketika ASH supaya lebih kuat dan tabah

Tabel 4: penerapan strategi *problem focused coping* dan strategi *emotion focused coping* oleh informan **RZM**.

No	<i>problem focused coping</i>	<i>emotion focused coping</i>
1	Kehati-hatian seperti bercerita kepada orang yang dipercaya, seperti curhat kepada teman dan meminta saran	Melarikan diri dari masalah, seperti melampiaskan pada hoby seperti olahraga
2	Tindakan instrumental, menyelesaikan kuliah tepat waktu dan membangun bisnis	Mengambil sisi positif dari perceraian orangtua, seperti, mendewasakan diriberserah diri kepada Allah
3	Negoisasi, seperti meminta bantuan kepada teman	<i>Avoidance escape</i> , seperti tinggal sendiri belajar mandiri

4	Pemecahan masalah secara langsung, seperti memikirkan bagaimana jalan keluar dari masalah keluarga dan jalan keluarnya memperbaiki diri dengan cara lulus kuliah tepat waktu dan membangun bisnis	
---	---	--

RZM tidak mengalami dampak dari perceraian orangtuanya karena ketika bercerai RZM sudah di usia yang cukup dewasa sehingga RZM bisa mengerti keadaan orangtuanya. Walau awalnya RZM sedih dengan perceraian orangtuanya tetapi itu tidak berlangsung lama dan RZM bangkit dengan keterpurukannya dengan cara menciptakan bisnis sendiri untuk melatih dirinya bisa hidup mandiri dan membanggakan kedua orangtuanya.

Tabel 5: penerapan strategi *coping problem focused coping* dan strategi *coping emotion focused coping* oleh informan NA.

No	<i>coping problem focused coping</i>	<i>emotion focused coping</i>
1	Kehati-hatian (Bercerita kepada orang yang dipercaya), seperti curhat kepada teman untuk mengurangi beban pikirannya	Melarikan diri dari masalah, seperti melakukan hoby yang disukai seperti jalan-jalan menikmati alam
2	Tindakan instrumental, seperti menikmati alam	Mengambil sisi positif dari perceraian orangtua, seperti hati-hati dalam memilih pasangan
3	<i>Confrontive coping</i> (Mencari tahu apa penyebab timbulnya masalah), seperti mengecek salah satu HP orangtua	
4	Pemecahan secara langsung, seperti memikirkan bagaimana supaya tidak terpuruk lagi yaitu dengan cara melakukan hal-hal yang disukai	
5	Negoisasi, seperti meminta saran kepada teman	

Dari perceraian orangtua NA, NA merasakan dampak dalam kehidupannya seperti emosi yang tidak terkontrol, dan susah untuk bergaul

dengan temannya. Dan ketika NA meluapkan emosinya kepada orang sekitar dia tidak merasa bersalah maupun minta maaf kepada temannya, karena menurutnya dia tidak merasa melakukan kesalahan sama sekali. Walau NA suka melakukan hal yang kurang enak dilingkungan sekitar NA, NA masih bisa mengatur pergaulannya supaya tidak terjerumus kedalam hal-hal yang kurang baik seperti pergaulan bebas, bahkan NA sangat memikirkan masa depannya untuk menjadi orang yang lebih baik lagi dengan cara mencari ilmu untuk bekal dirinya.

Dari kelima informan, maka dapat digambarkan bahwa semua mengatasi masalahnya dengan menggunakan strategi *coping* yang positif. Mereka melakukan strategi *coping problem focused coping* (PFC) dan *emotion focused coping* (EFC). Dari kelima informan bisa mengatasi masalah *broken home* dengan secara baik-baik mereka melakukan *problem focused coping*, dengan menggunakan kehati-hatian (*cautiosness*) dan melakukan Negoisasi (*Negotiation*) yakni meminta bantuan kepada orang lain untuk mencari jalan keluar bersama. Mereka penerapannya dengan cara membagi pendapat kepada orang lain yang dipercayainya untuk mengambil keputusan serta mengevaluasi diri dalam menyelesaikan masalah *broken home* tersebut. Peran teman sebaya atau keluarga yang dipercayai oleh kita sangat penting untuk mencurahkan semua isi pikiran ketika kita mendapati masalah *broken home*, peran teman sebaya atau keluarga bisa membantu kita untuk keluar dari masalah tersebut, walau hanya sedikit yang terbantu tetapi itu juga sangat berperan supaya anak yang memiliki masalah *broken home* tidak melakukan hal-hal yang tidak baik untuk melampiaskan amarahnya. Ternyata menurut informan setelah diteliti bahawasannya menceritakan masalah kepada orang lain bisa menyehatkan mental karena bisa mengungkapkan semua beban pikiran yang selama ini dipendam sendiri dan akhirnya diungkapkan sehingga membuat seseorang bisa lega setelah menceritakan masalah yang sedang dialaminya.

Cara mengatasi masalah selanjutnya juga meminta bantuan

kekonselor atau psikolog. Tetapi masih banyak orang yang tidak ingin mengkonsultasikan masalahnya kepada psikolog atau konselor dengan alasan Menganggap masalah psikis adalah hal yang sepele, Takut menceritakan keluhannya dan latar belakang sakitnya, takut tidak kuat membayar biaya konseling, dan yang paling parahnya lagi Takut dibidang gangguan jiwa. Tetapi kenyataanya bahwa manfaat mengkonsultasikan masalah ke-psikolog sangat banyak seperti dapat membantu kita menyelesaikan masalah dan keluhan, terutama yang berkaitan dengan perasaan, emosi, sosial, dan perilaku. Sebelum sesi konseling, seorang psikolog akan menjalin hubungan baik dan rasa saling percaya sehingga Anda bisa lebih terbuka untuk menceritakan masalah yang dihadapinya. Menurut Nabilla dan Arief Ichwani banyak sekali manfaat berkonsultasi kepada konselor untuk orang yang sedang memiliki masalah yang berat tidak sanggup mengatasinya sendiri dan membutuhkan bantuan dari orang lain maka seseorang bisa meminta bantuan kepada konselor atau psikolog. Manfaat yang didapat dari berkonsultasi kepada konselor atau psikolog yaitu akan merasakan kesehatan mentalnya terjaga, merasa lebih tenang karena sudah meluapkan emosi yang ada didalam pikiran, dan bisa lebih fokus dalam jenjang karir maupun akademik.¹⁵⁶

Ada juga melakukan strategi *problem focused coping* dengan menggunakan Tindakan Instrumental (*instrumental Action*) yakni dengan menyusun langkah apa yang harus dilakukan dalam mengatasi masalahnya. Menciptakan langkah dengan tujuan untuk menjadi lebih baik lagi dimasa mendatang juga sangat baik dilakukan ketika mempunyai masalah *broken home*, bisa menciptakan langkah seperti fokus dalam pendidikan dengan tujuan ingin meraih cita-citanya untuk menjadi orang yang sukses dan berguna, menciptakan bisnis dengan tujuan untuk membantu perekonomian keluarga dan diri sendiri dan bisa juga membuka lapangan pekerjaan baru sehingga membantu perekonomian masyarakat.

¹⁵⁶ Nabilla dan Arief Ichwani, Sistem Informasi Layanan E-Konseling Psikologi Untuk Mahasiswa Berbasis Website Dengan Metode Prototype, *Jurnal Mneminic*, Vol 5, No. 2, September 2022 hlm 191

Menurut salah satu informan ketika kita membantu seseorang kita akan merasa bahagia dan akan menciptakan hal-hal yang positif juga sehingga kita akan menjauh dari hal-hal yang kurang baik.

Mengatasi masalah *broken home* cukup beragam salah satunya yakni melakukan *Confrontive Coping* yaitu mencari tahu apa penyebab timbulnya masalah perceraian orangtua, dari beberapa informan juga melakukan *Confrontive Coping* seperti mengecek HP dari salah satu orangtuanya, bertanya kepada keluarga, dan mengamati sendiri. Ketika sudah mengetahui apa penyebab timbulnya masalah perceraian orangtua anak *broken home* bisa mengevaluasi diri untuk menjadi lebih baik dan belajar dari kesalahan atau masalah yang telah terjadi supaya tidak terulang kembali dalam hidupnya. Misal orangtua bercerai karena faktor ekonomi dan anak mengetahui bahwa orangtuanya bercerai karena faktor tersebut, sehingga membuat anak bisa bekerja keras dalam mencari uang dan bisa pula menciptakan bisnis untuk mengubah hidupnya untuk lebih baik lagi dimasa yang akan datang.

Selain melakukan strategi *problem focused coping* (PFC) mereka juga melakukan strategi *emotion focused coping* (EFC) , dengan cara Melarikan diri dari masalah (*Escapism*) seperti melakukan hoby yang mereka sukai ada yang suka berolahraga, jalan-jalan, bernyanyi, dan main bersama teman-temannya. Anak yang sedang mengalami stress karena orangtuanya bercerai bisa melampiaskan emosinya dengan melakukan apa yang disukainya seperti melakukan hobynya, karena ketika melakukan hoby yang disukai maka akan merasakan senang dan bahagia walau bersifat sementara tetapi setidaknya bisa meringankan rasa beban yang ada didalam pikirannya. Tetapi melakukan hoby yang terus menerus tanpa melihat kondisi juga tidak baik akan mengakibatkan adiksi, adiksi merupakan sifat kecanduan seseorang yang berujung tidak memikirkan dampak dari perbuatan yang dilakukannya, seperti susah untuk menentukan prioritas pada diri kita sendiri, mengakibatkan hilangnya kontrol diri, pola tidur yang tidak tertur, merasa tidak nyaman atau cemas

ketika menghindarinya.

Emotion focused coping tidak hanya melarikan diri dari masalah (*escapism*), tetapi juga ada anak yang mempunyai masalah *broken home* Beranggapan masalah seringan mungkin (*Minimization*) dengan bertujuan supaya masalah perceraian orangtuanya tidak terlalu menjadi beban dalam pikirannya, seperti yang dilakukan oleh beberapa informan sebagai berikut: meingikhlaskan perceraian orangtua, ketika anak meingikhlaskan perceraian orangtuanya maka akan merasa tenang damai dan tidak terlalu terpikirkan dalam benaknya. Menenangkan diri, dimana anak bisa mengontrol diri dan berusaha tenang maka semua masalah yang dijalani akan ringan. Pasrah dengan yang maha kuasa, yakin semua yang terjadi pasti ada jalan keluarnya.

Anak akan merasa menyesal dan kecewa dengan perceraian orangtuanya karena anak tidak ingin merasakan keluarga yang tidak harmonis, anak akan merasakan kurang kasih sayang dan perhatian. Tetapi dari kejadian perceraian orangtua juga bisa diambil sisi positifnya, karena setiap dari cobaan hidup pasti ada sisi positif dan sisi negatifnya. Mungkin sebagian besar dari perceraian orangtua kebanyakan akan menimbulkan sisi negative, tetapi jika anak bisa berfikir secara lebih positif pasti dapat mengambil sisi positifnya seperti informan juga mengambil sisi positifnya seperti : anak akan semakin tegar dalam menghadapi masalah yang akan datang, menjadikan pendewasaan dalam berfikir dan bertindak, lebih berhusnudzon dari semua kejadian pasti ada jalan keluarnya, lebih berhati-hati dalam memilih pasangan karena seumur hidup terlalu lama, jika salah pilih pasangan hidup sama saja menjerumuskan diri ke hal-hal yang akan menyiksa perasaan dan anak akan menjadi korban dari ketidak harmonisan keluarga.

Ketika perceraian orangtua anak juga bisa menghindar dari hal-hal yang menimbulkan masalah baik masalah yang *broken home* maupun masalah dari luar *broken home*. Karena ketika sudah berdamai dengan keadaan yang membuat terpuruk mengapa harus menghadapi masalah-

masalah yang tidak penting dalam kehidupan, lebih baik menghindar dari situasi tersebut untuk membuat diri sendiri tenang dan damai. Dari pada menghadapi masalah yang kurang jelas lebih baik menciptakan pola kehidupan yang baik untuk dimasa yang mendatang seperti menciptakan bisnis dan mempunyai *mindset* yang baik sebelum melakukan tindakan sehingga *meminimalisir* kejadian yang tidak diinginkan dalam hidup.

Banyak sekali dampak dari perceraian orangtua bagi anak, seperti anak akan mengalami gangguan psikis (trauma, mudah tersinggung, dan emosi yang tidak jelas), membenci kedua orangtua, mudah terpengaruh buruk dari lingkungan, menganggap hidupnya tidak berarti lagi sehingga mengakibatkan ingin mengakhiri hidupnya, susah bergaul dengan teman yang baru atau lingkungan yang baru, permasalahan moral seperti meniru perilaku orangtua yang tidak baik.

Gangguan psikis anak yang mengalami *broken home* yakni mudah marah, tersinggung karena hatinya sudah rapuh sehingga membuat anak yang memiliki masalah *broken home* akan mudah tersinggung, marah, dan memiliki rasa trauma. Karena anak sering melihat orangtua bertengkar dan ada orangtua yang mengalami temperamental sehingga membuat orangtua tersebut melampiaskan amarahnya kepada anak sehingga menjadikan anak akan merasa trauma akan kejadian tersebut.

Anak juga akan membenci kedua orangtuanya karena orangtua bercerai tidak memikirkan nasib anaknya kedepannya, anak tidak akan merasakan keluarga yang harmonis, tetapi jika anak bisa memahami mengapa orangtua bercerai maka anak tidak akan membenci kedua orangtuanya dan bisa memahaminya. Orangtua juga bisa lebih perhatian dengan keadaan anaknya supaya anak tidak merasa sendirian dan bisa menumbuhkan rasa sayang kepada orangtuanya.

Bahkan ada dampak bagi anak yang lebih parah dari perceraian orangtua yakni anak merasa hidupnya sia-sia tidak punya arti sehingga ingin mengakhiri hidupnya. Seperti yang dirasakan oleh salah satu informan, ibunya memiliki masalah temperamental dia sering jadi

pelampiasan amarah ibunya seperti dipukul dan dicacimaki sehingga membuat dia merasa tidak mempunyai arti hidup dan menganggap hidupnya sia-sia, dan akhirnya dia pernah mempunyai keinginan untuk mengakhiri hidupnya. Tetapi informan telah melakukan strategi *coping* yang baik walau informan hampir melakukan tindakan yang negative yakni ingin mengakhiri kehidupannya tetapi dia sadar akan perbuatan itu tidak menyelesaikan masalahnya sehingga dia lebih memilih untuk fokus kemasa depannya. Dan karena dia sudah di didik dengan baik oleh orangtuanya dan dikelilingin oleh lingkungan yang baik dari keluarga maupun teman, sehingga membuat dia bisa mengontrol dirinya supaya tidak melakukan hal-hal yang tidak baik.

Dampak dari perceraian orangtua juga berpengaruh terhadap anak yakni anak jadi susah untuk bergaul dengan teman barunya atau lingkungan yang baru, seperti yang dirasakan oleh salah satu informan dikarenakan anak merasa malu mempunyai masalah *broken home* takut temanya tidak bisa menerima keadaan keluarganya yang tidak utuh. Tetapi anak bisa diajak ngobrol dulu untuk lebih bisa beradaptasi dengan lingkungan barunya, semakin banyak diajak berintraksi, anak akan semakin nyaman dengan beradaptasi dengan lingkungan barunya.

Perceraian orangtua yang dahulunya suka berantem didepan anak juga bisa berdampak pada prilaku moral anak, anak akan meniru perbuatan maupun perkataan orangtua yang tidak baik sewaktu bertengkar didepan anaknya. Seperti yang dirasakan oleh salah satu informan juga mengalami permasalahan moral yakni suka meniru perkataan kasar orangtuanya, jadi setiap dia marah pasti akan melontarkan perkataan yang tidak enak untuk didengar.

Dapat digambarkan dari semua informan melakukan strategi *coping* baik yang melaukan startegi *coping problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Bahkan dari perceraian orangtuanya mereka mengalami dampak yang tidak enak dalam hidupnya sehingga membuat mereka stress dan sempat salah satu informan pernah mempunyai

keinginan untuk mengakhiri kehidupannya, tetapi karena mereka telah melakukan strategi *coping* yang baik dan memikirkan dampak yang akan terjadi ketika melakukan hal-hal yang tidak baik akhirnya mereka lebih memilih untuk mencari jalan keluar yang baik untuk dirinya dimasa sekarang dan dimasa yang mendatang.



BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti dengan menggunakan metode kualitatif dengan judul “*Strategi Coping Korban Broken Home Dalam Menghadapi Problematika Hidup Pada Mahasiswa Prodi BKI Angkatan 2019 UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto*” diperoleh sebuah kesimpulan bahwa permasalahan hidup yang dirasakan oleh kelima informan diatasi dengan menggunakan strategi *coping* yang baik, yakni memikirkan dampak yang diperbuat jika melakukan hal-hal yang tidak baik sehingga membuat mereka berfikir panjang untuk melakukan hal-hal yang kurang baik.

Broken home merupakan hal yang tidak diinginkan oleh semua kelima informan, beban yang dihasilkan dari *broken home* akan mengakibatkan stres pada anak, sehingga anak akan melakukan strategi *coping*. Bentuk-bentuk strategi *coping* yang dilakukan oleh kelima informan yakni melakukan *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *problem focused coping* yang dilakukan oleh kelima informan yaitu dengan bercerita kepada orang yang dipercayainya dan meminta saran, Mencari tahu apa penyebab masalah, memikirkan jalan keluar yang baik dari masalah perceraian orang tua, mengontrol diri dari pergaulan yang kurang baik, menciptakan bisnis, lulus kuliah tepat waktu, konsultasi kepada psikolog dan mengevaluasi diri. *Emotion focused coping* yang dilakukan oleh kelima informan yaitu melampiaskan amarahnya kepada hoby, beranggapan bahwa masalah seringkali mungkin, menjauh dari hal-hal yang menimbulkan masalah, dan mengambil sisi positif dari masalah yang telah terjadi.

Dalam perceraian orangtuanya anak akan merasakan dampak yang tidak baik dan adapun yang baik. Dilihat hasil analisis dengan informan, informan memiliki dampak dari perceraian orangtuanya seperti susah untuk berpendapat kepada orangtua, gangguan psikis, masalah moral,

susah bergaul, dan menganggap hidupnya sia-sia.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dengan judul “*Strategi Coping Korban Broken Home Dalam Menghadapi Problematika Hidup Pada Mahasiswa Prodi BKI Angkatan 2019 UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto*” maka peneliti memberi saran yang ditunjukkan kepada:

1. Bagi Orangtua

Hendaknya orangtua yang sudah bercerai memberikan perhatian dan kasih sayang serta bertanggung jawab kepada anak baik secara finansial, kasih sayang, dan perhatian supaya anak tidak melakukan hal-hal yang negatif.

2. Bagi Mahasiswa dan Anak *Broken Home*

- Penulis memberikan saran kepada Mahasiswa dan anak *Broken Home* memilih lingkungan yang baik dan memilih teman-teman yang baik.
- Jika beban yang dirasakan terlalu berat dan sudah mengganggu aktivitas belajar, bersosialisasi dan lain sebagainya, lebih baik bisa menceritakan dan meminta pendapat kepada orang lain yang dipercayainya atau bisa menceritakan kepada orang yang ahli dalam bidang ini seperti konselor atau psikolog.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggito Albi dan Johan Setiawan. 2018, *Metodologi Penelitian Kualitatif, CV Jejak*, Sukabumi: Oktober
- Agustina Yessica.2016, Self Disclosure Mengenai Latar Belakang yang Broken Home Kepada Pasangannya, *Jurnal E-Komunikasi*, Vol 4. No. 1
- Aiman Ummul Sani,2019, Strategi Coping Ditinjau Dari Spiritualitas dan Resiliensi Pada Wanita Dewasa Awal, *An-Nafs:Jurnal Fakultas Psikologi*, Vol. 13, No2
- Akamuddin.2016, Problematika Bahasa Indonesia Kekinian: Sebuah Analisis Kesalahan Berbahasa Indoneisa Ragam Tulisan, *Mabasan*, Vol. 10. No 2 Juli- Desember
- Alberto Tedarus, 2022. Pengaruh Strategi Koping Terhadap Stres Pada Mahasiswa Tingkah Akhirat dalam Penyusunan Skripsi, *TA-Kasimo-Motivasi*,
- Andriyani Juli.2019, Strategi Coping Stress Dalam Mengatasi Problema Psikologis, *At-Taujih Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 2 No. 2 Juli-Desember
- Ayu Ida Shintya Dewi, Yohanes Kartika Herdiyanto. 2018, Dinamika Penerimaan Diri Pada Remaja Broken Home di Bali, *Jurnal Pskologi Udayana Edisi Khusus Psikologi Positif*
- Aziz Mukhlis,2015, Prilaku Sosial Anak Remaja Korban Broken Home dalam Berbagai Perspektif, *Jurnal Al-Ijtimaiyyah*, Vol. 1. NO. 1, Januari-Juni
- B Maryam Gainau, 2009. Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Siswa Dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling, *Core*, Vol 33 No 1
- Dania Nur Muhandisatin Ratna Supradewi, 2021. Hubungan Antara Koping

Religius Dengan *Burnout* Pada Guru SMK Swasta X Kota Semarang, *Proyeksi*, Vol. 16 (2),

Detta Bema, Sri Muliati Abdullah, 2017, Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga Broken Home, *Insight*, Vol. 19 No. 2 Agustus

Dinar Diah Utami dan Farida Agus Setiawati, 2018 Makna Hidup Mahasiswa Rantau: Analisis Faktor Eksploratori Skala Makna Hidup, *Jurnal Penelitian Ilmu Kehidupan*, Volume 11, Nomor 1, Maret

Edi Dodo, Stevalin Betshani,, Analisis Data dengan Menggunakan ERD dan Metode Konseptual Data Warehouse, *Jurnal Informatika*, Vol. 5, No. 1, Juni

Eko Clement Eko Prasetio dan Airin Triwahyuni, 2022. Gangguan Psikologis pada Mahasiswa Jenjang Sarjana: Faktor-Faktor dan Protektif, *Gadjah Mada Journal Of Psychology*, Volume 8, Number 1,

Fatimahtuz Chabibah Zahra, Fajar Kawuryan.2015, Coping Stres Pada Remaja Broken home, *jurnal of personality and social psychology*, 54 (3) Desember

Hafiza Sarah, Marty Mawarpurtly, 2018. Pemaknaan Kebahagiaan Oleh Remaja *Broken Home*, Jurnal Ilmiah Psikologi Juni , Vol.5, No. 1.

Hanifah Nezha, dkk,2020, Strategi Coping Stres Saat Kuliah Daring Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Andalas, *Jurnal Psikologi Tabularasa*, Volume 12, No. 1

Harsanti Intaglia dan Dwi Gita, 2013. Kenakalan Pada Remaja Yang Mengalami Perceraian Orangtua, *proceeding PESAT* (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil), Vol. 5 Oktober 2013, Bandung 8-9 Oktober

Haryanti, 2011, Strategi Coping Pada Mahasiswa Korban Broken Home (studi kasus Atas Empat Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling

Islam Angkatan

Hasanah Nur Lubis, 2021. , Strategi *Coping* Stres Pada Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam Dalam Menyusun Skripsi di Universitas Islam Negri Sumatra Utara Medan,*Skripsi*, (Medan : Universitas Islam Negri Sumatra Utara)

Hasanah Uswatun, 2019. Pengaruh Perceraian Orangtua Bagi Psikologis Anak, *Jurnal Analisis Gender dan Agama*, Vol. 2, Nomor 1, Juli- Desember

Hidayanti Indah, Mulawarman, dan Awalya,2017. Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama, *Indoneisan Journal Of Guidance and Counseling: Theory and Application*,

Indirawati Emma, Hubungan Anantara Kematangan Beragama Dengan Kecenderungan Strategi Coping, *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, Vol. 3 No. 2, Desember

Irma Andriyan Rumtianting, 2020, Kebermaknaan Hidup Lansia (Studi Kasus di Cabang UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan Jawa Timur), *Islamic Guidance And Counseling*, Vol 1. No. 1

Ismi Ema Fatimah,2019. Konseling Islam Dengan Teknik Modeling Untuk Mengatur Prilaku Agresif Anak *Broken Home* di Desa Sukowati, Kecamatan Kapas, Bojonegoro, *Skripsi*, (Surabaya: Universitas Islam Negri Sunan Ampel Surabaya)

Istiana,2017. Perbedaan Harga Diri Remaja di Tinjau Dari Setatus Keluarga pada SMA AL-ULIM MEDAN, *jurnal Psikologi Konseling* Vol.10 No. 1

Iqramah Nauratul, dkk, 2018. Strategi Coping (Problem Focused Coping dan Emotion Focused Coping) Dalam Menghadapi Stres Pada Mahasiswa Penyusun Skripsi FKIP Universitas Syiah Kuala, *Jurnal Ilmiah*

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling, Volume 3 Nomor 4

- Kaustari Nayla Afifah, 2022. Gambaran Penerimaan Diri dan Strategi Koping Orang Tua Dengan Kondisi Anak Berkebutuhan Khusus di Desa Tonjong Kabupaten Brebes, *Skripsi*, (Purwokerto: Universitas Prof.KH. Saifuddin Zuhri)
- Kumala Intan, 2021. Komunikasi Internasional Anak Dari Keluarga *Broken Home* Dalam Memilih Pasangan (Studi Kasus Anak Usia Dini Dewasa Awal dengan Orangnya di Desa Druju, Sumber Manjing Wetan), *Skripsi*, (Malang : Universitas Muhammadiyah Malang)
- Malihatul Meta Maslahat, 2021. Problematika Psikologis Manusia Moderen dan Solusinya Perspektif Psikologi dan Tasawuf, *Jurnal Studi Psikoterapi Sufistik* 6, 1
- Maria Ekky Farida Sani, 2013. Pemanfaatan Buletin Pustakawan Oleh Pustakawan di Kota Semarang, *Jurnal Ilmu Perpustakaan*, Volume 2, Nomor 3
- Maris Vika Nurani dan Sulis Mariyanti, 2013 Gambaran Makna Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani *Hemodialisa*, *Jurnal Psikologi*, Volume 11 Nomor 1, Juni
- Massa Nutria dkk, 2020. Dampak Keluarga *Broken Home* Terhadap Perilaku Sosial Anak, *Jumbara Journal of Community Empowerment (JJCE)*, Volume (1) Nomor (1), Juni
- Maryam Siti, 2017. Strategi Coping : Teori dan Sumberdaya, *jurnal konseling Andi Matappa* Vol.1 No.2
- Mistiani Wiwin, 2018. Dampak Keluarga *Broken Home* Pada Psikologis Anak, *Muswa*, Vol. 10 No.2 Desember
- Mu'tadin Zainudin. *Pengantar Pendidikan dan Ilmu Prilaku Kesehatan* Yogyakarta: Andi offset

- Mulyadi Seto, Dkk, 2020. Metode Penelitian Kualitatif dan Mixed Method Perspektif Yang Terbaru Untuk Ilmu-ilmu Sosial, Kemanusiaan dan Budaya, *Karisma Utama*, Depok
- Nabilla dan Arief Ichwani, 2022. Sistem Informasi Layanan E-Konseling Psikologi Untuk Mahasiswa Berbasis Website Dengan Metode Prototype, *Jurnal Mneminic*, Vol 5, No. 2, September
- Nico Rahmad Suryanto, 2015. Dampak Positif dan Negaif Permainan Game Online dikalangan Pelajar, *Jom FISIP*, Volume 2 No. 2, Oktober
- Novita Fani Sari, ZulfanSamm, Rosmawati, 2018. kondisi psikologis siswa yang broken home di SMP negeri 40 Pekanbaru, *JOM FKIP* Vol.5 edisi 1
- Nurina Siti Hakim, Betty Amalina Rahmawati, 2015. Strategi Coping Dalam Menghadapi Permasalahan Akademik Pada Remaja yang Orang Tuanya Mengalami Perceraian, *Naskah Publikasi*,
- Nurchayati, dkk, 2021. Strategi Coping Mahasiswa Menghadapi Perubahan Sistem Perkuliahan di Masa Pandemi COVID-19, *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 2021, Vol. 11. No.3
- Nurhayati, dkk. 2016. Hubungan Perfeksionalisme dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Akselerasi
- Novianto Roy, Amrazi Zakso, Izhar Salim, Analisis Dampak Broken Home Terhadap Minat Belajar Siswa SMA Santun Untan Pontianak,
- Oktaviani Novy Evasari, 2019. Studi Kasus Strategi *Coping* Stress Anak *Broken Home* Yang Bangkit Dari Stres, *Skripsi*, (Tulungagung: Insitut Agama Islam Negri Tulungagung,)
- Panjitan Saibun, dkk. 2018. Hubungan Anatara Dukungan Keluarga Inti Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa, *Kerusso*, Volume 3 Number 1 Maret

- Paramitha Ditha, 2016. Fenomena Prilaku Remaja Broken Home di SMA BPI Kota Bandung, *Skripsi*,
- Rahmania Dkk, Strategi Koping Dengan Anak Gangguan Spektrum Autisme (Studi Kasus: Orangtua Murid Taman Kanan-kanak Mutiara Bunda), *Prosiding KS : Riset & PKM*, Volume : 3 Nomor : 3
- Rahmasari Diana, 2020. Self Healing Is Knowing Your Own Self, *UNESA University Press*, Surabaya
- Rijal Khaerun, 2019. Problematika Single Parent Dalam Memenuhi Kebutuhan Keluarga di Desa Sengepalie Kecamatan Lamuru Kabupaten Bone, *Skripsi*,
- Rijali Ahmad, 2018. Analisis Data Kualitatif, *Jurnal Alhadharah*, Vol. 17 No. 33
- Rismelina Dessi, 2020. Pengaruh Strategi koping dan Dukungan Terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga, *Psikoborneo*, Vol 8, No 2,
- Roqib Moh, dkk, 2021. Panduan Akademik UIN. PROF. K. H, SAIFUDDIN ZUHRI Tahun Akademik 2021-2022, *Universitas Islam Negri PROF. K.H. Saifuddin Zuhri*, Purwokerto
- Rujakat Ajat, 2018. *Pendekatan Penelitian Kualitatif quantitavie research approach*, Deepublish, Yogyakarta
- Sabilar Wahyu Rosad, 2020. Pelaksanaan Shalat Dhuha Dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas 3 Madrasah Ibridahiyah Ma'arif NU Ajibarang Wetan, *Al-Muqkidz : Jurnal Kajian Keislaman*, Vol: 8 No. 1 (Januari-April)
- Saibun panjaitan, dkk, 2018. Hubungan Anatara Dukungan Keluarga Inti Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa, *Kerusso*, Volume 3 Number 1

- Suardi Ismail Wekke, 2019. *Metode Penelitian Sosial*, Gawe Buku, Yogyakarta
- Sugiono, 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Alfabeta, Bandung
- Sulistyo Desi Wardani, 2009. Strategi Coping Orang Tua Menghadapi Anak Autis, *Jurnal Ilmiah Berkalah Psikologi*, Vol. 11, No, 1
- Sunarta, Konflik Dalam Organisasi (Merugikan Sekaligus Menguntungkan), *Jurnal FISI Universitas Negro Yogyakarta*, Vol 10, No. 1, februari
- Sutrina Dian Indra Wati dan Isrida Yul Afifiana, 2021. Dapatkan Dukungan Sosial Menjadi Prediktor Strategi *Coping* Berfokus Pada Masalah Pada Mahasiswa?, *journal of Psychological Research* , Volume 1, No. 1, Mei
- Sri Retina Sedjati, 2015. *Manajemen Stretegis*, Yogyakarta: Deepublish
- Tri Della Damayanti dan Alviyatun Masitoh, 2020, Strategi Koping Siswa Dalam Menghadapi Stres Akademik di Era Pandemi Covid-19, *Academica Journal Of Multidisciplinary Studies*, Vol. 4 No. 2, July-December
- Wahyu Oetari Wardhani, Problematika Interaksi Anak Keluarga Broken Home di Desa Banyuroto Nanggulan Kulon Progo Yogyakarta, *Artikel Jurnal*,
- Wahyuni Siti, 2015 **MENYAJIKAN DATA PENELITIAN**, M. penelitian/Menyajikan data penelitian/Swahyuni/
- Wulandari Desi, Nailatul Fauziah, 2019. Pengalaman Remaja Broken Home (Studi Kualitatif Fenomenologis), *jurnal empati*, Vol 8, No. 1
- Zahara Rita, 2018. Identifikasi Problematika Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Dalam Menyelesaikan Skripsi, *Skripsi*, (Banda Aceh: Universitas Islam Negri Ar-Raniry

LAMPIRAN I PEDOMAN WAWANCARA

Petunjuk wawancara :

1. Saya selaku peneliti mengucapkan terima kasih atas kesediaannya berpartisipasi dalam proses wawancara saya.
2. Perkenalkan, saya Ernatus Z, mahasiswa UIN Prof.K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, Prodi Bimbingan dan Konseling Islam. Pada kesempatan ini, saya ingin mewawancarari saudara terkait startegi coping Korban Broken Home Dalam Menghadapi Problematika Hidup Pada Mahasiswa Prodi BKI Angkatan 2019 UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Dalam proses wawancara, saudara bebas untuk menyampaikan pendapat, pengalaman, harapan, atau saran berkaitan dengan topik wawancara.

Pertanyaan Wawancara Informan

Problem Focused Coping

1. Apakah saudara pernah menceritakan kepada orang lain atau orang yang dipercaya tentang masalah yang saudara alami?
2. Bagaimana nasehat orang lain terhadap masalah yang saudara alami?
3. Apa yang saudara rasakan ketika sudah mendapatkan saran atau nasehat dari orang lain?
4. Setelah perceraiaan orangtua apakah saudara mempunyai langkah yang harus saudara lakukan setelah kejadian tersebut dengan tujuan untuk menciptakan kebahagiaan saudara dimasa yang mendatang?
5. Bagaimana langkah yang saudara lalui untuk menciptakan kebahagiaan saudara?

6. Apakah saudara pernah meminta bantuan kepada orang lain untuk mencari jalan keluar bersama untuk mengatasi masalah yang saudara sedang alami?
7. Bagaimana jalan yang sudara ciptakan bersama orang lain sehingga dapat mengurangi atau mengatasi masalah yang saudara sedang alami?
8. Apakah saudara pernah meminta bantuan kepada orang yang ahli dalam menyelesaikan masalah seperti konselor atau psikolog?
9. Jika jawabannya iya, apa yang anda rasakan ketika sudah menceritakan semua masalah yang anda alami?
10. Ketika terjadi permasalahan didalam keluarga apakah saudara pernah mencari tahu apa penyebab timbulnya masalah tersebut?
11. Bagaimana anda mencari tahu penyebab timbulnya masalah tersebut?
12. Apakah saudara pernah mengevaluasi diri mengenai masalah yang sedang saudara alami dengan tujuan untuk mencari tau jalan keluar yang saudara alami?

Emoion focused coping

1. Ketika saudara mempunyai masalah tersebut apakah saudara menyelesaikan masalah dengan melakukan hoby yang saudara sukai?
2. Hoby apa yang saudara sukai?
3. Apa perasaan saudara ketika sudah melakukan hoby yang saudara sukai?
4. Apakah saudara pernah beranggapan bahwa masalah yang sedang saudara alami ini seringan mungkin dengan tujuan untuk meringankan beban pikiran?
5. Bagaima cara anda untuk meringankan masalah tersebut (broken home)?
6. Apakah ketika perceraian orangtua, saudara pernah menyalahkan diri anda sendiri?
7. Mengapa anda menyalahkan diri anda sendiri?
8. Apakah saudara pernah menyesal dengan adanya perceraian orangtua?

9. Penyesalan apa yang saudara rasakan?
10. Ketika terjadinya perceraian orangtua apakah saudara pernah mengambil sisi positif dari kejadian tersebut?
11. Lalu sisi positif apa yang saudara petik dari kejadian tersebut?
12. Apakah saudara pernah menjauh atau menghindar dari hal-hal yang menimbulkan masalah? Baik itu dari lingkungan, teman, ataupun keluarga?
13. Mengapa anda memilih untuk menjauh dari hal-hal tersebut?
14. Apakah saudara pernah merencanakan pola hidup sendiri untuk menghindari hal-hal yang dapat menimbulkan masalah?
15. Lalu bagaimana pola hidup yang saudara rencanakan?

Macam-macam problematika hidup

1. Ketika orangtua anda bercerai apakah saudara kerap mengalami gangguan psikis seperti tersinggung, trauma?
2. Gangguan seperti apa yang saudara alami?
3. Apakah setelah kejadian orangtua saudara bercerai saudara pernah membenci kedua orangtua saudara?
4. Mengapa saudara membenci kedua orangtua atau salah satu orangtua saudara?
5. Apakah saudara mudah terpengaruh buruk dari lingkungan sekitar seperti dari teman?
6. Apa yang membuat saudara bisa mudah untuk terpengaruh buruk dari lingkungan sekitar?
7. Apakah saudara pernah menganggap bahwa hidup yang anda alami ini sia-sia?
8. Mengapa saudara beranggapan bahwa hidup yang saudara alami ini sia-sia?
9. Apakah saudara susah untuk bergaul dengan teman-teman atau lingkungan?
10. Faktor apa yang membuat saudara susah untuk bergaul dengan teman?

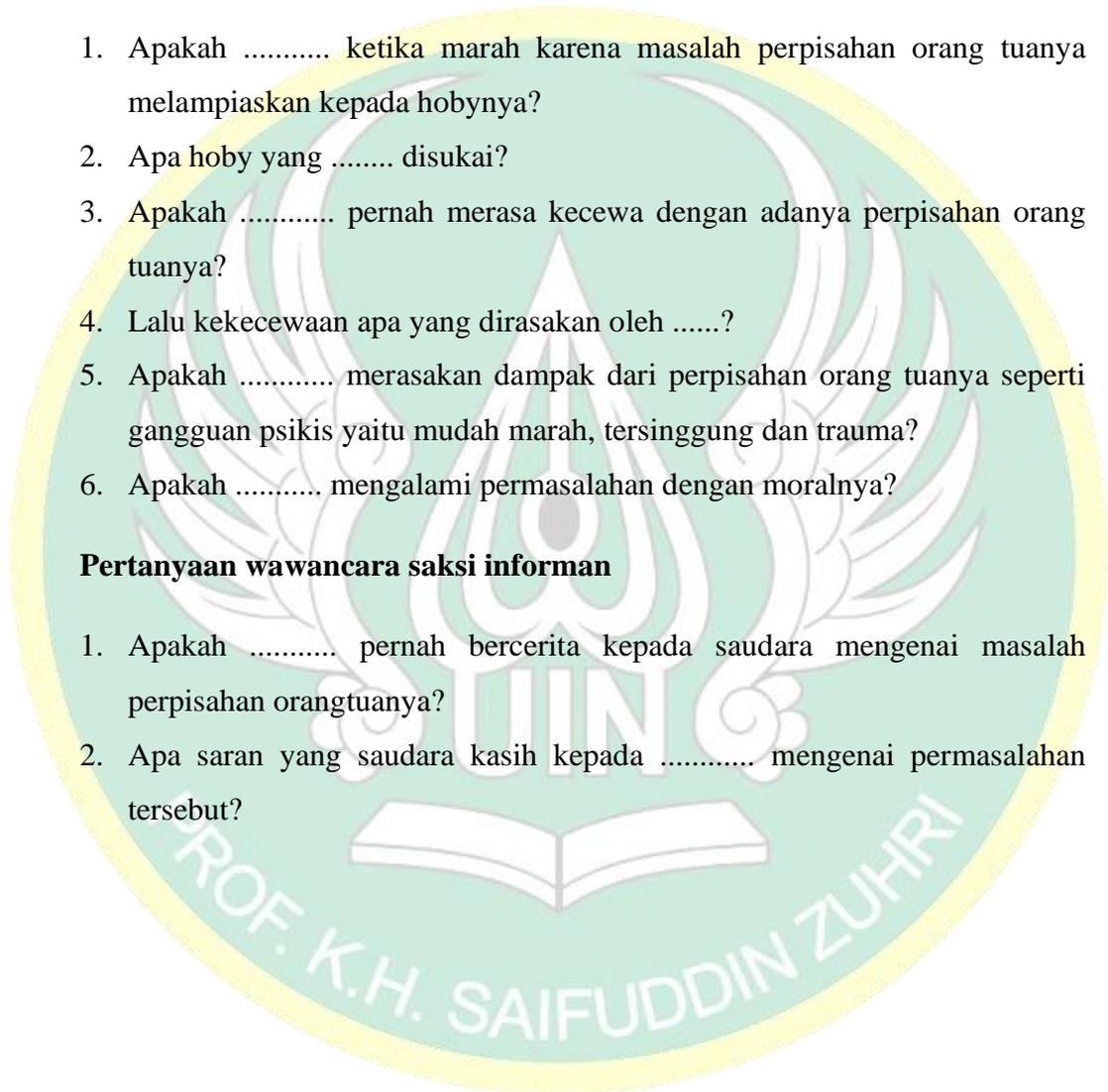
11. Apakah saudara mengalami permasalahan dengan moral saudara? Seperti meniru perilaku orangtua yang kurang baik?
12. Perilaku apa yang saudara tiru dari orangtua? Dan apa dampak dari perilaku yang saudara tiru pada diri anda sendiri?

Pertanyaan Wawancara Ibu Informan

1. Apakah ketika marah karena masalah perpisahan orang tuanya melampiaskan kepada hobynya?
2. Apa hoby yang disukai?
3. Apakah pernah merasa kecewa dengan adanya perpisahan orang tuanya?
4. Lalu kekecewaan apa yang dirasakan oleh?
5. Apakah merasakan dampak dari perpisahan orang tuanya seperti gangguan psikis yaitu mudah marah, tersinggung dan trauma?
6. Apakah mengalami permasalahan dengan moralnya?

Pertanyaan wawancara saksi informan

1. Apakah pernah bercerita kepada saudara mengenai masalah perpisahan orangtuanya?
2. Apa saran yang saudara kasih kepada mengenai permasalahan tersebut?



LAMPIRAN 2
HASIL WAWANCARA INFORMAN DSN

Hasil wawancara dengan informan DSN pada tanggal 4 Mei 2023

Nama : DSN

TTL : Purwokerto, 7 juli 2000

Pendidikan : Mahasiswa UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto

Problem focused coping

NO	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah saudara pernah menceritakan kepada orang lain atau orang yang dipercaya tentang masalah yang saudara alami?	“Saya pernah bercerita kepada orang yang saya percayai tentang masalah yang saya alami ini, dan respon orang yang saya curhati memberi respon atau saran yang membuat saya lebih tenang dan membaik, sehingga perasaan sedih saya lebih sedikit berkurang di beban pikiran saya”
2	Bagaimana nasehat orang lain terhadap masalah yang saudara alami?	“Memberi saran”
3	Apa yang saudara rasakan ketika sudah mendapatkan saran atau nasehat dari orang lain?	“lebih tenang dan sedikit membaik sih er”
4	Setelah perceraian orangtua apakah saudara mempunyai langkah yang harus saudara lakukan setelah kejadian tersebut dengan tujuan untuk menciptakan kebahagiaan saudara dimasa yang mendatang?	“hmmm saya yah er, kaya kepengen keluar dari masalah ini ya dengan cara saya menciptakan kebahagiaanku sendiri, dan saya lebih berikhtiar dan berdoa kepada Alloh karna semua masalah yang kita alami ya sejatinya hanya kita yang bisa menyelesaikannya kan, orang lain mah Cuma bisa melihat dan memberi semangat saja kan hehe”
5	Bagaimana langkah yang saudara lalui untuk menciptakan kebahagiaan saudara?	“dan saya lebih berikhtiar dan berdoa kepada Alloh karna semua masalah yang kita alami ya sejatinya hanya kita yang bisa menyelesaikannya kan”
6	Apakah saudara pernah meminta bantuan kepada orang lain untuk mencari jalan keluar bersama untuk mengatasi masalah yang saudara sedang alami?	“ya saya kaya butuh teman untuk mendengarkan cerita masalah yang saya alami sih er, supaya kaya meringankan beban pikirannku sejenak, yaa setidaknya bisa mengungkapkan rasa emosiku yang ada di kepala, gitu sh er”
7	Bagaimana jalan yang saudara ciptakan bersama orang lain sehingga dapat mengurangi atau	“saya Cuma cerita doang sih er”

	mengatasi masalah yang saudara sedang alami?	
8	Apakah saudara pernah meminta bantuan kepada orang yang ahli dalam menyelesaikan masalah seperti konselor atau psikolog?	“dulu sempet pernah ingin ke-psikolog tapi ga jadi er, karena aku udah bisa menyelesaikan masalah itu sendiri”
9	Jika jawabannya iya, apa yang anda rasakan ketika sudah menceritakan semua masalah yang anda alami?	Tidak ada
10	Ketika terjadi permasalahan didalam keluarga apakah saudara pernah mencari tahu apa penyebab timbulnya masalah tersebut?	“saya pernah mencari tahu bagaimana timbulnya masalah tersebut er, tapi dengan cara diem-diem seperti mengamati kejadian sekitar dan kadang juga saya Tanya kepada orang rumah”
11	Bagaimana anda mencari tahu penyebab timbulnya masalah tersebut?	“mengamati secara diam-diam dan bertanya kepada orang rumah”
12	Apakah saudara pernah mengevaluasi diri mengenai masalah yang sedang saudara alami dengan tujuan untuk mencari tau jalan keluar yang saudara alami?	“saat saya udah tau penyebab masalah itu terjadi, saya kalo sebelum tidur sering merenung er hehe kaya memikirkan bagaimana sih yah jalan keluar dari masalah ini”

Emotion focused coping

NO	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Ketika saudara mempunyai masalah tersebut apakah saudara menyelesaikan masalah dengan melakukan hoby yang saudara sukai?	“ketika saya mempunyai masalah saya melakukan hoby saya er, hobyku itu nyanyi, treveling, jalan-jalan ga jelas heheh dan setelah aku melakukan hobyku rasanya tuh seneng banget ya Allah”
2	Hoby apa yang saudara sukai?	“nyanyi, treveling, jalan-jalan ga jelas”
3	Apa perasaan saudara ketika sudah melakukan hoby yang saudara sukai?	“rasanya tuh seneng banget ya Allah”
4	Apakah saudara pernah beranggapan bahwa masalah yang sedang saudara alami ini seringan mungkin dengan tujuan untuk meringankan beban pikiran?	“saya juga beranggap masalah perceraian orangtuaku kaya ringan gitu er, yaa supaya saya tuh jangan terlalu bersedih ya dan cara nya tuh saya mensyukuri atas apa yang telah terjadi er, mau bagaimana pun perceraian orangtuaku kan udah

		pilihan terbaik untuk kedua orangtuaku ya walau awalnya aku ngerasa berat tapi harus menerima kejadian ini”
5	Bagaimana cara anda untuk meringankan masalah tersebut (broken home)?	“cara nya tuh saya mensyukuri atas apa yang telah terjadi er, mau bagaimana pun perceraian orangtuaku kan udah pilihan terbaik untuk kedua orangtuaku ya walau awalnya aku ngerasa berat tapi harus menerima kejadian ini”
6	Apakah ketika perceraian orangtua, saudara pernah menyalahkan diri anda sendiri?	“tidak pernah er”
7	Mengapa anda menyalahkan diri anda sendiri?	“tidak pernah menyalahkan diri aku sendiri”
8	Apakah saudara pernah menyesal dengan adanya perceraian orangtua?	“ya pasti saya pernah menyesal lah er, mengapa orangtua harus berpisah siapa sh yang mau anak liat orangtua bercerai kan, anak kan menginginkan keluarga cemara yang harmonis ya tapi mau gimana lagi yah orang itu udah keputusan orangtuaku er”
9	Penyesalan apa yang saudara rasakan?	“tidak bisa merasakan keluarga cemara”
10	Ketika terjadinya perceraian orangtua apakah saudara pernah mengambil sisi positif dari kejadian tersebut?	“saya mengambil hikmah dari kejadian ini ya kaya aku tuh lebih tegar, semakin dewasa, menjadi wanita yang mandiri, dan mungkin dengan jalan ini jalan terbaik yahh untuk kehidupanku”
11	Lalu sisi positif apa yang saudara petik dari kejadian tersebut?	“aku tuh lebih tegar, semakin dewasa, menjadi wanita yang mandiri, dan mungkin dengan jalan ini jalan terbaik yahh untuk kehidupanku”
12	Apakah saudara pernah menjauh atau menghindar dari hal-hal yang menimbulkan masalah? Baik itu dari lingkungan, teman, ataupun keluarga?	“ya saya sekarang saya kaya lebih memilih untuk menjauh dari hal-hal yang menimbulkan masalah yah er baik dari lingkungan maupun teman, ya hidup lagi ayem-ayemnya ko malah nyari rebut kan ga asik yah”
13	Mengapa anda memilih untuk menjauh dari hal-hal tersebut?	“Ya karena hidup lagi ayem-ayemnya ko malah nyari rebut kan ga asik yah”
14	Apakah saudara pernah merencanakan pola hidup sendiri untuk menghindari hal-hal yang	“lebih tepatnya sata kaya mikir dulu kalo aku melakukan hal ini akibatnya apa yah, kalo kiranya aku ga mampu

	dapat menimbulkan masalah?	dalam melakukam hal itu dan menimbulkan masalah baik dari temen maupun keluarga pasti aku akan lebih memilih untuk menjauh, dan saya ketika mengontrol diri ketika mempunyai masalah ini kaya lebih kesepiritual ajah yah”
15	Lalu bagaimana pola hidup yang saudara rencanakan?	“lebih tepatnya sata kaya mikir dulu kalo aku melakukan hal ini akibatnya apa yah, kalo kiranya aku ga mampu dalam melakukam hal itu dan menimbulkan masalah baik dari temen maupun keluarga pasti aku akan lebih memilih untuk menjauh, dan saya ketika mengontrol diri ketika mempunyai masalah ini kaya lebih kesepiritual ajah yah”

Macam-macam Problematika hidup

No	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Ketika orangtua anda bercerai apakah saudara kerap mengalami gangguan psikis seperti tersinggung, trauma?	“gini er setelah orangtuaku cerai yah aku mengalami dampak yang gak enak dalam kehidupanku seperti kecemasan dan ketika aku akan melakukan sesuatu mesti takut dulu er ke perfeksionisme, jadi setiap apa yang aku lakukan harus perfek terus aku juga mudah tersinggung apa lagi ketika ada orang yang ngomong dengan nada tinggi”
2	Gangguan seperti apa yang saudara alami?	“kecemasan dan ketika aku akan melakukan sesuatu mesti takut dulu er ke perfeksionisme, jadi setiap apa yang aku lakukan harus perfek terus aku juga mudah tersinggung apa lagi ketika ada orang yang ngomong dengan nada tinggi”
3	Apakah setelah kejadian orangtua saudara bercerai saudara pernah membenci kedua orangtua saudara?	“ya sesekali aku pernah membenci kedua orangtuaku tapi itu ga lama koh, kan bagaimapun dia orangtuaku ya aku harus bisa memaafkan orangtuakun er, aku benci karna kenapa harus bercerai gitu sh er”
4	Mengapa saudara membenci kedua orangtua atau salah satu orangtua saudara?	“aku benci karna kenapa harus bercerai gitu sh er”

5	Apakah saudara mudah terpengaruh buruk dari lingkungan sekitar seperti dari teman?	“ohh tidak pernah”
6	Apa yang membuat saudara bisa mudah untuk terpengaruh buruk dari lingkungan sekitar?	“tidak pernah ernaaa”
7	Apakah saudara pernah menganggap bahwa hidup yang anda alami ini sia-sia?	“tidak pernah”
8	Mengapa saudara beranggapan bahawa hidup yang saudara alami ini sia-sia?	“tidak pernah”
9	Apakah saudara susah untuk bergaul dengan teman-teman atau lingkungan?	“saya merupakan pribadi yang introver ya er, kaya lebih suka mengamati lingkungan sekitar dan tidak suka untuk memulai pembicaraan dulu jadi ya aku susah untuk bergaul dengan orang lain”
10	Faktor apa yang membuat saudara susah untuk bergaul dengan teman?	“mempunyai pribadi yang introvert”
11	Apakah saudara mengalami permasalahan dengan moral saudara? Seperti meniru perilaku orangtua yang kurang baik?	“hmm aku jadi meniru perilaku orangtua er ke orangtua kan suka ngomong kasar kan, nah jadi aku kaya dibawa ikut-ikutan ngomong kasar”
12	Perilaku apa yang saudara tiru dari orangtua? Dan apa dampak dari perilaku yang saudara tiru pada diri anda sendiri?	“suka ngomong kasar kan, nah jadi aku kaya dibawa ikut-ikutan ngomong kasar”

LAMPIRAN 3
HASIL WAWANCARA INFORMAN IM

Hasil wawancara dengan informan IM pada tanggal 5 Mei 2023

Nama : IM

TTL : Cilacap, 28 Oktober 2000

Pendidikan : mahasiswa UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto

Problem focused coping

NO	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah saudara pernah menceritakan kepada orang lain atau orang yang dipercaya tentang masalah yang saudara alami?	“saya sering bercerita kepada orang yang saya percayai, dia mengasih pendapat yang membuat saya tenang karna dia seperti ngertiin perasaan saya, setelah saya bercerita kepada dia saya lebih tenang dan berkurang bebannya yaa walau tidak semua beban berkurang sih setidaknya sedikit berkurang dan membuat saya lebih bersemangat menjalani kehidupan”
2	Bagaimana nasehat orang lain terhadap masalah yang saudara alami?	“ga nasehatin sih er, Cuma kaya negrtiian aku doang”
3	Apa yang saudara rasakan ketika sudah mendapatkan saran atau nasehat dari orang lain?	“lebih tenang dan berkurang bebannya yaa walau tidak semua beban berkurang sih setidaknya sedikit berkurang dan membuat saya lebih bersemangat menjalani kehidupan”
4	Setelah perceraiaan orangtua apakah saudara mempunyai langkah yang harus saudara lakukan setelah kejadian tersebut dengan tujuan untuk menciptakan kebahagiaan saudara dimasa yang mendatang?	“pasti saya memikirkan hal yang baik buat diri saya ya mba, kan waktu kejadian itu saat aku masih SMA dan aku alhamdulillah sudah paham orang yang baik nantinya itu harus bagaimana, kalo aku nurutin egoku dan tidak memikirkan masa depanku mungkin hidupku akan ga jelas yaaa, tapi karna waktu itu aku masih bisa menahan diri ya meskipun orang tuaku pisah tapi masih bisa mengontrol diriku, temanku juga terbatas dan oranguaku juga tau temanku siapa aja yaaa walaupun orangtuaku sudah tidak bersama lagi tapi mereka masih bisa mengontrol pergaulanku, ya walau dulu saya merasa agak bebas yaa kaya pergi malem sama temen-temen tapi saya

		masih mempunyai rasa takut ya jadinya saya kaya membatasi dengan pergaulan saya mba, tapi alhamdulillah saya sekarang sudah bisa batter dengan semuanya”
5	Bagaimana langkah yang saudara lalui untuk menciptakan kebahagiaan saudara?	“memikirkan masa depanku mba”
6	Apakah saudara pernah meminta bantuan kepada orang lain untuk mencari jalan keluar bersama untuk mengatasi masalah yang saudara sedang alami?	“saya mempunyai adik cowo yang bisa membantu saya mba ketika di dalam keluarga mempunyai masalah, seperti dulu waktu ibuku marah saya lebih memilih pergi dari rumah dan adiku selalu mengabari keadaan rumah bagaimana kondisinya ketika ibuku sudah reda emosinya adiku mengabari aku untuk pulang karna ibu mencari aku”
7	Bagaimana jalan yang sudara ciptakan bersama orang lain sehingga dapat mengurangi atau mengatasi masalah yang saudara sedang alami?	“menjauh dari rumah, setelah sudah membaik saja balik lagi kerumah”
8	Apakah saudara pernah meminta bantuan kepada orang yang ahli dalam menyelesaikan masalah seperti konselor atau psikolog?	“saya pernah konsultasi mengenai masalah saya kepada psikolog saking ga kuatnya aku er, sebelumnya juga aku cerita juga kepada temen yang aku percayai tapi rasanya kurang puas, sehingga aku memutuskan untuk datang kepsikolog yang ada di kampusku, dan rasanya aku tenang banget pas sudah bercerita”
9	Jika jawabannya iya, apa yang anda rasakan ketika sudah menceritakan semua masalah yang anda alami?	“rasanya aku tenang banget pas sudah bercerita”
10	Ketika terjadi permasalahan didalam keluarga apakah saudara	“saya selalu mencari tahu apa penyebab masalah yang ada dikeluarga mba, Cuma ya saya tidak bisa berbuat apa-apa jadi ya cukup

	pernah mencari tahu apa penyebab timbulnya masalah tersebut?	tahu ohh ini penyebab masalah yang terjadi di dalam keluarga saya gitu aja sh”
11	Bagaimana anda mencari tahu penyebab timbulnya masalah tersebut?	“tanya kepada keluarga lain”
12	Apakah saudara pernah mengevaluasi diri mengenai masalah yang sedang saudara alami dengan tujuan untuk mencari tau jalan keluar yang saudara alami?	“saya itu ketika sekolah kan ketemu temem-temen yah mba, saya bahagia bisa ketawa terus tetapi setiap saya pulang kerumah pasti saya sedih dan selalu menangis ketika memikirkan masalah ini mba kalo malem-malem sebelum tidur,saya juga memikirna bagaimana yah jalan keluar yang baik untuk masalah ini, ya saya Cuma bisa menata kehidupanku untuk menjadi leboh baik supaya saya menjadi orang yang lebih baik lagi”

Emotion focused coping

NO	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Ketika saudara mempunyai masalah tersebut apakah saudara menyelesaikan masalah dengan melakukan hoby yang saudara sukai?	“pas aku mempunyai masalah broken home itu yah er aku juga melampiaskan amarahku dengan melakukan hal-hal yang aku sukai yaa kaya hobyku, dan hoby ku itu renang bahkan pas waktu itu aku bisa renang seminggu tiga kali dan setelah aku melakukan hal-hal yang aku sukai ya rasanya tuh seneng”
2	Hoby apa yang saudara sukai?	“renang”
3	Apa perasaan saudara ketika sudah melakukan hoby yang saudara sukai?	“seneng”
4	Apakah saudara pernah beranggapan bahwa masalah yang sedang saudara alami ini seringan mungkin dengan tujuan untuk meringankan beban pikiran?	“ya saya juga beranggapan bahwa masalah yang seberat apapun masalah yang saya alami kuncinya sama aku ketika aku tenang mengecilkan emosiku maka masalah yang aku alami itu ga terasa gede er”
5	Bagaimana cara anda untuk meringankan masalah tersebut (broken home)?	“tenang mengecilkan emosiku maka masalah yang aku alami itu ga terasa gede er”
6	Apakah ketika perceraian orangtua,	“tidak pernah er”

	saudara pernah menyalahkan diri anda sendiri?	
7	Mengapa anda menyalahkan diri anda sendiri?	“tidak pernah er”
8	Apakah saudara pernah menyesal dengan adanya perceraian orangtua?	“ya saya sangat kecewa kepada orangtuaku er, dulu pas waktu aku jadi mahasiswa baru, aku mengikuti sebuah acara besar disekolahku ya kaya sosialisasi kampus gitu dan aku jadi ketuanya jadi mau ta mau ya aku harus selalu mengikuti rapat apapun itu yang mengakibatkan waktuku kebanyakan untuk acara itu, dan pola makanku ga terjaga kalo pagi aku jarang sarapan dirumah jadi aku sarapan dikantin sekolah kalo pulang ga ada orang sama sekali jadi aku ga pernah makan dirumah, kalo mau makan nunggu berangkat ke sekolah akhirnya aku sakit tipes dan diarat, dan ibuku ga suka klo aku ngeluh jadi mau gimapun rasa sakit yang aku rasakan pasti aku pedam sendiri”
9	Penyesalan apa yang saudara rasakan?	“kurang perhatian dari orangtua”
10	Ketika terjadinya perceraian orangtua apakah saudara pernah mengambil sisi positif dari kejadian tersebut?	“ya saya mengambil mengambil sisi positif dari semua kejadian ini er, kan ibuku cerai karena dijodohkan jadi ibuku membebaskan aku dengan laki siapa pun yang penting aku bahagia, terus sisi positifnya jadi aku harus bisa berhati-hati dalam memilih pasangan hidup”
11	Lalu sisi positif apa yang saudara petik dari kejadian tersebut?	“berhati-hati dalam memilih pasangan hidup”
12	Apakah saudara pernah menjauh atau menghindar dari hal-hal yang menimbulkan masalah? Baik itu dari lingkungan, teman, ataupun keluarga?	“tidak er, aku hadapi masalah apapun itu”
13	Mengapa anda memilih untuk menjauh dari hal-hal tersebut?	“tidak apa-apa”
14	Apakah saudara pernah merencanakan pola hidup sendiri untuk menghindari hal-hal yang dapat menimbulkan masalah?	“tidak pernah”

15	Lalu bagaimana pola hidup yang saudara rencanakan?	“tidak pernah”
----	--	----------------

Macam-macam Problematika hidup

No	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Ketika orangtua anda bercerai apakah saudara kerap mengalami gangguan psikis seperti tersinggung, trauma?	“saya sering dipulin ibuku pake sapu, ditampar pokoknya yang main fisik mba, jadi aku kaya setiap ada orang yang ngomong kasar aku pasti sakit hati mba hehe”
2	Gangguan seperti apa yang saudara alami?	“tersinggungan”
3	Apakah setelah kejadian orangtua saudara bercerai saudara pernah membenci kedua orangtua saudara?	“alhamdulillah engga er”
4	Mengapa saudara membenci kedua orangtua atau salah satu orangtua saudara?	“tidak er”
5	Apakah saudara mudah terpengaruh buruk dari lingkungan sekitar seperti dari teman?	“Alhamdulillah sih mba aku masih bisa mengontrol diriku sendiri tidak terpengaruh hal-hal yang menurutku kurang baik”
6	Apa yang membuat saudara bisa mudah untuk terpengaruh buruk dari lingkungan sekitar?	“tidak er, kan aku bisa mengontrol diriku sendiri”
7	Apakah saudara pernah menganggap bahwa hidup yang anda alami ini sia-sia?	“aku pernah menganggap hidupku kaya ga ada aratinya, bahkan aku pernah ingin mengakhiri kehidupanku er, kaya buat apa sh aku hidup tapi ujung-ujungnya kaya gini kan”
8	Mengapa saudara beranggapan bahwa hidup yang saudara alami ini sia-sia?	“kaya ga ada tujuan hidup kalo ujung ujungnya Cuma kaya gini doang”
9	Apakah saudara susah untuk bergaul dengan teman-teman atau lingkungan?	“aku ga susah untuk bergaul, asalkan orang itu baik insya Allah aku bisa berteman dengan dia walau baru kenal”
10	Faktor apa yang membuat saudara susah untuk bergaul dengan teman?	“tidak ada”
11	Apakah saudara mengalami permasalahan dengan moral saudara? Seperti meniru perilaku orangtua yang kurang baik?	“alhamdulillah engga ada er”
12	Perilaku apa yang saudara tiru dari	-

orangtua? Dan apa dampak dari perilaku yang saudara tiru pada diri anda sendiri?	
--	--



LAMPIRAN 4
HASIL WAWANCARA INFORMAN ASH

Hasil wawancara dengan informan ASH pada tanggal 13 Mei 2023

Nama : ASH

TTL : Banjarnegara, 29 Mei 2001

Pendidikan : mahasiswa UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto

Problem focused coping

NO	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah saudara pernah menceritakan kepada orang lain atau orang yang dipercaya tentang masalah yang saudara alami?	“iya pernah sesekali, jujur aku tipe lebih suka mendem sendiri alias sudah terbiasa mendem sendirin, ya sering cerita sama keluarga, ya pendapat mereeka ya kasian sama aku, soalnya ga pernah dikasih uang sama bapak wkkw udah gtu si er, curhat sama temen ya juga”
2	Bagaimana nasehat orang lain terhadap masalah yang saudara alami?	“ya terkadang ngasih solusi, terkadang juga Cuma mendengarkan saja”
3	Apa yang saudara rasakan ketika sudah mendapatkan saran atau nasehat dari orang lain?	“lebih tenang sh er juga banyak yang peduli sama aku sh”
4	Setelah perceraiaan orangtua apakah saudara mempunyai langkah yang harus saudara lakukan setelah kejadian tersebut dengan tujuan untuk menciptakan kebahagiaan saudara dimasa yang mendatang?	“never”
5	Bagaimana langkah yang saudara lalui untuk menciptakan kebahagiaan saudara?	“never”
6	Apakah saudara pernah meminta bantuan kepada orang lain untuk mencari jalan keluar bersama untuk mengatasi masalah yang saudara sedang alami?	“ya pernah, kuncinya saling percaya satu sama lain, tapi aku ga sering minta bantuan ke orang lain demi mengatasi masalah si, seringnya tuh selesaikan sendiri dan aku udah engga ada masalah broken home sii, paling masalah bapak ga ngasih uang, ya cerita sama tante terus ujung-

		ujungnya dikasih uang sama tante, gitu doang sh”
7	Bagaimana jalan yang saudara ciptakan bersama orang lain sehingga dapat mengurangi atau mengatasi masalah yang saudara sedang alami?	“bercerita, terus orang tersebut membrikan saran atau uang hihi”
8	Apakah saudara pernah meminta bantuan kepada orang yang ahli dalam menyelesaikan masalah seperti konselor atau psikolog?	“ga pernah er”
9	Jika jawabannya iya, apa yang anda rasakan ketika sudah menceritakan semua masalah yang anda alami?	“Engga er”
10	Ketika terjadi permasalahan didalam keluarga apakah saudara pernah mencari tahu apa penyebab timbulnya masalah tersebut?	“iyah,saya nanya keorangtua lah, kenapa gitu? Ya walau ibuku terkadang ngomong berisik lah, tapi lama lama ibuku menceritakan penyebab masalah itu terjadi dan berunding dengan aku er”
11	Bagaimana anda mencari tahu penyebab timbulnya masalah tersebut?	“ya tanya ke ibu”
12	Apakah saudara pernah mengevaluasi diri mengenai masalah yang sedang saudara alami dengan tujuan untuk mencari tau jalan keluar yang saudara alami?	“aku lebih memilih melakukan problem solving er, kalo merenung mah lebih ke meratapi nasib, dan menghayalakan kesuksesanku nanti”

Emotion focused coping

NO	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Ketika saudara mempunyai masalah tersebut apakah saudara menyelesaikan masalah dengan melakukan hoby yang saudara sukai?	“ga pernah er”

2	Hoby apa yang saudara sukai?	“engga ada”
3	Apa perasaan saudara ketika sudah melakukan hoby yang saudara sukai?	“-“
4	Apakah saudara pernah beranggapan bahwa masalah yang sedang saudara alami ini seringan mungkin dengan tujuan untuk meringankan beban pikiran?	“yaa ketika aku punya masalah tak bikin enjoy ajah er, kaya yakin segala masalah pasti ada jalan keluarnya,yaaa lebih berhusnudzon sama Alloh”
5	Bagaimana cara anda untuk meringankan masalah tersebut (broken home)?	“masalah tak bikin enjoy ajah er, kaya yakin segala masalah pasti ada jalan keluarnya,yaaa lebih berhusnudzon sama Alloh”
6	Apakah ketika perceraian orangtua, saudara pernah menyalahkan diri anda sendiri?	“engga pernah lah”
7	Mengapa anda menyalahkan diri anda sendiri?	“engga”
8	Apakah saudara pernah menyesal dengan adanya perceraian orangtua?	“yang merasakan nyesal gak nya ya ortu lah, kita anak ya ga ngrasa nyesal, yang melakukan perbuatannya kan orangtua, bukan kita, penyesalan ya datangnya dari pelakunya, bukan korbannya,kalau aku ya ngrasanya sedih kadang laiya, jadi jauh dari bapak gitu, kecewa sama ortu laiya, sedih iya gitu sayang, perasaan nyesel ya bukan di kita lah”
9	Penyesalan apa yang saudara rasakan?	“jauh dari bapak”
10	Ketika terjadinya perceraian orangtua apakah saudara pernah mengambil sisi positif dari kejadian tersebut?	“ya ambil sisi positifnya yaa ratau dinafkahi bapak ya mungkin Allah bakal memberi keadilan dengan cara aku mampu menafkahi diriku sendiri hehe dalam arti entar aku dapet rezeki banyak, soalnya dari Allah karo nafkah diriku sendiri gituh”
11	Lalu sisi positif apa yang saudara petik dari kejadian tersebut?	“lebih tegar sh”
12	Apakah saudara pernah menjauh atau menghindar dari hal-hal yang menimbulkan masalah? Baik itu dari lingkungan, teman, ataupun keluarga?	“ya tergantung er, kalo orang teresebut udah bikin masalah sama aku ya aku hadapin dia biar ga seenaknya sendiri, tapi kalo dia ga penting ya aku jauh lah ngapain deket-deket sama orang ga jelas”
13	Mengapa anda memilih untuk	“biar lebih tenang ajah sh”

	menjauh dari hal-hal tersebut?	
14	Apakah saudara pernah merencanakan pola hidup sendiri untuk menghindari hal-hal yang dapat menimbulkan masalah?	“engga sh biasa ajah”
15	Lalu bagaimana pola hidup yang saudara rencanakan?	“engga ada”

Macam-macam Problematika hidup

No	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Ketika orangtua anda bercerai apakah saudara kerap mengalami gangguan psikis seperti tersinggung, trauma?	“never lah, aku punya mental baja er, siapa sih yang berani menyakiti diriku terus siapa sih yang berani cari masalah dengan aku hehehe, paling ya orangtuaku yang berani bikin aku sakit hehe, paling aku trauma dengan lubang dijalan aku pernah jatuh dijalan gara-gara lubang dijalan hehe”
2	Gangguan seperti apa yang saudara alami?	“engga ada er”
3	Apakah setelah kejadian orangtua saudara bercerai saudara pernah membenci kedua orangtua saudara?	“aku ga pernah benci kepada orangtuaku er, kan mau bagaimanapun dia orangtuaku dan aku dihidupin sama mereka ya walau aku jarang dikasih uang sama ayah”
4	Mengapa saudara membenci kedua orangtua atau salah satu orangtua saudara?	“engga pernah membenci er”
5	Apakah saudara mudah terpengaruh buruk dari lingkungan sekitar seperti dari teman?	“tak pernah, aku pernah memiliki circle teman yang uhhh suka dugem pun, aku ga terpengaruh, aku strict parents juga sii, aku sampai saat ini pergaulan aman”
6	Apa yang membuat saudara bisa mudah untuk terpengaruh buruk dari lingkungan sekitar?	“engga pernah”
7	Apakah saudara pernah menganggap bahwa hidup yang anda alami ini sia-sia?	“engga pernah lah hehhe”
8	Mengapa saudara beranggapan bahwa hidup yang saudara alami ini sia-sia?	-
9	Apakah saudara susah untuk bergaul dengan teman-teman atau lingkungan?	“aku tuh orang yang friendly er jadi ya ga susah untuk bergaul dengan siapapun”
10	Faktor apa yang membuat saudara	-

	susah untuk bergaul dengan teman?	
11	Apakah saudara mengalami permasalahan dengan moral saudara? Seperti meniru perilaku orangtua yang kurang baik?	“jadi gini er, orangtuaku tuh kaya selalu menganggap diirnya tuh benar apapun yang beliau lakukan, dan saya tidak bisa mengutarakan pendapat saya er, jadi ya apa-apa dipendem sendiri paling yaa cerita sama keluarga lain”
12	Perilaku apa yang saudara tiru dari orangtua? Dan apa dampak dari perilaku yang saudara tiru pada diri anda sendiri?	“susah untuk berpendapat”



LAMPIRAN 5
HASIL WAWANCARA INFORMAN RZM

Hasil wawancara dengan informan RZM pada tanggal 24 Mei 2023

Nama : RZM

Pendidikan : mahasiswa UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto

Problem focused coping

NO	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah saudara pernah menceritakan kepada orang lain atau orang yang dipercaya tentang masalah yang saudara alami?	“ya terkadang aku curhat er sama temen deketku, terus dia juga kasih saran buat aku supaya aku lebih tenang dan ayem, dan setelah dikasih saran aku ya menerima sambil memikirkan hidupku selanjutnya”
2	Bagaimana nasehat orang lain terhadap masalah yang saudara alami?	“nagsih saran er”
3	Apa yang saudara rasakan ketika sudah mendapatkan saran atau nasehat dari orang lain?	“lebih tenang dan ayem”
4	Setelah perceraian orangtua apakah saudara mempunyai langkah yang harus saudara lakukan setelah kejadian tersebut dengan tujuan untuk menciptakan kebahagiaan saudara dimasa yang mendatang?	”Saya menciptakan kebahagiaanku sendiri yaa dengan cara menyelesaikan kuliahku dengan tepat waktu sambil diselingi bisnis supaya bisa membantu perekonomian keluarga, dan aku juga seneng main sama temen-temen supaya bisa sejenak melupakan kejadian yang biking ga enak”
5	Bagaimana langkah yang saudara lalui untuk menciptakan kebahagiaan saudara?	“menyelesaikan kuliahku dengan tepat waktu sambil diselingi bisnis supaya bisa membantu perekonomian keluarga”
6	Apakah saudara pernah meminta bantuan kepada orang lain untuk mencari jalan keluar bersama untuk mengatasi masalah yang saudara sedang alami?	“ya terkadang aku meminta bantuan kepada temenku sih er tapi ya engga sepenuhnya minta bantuan kepada temenku sih er lebih tepatnya kaya lebih meminta saran sh, bagaimana jalan keluar yang baik, terus sama minta saran sama temenku dan abis itu main bareng setelah itu rasanya udah agak plong”
7	Bagaimana jalan yang saudara	“Cuma meminta saran doang sh er”

	ciptakan bersama orang lain sehingga dapat mengurangi atau mengatasi masalah yang saudara sedang alami?	
8	Apakah saudara pernah meminta bantuan kepada orang yang ahli dalam menyelesaikan masalah seperti konselor atau psikolog?	“engga er”
9	Jika jawabannya iya, apa yang anda rasakan ketika sudah menceritakan semua masalah yang anda alami?	-
10	Ketika terjadi permasalahan didalam keluarga apakah saudara pernah mencari tahu apa penyebab timbulnya masalah tersebut?	“tanpa aku mencari tahu apa penyebab masalah itu, aku udah tau sendiri er”
11	Bagaimana anda mencari tahu penyebab timbulnya masalah tersebut?	“mengamati”
12	Apakah saudara pernah mengevaluasi diri mengenai masalah yang sedang saudara alami dengan tujuan untuk mencari tau jalan keluar yang saudara alami?	“iya saya lebih seneng merenung er, sambil memikirkan gimana yah jalan keluarnya, dan aku dapet jalan keluarnya yaitu saya kepengen lulus tepat waktu sama menciptakan bisnisnya aku er, Allhamdulillah sekarang aku udah punya bisnis er dan sama bisa memperkerjakan orang lain”

Emotion focused coping

NO	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Ketika saudara mempunyai masalah tersebut apakah saudara menyelesaikan masalah dengan melakukan hoby yang saudara sukai?	“yaa tentunya saya sering melakukan hoby yang aku sukai dong, hobyku olahraga semua jenis olahraga aku suka”

2	Hoby apa yang saudara sukai?	“olahraga er”
3	Apa perasaan saudara ketika sudah melakukan hoby yang saudara sukai?	Seneng”
4	Apakah saudara pernah beranggapan bahwa masalah yang sedang saudara alami ini seringan mungkin dengan tujuan untuk meringankan beban pikiran?	“biasa ajah sh er”
5	Bagaimana cara anda untuk meringankan masalah tersebut (broken home)?	-
6	Apakah ketika perceraian orangtua, saudara pernah menyalahkan diri anda sendiri?	“Engga lah”
7	Mengapa anda menyalahkan diri anda sendiri?	-
8	Apakah saudara pernah menyesal dengan adanya perceraian orangtua?	“Engga pernah karena itu udah pilihannya orangtuaku dan jalan keluar terbaik, jadi aku engga nyesel”
9	Penyesalan apa yang saudara rasakan?	“engga ada”
10	Ketika terjadinya perceraian orangtua apakah saudara pernah mengambil sisi positif dari kejadian tersebut?	“Sisi positif yang saya ambil gini er, dengan adanya perceraian itu menjadikan pendewasaan pada diriku er, terus segala hubungan yang sudah dipertahankan sebaik mungkin diserahkan semuanya kepada Allah, Allah tau jalan yang terbaik”
11	Lalu sisi positif apa yang saudara petik dari kejadian tersebut?	“menjadi pendewasaan untukku”
12	Apakah saudara pernah menjauh atau menghindari dari hal-hal yang menimbulkan masalah? Baik itu dari lingkungan, teman, ataupun keluarga?	“Engga sh”
13	Mengapa anda memilih untuk menjauh dari hal-hal tersebut?	-
14	Apakah saudara pernah merencanakan pola hidup sendiri untuk menghindari hal-hal yang dapat menimbulkan masalah?	“dulu saya pernah merencanakan hidup sendiri er, tapi itu ga terlalu lama sih karna aku memikirkan ibuku juga, saat aku hidup sendiri kan memulai bisnis ya er karna aku ga tega ninggalin ibuku sendiri akhirnya aku meneruskan bisnisku dirumah, aku ingin sukses dimasa muda dan

		membahagiakan orangtuaku walau orangtuaku sudah tidak bersama”
15	Lalu bagaimana pola hidup yang saudara rencanakan?	“hidup sendiri dan merintis bisnis”

Macam-macam Problematika hidup

No	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Ketika orangtua anda bercerai apakah saudara kerap mengalami gangguan psikis seperti tersinggung, trauma?	“saya tidak pernah mengalami gangguan psikis er, aman aman ajah sampe sekarang, aku juga tak pernah membenci kedua orangtuaku kan biasanya ada yah kalo orangtuanya bercerai dia pasti membenci orangtuanya tapi aku tidak”
2	Gangguan seperti apa yang saudara alami?	“engga pernah er”
3	Apakah setelah kejadian orangtua saudara bercerai saudara pernah membenci kedua orangtua saudara?	“engga dong”
4	Mengapa saudara membenci kedua orangtua atau salah satu orangtua saudara?	-
5	Apakah saudara mudah terpengaruh buruk dari lingkungan sekitar seperti dari teman?	“saya tidak mudah terpengaruh buruk oleh lingkungan sekitr sh er, juga lingkungan sekitarku menurutku positif ya jadi ketika aku punya masalah mending main sama temen-temenku”
6	Apa yang membuat saudara bisa mudah untuk terpengaruh buruk dari lingkungan sekitar?	-
7	Apakah saudara pernah menganggap bahwa hidup yang anda alami ini sia-sia?	“engga lah”
8	Mengapa saudara beranggapan bahawa hidup yang saudara alami ini sia-sia?	-
9	Apakah saudara susah untuk bergaul dengan teman-teman atau lingkungan?	“saya sama sekali tidak susah untuk bergaul dengan siapapun, malah lebih suka kalo ketemu orang baru er”
10	Faktor apa yang membuat saudara susah untuk bergaul dengan teman?	-
11	Apakah saudara mengalami permasalahan dengan moral	“engga er”

	saudara? Seperti meniru perilaku orangtua yang kurang baik?	
12	Perilaku apa yang saudara tiru dari orangtua? Dan apa dampak dari perilaku yang saudara tiru pada diri anda sendiri?	-



LAMPIRAN 6
HASIL WAWANCARA INFORMAN NA

Hasil wawancara dengan informanNA pada tanggal 26 Mei 2023

Nama : NA

TTL : Banyumas, 1 September 2000

Pendidikan : mahasiswa UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto

Problem focused coping

NO	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah saudara pernah menceritakan kepada orang lain atau orang yang dipercaya tentang masalah yang saudara alami?	“saya pernah curhat sama temen aku er saking ga kuatnya nahan beban ini akhirnya aku curhat, temenku ngasih saran keaku, ngertiin aku yang membuat aku sedikit lega”
2	Bagaimana nasehat orang lain terhadap masalah yang saudara alami?	“temenku ngasih saran keaku, ngertiin aku yang membuat aku”
3	Apa yang saudara rasakan ketika sudah mendapatkan saran atau nasehat dari orang lain?	“aku sedikit lega”
4	Setelah perceraian orangtua apakah saudara mempunyai langkah yang harus saudara lakukan setelah kejadian tersebut dengan tujuan untuk menciptakan kebahagiaan saudara dimasa yang mendatang?	“saya sangat suka jalan-jalan menikmati alam, ya ketika saya sedang terpuruk karna masalah itu saya memilih jalan-jalan biar tambah seneng”
5	Bagaimana langkah yang saudara lalui untuk menciptakan kebahagiaan saudara?	“menikmati alam, jalan-jalan biar tambah seneng”
6	Apakah saudara pernah meminta bantuan kepada orang lain untuk mencari jalan keluar bersama untuk mengatasi masalah yang saudara sedang alami?	“saya pernah meminta bantuan kepada temanku gimana cara mengatasi bukan mengatasi sh yah kaya meringankan beban pikiranku, tapi akunya belum ngelakuin apa yang temen aku saranin karna aku merasa cape ya bingung”
7	Bagaimana jalan yang sudara ciptakan bersama orang lain	“ngasih saran tapi aku ga make”

	sehingga dapat mengurangi atau mengatasi masalah yang saudara sedang alami?	
8	Apakah saudara pernah meminta bantuan kepada orang yang ahli dalam menyelesaikan masalah seperti konselor atau psikolog?	“engga sh”
9	Jika jawabannya iya, apa yang anda rasakan ketika sudah menceritakan semua masalah yang anda alami?	-
10	Ketika terjadi permasalahan didalam keluarga apakah saudara pernah mencari tahu apa penyebab timbulnya masalah tersebut?	“yaa saya mencari tahu apa penyebab masalah itu terjadi, dengan cara saya membuka HP dari salah satu orangtuaku dan setelah saya membuka saya tanyakan kepada orangtuaku secara mendalam biar aku bisa plong”
11	Bagaimana anda mencari tahu penyebab timbulnya masalah tersebut?	“membuka HP dari salah satu orangtuaku dan setelah saya membuka saya tanyakan kepada orangtuaku”
12	Apakah saudara pernah mengevaluasi diri mengenai masalah yang sedang saudara alami dengan tujuan untuk mencari tau jalan keluar yang saudara alami?	“saya juga melakukan evaluasi diriku er biar ga sedih mulu yaa, yaa saya menemukan bagaimana supaya bisa bangkit dari keterpurukan ini ya saya melakukan hal-hal yang saya sukai”

Emotion focused coping

NO	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Ketika saudara mempunyai masalah tersebut apakah saudara menyelesaikan masalah dengan melakukan hoby yang saudara sukai?	“iya er aku melakukan hobyku saat aku mempunyai masalah, hobyku tuh jalan-jalan sama temen-teme, kalo aku jalan-jalan sama temen kaya sedikit lupa dengan masalah yang sedang menimpa diriku loh er makanya aku suka main sama temen”
2	Hoby apa yang saudara sukai?	“jalan-jalan sama temen-temen”
3	Apa perasaan saudara ketika sudah	Seneng sh er”

	melakukan hoby yang saudara sukai?	
4	Apakah saudara pernah beranggapan bahwa masalah yang sedang saudara alami ini seringan mungkin dengan tujuan untuk meringankan beban pikiran?	“biasa ajah sh er”
5	Bagaimana cara anda untuk meringankan masalah tersebut (broken home)?	-
6	Apakah ketika perceraian orangtua, saudara pernah menyalahkan diri anda sendiri?	“engga pernah er”
7	Mengapa anda menyalahkan diri anda sendiri?	-
8	Apakah saudara pernah menyesal dengan adanya perceraian orangtua?	“ya saya merasa menyesal dengan adanya perceraian orangtuaku er, dulu pas aku KKN orangtuaku bertengkar hebat dan ayahku pergi dari rumah, penyesalanku pas orangtuaku bertengkar aku ga dirumah er jadi aku ga bisa mencegah bapak dan ibunya supaya tidak berpisah”
9	Penyesalan apa yang saudara rasakan?	“tidak bisa mencegah perceraian orangtuaku”
10	Ketika terjadinya perceraian orangtua apakah saudara pernah mengambil sisi positif dari kejadian tersebut?	“sisi positif yang saya ambil dari perceraian orang tuaku ya aku harus lebih hati-hati dalam memilih pasangan karna aku ga mau anakku nanti merasakan apa yang aku rasakan er”
11	Lalu sisi positif apa yang saudara petik dari kejadian tersebut?	“lebih hati-hati dalam memilih pasangan karna aku ga mau anakku nanti merasakan apa yang aku rasakan er”
12	Apakah saudara pernah menjauh atau menghindar dari hal-hal yang menimbulkan masalah? Baik itu dari lingkungan, teman, ataupun keluarga?	“engga sh er”
13	Mengapa anda memilih untuk menjauh dari hal-hal tersebut?	-
14	Apakah saudara pernah merencanakan pola hidup sendiri untuk menghindari hal-hal yang dapat menimbulkan masalah?	“engga pernah”

15	Lalu bagaimana pola hidup yang saudara rencanakan?	-
----	--	---

Macam-macam Problematika hidup

No	Pertanyaan Wawancara	Hasil wawancara
1	Ketika orangtua anda bercerai apakah saudara kerap mengalami gangguan psikis seperti tersinggung, trauma?	“saya menjadi mudah tersinggung er, juga kaya emosian banget”
2	Gangguan seperti apa yang saudara alami?	“mudah tersinggung sama emosian”
3	Apakah setelah kejadian orangtua saudara bercerai saudara pernah membenci kedua orangtua saudara?	“engga sh er”
4	Mengapa saudara membenci kedua orangtua atau salah satu orangtua saudara?	-
5	Apakah saudara mudah terpengaruh buruk dari lingkungan sekitar seperti dari teman?	“engga er”
6	Apa yang membuat saudara bisa mudah untuk terpengaruh buruk dari lingkungan sekitar?	-
7	Apakah saudara pernah menganggap bahwa hidup yang anda alami ini sia-sia?	“engga pernah er”
8	Mengapa saudara beranggapan bahwa hidup yang saudara alami ini sia-sia?	-
9	Apakah saudara susah untuk bergaul dengan teman-teman atau lingkungan?	“saya sedikit susah bergaul er, karna aku kaya ga pede jadi kalo ada orang baru aku harus diajak ngobrol terlebih dahulu supaya bisa beradaptasi dengan lingkungan yang baru tersebut”
10	Faktor apa yang membuat saudara susah untuk bergaul dengan teman?	“kurang percaya diri”
11	Apakah saudara mengalami permasalahan dengan moral saudara? Seperti meniru perilaku orangtua yang kurang baik?	“tidak er”
12	Perilaku apa yang saudara tiru dari orangtua? Dan apa dampak dari perilaku yang saudara tiru pada diri anda sendiri?	-

LAMPIRAN 7
HASIL WAWANCARA IBU DSN

Hasil wawancara dengan ibu informan DSN

Nama : DHA

Pekerjaan : ibu rumah tangga

NO	Pertanyaan wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah DSN ketika marah karena masalah perpisahan orang tuanya melampiaskan kepada hobynya?	“iya DSN suka banget nyayi kaya setiap hari dia bernyayi”
2	Apa hoby yang DSN sukai?	“bernyayi”
3	Apakah DSN pernah merasa kecewa dengan adanya perpisahan orangtuanya?	“kalo kecewa atau tidaknya saya ga tau ya mba, kan yang merasakan si DSN. Tapi anak saya juga mendukung saya untuk berpisah dengan ayahnya karena dia juga tau bahwa ayahnya tidak menjalankan tugasnya sebagai kepala keluarga yakni mencari nafkah untuk anak dan istrinya, tetapi terkadang juga saya melihat dia sedih yak, ya mungkin dia kurang kasih sayang dari ayahnya”
4	Lalu kekecewaan apa yang di rasakan oleh DSN ?	“tidak terlalu mengerti mba”
5	Apakah DSN merasakan dampak dari perpisahan orang tuanya seperti gangguan psikis yaitu mudah marah, tersinggung dan trauma?	“Semejak saya berpisah DSN kaya sedikit menjadi anak pemalu mba, dan kaya mudah nangis mba”
6	Apakah DSN mengalami permasalahan dengan moralnya?	“Saya kurang tahu mba, soalnya DSN jarang ngomong kasar didepan saya, dan dia masih berbuat dan berkata baik dan sopan”

LAMPIRAN 8
HASIL WAWANCARA DENGAN IBU IM

Hasil wawancara dengan ibu informan IM

Nama : IS

Pekerjaan : penjahit

NO	Pertanyaan wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah IM ketika marah karena masalah perpisahan orang tuanya melampiaskan kepada hobynya?	“IM tidak pernah melampiaskan amarahnya kehobynya mba, dia selalu aku kontrol supaya dia selalu fokus sekolah biar jadi anak cerdas”
2	Apa hoby yang IM sukai?	“engga ada”
3	Apakah IM pernah merasa kecewa dengan adanya perpisahan orangtuanya?	“kalo di liat IM ini keadaanya baik-baik ajah mba, Cuma ya kadang ngerasa sedih karena orangtuanya bercerai, tetapi perceraain ini juga dengan adanya dukungan anak-anak saya mba, karena saya nikah dijodohkan oleh orangtua yang mengakibatkan saya dan mantan suami saya sering bertengkar dan membuat saya tersiksa dengan adanya pernikahan ini, akhirnya anak-anak mengizinkan orangtua untuk bercerai, karena kasian dengan keadaan saya mba”
4	Lalu kekecewaan apa yang di rasakan oleh IM ?	“kalo kecewa atau engga saya kurang tahu mba”
5	Apakah IM merasakan dampak dari perpisahan orang tuanya seperti gangguan psikis yaitu mudah marah, tersinggung dan trauma?	“tidak mba anak saya tidak memiliki gangguan psikis, karena saya memberikan kasih sayang yang cukup dan saya selalu memberikan kebutuhan yang cukup untuk anak saya”
6	Apakah IM mengalami permasalahan dengan moralnya?	“tidak ada mba”

LAMPIRAN 9
HASIL WAWANCARA DENGAN IBU ASH

Hasil wawancara dengan ibu informan ASH

Nama : RA

Pekerjaan : Pedagang

NO	Pertanyaan wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah ASH ketika marah karena masalah perpisahan orang tuanya melampiaskan kepada hobynya?	“saya tidak pernah melihat ASH ini melakukan hal dia sukai mba, kaya semuanya terlibat biasa ajah”
2	Apa hoby yang ASH sukai?	“tidak terlalu paham mba”
3	Apakah ASH pernah merasa kecewa dengan adanya perpisahan orangtuanya?	“kalo kecewa engganya saya juga kurang tau mba, karena sejauh ini dia kaya selalu senang jarang sedih”
4	Lalu kekecewaan apa yang di rasakan oleh ASH ?	-
5	Apakah ASH merasakan dampak dari perpisahan orang tuanya seperti gangguan psikis yaitu mudah marah, tersinggung dan trauma?	“tidak mba”
6	Apakah ASH mengalami permasalahan dengan moralnya?	“hmm mungkin bisa dikatakan iya mba, soalnya aku juga jarang sekali dengar masukan dari ASH baik itu curhatan atau kegiatan sehari-hariny

LAMPIRAN 10
HASIL WAWANCARA DENGAN IBU RZM

Hasil wawancara dengan ibu informan RZM

Nama : DN
Pekerjaan : Guru

NO	Pertanyaan wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah RZM ketika marah karena masalah perpisahan orang tuanya melampiaskan kepada hobynya?	“terkadang saya liat RZM melampiaskan amarahnya ke hal-hal yang dia sukai, dia kan suka olahraga terkadang bisa 3 kali seminggu dia olahraga futsal, lari-lari dan lain-lain”
2	Apa hoby yang RZM sukai?	“futsal, lari-lari dan lain-lain”
3	Apakah RZM pernah merasa kecewa dengan adanya perpisahan orangtuanya?	“kalo awalan mungkin iya ya mba, soalnya saya pernah meliaht dia kaya melamun dan sedih gitu trus saya Tanya dia bilang “gapapa” tapi kayanya itu tidak terlalu lama, dia kaya bangkit dengan menciptakan bisnisnya”
4	Lalu kekecewaan apa yang di rasakan oleh RZM ?	-
5	Apakah RZM merasakan dampak dari perpisahan orang tuanya seperti gangguan psikis yaitu mudah marah, tersinggung dan trauma?	“Tidak ada mba”
6	Apakah RZM mengalami permasalahan dengan moralnya?	“alhamdulillah anak saya kalongomong dan berbuat sesuatu baik-baik saja mba dan sopan”

LAMPIRAN 11
HASIL WAWANCARA DENGAN IBU NA

Hasil wawancara dengan ibu informan NA

Nama : MH

Pekerjaan : Karyawan toko

NO	Pertanyaan wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah NA ketika marah karena masalah perpisahan orang tuanya melampiaskan kepada hobynya?	“NA pas saya liat tuh kalo dia sedih ya itu melampiaskan ke hal yang dia sukai mba, kan dia suka banget jalan-jalan ya, dia jalan-jalan terus sama temennya ketika dia sedih
2	Apa hoby yang NA sukai?	“jalan-jalan”
3	Apakah NA pernah merasa kecewa dengan adanya perpisahan orangtuanya?	“iya NA ini merasa kecewa dengan adanya perceraian orangtuanya, karena saya dulu berpisah secara sembunyi-sembunyi jadi anak tidak tau setelah tau pas udah lama saya pisah sama mantan suami saya”
4	Lalu kekecewaan apa yang di rasakan oleh NA?	“saya menyembunyikan pepisahan kepada NA”
5	Apakah NA merasakan dampak dari perpisahan orang tuanya seperti gangguan psikis yaitu mudah marah, tersinggung dan trauma?	“NA ini kadang suka marah ga jelas mba, juga kaya mudah tersinggung kadang juga saya bingung dengan sikapnya”
6	Apakah NA mengalami permasalahan dengan moralnya?	“engga ada mba”

LAMPIRAN 12
HASIL WAWANCARA SAKSI INFORMAN DSQ

Hasil wawancara dengan saksi informan DSQ

Nama : A

NO	Pertanyaan wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah DSN pernah bercerita kepada saudara mengenai masalah perpisahan orangtuanya?	“iya mba pernah”
2	Apa saran yang saudara kasih kepada DSN mengenai permasalahan tersebut?	“kamu perlu evaluasi diri dan membuang pemikiran-pemikiran yang tidak baik yang ada dalam pikiranmu, serta kamu juga bisa mencari kegiatan yang positif supaya kamu ga terlalu memikirkan sesuatu yang ga penting”

LAMPIRAN 13
HASIL WAWANCARA SAKSI INFORMAN IM

Hasil wawancara dengan saksi informan IM

Nama : BA

NO	Pertanyaan wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah IM pernah bercerita kepada saudara mengenai masalah perpisahan orangtuanya?	“iya mba”
2	Apa saran yang saudara kasih kepada IM mengenai permasalahan tersebut?	“IM kamu lebih baik kabur dari rumah ketika kamu sedang dimarahi oleh ibumu dan kamu juga bisa ngerantau untuk mencari kerja supaya kamu bisa mandiri

LAMPIRAN 14
HASIL WAWANCARA SAKSI INFORMAN ASH

Hasil wawancara dengan saksi informan ASH

Nama : I

NO	Pertanyaan wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah ASH pernah bercerita kepada saudara mengenai masalah perpisahan orangtuanya?	“pernah”

2	Apa saran yang saudara kasih kepada ASH mengenai permasalahan tersebut?	“masih banyak yang sayang sama kamu ko, jangan sedih terus yaa, kan kalo engga dikasih uang sama bapa tante juga bisa ngasih kamu walau engga banyak”
---	---	---

LAMPIRAN 15
HASIL WAWANCARA SAKSI INFORMAN RZM

Hasil wawancara dengan saksi informan RZM
Nama : DGF

NO	Pertanyaan wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah RZM pernah bercerita kepada saudara mengenai masalah perpisahan orangtuanya?	“iya pernah”
2	Apa saran yang saudara kasih kepada RZM mengenai permasalahan tersebut?	“kamu kan pintar dalam berbisnis kenapa kamu engga nyiptain bisnis ajah? Supaya perekonomian keluargamu membaik dan kamu juga lebih bisa mandiri”

LAMPIRAN 16
HASIL WAWANCARA SAKSI INFORMAN NA

Hasil wawancara dengan saksi informan NA
Nama : RP

NO	Pertanyaan wawancara	Hasil wawancara
1	Apakah NA pernah bercerita kepada saudara mengenai masalah perpisahan orangtuanya?	“pernah”
2	Apa saran yang saudara kasih kepada NA mengenai permasalahan tersebut?	“kamu kan tau orangtuamu sedang tidak baik-baik saja alahkah baiknya kamu menjadi penengah ajah supaya orangtuamu tidak jadi berpisah”

LAMPIRAN 7
DOKUMENTASI, OBSERVASI, DAN WAWANCARA



(wawancara dengan NA)



(wawancara dengan ASH)



(wawancara dengan IM)



(wawancara dengan RZM)



(wawancara dengan DSN)





(wawancara dengan ibu IM)



(wawancara dengan ibu RZM)



(wawancara dengan ibu DSN)



(wawancara dengan ibu ASH)



(wawancara dengan ibu NA)

