

**DINAMIKA EMOSI PADA REMAJA KORBAN PERCERAIAN  
ORANG TUA (STUDI KASUS PADA ANAK KORBAN PERCERAIAN  
DI KOTA KUPANG)**

**Alfred Ludji<sup>1</sup>, Marleny P. Panis<sup>2</sup>, Feronika Ratu<sup>3</sup>, Yeni Damayanti<sup>4</sup>**  
[alfredludji26@gmail.com](mailto:alfredludji26@gmail.com)<sup>1</sup>, [marleny.panis@staf.undana.ac.id](mailto:marleny.panis@staf.undana.ac.id)<sup>2</sup>, [feronika.ratu@staf.undana.ac.id](mailto:feronika.ratu@staf.undana.ac.id)<sup>3</sup>,  
[damayanti@staf.undana.ac.id](mailto:damayanti@staf.undana.ac.id)<sup>4</sup>  
**Universitas Nusa Cendana**

**Abstract**

*Parental divorce is a family event that generates a significant psychological impact on adolescents. This study aims to explore the emotional dynamics of adolescents who experienced parental divorce in Kupang City using a qualitative case study approach. Four adolescents aged 17–18 years who experienced parental divorce within the past six to twelve months were recruited as participants through purposive sampling. Data were collected through semi-structured in-depth interviews and observation, then analyzed using thematic analysis based on Plutchik's Feedback Loops framework. The findings reveal that divorce was triggered by infidelity, conflict, and domestic violence, which shaped adolescents' cognitive interpretations in the form of perceived loss of affection, emotional disconnection, and rejection toward unfaithful behavior. Emotional responses were dominated by sadness, anger, and a sense of emptiness, accompanied by physiological reactions such as sleep disturbances and fatigue. Behavioral impulses were reflected through withdrawal, emotional displacement, avoidance of academic and social environments, and tendencies to blame the situation. Long-term effects included relational trauma, negative perceptions of marriage, loss of emotional bonding, and redefinition of family values. However, some participants demonstrated adaptive efforts by constructing new personal meanings regarding their future. These findings highlight the need for emotional support and context-sensitive psychosocial interventions for adolescents affected by parental divorce.*

**Keywords:** *Parental Divorce, Emotional Dynamics, Adolescents.*

**Abstrak**

Perceraian orang tua merupakan peristiwa keluarga yang menimbulkan dampak psikologis yang signifikan bagi remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika emosional remaja yang mengalami perceraian orang tua di Kota Kupang dengan menggunakan pendekatan studi kasus kualitatif. Empat remaja berusia 17–18 tahun yang mengalami perceraian orang tua dalam enam hingga dua belas bulan terakhir direkrut sebagai partisipan melalui purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dan observasi, kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik berdasarkan kerangka kerja Feedback Loops Plutchik. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa perceraian dipicu oleh perselingkuhan, konflik, dan kekerasan dalam rumah tangga, yang membentuk interpretasi kognitif remaja berupa persepsi hilangnya kasih sayang, keterputusan emosional, dan penolakan terhadap perilaku tidak setia. Respons emosional didominasi oleh kesedihan, kemarahan, dan rasa hampa, disertai reaksi fisiologis seperti gangguan tidur dan kelelahan. Impuls perilaku tercermin melalui penarikan diri, perpindahan emosi, penghindaran lingkungan akademik dan sosial, serta kecenderungan menyalahkan situasi. Efek jangka panjangnya meliputi trauma relasional, persepsi negatif tentang pernikahan, hilangnya ikatan emosional, dan redefinisi nilai-nilai keluarga. Namun, beberapa partisipan menunjukkan upaya adaptif dengan membangun makna pribadi baru terkait masa depan mereka. Temuan ini menyoroti perlunya dukungan emosional dan intervensi psikososial yang peka terhadap konteks bagi remaja yang terdampak perceraian orang tua.

**Kata kunci:** Perceraian Orang Tua, Dinamika Emosional, Remaja.

## PENDAHULUAN

Remaja adalah mereka yang berusia 10-24 tahun (BKKBN, 2024). Kemenkes RI mengartikan remaja sebagai kelompok usia 10 tahun hingga 18 tahun (Kemenkes RI, 2014). Masa remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa hal ini menyebabkan terjadinya berbagai perubahan seperti perubahan fisik, psikologis dan sosial.

Remaja pada masa ini diperhadapkan dengan permasalahan internal, dalam hal ini pencarian jati diri, pembentukan nilai-nilai, serta konflik emosional yang dapat menyebabkan remaja mengalami kebingungan terhadap peran dan tujuan hidup. Selain itu remaja juga diperhadapkan dengan permasalahan eksternal, dalam hal ini tekanan dari lingkungan sosial, teman sebaya, hingga kondisi keluarga yang tidak harmonis, berkontribusi terhadap perkembangan psikologis remaja.

Keluarga merupakan unit terkecil di masyarakat dan menjadi tempat pertama kali untuk melakukan interaksi (Awaru, 2021). Keluarga dapat dibedakan menjadi 2 yaitu pengertian keluarga secara psikologis dan secara biologis. Keluarga secara psikologis adalah sekelompok orang yang hidup bersama dalam satu tempat tinggal dan setiap anggota keluarga merasakan ikatan batin, sehingga satu sama lain saling mempengaruhi, memperhatikan, dan saling menyerahkan diri. Sementara itu keluarga secara biologis adalah ikatan antara ayah, ibu, anak, yang terus berlangsung dikarenakan adanya hubungan darah yang tidak dapat dihapus (Mutiah, 2023).

Setiap keluarga tentunya akan terdapat suatu konflik yang disebabkan oleh permasalahan dari masalah yang kapasitasnya kecil hingga besar (Susilowati & Susanto, 2020). Konflik yang terjadi pada umumnya dikarenakan beberapa alasan seperti nilai dan kepercayaan yang berbeda, ambiguitas dan konflik peran, masalah komunikasi, peraturan yang ambigu, konflik wewenang, evaluasi yang tidak konsisten dan sistem penghargaan, dan pengaruh dari tekanan kerja (Ekawarna, 2018).

Perceraian merupakan sebuah peristiwa berakhirnya hubungan suami istri (BPK RI, 1975). Perceraian merupakan salah satu fenomena yang terjadi di masyarakat, hal ini tidak lagi menjadi asing dan menjadi hal yang lumrah pada masyarakat. Perceraian dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti ekonomi, sosial, perbedaan pendapat yang menyebabkan ketidakharmonisan dalam rumah tangga (Sembiring dkk., 2022). Perceraian antara suami istri maka hubungan ikatan pernikahan mereka secara keluarga terputus dan salah satu pihak memutuskan untuk meninggalkan dan mereka berhenti melakukan kewajibannya sebagai suami istri (Qodir Abdul, 2023).

Badan Pusat Statistik Indonesia (BPS Indonesia) melaporkan pada tahun 2021 terdapat 447.743 kasus, lalu terjadi peningkatan pada 2022 sejumlah 448.126 kasus, dan pada tahun 2023 terjadi penurunan menjadi 408.347 kasus perceraian (BPS Indonesia, 2023).

Nusa Tenggara Timur menjadi salah satu provinsi yang memiliki kasus perceraian sejumlah 436 kasus pada tahun 2021, lalu terjadi peningkatan pada tahun 2022 menjadi 603 kasus perceraian dan pada tahun 2023 terus meningkat menjadi 621 kasus perceraian (BPS NTT, 2024). Kota Kupang menjadi kota dengan kasus perceraian tertinggi di Nusa Tenggara Timur, sejumlah 82 kasus pada tahun 2021, selanjutnya pada tahun 2022 tercatat 122 kasus, dan pada tahun 2023 terdapat 114 kasus (BPS NTT, 2024).

Data kasus perceraian menunjukkan bahwa di Indonesia terutama di Kota Kupang, perceraian dianggap sebagai alternatif pemecahan masalah apabila pasangan suami istri yang tidak dapat menyelesaikan suatu konflik dengan baik dan tidak menemukan jalan penyelesaian masalah, menyebabkan pasangan suami istri sering kali memilih perceraian sebagai solusi terakhir (Ismail dkk., 2024).

Perceraian yang terjadi dalam keluarga membawa dampak yang mendalam pada anak-anak, terutama anak-anak yang berada pada masa remaja (Rahayu dkk., 2023). Masa remaja

kerap terjadi banyak hal dikarenakan masa remaja diartikan sebagai masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa dan pada masa peralihan ini disertai dengan terjadinya berbagai perubahan seperti hormonal, fisik, psikologis serta sosial (Batubara, 2016). Masa remaja juga diartikan sebagai masa pencarian jati diri, dan pada masa tersebut perhatian orang tua dibutuhkan oleh remaja dikarenakan remaja tidak hanya membutuhkan materi saja, tetapi kebutuhan psikologisnya juga perlu untuk dipenuhi (I. Wulandari dkk., 2019b).

Remaja dengan orang tua yang bercerai mengalami dampak psikologis yakni mereka memiliki risiko lebih tinggi mengalami berbagai kondisi kesehatan mental (Çaksen, 2021). Kondisi kesehatan mental yang dialami remaja berkaitan dengan reaksi emosional seperti kebingungan, ketakutan, depresi, amarah, stres dan kecemasan (Hadianti dkk., 2017b) (Tran dkk., 2023a). Kondisi tersebut melibatkan perasaan sedih, dikhianati, kecemasan, kemarahan, agresi dan perilaku yang tidak kooperatif, dan merupakan manifestasi dari depresi pada remaja (Hassinger, 2001 dalam Hardiningtyas, 2011).

Reaksi emosional yang timbul berbeda-beda seperti emosi yang selalu naik turun, kadang senang dan kadang sedih. Dinamika emosi tersebut diakibatkan oleh perhatian yang kurang diberikan oleh ayah dan ibu, dan dinamika emosi tersebut yang memperburuk keadaan psikis seorang remaja (Hardiningtyas, 2011).

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian tentang “Dinamika Emosi pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua di Kota Kupang (Studi Kasus pada Remaja Korban Perceraian di Kota Kupang)”.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi kasus. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang berfokus pada fenomena yang terjadi pada subjek, seperti perilaku, persepsi, motivasi, tindakan yang dideskripsikan melalui bentuk kata-kata (Fiantika et al., 2022).

Pendekatan studi kasus merupakan pendekatan yang mendalami fenomena yang terjadi pada kehidupan nyata, dan bertujuan untuk mempelajari latar belakang situasi suatu unit sosial dan interaksi dengan lingkungannya. Penelitian ini menggunakan studi kasus intrinsik, dimana studi kasus intrinsik merupakan jenis pendekatan yang bertujuan untuk mengetahui lebih dalam secara intrinsik (Fiantika et al., 2022). Studi kasus intrinsik digunakan untuk memahami dinamika emosi pada remaja korban perceraian secara mendalam.

## **HASIL PENELITIAN**

### **Kejadian Pendorong (Stimulus Event)**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kejadian yang menjadi pemicu perceraian orang tua berupa perselingkuhan, kekerasan dalam rumah tangga dan konflik atau pertengkaran yang terus terjadi antara kedua orang tua. Peristiwa yang terjadi tidak hanya berujung pada terputusnya hubungan suami istri, tetapi kejadian tersebut juga menjadi awal mula trauma berkepanjangan bagi anak (Sinaga dkk., 2023).

Perselingkuhan merupakan penyebab utama terjadinya perceraian pada beberapa informan dalam penelitian ini. Informan CB mengetahui perceraian orang tua melalui perubahan perilaku orang tua menjadi lebih cuek dan tidak peduli serta informan CB juga mengetahui perselingkuhan dari cerita ibu hingga melihat langsung keberadaan ayah bersama pihak ketiga. Peristiwa yang sama dialami oleh Informan SR yang mengetahui bahwa ayahnya telah tinggal bersama perempuan lain. Hal ini yang merusak kepercayaan dalam hubungan dan menyebabkan dinamika emosional yang merugikan semua anggota keluarga (Sitompul dkk., 2024). Fenomena sosial yang terjadi sejalan dengan teori pertukaran sosial, yang menyatakan bahwa hubungan bertahan selama manfaatnya melebihi kerugiannya (Umar, 2017). Individu

mempertimbangkan suatu hubungan ketika merasa bahwa hubungan membawa penderitaan emosional, seperti dikhianati oleh pasangan, maka perceraian menjadi opsi untuk mengakhiri beban emosional tersebut (Khazaei & Babaie, 2020).

Peristiwa lainnya adalah pertengkaran berkepanjangan turut menjadi peristiwa pemicu perceraian. Informan IJD menjelaskan bahwa informan sering mendengar pertengkaran seperti caci maki hingga melempar barang antara kedua orang tua. Pertengkaran yang terjadi terus-menerus seperti melempar barang dan kekerasan verbal berupa penghinaan, caci maki, kritik dan umpatan menyebabkan kedua pihak memilih untuk bercerai (Hasanudin dkk., 2022). Hal

ini tidak hanya berdampak pada pasangan saja tetapi meninggalkan dampak trauma terhadap anak yang mendengar dan menyaksikan pertengkaran yang terjadi (Salamung dkk., 2021). Gottman's Four Horsemen Theory mengungkapkan bahwa kritik, meremehkan, membela diri dan menghindari merupakan tanda-tanda kehancuran hubungan (Sezer, 2025). Sikap-sikap tersebut apabila terjadi terus-menerus, hubungan cenderung memburuk dan dapat berakhir pada perceraian jika tidak diselesaikan dan dibicarakan dengan baik (Einiö., 2022). Hal tersebut menyebabkan anak yang tumbuh dalam kondisi keluarga dengan konflik tinggi menunjukkan perasaan, emosi dan perilaku yang tidak stabil (Hess, 2022).

Selain itu, kekerasan dalam rumah tangga turut menjadi alasan perceraian terjadi. Hasil penelitian ini menemukan bahwa informan ZK mendengar dan menyaksikan ayahnya sering memukul ibunya sehingga memicu kemarahan dan memutuskan untuk bercerai. Peristiwa KDRT turut menjadi penyebab terjadinya perceraian orang tua (Einiö., 2022). Paparan KDRT tidak hanya menyebabkan terputusnya hubungan, tetapi meninggalkan trauma mendalam tidak hanya kepada pasangan, tetapi juga bagi anak (Siahaan & Suherman, 2024). Paparan KDRT mengakibatkan adanya gangguan kelekatan dalam hubungan, sehingga anak cenderung mengalami kesulitan dalam membangun rasa aman, kepercayaan, dan hubungan interpersonal (Noonan & Pilkington, 2020).

### **Pikiran Kognitif (Inferred Cognition)**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa informan setelah individu mengalami stimulus berupa kejadian traumatis seperti mengetahui perceraian orang tua, maka individu memasuki tahap penafsiran terhadap kejadian. Remaja mencoba memahami, memberi makna dan mencari penjelasan atas apa yang dialami (Kakiy, 2023).

Remaja memaknai perceraian sebagai kehilangan figur penting dan rasa aman dalam hidup. Hal ini didukung dengan pernyataan informan ZK yang merasa kehilangan kasih sayang dalam keluarga setelah perceraian terjadi. Studi terbaru juga menunjukkan bahwa perceraian orang tua sering dimaknai sebagai kehilangan keutuhan keluarga dan dukungan emosional, salah satunya rasa aman (Giani dkk., 2025). Kekurangan dukungan emosional dan kelekatan terhadap kedua orang tua, mengakibatkan adanya gangguan pada kestabilan emosi dan mempengaruhi hubungan sosial anak ke depannya (Apata dkk., 2023).

Remaja turut menggambarkan perceraian tidak hanya bentuk mengakhiri hubungan antara ayah dan ibu, tetapi juga memutus hubungan antara kedua keluarga besar. Informan CB dan IJD menyatakan bahwa perceraian merupakan wujud terputusnya hubungan antara kedua orang tua dan kedua pihak keluarga. Pernyataannya didukung oleh studi sebelumnya, yakni anak-anak dalam keluarga yang bercerai tidak lagi merasa memiliki keluarga yang utuh, sehingga menimbulkan perasaan mengisolasi diri dari lingkungan sosial (Singh, 2025).

Selain itu, informan menjelaskan kehadiran ayah tidak bermakna. Temuan ini dialami oleh informan SR, yakni SR merasa tidak ada hal yang berbeda jika ayahnya ada maupun tidak ada, dalam hal ini ayah dianggap seperti orang asing dikarenakan tidak ada lagi ikatan emosional antara anak dengan ayah. Hal ini diperkuat dengan temuan sebelumnya, yakni anak-anak yang

merasa asing dikarenakan orang tua tidak hadir secara emosional, tidak hanya secara fisik

tetapi juga dengan hubungan emosional yang menghilang (Miralles dkk., 2021). Anak-anak yang mengalami perceraian orang tua memiliki hubungan yang lemah, sehingga semakin memperburuk persepsi anak tentang nilai keluarga dan rasa memiliki terhadap keluarga (Apata dkk., 2023). Penafsiran setiap informan dinyatakan dipengaruhi oleh orang lain. Beberapa informan mengungkapkan bahwa persepsi dipengaruhi oleh figur dominan seperti ibu dan anggota keluarga lain (Singh, 2025). Figur ayah dibentuk oleh narasi dari pihak lain yang terus didengar, sejalan dengan Symbolic Interactionism Theory yang menegaskan hal ini, yakni seseorang membentuk makna melalui interaksi sosial (Siregar, 2012).

Remaja yang mengalami perceraian juga memiliki kecenderungan untuk menyalahkan keadaan terhadap masalah yang dialami. Informan SR dalam penelitian ini menunjukkan bahwa semua hal yang salah dan dialami olehnya merupakan dampak dari kesalahan ayahnya karena berselingkuh hingga bercerai. Pernyataan tersebut didukung oleh studi sebelumnya yang menjelaskan bahwa anak cenderung menyalahkan situasi atau orang tua yang dianggap menyebabkan masalah (Sezer, 2025). Hal ini merupakan bentuk atribusi eksternal, yakni cara individu menempatkan penyebab masalah di luar dirinya (Wan dkk., 2025). Konsep atribusi eksternal didukung oleh penelitian terdahulu, yakni remaja yang orang tuanya bercerai cenderung memanfaatkan strategi kognitif seperti atribusi eksternal dalam menghadapi ketidakpastian emosional dan rasa kehilangan kontrol (Mendes & Ormerod, 2025).

Selanjutnya, sebagian informan menunjukkan pemikirannya untuk menolak perilaku tidak setia seperti perselingkuhan. Penelitian ini menemukan bahwa informan mengungkapkan rasa benci terhadap perilaku tidak setia. Ungkapan tersebut sejalan dengan studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa anak dengan orang tua bercerai karena perselingkuhan memiliki perasaan kebencian terhadap perilaku tidak setia (Marcum, 2024). Perasaan ini dikarenakan remaja dengan orang tua bercerai memiliki pengalaman negatif sehingga membentuk nilai moral sebagai perwujudan perlindungan diri dan komitmen pribadi (Apata dkk., 2023). Pengalaman negatif yang dialami mendorong remaja untuk menetapkan batas-batas perilaku moral sebagai bentuk pertumbuhan pasca trauma (Apata dkk., 2023).

Secara keseluruhan, penafsiran pikiran terhadap perceraian merupakan proses psikologis yang menentukan bagaimana anak menyikapi situasi emosional selanjutnya (Wan dkk., 2025). Kehilangan, keterputusan, keterasingan, hingga pembentukan nilai moral, merupakan bagian dari proses penilaian kognitif yang dapat memperkuat atau sebaliknya dapat melemahkan resiliensi anak (Giani dkk., 2025).

### **Keadaan Perasaan (Feeling State)**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya emosi sedih dan marah serta perasaan berupa kecewa, bingung, gelisah, merasa asing hingga iri terhadap keluarga lain. Emosi dan perasaan yang muncul dipicu oleh pikiran kognitif terhadap peristiwa (Romadhona dkk., 2024).

Emosi dominan yang dialami oleh remaja adalah kesedihan (Giani dkk., 2025). Informan CB menggambarkan bahwa meskipun orang tuanya telah bercerai namun secara emosional informan tidak menerima perpisahan kedua orang tua, sehingga adanya perasaan sedih. Hal ini selaras dengan temuan sebelumnya bahwa perasaan yang sedih timbul karena adanya penolakan batin terhadap struktur keluarga yang berubah setelah bercerai (Ardianto dkk., 2024). Informan ZK juga menggambarkan situasi emosional yang sama, yakni merasa kesepian dan kehampaan. Perasaan kesepian dan hampa dikuatkan melalui studi sebelumnya yang menjelaskan bahwa, anak mulai merasakan kehampaan dikarenakan kehilangan figur penting dalam hidupnya, disebabkan oleh anak mengingat kembali momen-momen sebelum terjadinya perceraian (Jie dkk., 2025). Sementara itu, informan IJD menjelaskan bahwa rasa sedih bahkan telah memengaruhi perilaku dan kebribadianya. Temuan sebelumnya mendukung bahwa kesedihan setelah mengetahui perceraian orang tua mengakibatkan pembentukan identitas diri yang tercermin dalam perubahan perilaku dan kepribadian (Apata dkk., 2023). Hal yang sama juga

terjadi pada informan SR, dalam hal ini informan juga merasakan sedih akibat perceraian orang tua. Pernyataan tersebut selaras dengan studi sebelumnya, yakni kesedihan yang dirasakan oleh anak merupakan emosi pertama yang timbul setelah anak menyadari adanya perubahan struktur keluarga (Nurdiana & Mulayar, 2022).

Selain emosi sedih, remaja juga mengalami emosi marah dan perasaan kecewa. Hal ini dialami oleh semua informan, yakni SR, CB, IJD dan ZK. Studi sebelumnya menyatakan bahwa emosi marah disebabkan oleh anak merasa dipaksa harus menerima situasi yang tidak diinginkan, dan perasaan kecewa muncul dikarenakan orang tua yang harusnya menjadi teladan dan pelindung, justru menjadi alasan anak terluka secara emosional (Ardianto dkk., 2024).

Remaja juga menunjukkan perasaan bingung dan gelisah pada saat mengetahui perceraian. Hal ini dialami keempat informan karena remaja tidak tahu harus berpihak kepada siapa dan bagaimana bersikap terhadap orang tua, serta remaja juga kebingungan menghadapi lingkungan sosial seperti teman atau tetangga (Alfaruqi & Laksmiwati, 2023). Perasaan bingung dan gelisah semakin diperkuat oleh temuan lainnya, yakni anak-anak kebingungan dan gelisah dikarenakan adanya disorientasi identitas sosial anak setelah perceraian, dalam hal ini anak kehilangan pedoman tentang dirinya dan keluarga yang berubah (Krasniqi, 2023).

Perasaan lain yang dialami remaja adalah takut dan merasa asing. Informan SR dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa perasaan takut dan asing timbul, dalam hal ini informan merasa bukan bagian dari keluarga dikarenakan berada pada lingkungan yang berbeda dan memiliki struktur keluarga yang berbeda (Spaan dkk., 2022). Hasil studi ini selaras dengan temuan sebelumnya yang menjelaskan bahwa perubahan drastis seperti pindah rumah, orang tua tinggal terpisah, dan bertemu orang baru seperti ayah atau ibu tiri yang mendorong timbulnya perasaan takut dan asing (Johnsen dkk., 2018). Temuan lainnya menjelaskan bahwa anak merasa terisolasi dalam keluarga baru setelah perceraian dan anak memiliki kecenderungan menutup diri serta mengalami ketegangan emosional (Apata dkk., 2023).

Selain itu, remaja juga memiliki perasaan iri terhadap orang lain yang memiliki struktur keluarga lengkap dan harmonis. Informan SR dalam penelitian ini menunjukkan rasa iri ketika melihat teman-temannya pergi bersama orang tuanya, merayakan ulang tahun bersama keluarga atau sekedar makan bersama di rumah. Temuan sebelumnya menjelaskan bahwa perasaan iri tidak hanya sekedar keinginan untuk memiliki hal yang dimiliki orang lain, tetapi perasaan ini merupakan bentuk kerinduan remaja terhadap keadaan normal yang tidak dialami (Apata dkk., 2023). Hasil penelitian ini selaras dengan temuan sebelumnya, yakni perbandingan sosial merupakan salah satu sumber tekanan emosional yang dialami anak korban perceraian, terkhususnya apabila anak tidak memiliki sistem dukungan emosional di rumah atau di sekolah (Trenggono dkk., 2025).

Berbagai jenis emosi dan perasaan yang dialami oleh anak korban perceraian menunjukkan bahwa emosi tidak hanya respons sesaat, tetapi dapat bertahan dalam jangka panjang dan mempengaruhi cara berpikir, perilaku, serta hubungan sosial anak (Annisa dkk., 2024). Emosi dan perasaan yang tidak dipahami berisiko menyebabkan gangguan psikologis lebih serius seperti depresi, kecemasan berlebih hingga menyakiti diri sendiri (Thesalonika & Apsari, 2021). Keadaan emosi dan perasaan yang tidak tertangani pada anak korban konflik keluarga dapat menjadi faktor risiko terhadap krisis identitas dan rendahnya resiliensi psikologis (Mendes & Ormerod, 2025).

### **Fisiologi yang Muncul (Physiological Arousal)**

Hasil penelitian menemukan bahwa reaksi fisik yang terjadi berupa jantung berdebar kencang, sesak napas, kesulitan tidur dan kehilangan nafsu makan. Hal ini didukung studi sebelumnya, yang menyatakan bahwa anak-anak yang orang tuanya bercerai memiliki risiko tinggi mengalami keluhan fisik dikarenakan tekanan emosional seperti sakit kepala, nyeri otot, gangguan tidur dan perubahan pola makan, terkhususnya apabila anak-anak tidak memperoleh

dukungan emosional fenomena yang sama juga terjadi pada informan (Trenggono dkk., 2025)

Informan CB merasakan jantung yang berdebar kencang dan tubuh gemetar saat emosi memuncak. Hal ini selaras dengan temuan sebelumnya, yakni korban konflik keluarga seperti perceraian cenderung mengalami reaksi fisik seperti jantung berdebar dan tremor atau gemetar (Mahirah dkk., 2025). Reaksi fisiologis atau reaksi fisik yang timbul diakibatkan oleh emosi yang kuat dan berlarut-larut (Taufik & Amir, 2023).

Reaksi fisik lainnya yang terjadi pada remaja adalah gangguan tidur. Anak-anak merasa sulit untuk tidur dikarenakan pikirannya terhadap konflik orang tua, perceraian dan khawatir akan masa depan (Novitasari & Khodijah, 2025). Reaksi ini dialami oleh informan ZK dan IJD sejak mengetahui orang tuanya bercerai, yakni ZK dan IJD mengalami pergeseran jam tidur, dalam hal ini mereka baru dapat tidur setelah jam 12. Hasil ini selaras dengan penelitian sebelumnya, bahwa gangguan tidur merupakan gejala paling umum yang terjadi pada anak-anak korban perceraian, dan dapat berlangsung dalam jangka waktu lama, sehingga dapat mengakibatkan penurunan konsentrasi dan memiliki risiko mengalami gangguan mental di usia remaja (Apata dkk., 2023).

Remaja juga mengalami reaksi fisik berupa penurunan nafsu makan. Informan ZK dan IJD juga merasakan reaksi lain berupa kehilangan nafsu makan. Temuan sebelumnya menyatakan bahwa penurunan nafsu makan merupakan bentuk respon tubuh dan cenderung dialami oleh anak-anak yang mengalami tekanan emosional kronis dikarenakan sistem tubuh berupaya menyeimbangkan kadar hormon stres seperti kortisol (Mendes & Ormerod, 2025).

Berbagai reaksi fisik yang dialami oleh remaja merupakan dampak nyata dari perceraian orang tua yang disebabkan oleh tekanan psikologis (Haq & Wicaksono, 2023). Gangguan yang terjadi apabila tidak ditangani sejak dini dapat berkembang menjadi masalah kesehatan kronis (Trenggono dkk., 2025).

### **Dorongan untuk Bertindak (Impulse to Action)**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja menunjukkan upaya untuk mengelola tekanan emosional. Informan CB yang memilih untuk tinggal terpisah dari keluarga menurut CB bahwa cara ini untuk menciptakan ruang aman dari konflik keluarga yang berkepanjangan. Hasil penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa memilih tinggal sendiri merupakan bentuk respon coping mechanism atau usaha individu dalam menghadapi suatu stresor (Compas dkk., 2001). Hal ini dikarenakan remaja merasa tidak nyaman berada di rumah dan memilih untuk menjauhi konflik yang terjadi di rumah (Magdalena dkk., 2023). Temuan lainnya mendukung bahwa anak dari orang tua yang bercerai mengalami ketidakstabilan emosional di rumah, sehingga anak cenderung memilih pergi dari rumah dan mencari tempat baru agar merasa tenang (Trenggono dkk., 2025).

Remaja juga menunjukkan bahwa adanya dorongan untuk menyendiri atau menutup diri dari lingkungan sosial. Informan ZK menjelaskan bahwa ZK memilih untuk menyendiri di kamar. Hal serupa juga dialami informan SR, yakni adanya dorongan untuk meninggalkan lingkungan akademik, dan ingin menyendiri. Pengalaman informan sejalan dengan temuan sebelumnya yakni adanya dorongan untuk tidak ingin berlama-lama di sekolah, menghindari teman dan menutup diri dengan cara berdiam diri di kamar (Laursen dkk., 2019). Berbagai dorongan tersebut merupakan bentuk coping mechanism yang mencerminkan perasaan tertekan, cemas dan kebingungan ketika remaja dihadapkan dengan perubahan besar dalam keluarga (Naganathan & Yusoooff, 2024). Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya, yakni anak-anak yang orang tuanya bercerai cenderung membangun mekanisme perlindungan psikologis seperti isolasi diri, sebagai bentuk menghindari konflik eksternal maupun luka emosional (Apata dkk., 2023).

Selain itu, dorongan lain yang timbul yakni dorongan untuk kabur dari rumah. Informan IJD yang menjelaskan bahwa ia pernah untuk mencoba untuk kabur ke keluarganya yang cukup



jauh karena merasa ketidaknyamanan di rumahnya. Hal ini selaras dengan penelitian terdahulu yang menemukan bahwa secara psikologis dorongan untuk kabur dari rumah merupakan dorongan untuk bertindak secara aktif agar memutus stimulus stres (Atmasari & Adzkia, 2023). Anak korban perceraian orang tua yang tidak memperoleh bimbingan atau dukungan, berpotensi melakukan pelarian sebagai wujud keputusan dalam mengelola stres (Krasniqi, 2023).

Berbagai dorongan yang timbul tidak selamanya bersifat negatif. Remaja justru menunjukkan keinginan untuk memegang kendali hidupnya, seperti bertekad menjadi lebih mandiri dan menghindari konflik dalam keluarga (Putri & Khoirunnisa, 2022). Hal ini selaras dengan temuan sebelumnya, bahwa beberapa anak membentuk resilient strategy atau dorongan untuk menghadapi kesulitan dengan cara menjadi individu yang mandiri sebagai wujud perlawanan terhadap trauma (Mendes & Ormerod, 2025).

### **Perilaku Terlihat (Overt Behaviour)**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja menunjukkan perilaku menarik diri, melukai diri (self-harm), perubahan sikap, menjadi perokok aktif dan peminum minuman keras. Perilaku-perilaku tersebut selaras dengan penelitian sebelumnya bahwa perilaku yang ditunjukkan merupakan wujud akhir dari stimulus, penilaian kognitif, emosi dan respon fisiologis yang telah lama dipendam serta bersifat adaptif atau maladaptif tergantung dari individu mengelola konflik batinnya (Kakiay, 2023).

Informan CB dan SR memperlihatkan perilaku menarik diri dari lingkungan sosial, dalam hal ini remaja lebih memilih memendam perasaan agar terlihat kuat. Temuan ini sejalan dengan studi sebelumnya, yakni remaja menarik diri untuk menahan beban emosional agar terlihat kuat (Atmasari & Adzkia, 2023). Studi lainnya juga menjelaskan bahwa anak-anak dari keluarga yang bercerai cenderung mengurangi partisipasi dan interaksi dalam lingkungan sosial (Trenggono dkk., 2025). Perilaku ini merupakan bentuk mekanisme perlindungan diri dari tekanan emosional yang belum terselesaikan (Nugraha dkk., 2023).

Perilaku lainnya yang terlihat adalah perilaku beresiko seperti melukai diri (self-harm). Informan CB dan SR dalam penelitian ini melakukan tindakan menyayat pergelangan tangan menggunakan pisau dan menonjok lemari. Remaja mengungkapkan bahwa tindakan tersebut dilakukan sebagai cara meredakan rasa sakit emosional yang dialami (Hanan dkk., 2024). Hal ini selaras dengan penelitian sebelumnya, yang menemukan bahwa remaja yang berada dalam tekanan emosional berat memilih menyakiti diri sendiri sebagai wujud ekspresi non-verbal ketika verbal coping tidak dapat dilakukan (Compas dkk., 2001). Perilaku ini juga sebagai perwujudan coping emosional maladaptif, dalam hal ini remaja tidak mampu menyalurkan emosi dengan baik, sehingga menyalurkannya melalui tindakan menyakiti diri sendiri (Thesalonika & Apsari, 2021). Penelitian lainnya juga mendukung bahwa anak-anak dengan orang tua yang bercerai tidak memiliki sistem dukungan emosional, sehingga cenderung memilih perilaku ekstrem untuk mengekspresikan rasa sakit batin (Apata dkk., 2023).

Selain itu, remaja mengungkapkan bahwa terjadi perubahan sikap. Informan IJD dan ZK mengungkapkan bahwa perubahan ini disadari oleh dirinya dan lingkungannya, yakni adalah perilaku agresif dan mudah tersinggung. Hasil penelitian ini didukung oleh studi sebelumnya yang menemukan bahwa remaja korban perceraian orang tua memiliki perilaku mudah marah tanpa alasan, melawan orang tua, dan mengalami ledakan emosi (Sari dkk., 2025). Remaja korban perceraian yang menunjukkan agresi verbal dan fisik sebagai wujud respon terhadap rasa frustrasi atas ketidakmampuan mengekspresikan emosi secara sehat, sehingga menyebabkan perilaku agresif terjadi (Apata dkk., 2023).

Perilaku lainnya yang ditunjukkan oleh remaja adalah merokok, menggunakan rokok elektrik (pod) dan mengonsumsi alkohol. Informan IJD dan SR menjelaskan bahwa tindakan ini dilakukan sejak adanya konflik antara kedua orang tua. Hasil penelitian ini didukung oleh

penelitian sebelumnya, bahwa remaja korban perceraian memiliki risiko terlibat dalam perilaku bersisiko seperti konsumsi alkohol dan merokok dibandingkan anak-anak dari keluarga utuh dikarenakan remaja cenderung mencoba untuk mengatasi permasalahannya dengan mencari kelegaan sesaat (Trenggono dkk., 2025). Tindakan ini dilakukan oleh remaja sebagai cara melampiaskan tekanan batin yang dirasakan akibat dari konflik keluarga dan perceraian orang tua (Trisanto dkk., 2021). Remaja berpikir bahwa tindakan ini timbul dikarenakan pengaruh dari lingkungan, melainkan tindakan ini merupakan wujud coping mekanisme maladaptif, dalam hal ini upaya mengelola stres yang tidak menyelesaikan masalah dan justru semakin memperburuk keadaan (Apata dkk., 2023). Hal ini semakin diperjelas, yakni remaja yang orang tuanya bercerai memanfaatkan zat psikoaktif ringan sebagai pelarian emosi dikarenakan remaja tidak mengetahui cara mengelola emosi yang sehat dan remaja kesulitan untuk mengekspresikan perasaan secara terbuka (Kompas dkk., 2001).

Berbagai perilaku yang ditunjukkan oleh remaja korban perceraian merupakan wujud mekanisme coping yang digunakan untuk bertahan (Atmasari & Adzkia, 2023). Sebagian perilaku bersifat maladaptif dikarenakan remaja kesulitan mengelola tekanan yang berada dalam dirinya (Dianovinina dkk., 2023).

### **Efek (Effect)**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat reaksi kompleks terhadap keadaan yang dialami, berupa trauma, perubahan cara pandang terhadap keluarga, kehilangan harapan, kehilangan motivasi, hingga timbul proses adaptasi dan perencanaan masa depan. Reaksi yang timbul sebagai bentuk efek merupakan respon psikologis yang terjadi pada anak, baik secara emosional, kognitif maupun sosial (Mone, 2019).

Remaja menggambarkan adanya trauma. Informan ZK dalam penelitian ini menilai dirinya belum terbiasa dengan kondisi setelah perceraian kedua orang tua dikarenakan perceraian orang tua yang dilakukan dalam rentan waktu setahun lalu meninggalkan trauma yang mendalam bagi anak. Hal ini terlihat melalui perilaku melukai diri sendiri yang masih terus dilakukan oleh remaja ketika kesulitan mengelola emosi. Temuan ini selaras dengan hasil studi, yakni perceraian mengakibatkan ketidakstabilan emosi pada anak (Ausperg dkk., 2019).

Remaja menggambarkan ketidakpercayaan pada relasi romantis dan menganggap pernikahan sebagai sumber luka. Hal ini dialami oleh informan CB dan ZK, yakni informan menjadi lebih selektif untuk memilih pasangan hidup dikarenakan pengalaman dari kedua orang tua. Temuan ini diperkuat dengan studi sebelumnya yang menjelaskan bahwa perceraian yang disebabkan oleh perselingkungan, pertengkaran hebat menimbulkan keyakinan negatif terhadap konsep keluarga dan hubungan (Faishol & Azzahrah, 2022). Pernyataan ini juga didukung oleh temuan sebelumnya, yaitu ketidakpercayaan tidak hanya berpengaruh pada kehidupan sosial tetapi juga mempengaruhi relasi di masa depan (Young dkk., 2003).

Selain itu, remaja juga menunjukkan upaya membentuk pemaknaan baru terkait keluarga. Informan ZK mendefinisikan keluarga tidak hanya sekedar hubungan darah, tetapi keluarga sebagai tempat yang menyediakan kasih sayang, penerimaan dan keamanan emosional. Temuan serupa dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa pemaknaan ulang ini merupakan bentuk dari proses penyesuaian psikologis yang sehat, yakni remaja mencoba membangun kembali makna baru atas realita yang tidak dapat diubah (Frankl, 2006).

Efek lainnya dari kehilangan figur keluarga adalah terputusnya ikatan emosional. Informan CB menggambarkan efek ini seperti ayah berubah menjadi dingin dan menjauh bahkan seperti orang asing. Hal ini selaras dengan temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa perceraian mengakibatkan kelekatan dalam keluarga menurun dan dapat mempengaruhi relasi interpersonal anak di kemudian hari (Rosita & Safitri, 2023).

Remaja turut mengalami kehilangan harapan terhadap masa depan. Informan ZK dan SR meng gambarkannya melalui pernyataan bahwa hidup tidak lagi memiliki arti dan remaja tidak

memiliki arah untuk dijalani. Temuan sebelumnya menjelaskan bahwa kondisi ini dinamakan *giving-up coping*, yakni individu menyerah dikarenakan kesulitan dalam mengontrol situasi yang dihadapi (Lazarus & Folkman, 1984).

Kesulitan dalam mengontrol situasi selanjutnya menyebabkan remaja kehilangan motivasi dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Hal ini digambarkan melalui pernyataan informan CB, IJD, ZK, dan SR, bahwa remaja mengalami kehilangan semangat belajar, enggan hadir di sekolah dan enggan menjalani rutinitas seperti biasanya. Anak korban perceraian mengalami gangguan regulasi emosi berdampak pada penurunan fungsi eksekutif, seperti perhatian, konsentrasi, dan orientasi tujuan akademik (Krasniqi, 2023).

Namun, beberapa remaja menunjukkan adanya tanda resiliensi psikologis. Hal ini terlihat dari remaja yang mencoba untuk tetap bertahan dan beradaptasi dengan tekanan emosional (Masten, 2014). Remaja mulai melaksanakan rutinitas baru, mengatur emosi dan mulai menerima kenyataan terkait keluarga yang tidak utuh. Resiliensi ini dapat berkembang karena beberapa faktor, seperti dukungan sosial dari lingkungan sosial seperti teman atau saudara (Trenggono dkk., 2025).

Beberapa remaja lainnya juga menunjukkan *post-traumatic growth*. Hal ini ditunjukkan melalui pernyataan, bahwa remaja ingin menjadi pribadi yang lebih baik dan tidak mengulang kesalahan orang tuanya, serta remaja membentuk relasi yang lebih sehat di masa depan. Pertumbuhan pasca trauma terjadi ketika individu berhasil mengelola pengalaman menyakitkan menjadi pelajaran hidup yang memperkuat nilai pribadi, relasi sosial dan kedewasaan emosional (Tedeschi & Calhoun, 1996).

Perceraian orang tua tidak hanya meninggalkan luka psikologis, tetapi juga memiliki potensi timbulnya pertumbuhan kepribadian yang lebih baik. Hal ini tergantung pada bagaimana anak memproses pengalaman tersebut. Efek psikologis yang ditimbulkan bergantung pada konteks perceraian, pola pengasuhan pasca perceraian, serta ada atau tidaknya dukungan sosial dan psikologis di sekitar anak (Apata dkk., 2023).

## **KESIMPULAN**

Perceraian orang tua merupakan peristiwa yang sangat memengaruhi kondisi emosional remaja. Kejadian pendorong yang memicu berupa perselingkuhan dan kekerasan dalam rumah tangga. Anak-anak yang menjadi saksi konflik berulang, mengalami kehilangan rasa aman dan kepercayaan terhadap keluarga, sehingga trauma awal ini memicu rangkaian dinamika emosi.

Remaja mulai menafsirkan situasi sebagai hilangnya kasih sayang dan runtuhnya keutuhan keluarga. Persepsi tersebut diperkuat oleh pengaruh dari orang tua maupun anggota keluarga lain, sehingga menimbulkan rasa keterasingan terhadap salah satu figur, terutama ayah, dan berujung pada krisis identitas keluarga.

Emosi yang muncul umumnya berupa kesedihan, kemarahan, kekecewaan, dan kesepian. Intensitas emosi yang kuat dan berlarut membuat sebagian remaja memilih memendam perasaan, merasa hampa, malu, serta menarik diri dari lingkungan sosial.

Tekanan emosional juga menimbulkan reaksi fisik, seperti sulit tidur, kehilangan nafsu makan, pusing, dan jantung berdebar. Kondisi ini menunjukkan kesehatan mental sekaligus biologis remaja yang terpengaruh, ketika stres berlangsung lama.

Sebagai bentuk coping, remaja kerap menunjukkan dorongan untuk menyendiri, meninggalkan rumah, atau menjauh dari keluarga yang dianggap sebagai sumber konflik. Remaja bahkan memiliki keinginan memutuskan relasi dengan ayah kandung dan ibu tiri untuk menemukan ruang aman.

Perubahan perilaku juga terlihat dalam kehidupan sehari-hari, misalnya menurunnya motivasi belajar, penarikan diri dari pergaulan, hingga perilaku menyakiti diri. Guru dan teman sebaya juga menyadari adanya perubahan sebagai ekspresi emosi yang tidak dapat dikendalikan

setelah perceraian orang tua.

Dalam jangka panjang, perceraian orang tua dapat meninggalkan trauma mendalam, kehilangan arah, putus asa, hingga muncul ide bunuh diri. Namun, ada pula remaja yang menunjukkan resiliensi dengan berusaha menerima kenyataan dan membangun kembali motivasi hidup.

Secara keseluruhan, perceraian bukan hanya mengubah struktur keluarga, tetapi juga memengaruhi cara anak memandang diri, relasi, dan masa depan. Oleh karena itu, dukungan emosional dan ruang pemulihan sangat penting agar remaja dapat tumbuh sehat dan beradaptasi dengan perubahan.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis terkait dinamika emosi pada remaja korban perceraian orang tua di Kota Kupang, saran yang dapat diberikan adalah:

#### **1. Bagi Partisipan Penelitian**

Semoga para partisipan mampu mengenali dan mengelola emosi yang muncul sebagai akibat dari perceraian orang tua dan diharapkan partisipan mampu untuk mencari dan membangun ruang aman emosional, baik melalui komunikasi terbuka dengan orang yang dipercaya, keterlibatan dalam kegiatan positif, maupun dengan mengakses bantuan psikologis jika diperlukan. Proses pemulihan tidak harus dijalani sendiri, dan mencari pertolongan bukanlah tanda kelemahan, melainkan bentuk keberanian untuk sembuh.

#### **2. Bagi Mahasiswa**

Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan empati dan kepekaan sosial terhadap isu perceraian dan dampaknya pada anak. Semoga pengetahuan yang diperoleh selama perkuliahan perlu diterapkan secara nyata melalui kegiatan sosial, layanan konseling sebaya, atau keterlibatan dalam pengabdian masyarakat, dan mahasiswa juga dapat mengambil peran aktif dalam menciptakan lingkungan kampus yang inklusif dan mendukung bagi remaja atau anak-anak yang mengalami gangguan emosional akibat keluarga yang tidak utuh.

#### **3. Bagi Masyarakat**

Masyarakat, terkhususnya orang tua dan pihak sekolah, diharapkan dapat memberikan perhatian yang lebih besar terhadap anak korban perceraian. Orang tua yang bercerai diharapkan tetap menjaga komunikasi dan keterlibatan emosional dengan anak, serta tidak menyeret anak dalam konflik internal.

#### **4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Peneliti lebih lanjut juga dapat menggali intervensi psikologis yang efektif untuk membantu anak korban perceraian pulih secara emosional dan membangun kembali harapan terhadap masa depan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Alfaruqi, M. M. D., & Laksmiwati, H. (2023). Penyesuaian Diri pada Remaja Pasca Perceraian Orang Tua. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(3).
- and Emotional Resilience. *Behavioral Science*.
- Annisa, S. W., Salsabila, A. A., & Mahmud, A. M. (2024). Perkembangan Emosional Remaja Broken Home. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 4(1).
- Apata, O. E., Falana, O., Hanson, U., & Oderhohwo, E. (2023). Exploring the
- Ardianto, Gunawan, E., Yusuf, N., Tubagus, M. (2024). The Psychological Impact of Divorce on Children in Manado City, North Sulawesi. *Ulul Albab: Jurnal Studi dan Penelitian Hukum Ilam*, 6(2).
- Atmasari, A., & Adzkia, T. (2023). Strategi Coping Stress Remaja dalam Menghadapi Perceraian Orang Tua. *Jurnal Psimawa: Diskursus Ilmu Psikologi dan Pendidikan*, 6(1).
- Ausperg, F., Vlasak, T., Ponocny, I., Barth, A. (2019). Long-Term Effects of Parental Divorce on Mental Health: A Meta-Analysis. *Journal Psychiatr*.

- Awaru, A. O. T. (2021). *Sosiologi Keluarga* (Bahri, Ed.). CV. Media Sains Indonesia.
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>
- BKKBN. (2024, April 21). Orientasi Pembinaan Ketahanan Keluarga Berbasis Kelompok Kegiatan (POKTAN).
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss Volume 1: Attachment*.
- BPK RI. (1975). Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 9 Tahun 1975 tentang Pelaksanaan Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan. 9.
- BPS Indonesia. (2023). Jumlah Perceraian Menurut Provinsi dan Faktor, 2022. BPS NTT. (2024). Jumlah Cerai Menurut Jenis, 2021-2023.
- C. U., Ratnaningsih, P. W., Inanna, Mattunruang, A. A., Herman, Nursaeni, Yusriani, Nahriana, Silalahi, D., Hasyim, S. H., Rahmat, A., Ulfah, Y. F., & Arisah, N. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif* (M. Hasan, Ed.). Tahta Media Group.
- Çaksen, H. (2021). The Effects of Parental Divorce on Children. *Psichiatriki*. <https://doi.org/10.22365/jpsych.2021.040>
- Cenceng. (2015). Perilaku Kelekatan pada Anak Usia Dini (Perspetif Jhon Bowlby). *Lentera*, 17(2).
- Chandra, A. (2010). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa di Medan .
- Choirina, A. P. (2021). Review Buku Perceraian di Indonesia dan Dampak bagi Kehidupan Sosial dan Masyarakat. Research Gate.
- Compas, B., Connor-Smith, J., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. (2001). Coping with Stress During Childhood and Adolescence: Problems, Progress, and Potential in Theory and Research . *Psychological Bulletin*, 127(1).
- Dianovinina, K., Surjaningrum, E. R., Wulandari, P. Y. (2023). Specific Coping Behaviours Related to Depression in Adolescents with a Divorced Parent. *IJPHS: International Journal of Public Health Science*, 12(3).
- Effects of Divorce on Children's Psychological and Psychological Wellbeing. *Asian Journal of Education and Social Studies* , 49(4).
- Einiö, E., Metsä-Simola, N., Aaltonen, M., Hiltunen, E., Martikainen, P., (2022). Partner Violence Surrounding Divorce: A Record-Linkage Study of Wives and Their Husbands. *Journal of Marriage and Family*, 85(1).
- Ekawarna, H. (2018). *Manajemen Konflik dan Stres* (B. Fatmawati, Ed.). PT. Bumi Aksara.
- Faishol, I., & Azzahrah, F. (2022). Perceraian Disebabkan Perselingkuhan Studi Kasus Satu Keluarga di Kelurahan Oesapa Kupang. *Mutawasith: Jurnal Hukum Islam*, 5(1).
- Fiantika, F. R., Wasil, M., Jumiyati, S., Honesti, L., Wahyuni, S., Mouw, E., Jonata, Mashudi, I., Hasanah, N., Maharani, A., Ambarwati, K., Noflidaputri, R., Nuryami, & Waris, L. (2022a). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Y. Novita, Ed.). PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Fiantika, F. R., Wasil, M., Jumiyati, S., Honesti, L., Wahyuni, S., Mouw, E., Jonata, Mashudi, I., Hasanah, N., Maharani, A., Ambarwati, K., Noflidaputri, R., Nuryami, & Waris, L. (2022b). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Y. Novita, Ed.). PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Frankl, V. (2006). *Man's Search for Meaning*. Pocket Books.
- Giani, L., Amico, C., Crepaldi, C., Caputi, M., Scaini, S., Michelini, G., Forresi, B. (2025). Settings Order Article Reprints Open Access Article Adolescent-Reported Interparental Conflict and Related Emotional– Behavioral Difficulties: The Mediating Role of Psychological Inflexibility. *Pediatr*, 17(2).
- Goleman, D. (1994). *Emotional Intelligence*. Bantam Dell.
- Hadianti, S. W., Nurwati, N., & Darwis, R. S. (2017a). Resilensi Remaja Berprestasi dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14278>
- Hadianti, S. W., Nurwati, N., & Darwis, R. S. (2017b). Resiliensi Remaja Berprestasi dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai . *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14278>
- Hanan, A. F., Kusmawati, A., Putri, T. E., & Oktaviani, T. (2024). Pentingnya Dukungan Sosial terhadap Perilaku Self-Harm pada Remaja yang Merasa Kesepian. *Journal of Social Humanities and*

- Education, 3(1).
- Haq, V. I., Wicaksono, D. B. C. (2023). Quality of Life for Adolescents with Divorced Parents on Physical and Psychological Conditions in Indonesia: Literature Review. *Jurnal Riset Kesehatan*, 12(3).
- Hardiningtyas, D. R. (2011). *Dinamika Emosi pada Remaja yang Mengalami Perceraian*.
- Hasan, M., Harahap, T. K., Hasibuan, S., Rodliyah, L., Thalhah, S. Z., Rakhman, Hasanudin, Mukhlis, O. S., Noradin, M. F. B. M., Solehudin, E., Jubaedah, D. (2022). Phenomena of Domestic Violence Against Women and Divorce in 2020-2022 in Indonesia: An Islamic Perspective. *Al Manahij: Jurnal Kajian Hukum Islam*.
- Hess, S. (2022). Effects of Inter-Parental Conflict on Children's Social Well-Being and the Mediation Role of Parenting Behavior. *Applied Research Quality Life*, 17.
- Ismail, W., Zainuddin, A., & Suleman, Z. Zu. (2024). Implementasi Surat Edaran Mahkamah Agung Nomor 2 Tahun 2019 Terhadap Perlindungan Hukum Perempuan dan Anak dalam Perkara Cerai Gugat di Pengadilan Agama Gorontalo Kelas 1 A. *Jurnal Hukum Islam*, 5(2).
- Jie, C. L. K., Yramategui, J. J., Huang, R. (2025). Children and Divorce: A Rapid review Targeting Cognitive Dissonance, in the Context of Narrative Therapy. *Clin Child Psychol Psychiatry*, 30(2).
- Johnsen, I. O., Litland, A. S., Hallstrom, I. K. (2018). Living in Two Worlds - Children's Experiences After Their Parents' Divorce - A Qualitative Study. *Journal Pediatric Nurs*.
- Journal of Counseling of Education.
- Junaid, I. (2016). Analisis Data Kualitatif dalam Penelitian Pariwisata. *Jurnal Keoariwisata*, 10(1).
- Kakiy, F. (2023). *Dinamika Emosi Anak Broken Home*.
- Kasus Putusan Nomor 520/pdt.g/2021/pa.smg di Pengadilan Semarang.
- Kemenkes RI. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014.
- Kemenkes RI. (2022). Kesehatan Reproduksi Remaja: Permasalahan dan Upaya Pencegahan. Kesehatan Mental Anak. *Jurnal Pendidikan Kreativitas Pembelajaran*, 7(3).
- Khazaei, S., & Babaie, M. (2020). The Role of Cognitive Flexibility and Religious Coping Strategies in Predicting Divorce of Women with Betrayal Experience. *Journal of Human Relations Studies*, 2(4).
- Krasniqi, N. (2023). The Psychological Effects of Parental Divorce on the Behavior of Preschool Children. *Journal of Social Studies Education Research*, 14(2).
- Laursen, L. L., Madsen, K. B., Obel, C., Hohwu, L. (2019). Family Dissolution and Children's Social Well-Being at School: A Historic Cohort Study. *BMC Pediatric*, 19(449).
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Lerrick, J. A. S. (2021). dan Studi tentang Perceraian Orang tua Dampaknya terhadap Anak di Kelurahan Bonipoi Kota Kupang Provinsi Nusa Tenggara Timur . Undana Publikasi.
- Magdalena, S. M., Sudagijono, J. S., & Mulya, H. C. (2023). Hubungan antara Family Functioning dengan Kesiapan pada Mahasiswa Perantau. *Jurnal Experientia*, 11(1).
- Marcum, J. S. (2024). Perceived Childhood Paternal Betrayal Trauma: The Impact to Attachment and Interpersonal. *Paternal Betrayal Trauma*.
- Marwoko gatot. (2019). Psikologi Perkembangan Masa Remaja. *Journal Kopertais*. Masten, A. (2014). *Ordinary Magic: Resilience in Development*. The Guildford Press.
- Mendes, J. A. de A., & Ormerod, T. (2025). Uncertainty in Child Custody Cases After Parental Separation: Context and Decision-Making Process. *Trends in Psychology*, 33.
- Miralles, P., Godoy, C., Hidalgo, M. D. (2021). Long-term Emotional Consequences of Parental Alienation Exposure in Children of Divorced Parents: A Systematic Review. *Current Psychology*, 42.
- Mone, H. F. (2019). Dampak Perceraian Orang Tua terhadap Perkembangan Psikososial dan Prestasi Belajar. *Harmoni Sosial: Jurnal Pendidikan IPS*, 6(2).
- Mphaphuli, L. K. (2023). The Impact of Dysfunctional Families on the Mental Health of Children. *Intech Open*.
- Mutiah, D. (2023). Psikologi Keluarga Samara (Sakinah Mawadah Warahmah). Naganathan, P. T., & Yusoff, F. B. (2024). The Impact of Parental Divorce on the
- Noonan, C. B., & Pilkington, P. D. (2020). Intimate Partner Violence and Child Attachment: A

- Systematic Review and Meta-Analysis. *Child Abuse & Neglect*, 109.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Novitasari, A. S., & Khodijah. (2025). Dampak Perceraian Orang Tua terhadap
- Nugraha, A., Sugara, G. S., & Nurhanifa, F. (2023). Gambaran Gaya Koping (Coping Style) pada Pelaku Melukai Diri (Self Injury). *Journal of Innovative Counseling : Theory, Research & Practice*, 7(1).
- Nurdiana, & Mulayar, A. (2022). Dampak Perceraian Orang Tua terhadap Prestasi Belajar Anak pada Mata Pelajaran Agama Islam. *Jurnal Ushuluddin*, 24(2).
- Nurhasanah, N. A. dwi. (2023). Perkembangan Remaja berdasarkan Gender. *on Children's Mental Health. Thrive Health Science Journal*, 2(1).
- Practitioner's Guide. The Guilford Press.
- Pragholapati, A. (2021). Dampak Perceraian di Indonesia Systematic Literature Review. *Prosiding Konstelasi Ilmiah*.
- Prasetya, A. F., & Gunawan, I. M. S. (2018). *Mengelola Emosi*. K-Media.
- Prasetyo, A. (2022). Analisis perimbangan Hakim dalam Kasus Perceraian ( Studi
- Putri, T. A., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Resiliensi pada Remaja Korban Percerian Orang Tua. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6).
- Qodir Abdul, M. (2023). Perempuan, Ekonomi, dan Alasan Perceraian. *Jurnal Hadatarul Madaniah*.
- Rahayu Suslinda. (2023). Dampak Perceraian Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Remaja di Smp Negeri 22 kota Jambi.
- Rahayu, S., Yulianti, & Rasimin. (2023). Dampak Perceraian terhadap Perkembangan Sosial Emosional Remaja di SMP Negeri 22 Kota Jambi. *Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 6(3).
- Romadhona, A., Kuswanto, C. W. (2024). Dampak Fatherless terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(1).
- Rosita, T., & Safitri, M. T. (2023). The Effect of Attachment on the Psychological Well-Being of Adolescents with Divorce Parental. *Proceedings of Siliwangi Annual International Conference on Guidance and Counselling*, 2(1).
- Salamung, N., Pertiwi, M. R., Ifansyah, M. N., Riskika, S., Maurida, N., Suhariyati, Primasari, N. A., Rasiman, N., Maria, D., & Rumbo, H. (2021). *Keperawatan Keluarga (Family Nursing)*. Duta Media Publishing.
- Sari, R. M., Fitria, L., Radyuli, P. (2025). Dampak Perceraian Orang Tua terhadap Kematangan Emosi Siswa Kelas XI Jurusan IPS di SMAN 3 Payakumbuh. *Journal of Research and Investigation in Education*, 3(1).
- Sembiring, M., Muhazir, & Mahrani, L. (2022). Perkembangan EMosi pada Anak Korban Perceraian Orang Tua pada Lingkungab 1 Kelurahan Damai Kecamatan Binjai Utara Kota Binjai. *Jumal Serunai Bimbingan dan Konseling*, 11(2).
- Sezer, F. (2025). How Divorce and Parental Loss Shape Children's Moral Growth
- Siahaan, K. N. A., & Suherman, A. (2024). Implementasi Yuridis dan Psikososial Anak sebagai Korban Perceraian Akibat kekerasan dalam Rumah Tangga. *Jurnal Kajian Hukum dan Kebijakan Publik*, 2(1).
- Sinaga, H. P., Putri, M. H., Munte, R. F., & Hasibuan, F. H. (2023). Gambaran Trauma yang Dialami Anak Korban Perceraian. *As-Syar'i : Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, 6(1).
- Singh, O. P. (2025). Qualitative Case Study on the Impact of Parental Divorce on Children's Social and Emotional Development in Wadajir District Mogadishu. *Journal of Social Science and Humanities*, 7(4).
- Siregar, N. S. S. (2012). Kajian tentang Interaksionisme Simbolik. *Jurnal Ilmu Sosial Fakultas Isipol UMA*, 4(2).
- Sitompul, B., Sitohang, K., Habahayan, Siringringo, J., Marbun, R., & Lumbatoruan, S. P. (2024). Tugas dan Tanggung Jawab Gereja: Peran Gereja terhadap Perselingkuhan dalam Keluarga Kristen. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(3).
- Social Development of Adolescents in Selangor, Malaysia . *International Journal for Studies on Children, Women, Elderly and Disabled*, 22.
- Spaan, E., Gaalen, R. V., Kalmijn, M. (2022). Disentangling the Long-term Effects of Divorce Circumstances on Father–Child Closeness in Adulthood. *Journal of Marriage and Family*, 84(5).
- Sugiyono. (2013a). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2013b).

- Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Alfabeta, CV.
- Susilowati, A. Y., & Susanto, A. (2020). Strategi Penyelesaian Konflik dalam Keluarga di Masa Pandemi COVID-19. *Hasanuddin Journal of Sociology*, 2(2).
- T. T. M. (2023a). Mental health and its determinants among adolescents living in families with separated or divorced parents in an urban area of Vietnam. *Osong Public Health and Research Perspectives*, 14(4), 300–311. <https://doi.org/10.24171/j.phrp.2023.0110>
- T. T. M. (2023b). Mental health and its determinants among adolescents living in families with separated or divorced parents in an urban area of Vietnam. *Osong Public Health and Research Perspectives*, 14(4), 300–311. <https://doi.org/10.24171/j.phrp.2023.0110>
- Taufik, & Amir. (2023). Pengaruh Pengelolaan Emosi terhadap Perilaku Agresif Siswa UPTD SMP Negeri 6 Barro. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(1).
- Thesalonika, & Apsari, N. C. (2021). Perilaku Self Harm atau Melukai Diri Sendiri yang Dilakukan oleh Remaja Self Harm or Self-Injuring Behavior by Adolescents. *Jurnal Pekerjaan Sosial*, 4.
- Tran, B. T., Nguyen, M. T., Nguyen, M. T., Nguyen, T. G., Duc, V. N. H., & Tran, Tran, B. T., Nguyen, M. T., Nguyen, M. T., Nguyen, T. G., Duc, V. N. H., & Tran, Trenggono, A., Achdiani, Y., & Nastia, G. (2025). The Effect of Parental Divorce
- Tristanto, A., Matulesy, A., & Haque, S. A. U. (2021). Perilaku Merokok pada Remaja Pengguna Rokok ELEktrik: Bagaimana sikap terhadap Teman Sebaya. *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(2).
- Umar. (2017). Pendekatan Social Exchange Perspektif George C. Homans. *Tajdid: Jurnal Pemikiran Keislaman dan Kemanusiaan*, 1(1).
- Wan, Z., Fang, S., Zhao, C. (2025). The Effect of Interparental Conflict on Non- Suicidal Self-Injury in Middle School Students: A Moderated Mediation Model of Self -Esteem and regulatory Emotional Sel-Efficacy. *BMC Psychology*, 13(384).
- Warsah, I., & Daheri, M. (2021). Psikologis: Suatu Pengantar . Tunas Gemilang Press.
- Wulandari, F. (2024). Peran Orang Tua Dalam Menanamkan Karakter Pada Anak (Studi di Desa Sumbergede Kecamatan Sekampung Lampung Timur).
- Wulandari, I., Hernisawati, & Tohir, M. (2019a). Kondisi Psikologis Remaja Akibat Kurangnya Perhatian Orangtua di Desa Balekencono. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 6(3).
- Wulandari, I., Hernisawati, & Tohir, M. (2019b). Kondisi Psikologis Remaja Akibat Kurangnya Perhatian Orangtua di Desa Balekencono. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 6(3).
- Young, J., Klosko, J., & Weishaar, M. (2003). *Schema Therapy: A*