

Gambaran Resiliensi Mahasiswa *Broken Home* Di Kota Semarang

Ubaidillah Achmad¹, Zamroni², Nailul Mukorobin³

¹ Mahasiswa Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang

² Dosen Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang

³ Dosen Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Corresponding Author

Email: zamroni@unissula.ac.id

ABSTRAK

Broken Home adalah kondisi keluarga yang tidak harmonis atau berantakan, yang bisa terjadi karena perceraian, perpisahan, atau kematian salah satu atau kedua orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi mahasiswa *broken home* yang menjalani studi di Kota Semarang. Pada tahap awal, dilakukan pra-penelitian dengan wawancara tidak terstruktur guna menguji instrumen pengumpulan data. Hasil pra-penelitian menunjukkan bahwa wawancara tidak terstruktur kurang efektif, sehingga instrumen tersebut direvisi menjadi wawancara semi terstruktur yang digunakan pada penelitian utama. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan naratif. Subjek penelitian terdiri dari 5 responden yang dipilih menggunakan metode *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi terstruktur, observasi dan dokumentasi. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa resiliensi pada mahasiswa *Broken Home* dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu dukungan sosial dan sumber daya (*I Have*), kepribadian dan identitas diri (*I Am*) serta kemampuan dan keterampilan (*I Can*). Proses resiliensi pada masing-masing subjek menunjukkan variasi tergantung pada pengalaman hidup, strategi coping yang digunakan, serta dukungan sosial yang diterima. Penelitian ini memberikan wawasan mendalam tentang bagaimana mahasiswa yang berasal dari keluarga *broken home* mampu menghadapi tantangan dalam kehidupan mereka dan tetap mencapai keberhasilan di bidang akademik maupun personal. Temuan ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi pihak-pihak yang ingin memahami atau mendukung individu dengan latar belakang serupa.

ABSTRACT

Broken Home refers to a condition of a family that is not harmonious or is disorganized, which may occur due to divorce, separation, or the death of one or both parents. This study aims to explore the resilience of university students from broken homes who are studying in Semarang City. In the initial phase, a pilot study was conducted using unstructured interviews to test the data collection instrument. The results of the pilot study indicated that unstructured interviews were less effective, so the instrument was revised to a semi-structured interview format for

the main study. This research employs a qualitative method with a narrative approach. The research subjects consisted of five respondents selected through purposive sampling. Data collection techniques included semi-structured interviews, observation, and documentation. Based on the findings, it can be concluded that resilience among students from broken homes is influenced by various factors, namely social support and resources (I Have), personality and self-identity (I Am), and abilities and skills (I Can). The resilience process in each subject showed variations depending on life experiences, coping strategies used, and the social support received. This study provides in-depth insights into how students from broken homes are able to face challenges in their lives while achieving success in both academic and personal domains. These findings are expected to serve as a reference for those who seek to understand or support individuals with similar backgrounds.

Keywords: *resilience, broken home, university students.*

1. PENDAHULUAN

Broken home adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan sebuah keluarga yang sudah berpisah dan tidak hidup bersama lagi atau hubungan keluarga yang tidak harmonis. *Broken home* juga dapat diartikan sebagai keadaan keluarga yang tidak berfungsi sebagai sebuah keluarga yang rukun, tenteram, dan sejahtera, karena sering terjadi kerusuhan dan konflik yang berujung pada pertengkaran dan perceraian. *Broken home* bisa berdampak pada kehidupan emosional dan psikologis anak-anak yang terlibat.

Aziizirrahman & Trisno, (2023) menyatakan *broken home* merupakan kondisi yang tidak baik bagi anak, karena dalam keluarga *broken home* anggota keluarga tidak utuh, tidak memahami dan tidak mendukung satu dengan yang lain. Seseorang yang berasal dari keluarga *broken home* akan memiliki dampak pada psikologisnya. *Broken home* dapat berdampak buruk pada anak dengan cara yang berbeda dalam hidupnya, dan ada banyak kejadian yang menyebabkan efek tersebut seperti pola asuh tunggal yang dapat memengaruhi anak secara emosional, sosial, dan pendidikan (Ariyanto, 2023). Namun, tidak selamanya anak yang memiliki keluarga *broken home* akan mempengaruhi emosional, sosial, dan pendidikan nya, sebab seiring dengan berjalannya waktu, individu akan mampu untuk melakukan resiliensi.

Tugade & Frederickson dalam Rifanela, (2023) menyatakan bahwa setiap orang memerlukan resiliensi. Resiliensi merupakan situasi yang dapat menimbulkan berbagai tekanan dan rintangan dimana individu akan memiliki kemampuan untuk dapat beradaptasi dengan baik, selain itu resiliensi juga dapat mengubah hidup seseorang menjadi lebih baik (Atriani, 2022). Resiliensi sangat penting bagi anak *broken home*, karena dengan adanya kemampuan resiliensi anak dapat bangkit serta mencari dan menemukan kebahagiaan mereka sendiri meskipun berasal dari keluarga yang *broken home*. Seseorang yang mampu mengembangkan resiliensi akan tetap tenang ketika dalam tekanan, mampu mengendalikan emosi, beradaptasi, memiliki empati yang tinggi melalui pengalaman dalam hidupnya (Katkardkk., 2021).

Resiliensi sangat penting bagi anak *broken home*, karena dengan adanya kemampuan resiliensi anak dapat bangkit serta mencari dan menemukan kebahagiaan mereka sendiri meskipun berasal dari keluarga yang *broken home*. Jika tidak memiliki kemampuan resiliensi, maka tidak menutup kemungkinan akan berpengaruh pada perkembangan sang anak kelak dan tidak heran jika banyak anak *broken home* yang stress, bahkan ada yang mengiris tangan nya dengan pisau dan lain sebagainya (Annisa Khaira G dkk, 2023). Grotberg dan Reivich yang telah diteliti oleh Permana, (2018) dijelaskan bahwa Grotberg memiliki tiga aspek yaitu aspek *I have*, *I am*, dan *I can*.

Remaja membutuhkan resiliensi yang akan menjadi salah satu kunci bagi yang keluarganya *broken home* untuk mampu menghadapi situasi yang disebabkan oleh keluarga (Devi & Tobing, 2024). Beberapa anak dari keluarga *broken home* ditemukan mampu membangun resiliensi dalam menghadapi permasalahan keluarganya (Ariyanto, 2023).

Hal ini didukung dengan pernyataan dari salah satu subjek sebagai berikut.

Petikan wawancara terhadap subjek ke-1

“ Motivasiiku ya untuk diriku sendiri ini, jangan putus atau patah hanya karena satu masalah, kamu berhak terbang tinggi dan harus terbang tinggi. Satu helai bulu pada sayap rusak bukan berarti merusak fungsi sayap secara keseluruhan, walau rusak tetaplah

tegak dan terbang. Pasti Tuhan... Gusti Allah ngasih cobaan buat itu karena memang Cuma kita yang mampu, kalo orang lain belum tentu sekuat kita, jadi... karena Allah percaya kita mampu jadi yaudah jalanin aja, karena pasti akan bisa dilalui dan aka nada hikmahnya dan ada nilai positifnya”

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, diperoleh bahwa subyek yang mengalami *broken home* menunjukkan bahwa mereka memiliki resiliensi dalam menjalani hidup, hal ini telah terkonfirmasi pada penelitian sebelumnya bahwa seseorang yang memiliki kemampuan resiliensi akan memiliki karakteristik yaitu efikasi diri yang baik dan meningkatkan aspek positif dalam dirinya (Karya, 2022). Seseorang yang melakukan resiliensi akan lebih mampu menerima serta ikhlas, dan menyibukan diri untuk masa depannya (Annisa Khaira G dkk, 2023). Seorang anak dari korban *broken home* yang tidak menunjukan perilaku negatif karena memiliki kemampuan untuk bertahan, terbiasa mengatasi kesulitan dan lebih mandiri (Sandra dkk, 2024).

Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa individu yang memiliki kemampuan resiliensi akan memiliki efikasi diri yang baik dan meningkatkan aspek positif dalam dirinya.

1.1 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dirumuskan bahwa permasalahan pada penelitian ini adalah terkait gambaran resiliensi mahasiswa *broken home* yang menjalani studi di Kota Semarang.

1.2 Tujuan Penelitian

1. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran resiliensi mahasiswa *broken home* yang menjalani studi di Kota Semarang.
2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor apa saja yang memengaruhi resiliensi pada mahasiswa *broken home* yang menjalani studi di Kota Semarang.

1.3 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

a. Bagi Instansi

Sebagai pertimbangan Universitas dalam meningkatkan prestasi belajar mahasiswa dari keluarga broken home dengan memberikan bimbingan yang tepat dalam pelaksanaan belajar mengajar.

b. Bagi Dosen

Sebagai pertimbangan untuk membantu men-support mahasiswa dari keluarga broken home dengan memberikan bimbingan yang tepat dalam pelaksanaan belajar mengajar.

c. Bagi Mahasiswa atau Umum

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memadukan kedua bidang karena resiliensi adalah hasil dari interaksi antara faktor internal (psikologi perkembangan) dan eksternal (psikologi sosial) oleh karena itu penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan bagi ilmu psikologi perkembangan dan psikologi sosial mengenai peran resiliensi dalam menghadapi dampak keluarga broken home.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan metode pendekatan pendekatan naratif. Pada tahap awal, dilakukan pra-penelitian dengan wawancara tidak terstruktur guna menguji instrumen pengumpulan data. Hasil pra-penelitian menunjukkan bahwa wawancara tidak terstruktur kurang efektif, sehingga instrumen tersebut direvisi menjadi wawancara semi terstruktur yang digunakan pada penelitian utama. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan naratif. Subjek penelitian terdiri dari 5 responden yang dipilih menggunakan metode *purposive sampling* yakni mahasiswa yang mengalami broken home. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi terstruktur, observasi dan dokumentasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk memahami resiliensi mahasiswa dari keluarga broken home. Data dikumpulkan melalui wawancara dan observasi terhadap 5 subjek dengan latar belakang keluarga yang berbeda. Subjek memandang *broken home* sebagai konflik internal keluarga yang berdampak pada kesejahteraan emosional. Beberapa subjek mengalami trauma, kesedihan, dan ketidakstabilan emosional.

Resiliensi mahasiswa dengan keluarga broken home :

- **Dukungan Sosial:** Keluarga, teman, dan lingkungan organisasi memberikan motivasi dan stabilitas emosional.
- **Kepribadian dan Identitas Diri:** Subjek menunjukkan optimisme dan keberanian untuk menjalani hidup meskipun dengan tantangan.
- **Kemampuan Mengatasi Masalah:** Subjek mengalihkan stres melalui kegiatan positif, seperti organisasi, olahraga, dan aktivitas sosial.

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi adalah dukungan keluarga, pengalaman masa lalu, prinsip hidup, dan kegiatan produktif menjadi kunci dalam membangun ketahanan psikologis.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran resiliensi pada mahasiswa dari keluarga broken home dapat disimpulkan bahwa Kemampuan Mengelola Emosi dan Trauma Masa Lalu. Resiliensi mahasiswa dari keluarga broken home tercermin dari kemampuan semua subjek mengelola emosi dan trauma yang diakibatkan oleh konflik keluarga. Subjek menunjukkan keberhasilan dalam meredam dampak psikologis negatif, meskipun awalnya mengalami kesulitan, seperti rasa kehilangan, kebingungan, atau kecewa terhadap orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa faktor internal, seperti tekad pribadi, menjadi salah satu elemen utama dalam membangun resiliensi.

Peran Dukungan Sosial dalam Meningkatkan Resiliensi. Dukungan sosial, baik dari teman, keluarga baru, maupun lingkungan, memainkan peran penting dalam proses pemulihan. Subjek seperti YKR dan AAO menunjukkan bahwa adanya figur pendukung dapat membantu mereka bangkit dari situasi yang sulit.

Sebaliknya, subjek yang kurang mendapatkan dukungan keluarga inti, seperti MRAA, lebih mengandalkan lingkungan sosial untuk mengatasi tekanan emosional.

Strategi Bertahan Menghadapi Tantangan Hidup. Strategi bertahan yang diterapkan oleh para subjek bervariasi, mulai dari menyalurkan energi ke dalam kegiatan positif seperti organisasi atau olahraga, hingga fokus pada pendidikan dan pencapaian pribadi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dari keluarga broken home cenderung mencari cara-cara produktif untuk mengatasi stres dan membangun masa depan yang lebih baik.

Makna Resiliensi dalam Kehidupan Subjek. Bagi para mahasiswa, resiliensi bukan hanya kemampuan untuk bertahan, tetapi juga untuk bangkit dan memperbaiki kehidupan. Meski dipengaruhi oleh pengalaman keluarga yang penuh konflik, semua subjek memiliki harapan untuk menciptakan kehidupan yang lebih harmonis dan stabil di masa depan, terutama dalam membangun keluarga yang subjek cita-citakan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi subjek dapat dikategorikan melalui Faktor Individu yang meliputi keyakinan dan rasa percaya diri, tujuan, harapan, dan rencana masa depan, kemampuan mengatasi masalah secara mandiri. Lalu Faktor Keluarga yang meliputi dukungan dari orang tua dan keluarga pola asuh yang memberikan rasa aman terhadap individu, inspirasi dan motivasi dari anggota keluarga. Faktor Eksternal yang meliputi dukungan sosial dari teman, guru, atau mentor, lingkungan yang positif dan mendukung, kesempatan untuk terlibat dalam organisasi atau komunitas. Faktor Keadaan Hidup yang meliputi keadaan sulit seperti kekurangan ekonomi, kehilangan, atau bencana alam, pengalaman trauma dan tekanan hidup yang berat. Faktor Spiritualitas yang terdiri dari keyakinan bahwa Tuhan selalu hadir membantu dalam kesulitan, prinsip hidup yang didasarkan pada nilai-nilai agama. Faktor Emosi yang terdiri sikap optimis dalam menghadapi tantangan, kemampuan untuk melihat sisi baik dari setiap permasalahan, regulasi emosi yang baik untuk mengurangi stres dan kecemasan. Faktor-faktor tersebut berkontribusi secara langsung maupun tidak langsung dalam

membentuk ketahanan individu terhadap berbagai tantangan hidup yang pernah di alami.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa Khaira G, Yeni Afrida, & Mawar Mustika Rahmi. (2023). Dinamika Resiliensi Pada Siswa Broken Home Di Sman 1 Iv Koto. *CENDEKIA: Jurnal Ilmu Sosial, Bahasa Dan Pendidikan*, 3(1), 56–67. <https://doi.org/10.55606/cendikia.v3i1.658>
- Ariyanto, K. (2023). Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Anak. *Metta : Jurnal Ilmu Multidisiplin*, 3(1), 15–23. <https://doi.org/10.37329/metta.v3i1.2380>
- Atriani, G. (2022). HUBUNGAN OPTIMISME TERHADAP RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI YANG SEDANG MENULIS SKRIPSI. *Academia.Edu*, April, 221955. https://www.academia.edu/download/85224143/GAUNGAN_20TANPA_20BAB_20IV.pdf
- Aziizirrahman, A., & Trisno, B. (2023). Strategi Guru Dalam Membimbing Belajar Siswa Broken Home di SD N 07 Kubang Putih. *Jurnal Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 3(2), 1118–1123.
- Devi, N. P. L. P., & Tobing, D. H. (2024). Resiliensi Pada Remaja dengan Latar Belakang Keluarga Broken Home. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 1390–1404. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>
- Karya, B. (2022). Dinamika Resiliensi Remaja Dengan Keluarga Broken Home Di Kelurahan Pendahara Kabupaten Katingan. *Anterior Jurnal*, 21(2), 78–85. <https://doi.org/10.33084/anterior.v21i2.3295>
- Katkar, K., Pungky, P., & Utami, R. R. (2021). Pelatihan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Surya Masyarakat*, 4(1), 89. <https://doi.org/10.26714/jsm.4.1.2021.89-96>
- Permana, D. (2018). Peran Spiritualitas Dalam Meningkatkan Resiliensi Pada Residen Narkoba. *Syifa Al-Qulub*, 2(2), 21–32. <https://doi.org/10.15575/saq.v2i2.2972>
- Rifanela, H. (2023). Resiliensi Remaja Keluarga Broken Home di Kelurahan Sawah Kecamatan Ciputat Kota Tangerang Selatan. In *AT-TAWASSUTH: Jurnal Ekonomi Islam: Vol. VIII* (Issue I).
- Sandra, R., Sulastri, S., & Proborini, R. (2024). Resiliensi pada Anak Remaja dari Keluarga Broken Home. *Absorbent Mind: Journal of Psychology and Child Development*, 4(1), 115–126. <https://doi.org/10.37680/absorbent>