

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Resiliensi**

##### **1. Pengertian Resiliensi**

Teori yang dikemukakan oleh Block resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan yang melibatkan penyesuaian diri yang tinggi dan luwes ketika dihadapkan oleh tekanan eksternal maupun internal (Farkas & Orosz, 2014). Resiliensi merupakan kemampuan individu dalam menghadapi, melewati serta mengatasi kesulitan terhadap hambatan dan rintangan yang sedang dihadapi (Grotberg, 2001). Menurut (Reivich & Shatté, 2002) resiliensi adalah kemampuan beradaptasi dan mengatasi kejadian yang sulit dalam menghadapi permasalahan. Bertahan dalam tekanan, kesengsaraan atau traumatis yang terjadi dalam kehidupannya.

Fernanda & Rojas (2015) menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan dalam menghadapi tantangan, resiliensi akan muncul ketika individu dihadapkan pada pengalaman sulit dan mampu menghadapi serta beradaptasi dengan keadaan. Keye dkk (2013) menyebutkan bahwa resiliensi merupakan upaya dalam mempertahankan kestabilan psikologis menghadapi stress. Menurut Maesaroh (2019) Resiliensi remaja merupakan pandangan remaja terhadap kemampuan bertahan dalam situasi yang penuh tekanan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu mengatasi dan melewati keadaan sulit, tertekan oleh faktor internal maupun eksternal yang dialami dalam permasalahan yang sedang dihadapi oleh individu.

## 2. Aspek-aspek Resiliensi

Aspek-aspek dalam resiliensi menurut Reivich & Shatte (2002) yaitu:

### a. *Emotion Regulation*

*Emotion Regulation* adalah kemampuan untuk tetap tenang dalam keadaan terterkan.

### b. *Optimism*

*Optimism* adalah kepercayaan diri melihat masa depan. *Optimism* yang dimiliki oleh individu menandakan kepercayaan diri terhadap kemampuan untuk mengatasi musibah yang akan terjadi di masa depan.

### c. *Causal Analys*

*Casual analysi* adalah kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan yang sedang dihadapi secara akurat.

### d. *Self Efficacy*

*Self Efficacy* adalah memaparkan keyakinan bahwa mampu memecahkan masalah dan mencapai kesuksesan. Kepercayaan terhadap kompetensi yang dimiliki individu untuk berusaha, dalam situasi

dengan banyaknya rintangan dan mempengaruhi kemampuan untuk mempertahankan harapan.

e. *Impulse Control*

*Impulse control* adalah kemampuan dalam mengendalikan dorongan, keinginan, kesukaan dan tekanan dalam diri.

f. *Reaching Out*

*Reaching out* adalah kemampuan mengambil aspek positif terhadap musibah yang terjadi.

g. *Empathy*

*Empathy* adalah kepekaan individu dalam membaca kondisi psikologis dan kondisi emosional individu lain.

### 3. Faktor-faktor Resiliensi

Dalam memahami resiliensi terdapat dua faktor yaitu faktor protektif dan faktor resiko. Protektif faktor atau faktor-faktor pencegah yang mengacu pada adanya *positive adjustment* sebagai reaksi menghadapi permasalahan dan faktor-faktor yang menyebabkan permasalahan sebagai faktor resiko Karina (dalam Dewi, 2014).

a. Faktor Resiko

Faktor resiko adalah faktor-faktor yang mempengaruhi potensi resiko yang dipengaruhi oleh permasalahan yang sedang dihadapi oleh individu serta meningkatkan individu melakukan perilaku negatif. Faktor resiko dapat berasal dari faktor eksternal seperti keluarga dan faktor internal yang berasal dalam diri. Nasution dalam (Dewi, 2014).

#### b. Faktor Protektif

Faktor yang kedua adalah faktor yang berasal dalam positif adjustment yang mengarahkan perlindungan terhadap faktor resiko saat menghadapi adversity atau kemalangan (Nasution dalam Dewi, 2014). Faktor protektif yang berasal dari adanya *positive adjustment* dimana faktor ini mengarahkan pada perbaikan atau perlindungan terhadap faktor resiko saat menghadapi adversity atau kemalangan.

### **B. Remaja Dari Orang tua Yang Bercerai**

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Tahapan masa remaja dibagi menjadi tiga. Remaja awal yaitu usia 12 atau 13 tahun sampai dengan 17 atau 18 tahun dan remaja akhir 17 atau 18 tahun sampai dengan 21 atau 22 tahun (Agustriyana, 2017). Masa remaja merupakan masa labil dimana remaja berusaha mencari jati diri dan berusaha menyerap informasi tanpa memikirkan baik dan buruknya Hurlock dalam (Kumalasari, 2012)

Keluarga merupakan tempat pertama untuk remaja dalam belajar dan menanamkan nilai-nilai kehidupan (Asriandari, 2015). Keluarga memiliki fungsi untuk memperhatikan kesejahteraan dan perkembangan sosial, fisik psikis pada setiap anggota keluarga (Walsh, 2003). Keluarga secara struktural didefinisikan sebagai kelompok anggota keluarga yang terdiri dari orang tua, anak dan saudara (Lestari, 2012). Gagalnya fungsi keluarga karena perceraian yang terjadi pada orang tua mendorong kurangnya kedekatan antara orang tua dengan remaja (Peter, 2015).

Konflik yang terjadi dalam keluarga terutama pada suami istri sebagai orang tua yang tidak dapat menyelesaikannya dengan tuntas menjadikan perceraian sebagai alternatif untuk menyelesaikan masalah (Sari dkk, 2015). Keputusan perceraian yang dilakukan orang tua dapat mengakibatkan kesedihan dan depresi baik pada masa kanak-kanak maupun memasuki usia remaja yang berdampak pada emosional jangka panjang (Altundağ 2014).

Perceraian merupakan perpisahan yang dilakukan oleh suami dan istri yang diputuskan secara sah oleh hukum dan agama disebabkan adanya hilangnya ketertarikan, kepercayaan dan kecocokan sehingga terjadi ketidak harmonisan dalam rumah tangga (Untari, 2018). Dalam agama islam perceraian diatur dalam ilmu yang mengizinkan perceraian sepihak tanpa campur tangan dari lembaga pengadilan (Burlian, 2016). Perceraian memberikan dampak bagi setiap anggota keluarga dan menimbulkan banyak perubahan baik secara fisik, mental maupun komunikasi di dalam keluarga. Remaja merupakan salah satu individu yang terkena dampak perceraian dalam keluarga (Asriandari, 2015).

Remaja dengan orang tua bercerai menurut Supratman (2015) memiliki dampak terhadap perkembangan konsep diri dan perceraian orang tua menimbulkan konsep diri yang negatif bagi remaja. Remaja dengan orang tua bercerai lebih rentan mengalami stress dibandingkan dengan remaja dari keluarga yang utuh (Wahyu dkk, 2017). Perkembangan di masa remaja membutuhkan kasih sayang dan perhatian lebih dari orang tua, remaja dari

orang tua akan berusaha mencari perhatian dan kasih sayang dari orang tua (Praptomojati, 2018).

Menurut Aryadelina & Laksimiwati (2019) remaja setelah dengan orang tua bercerai akan melalui proses *succumbing* dengan situasi sulit yang dialami oleh remaja. Kemudian, remaja dengan tahap *survival* dikarenakan dukungan dari faktor internal maupun eksternal remaja. Memasuki fase *recovery* remaja mulai menerima keadaan sulit dengan peran dengan peran keluarga dan keyakinan dalam diri dengan melihat sisi positif ditengah situasi. Kemudian remaja akan memasuki tahap resiliensi yaitu remaja bangkit dari keadaan yang sulit.

### C. Kerangka Pikir

Resiliensi dimaknai sebagai kemampuan individu untuk bangkit dari keterpurukan sehingga menjadi pribadi yang lebih kuat dalam menghadapi masalah. Resiliensi dibutuhkan oleh remaja untuk menyesuaikan diri dan dapat mengembangkan dirinya dengan baik sesuai dengan kemampuan yang dimiliki oleh remaja (Widuri, 2012).

Remaja disebut dengan masa peralihan yang sedang mengalami perkembangan psikologis dan fisiologis dapat menyebabkan kecemasan (Azizah, 2013). Orang tua memiliki peran membentuk perilaku emosional dan sosial pada remaja. Remaja yang orang tuanya bercerai sulit untuk mendapatkan perhatian orang tua yang dapat menyebabkan kurang terkontrolnya perilaku pada remaja (Cipta, 2017).

Perceraian (*divorce*) merupakan peristiwa perpisahan suami istri secara resmi untuk tidak menjalankan kewajiban sebagai suami istri (Dariyo, 2004). Dalam islam talak merupakan lembaga hukum yang dijadikan alternatif terakhir dari perselisihan pada suami istri yang sudah tidak dapat dipertahankan kembali (Makmum, 2015)

Perceraian memberikan pengaruh terhadap perkembangan anak yang mempengaruhi aspek psikologis, biologis, sosial dan spiritual anak. Kemampuan resiliensi sangat diperlukann untuk membantu mengatasi dampak perceraian orang tua yang sulit diterima oleh anak ( Nurwati, 2017). Aspek-aspek yang dapat membentuk resiliensi yaitu *emotion regulation, impulse control, self efficacy, reaching out, empathy, causal analysi, optimism*Reivich & Shatte(2002).

Dalam memahami resiliesi terdapat dua faktor yaitu faktor protektif dan faktor resiko. Protektif faktor atau faktor-faktor pencegahyang mengacu pada adanya *positive adjustment* sebagai reaksi menghadapi permasalahan dan faktor-faktor yang menyebabkan permasalahan sebagai faktor resiko Karina dalam (Dewi, 2014).

Berdasarkan uraian kerangka berfikir maka diperlukan resiliensi bagi remaja yang orangtunya bercerai. Untuk menjadi remaja yang resilien diperlukan kemampuan yang memiliki *emotion regulation, impulse control, self efficacy, reaching out, empathy, causal analysi, optimism*. Dalam memahami resiliensi terdapat dua faktor yang mempengaruhi resiliensi yaitu faktor resiko dan protektif faktor.

Bagan kerangka berfikir penelitian ini sebagai berikut:

