

## Perbedaan Penyesuaian Diri pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua ditinjau dari Jenis Kelamin

### *Differences in Self-Adjustment in Adolescent Victims of Parental Divorce Reviewed by Gender*

Shania Dhita Thahirah F Nasution<sup>(1)</sup> & Eryanti Novita<sup>(2\*)</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Univeritas Medan Area, Indonesia

Disubmit: 01 Juli 2025; Direview: 21 Juli 2025; Diaccept: 03 Agustus 2025; Dipublish: 05 Agustus 2025

\*Corresponding author: eryantinovita@staff.uma.ac.id

#### Abstrak

Penelitian ini bertujuan guna mengetahui perbedaan penyesuaian diri pada remaja korban perceraian orang tua ditinjau dari jenis kelamin. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ialah "terdapat perbedaan penyesuaian diri pada remaja korban perceraian orang tua ditinjau dari jenis kelamin" jumlah sampel pada penelitian ini 73 mahasiswa fakultas psikologi universitas medan area tahun ajaran 2024/2025 yang dipilih berdasarkan purposive sampling, yaitu teknik pengumpulan data dimana sampel dipilih berdasarkan kriteria yang ditetapkan. Penelitian ini menggunakan teknik kuantitatif guna mengumpulkan data dengan menggunakan satu skala, yaitu skala penyesuaian diri. untuk mengolah data, digunakan uji hipotesis yang terdiri mulai uji normalitas, uji homogenitas, dan uji perbedaan (uji-t). Hasil analisis data yang dilakukan menunjukkan koefisien uji-t sejumlah 3,134 dengan taraf signifikansi 0,001 ( $P < 0,05$ ). Dengan demikian, terdapat perbedaan penyesuaian diri antara laki-laki dan perempuan korban perceraian orang tua, dengan nilai rerata aktual sejumlah  $50,30 \pm SD 16,54$  untuk laki-laki dan  $45,12 \pm SD 9,68$  untuk perempuan, maka hipotesis penelitian ini diterima.

**Kata Kunci:** Penyesuaian Diri; Jenis Kelamin; Remaja Korban Perceraian Orang Tua.

#### Abstrack

*This study aims to determine the differences in self-adjustment in adolescent victims of parental divorce in terms of gender. The hypothesis proposed in this study is "there are differences in self-adjustment in adolescent victims of parental divorce in terms of gender" the number of samples in this study was 73 students of the Faculty of Psychology, Medan Area University, academic year 2024/2025 who were selected based on purposive sampling, which is a data collection technique where samples are selected based on established criteria. This study uses a quantitative method to collect data using one scale, namely the self-adjustment scale. To process the data, a hypothesis test was used consisting of a normality test, a homogeneity test, and a difference test (t-test). The results of the data analysis carried out showed a t-test coefficient of 3.134 with a significance level of 0.001 ( $P < 0.05$ ). Thus, there is a difference in self-adjustment between male and female victims of parental divorce, with an actual mean value of  $50.30 \pm SD 16.54$  for males and  $45.12 \pm SD 9.68$  for females, so the research hypothesis is accepted.*

**Keywords:** Adjustment; Gender; Teenagers Victims of Parental Divorce.

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v6i3.798>

#### Rekomendasi mensitasi :

Thahirah, S. A. & Novita, E. (2025), Perbedaan Penyesuaian Diri pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua ditinjau mulai Jenis Kelamin. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 6 (3): 1074-1083.

## PENDAHULUAN

Manusia ialah makhluk sosial dan terdapat tahapan atau fase dalam kehidupannya sejak dalam kandungan hingga akhir hayat seseorang. Setiap tahapan tersebut memiliki perubahan dan perkembangannya masing-masing, termasuk pada saat masa remaja. Erikson (dalam Papalia & Feldman, 2012) menyatakan bahwasannya masa remaja ini memiliki tantangan tahap psikososial berupa kebingungan identitas dan peran. Apabila terdapat kestabilan identitas yang meliputi identitas karier, politik, spiritual, intelektual, seksual, identitas budaya, minat, kepribadian, identitas fisik, dan identitas hubungan, maka remaja dapat dikatakan telah berhasil menyelesaikan tugas perkembangan tersebut (Santrock, 2012). Apabila ditelusuri lebih lanjut, dapat diketahui bahwasannya seluruh identitas yang termasuk dalam kestabilan identitas remaja tersebut berkaitan erat dengan kehidupan sosial individu. Apabila remaja memiliki keterampilan adaptasi sosial yang baik, maka mereka dapat menjalani kehidupan sosial yang bagus.

Masa remaja ialah masa perubahan mulai masa anak-anak menuju masa dewasa. Pada saat ini, remaja dianggap lebih rentan terhadap pengaruh eksternal karena mengalami fluktuasi emosi yang menyertai pertumbuhan dan perubahan. Sangat penting bagi mereka guna mempelajari berbagai aspek kehidupan pada masa ini. Menurut WHO, usia remaja diartikan sebagai usia 10 tahun sampai 19 tahun. Usia remaja ialah saat transisi dari usia anak-anak menuju masa dewasa, yaitu antara usia 10 tahun dan 24 tahun (Rosyida, 2020). Sesuai Peraturan Nomor 25 Tahun 2014 oleh Menteri Kesehatan,

remaja diartikan sebagai sekelompok orang yang berusia antara 10 sampai dengan 18 tahun. Usia remaja ialah masa transisi mulai dari masa anak-anak menuju masa dewasa (Bancin 2022). Pada saat transisi mulai dari masa anak-anak menuju masa remaja ini, manusia mengembangkan karakteristik serta konsep diri yang abstrak kemudian menjadi lebih individualis. Remaja mulai melihat dirinya sendiri berdasarkan penilaian dan kriterianya, serta kurang memperhatikan interpretasi yang didasarkan pada perbandingan sosial. Remaja pada tahap ini memperoleh karakteristik yang unik. Remaja menunjukkan keinginan untuk meniru apa yang dilihatnya, area sekitar, dan lingkungannya (Rosyida, 2020).

Perceraian diartikan sebagai hasil putusan hakim yang menyatakan putusnya perkawinan berdasarkan permohonan salah satu pihak. Kata "cerai" berasal mulai bahasa Indonesia "cerai" yang berarti "pemisahan". Perceraian secara umum diartikan sebagai pelepasan ikatan perkawinan. Undang-Undang Nomor 7 Tahun 1989 tentang "Undang-Undang tentang Peradilan Agama dan Kompilasi Hukum Islam" mengenal dua jenis perceraian, yaitu mediasi perceraian dan gugatan cerai. Mediasi perceraian ialah prosedur di mana suami mengajukan gugatan cerai terhadap istrinya di pengadilan agama. Sedangkan gugatan cerai ialah prosedur dimana istri menyodorkan gugatan perceraian kepada suaminya (Subardhini, 2020). Perceraian memberikan dampak yang cukup besar dan dirasakan oleh seluruh anggota keluarga. Hal ini didukung oleh Dagun (dalam Jenz & Apsari, 2021) yang menjelaskan bahwasannya perceraian

lebih banyak berdampak pada remaja karena pada usia tersebut mereka mulai lebih memahami tentang pengertian perceraian dan sebab akibat yang ditimbulkannya seperti permasalahan ekonomi, masyarakat, dan faktor lainnya. Mulai hal tersebut dapat kita lihat bahwasannya banyak permasalahan yang diakibatkan oleh hilangnya peran ayah atau ibu atau bahkan keduanya akibat perpisahan orang tua.

Perceraian memberikan dampak yang cukup besar dan dirasakan oleh seluruh anggota keluarga. Hal ini didukung oleh Dagun (dalam Alfaruqi, 2023) yang menjelaskan bahwa perceraian lebih banyak berdampak pada remaja karena pada usia tersebut mereka mulai lebih memahami tentang pengertian perceraian dan sebab akibat yang ditimbulkannya seperti permasalahan ekonomi, masyarakat, dan faktor lainnya. Mulai hal tersebut dapat kita lihat bahwa banyak permasalahan yang diakibatkan oleh hilangnya peran ayah atau ibu atau bahkan keduanya akibat perpisahan orang tua.

Penyesuaian diri ialah suatu proses dinamis berupa perubahan yang terus menerus yang bermaksud mengubah perilaku manusia supaya tercipta hubungan yang lebih baik antara individu dengan lingkungan sekitarnya. Menurut Cartono (dalam Siregar & Koustanti, 2020), penyesuaian diri ialah salah satu usaha yang dilakukan oleh individu guna mencapai keselarasan antara dirinya dengan lingkungannya. Berdasarkan pengertian tersebut dapat diartikan sebagai orang yang memiliki kemampuan guna menciptakan hubungan yang serasi antara dirinya dengan lingkungannya. Sebagai proses penyesuaian diri, manusia

berusaha untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya sampai dapat tercipta hubungan yang serasi, memuaskan, dan saling mendukung terkait dirinya dengan lingkungan tempatnya berada (Hidayati & Farid, 2016). Penyesuaian diri ialah salah satu proses yang senantiasa berubah dan dinamis yang bertujuan guna mengubah perilaku individu supaya tercipta hubungan yang lebih baik antara individu dengan lingkungan sekitarnya. Dalam proses penyesuaian diri, individu berusaha guna menyesuaikan diri dengan lingkungannya sehingga dapat tercipta hubungan yang serasi, memuaskan, dan saling mendukung antara dirinya dengan lingkungannya (Hidayati & Farid, 2016).

Penyesuaian diri ialah perjalanan yang berkesinambungan di mana seorang individu terus belajar dan berkembang saat menghadapi berbagai situasi dan pengalaman hidup. Mulai pendapat mereka, dapat disimpulkan bahwa adaptasi sangat penting bagi remaja, terutama mereka yang sedang mengalami perceraian orang tuanya. Menurut Sundari (dalam Hidayati & Farid, 2016), adaptasi pada remaja ialah kemampuan guna merencanakan dan mengatur respons supaya dapat mengatasi dan bertahan secara efektif dalam menghadapi berbagai konflik, kesulitan, dan frustrasi. Selain itu, penyesuaian diri juga mencakup kemampuan remaja guna memperoleh dan mengembangkan kematangan emosi, di mana remaja harus mampu mengatur reaksinya supaya dapat secara kompeten menghadapi tantangan hidup, menjaga stabilitas emosi, dan tumbuh menjadi individu yang matang secara emosional. Penyesuaian diri bertujuan guna menyeimbangkan emosi, khususnya

mengatasi hambatan dan menghindari ketidaknyamanan serta konflik yang berkaitan dengan diri sendiri dan norma sosial yang ada (Fahrezi & Diana, 2019). Penyesuaian diri ialah upaya guna membentuk emosi dalam diri sendiri dengan tetap memperhatikan norma dan aturan yang ada di lingkungan internal maupun eksternal.

Laki-laki dan perempuan secara alamiah berbeda secara fisik dan mental. Hal ini menyebabkan perbedaan kemampuan adaptasi diri antara laki-laki dan perempuan. Permasalahan kemampuan adaptasi diri berbeda antara laki-laki dan perempuan, seolah yang disampaikan oleh Hadiyono dan Khan (dalam Setiani & Sitasari 2021). Mereka mengemukakan bahwa laki-laki memiliki kemampuan adaptasi diri yang lebih baik dari pada perempuan, sedangkan perempuan memiliki faktor-faktor yang menghambat kemampuan adaptasi dirinya. Faktor-faktor yang terkait meliputi fleksibilitas diri yang rendah, kurangnya kemampuan beradaptasi dengan situasi yang berubah, dan kecenderungan menjadi keras kepala atau bingung ketika menghadapi perubahan atau tekanan.

Setelah melakukan observasi dan wawancara kepada sebagian remaja di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area ditemukan bahwa sebagian besar remaja memiliki masalah penyesuaian diri seperti sulit mendekati teman, sulit berteman karena lebih menyukai kegiatan individual, dan lain sebagainya. Selain itu, ada pula remaja yang mudah marah dan bersikap agresif terhadap teman-temannya. Hal ini menunjukkan bahwa buruknya penyesuaian diri remaja salah satunya disebabkan karena perceraian orang

tuanya, karena hasil observasi dan wawancara menunjukkan reaksi remaja tersebut yang negatif terhadap penyesuaian diri, sedangkan penyesuaian diri yang kurang baik ditandai dengan perilaku dan sikap yang tidak fokus, serba salah, emosional, membabi buta dan tidak realistis.

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada mahasiswa fakultas psikologi tahun ajaran 2024-2025 seperti yang sudah dijelaskan diatas, ternyata banyak mahasiswa yang memiliki kesulitan dalam penyesuaian diri akibat korban perceraian orang tua, oleh karena itu penelitian ini dibuat guna mengetahui perbedaan penyesuaian diri pada remaja korban perceraian ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan teknik kuantitatif komparatif. Model pendekatan penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bagaimana variasi dalam satu variabel terkait dengan variasi dalam satu atau lebih variabel lain dan disajikan dalam bentuk numeric atau angka-angka. Hal ini sejalan dengan Arikunto (2014) yang menyatakan bahwa penelitian kuantitatif ialah suatu pendekatan penelitian yang seringkali memerlukan hasil numerik mulai dari pengumpulan data, interpretasi data, dan penyampaian hasil. Prosedur yang dipakai dalam penelitian ialah model uji beda. Penelitian uji beda atau pengujian komparatif bertujuan guna melihat ada tidaknya perbedaan antar variabel yang diteliti (Sugiyono, 2016).

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan satu skala pengukuran, yaitu skala penyesuaian diri.

Menurut Sugiyono (dalam Hidayati & Savira 2021) dalam skala likert terdapat empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Setuju, Sangat Setuju. Jawaban diurutkan berdasarkan format jawaban yang paling tidak disenangi dan paling disenangi. Jawaban yang tidak disenangi yaitu (STS) Sangat Tidak Setuju diberi skor 4, (TS) Tidak Setuju diberi skor 3, (S) setuju diberi skor 2, (SS) Sangat Setuju diberi skor 1. Guna aitem yang disenangi, Sangat Setuju (SS) diberi skor 4, Setuju (S) diberi skor 3, Tidak Setuju (TS) diberi skor 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberi skor 1.

Analisis data menggunakan uji asumsi, berupa uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas bertujuan guna menunjukkan bahwa data penelitian yang dimaksud terdistribusi berdasarkan prinsip kurva normal. Tujuan uji homogenitas ini ialah guna menunjukkan bahwa varians kedua kelompok data sampel yang dibandingkan ialah sama, dengan demikian memastikan bahwa setiap perbedaan yang dihipotesiskan benar muncul dalam perbedaan antara kelompok, dan bukan perbedaan yang terjadi dalam kelompok. Dalam riset ini memakai metode Analisis Uji-t Sampel Independen. Teknik ini digunakan guna menganalisis perbedaan varians antara kelompok yang berbeda menurut (Gunawan, 2015).

Hipotesis diuji dengan menggunakan uji normalitas terkait kriteria apabila  $p > 0,05$  maka distribusi data dikatakan normal dan keterbaikannya apabila  $p < 0,05$  maka distribusi data dianggap tidak normal. Pada uji homogenitas dengan kriteria apabila  $p > 0,05$  maka distribusi dianggap seragam dan sebaliknya apabila

$p < 0,05$  maka distribusi dianggap tidak seragam. Untuk uji-t dengan kriteria  $p < 0,05$  maka terdapat perbedaan berdasarkan signifikansi dan sebaliknya apabila  $p > 0,05$  maka tidak terdapat perbedaan berdasarkan signifikansi, (Nuryadi, 2017).

Penelitian ini dilakukan terhadap 73 mahasiswa psikologi tahun ajaran 2024/2025 dengan memakai purposive sampling yaitu teknik pengumpulan data dimana sampel dipilih berdasarkan kriteria dan ciri-ciri yang telah ditetapkan, (Sugiyono, 2013).

Definisi operasional penyesuaian diri dalam penelitian ini dimaknai sebagai kemampuan individu untuk menghadapi perubahan dalam hidup dan memenuhi tuntutan diri sendiri dan lingkungannya guna mencapai kondisi atau tujuan yang diinginkan, yang mencakup respons mental dan perilaku guna memenuhi kebutuhan internal serta mengatasi ketegangan dan konflik yang muncul untuk mencapai keselarasan antara kebutuhan pribadi dan kebutuhan lingkungan sekitar.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, sebelum melakukan pengujian distribusi data, dilakukan beberapa langkah, seperti melakukan verifikasi reliabilitas dan validitas distribusi data menggunakan program *SPSS versi 21 for Windows*. Pertama, memulai dengan tahap validitas dan reliabilitas, guna melihat apakah sebaran data valid dan reliabel. Kemudian, melakukan pengujian Asumsi menggunakan uji normalitas dan uji homogenitas guna melihat apakah sebaran data normal dan homogen, serta menggunakan uji-t atau uji beda dan menentukan nilai mean hipotetik dan mean empirik.

Tabel 1 Hasil Perhitungan Uji Normalitas

Variabel	Rerata	SD	K-S	Sig	Keterangan
Penyesuaian Diri	48,85	8,147	1,252	0,821	Normal

Berdasarkan analisis tabel di atas, kita dapat melihat bahwa skala penyesuaian diri mengikuti distribusi normal. Distribusi ini didistribusikan menurut prinsip kurva normal. Sebagai kriteria, apabila  $p > 0,05$ , distribusinya dikatakan normal, dan sebaliknya, jika  $p < 0,05$ , distribusinya dikatakan tidak normal. Pada tabel di atas, signifikansinya ialah 0,821, dan apabila  $p > 0,05$ , dapat dikatakan bahwa distribusi datanya normal. Standar deviasi pada uji normalitas sejumlah 8,174 dengan mean atau rata-rata sejumlah 48,85.

Tabel 2 Hasil Perhitungan Uji Homogenitas

Variabel	F	Sig	Keterangan
Penyesuaian Diri	4,862	0,147	Homogen

Hasil analisis tabel diatas menunjukkan bahwa skala penyesuain diri menunjukkan variasi yang seragam. Sebagai kriteria, jika  $p > 0,05$ , distribusinya dinyatakan seragam, dan sebaliknya, jika

Tabel 4 Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik

Penyesuaian Diri	SD	Nilai Rata-rata		Keterangan
		Hipotetik	Empirik	
Laki-laki	16,56	40,5	50,30	Tinggi
Perempuan	9,68	40,5	45,12	Sedang

Pada tabel diatas terdapat mean empirik penyesuaian diri sejumlah 48,85 dan SD sejumlah 8,147 hasil tersebut dapat dilihat dibagian uji normalitas. Pada tabel perhitungan mean hipotetik dan empirik didapat hasil yaitu penyesuaian diri laki-laki memiliki nilai Standar Deviasi sejumlah 16,56 dengan nilai empirik sejumlah 50,30 dalam kategori tinggi, lalu pada penyesuaian diri perempuan terdapat nilai Standar Deviasi sejumlah 9,68 dan nilai empirik sejumlah 45,12 dalam kategori sedang.

$p < 0,05$ , distribusinya dinyatakan tidak seragam. Tabel uji homogenitas menunjukkan bahwa kedua kelompok sampel yang digunakan dalam penelitian ini berasal mulai sampel yang homogen. Hal ini ditunjukkan dengan koefisien homogenitas uji Levene  $F = 4,862$  dengan probabilitas 0,147 ( $P > 0,05$ ).

Tabel 3 Hasil Perhitungan Uji T-test

Variabel	T	P	Keterangan
Penyesuaian Diri	3,134	0,001	Hipotesis diterima

Berdasarkan hasil perhitungan analisis uji-t, ditemukan bahwa terdapat perbedaan penyesuaian diri terkait laki-laki dengan perempuan. Hasil ini dapat dilihat dari angka selisih (koefisien) uji-t sejumlah 3,134 pada taraf signifikansi 0,001 ( $P < 0,05$ ). Maka demikian, hipotesis adanya perbedaan adaptasi diri antara laki-laki dan perempuan diterima.

Hasil mean hipotetik didapat dengan cara 27 jumlah item yang valid lalu dikali dengan jumlah pilihan jawaban pada skala likert dan dibagi 2, maka hasilnya  $\{(27 \times 4) + (27 \times 1)\} : 2 = 40,5$  sedangkan mean empirik didapat dari hasil pengolahan data melalui SPSS dibagian mean atau tabel setelah pengolahan data selesai.

Berdasarkan hasil analisis dan penelitian menggunakan uji t-test diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penyesuaian diri antara laki-laki dan perempuan yang



menjadi korban perceraian orang tua, adapun nilai uji t-test sejumlah 3,134 dengan taraf signifikansi  $0,001 P < 0,05$  maka hipotesis penelitian dinyatakan diterima karena telah sesuai dengan kriteria dan kaidah yang berlaku.

Sementara itu didapatkan hasil bahwa laki-laki mengalami kesulitan penyesuaian diri yang lebih tinggi dari pada perempuan dapat dilihat mean empirik laki-laki sejumlah 50,30 dan mean empirik perempuan sejumlah 42,12. Perbedaan yang terjadi tidak cukup jauh, dengan nilai rata-rata kesulitan penyesuaian diri laki-laki dan perempuan berada dalam kategori “tinggi” dan “sedang”. Berdasarkan penelitian Brown & Portes (2006), menunjukkan bahwa anak laki-laki remaja menunjukkan lebih banyak gangguan perilaku pada saat perceraian sementara anak perempuan remaja mengalami peningkatan depresi.

Berdasarkan hasil skor rata-rata penelitian dengan kategori tinggi (50,30) laki-laki mengalami kesulitan menyesuaikan diri disebabkan oleh beberapa alasan yaitu, orangtua yang bercerai lebih mungkin guna menjadikan remaja laki-laki sebagai segitiga dalam konflik mereka dibandingkan perempuan, lalu seorang ibu yang bercerai lebih mungkin untuk membuat komentar negatif tentang mantan pasangannya, sering menggunakan laki-laki atau putranya sebagai teman curhat, pelindung dan pembantu sehingga mengganggu hubungannya dengan ayahnya (Brown & Portes, 2006).

Perceraian mengakibatkan alasan banyaknya anak di Indonesia merasakan kesulitan untuk penyesuaian diri, yang bermanifestasi sebagai masalah berperilaku, kesulitan dalam belajar, dan

mengurung diri dalam lingkungan sosial, Ningrum (dalam Naba'ul 2024). Orang yang berasal dari keluarga yang bercerai lebih mungkin menderita penyakit mental, dan orang yang bercerai dapat mengalami dampak ekonomi karena kebutuhannya menjadi lebih sulit dipenuhi karena perubahan situasi ekonomi, dan efek dampak sosial disebabkan perubahan hubungan dengan teman sebaya di sekitarnya (misalnya merasa malu dengan perubahan keadaan yang terjadi dalam keluarga) (Kurniawan et al., 2023).

Hal ini didukung oleh penelitian oleh Mone (2019) menunjukkan bahwasannya reaksi pertama terhadap perceraian orang tua ialah rasa frustrasi yang cukup kuat karena orang tersebut tidak dapat menerima kenyataan bahwasannya orang tuanya harus berpisah, sehingga mengakibatkan emosi negatif seperti sedih, marah, kecewa, dan takut. Salah satu mulai banyak dampak perceraian orang tua terhadap anak ialah kurangnya hubungan interpersonal dan keharmonisan, yang sejalan dengan Aqila (2022) yang menyampaikan bahwasannya bercerai memiliki akibat yang signifikan terhadap hubungan antara orang tua ke anak dalam hal penyampaian komunikasi, psikologi, Kesehatan terutama mental, dan pendidikan.

Menurut Ramadhani dan Krishnani (2019), anak yang terdampak perceraian dalam keluarganya sering kali merasa tidak mendapat kasih sayang dan perhatian dari orang tuanya, menunjukkan rasa cemas dan khawatir, serta merasa kehilangan tempat untuk tinggal dan bergantung. Responden merasakan penurunan kualitas pembelajaran mereka dan karenanya memiliki keinginan yang kuat guna mendapatkan dukungan dari

orang tua mereka, terutama dalam kegiatan akademis. Kurangnya perhatian dan dukungan mulai dari orang tua mengakibatkan kurangnya rasa percaya diri saat menghadapi permasalahan di lingkungan sosial. Remaja cenderung kurang percaya diri saat mengemukakan pendapat dan merasa malu dengan keadaannya sehingga sulit berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, mereka juga tidak mampu mengendalikan emosi saat melampiaskan kemarahan sehingga sulit beradaptasi dengan lingkungan sekitar.

Seseorang yang memiliki penyesuaian diri negatif tidak bisa menyampaikan dan mengendalikan pikiran, kebiasaan, emosi, sifat dan dorongan dari tindakannya ketika mengalami desakan dalam dirinya sendiri maupun masyarakat, serta tidak dapat menemukan keuntungan dalam kesempatan baru yang secara ideal dan rasional dapat memuaskan segala kebutuhannya (Yudha, 2018).

Penelitian oleh Magfirah (2024) dengan menggunakan teknik kuantitatif dengan tujuan untuk membandingkan kebahagiaan siswa di Al-Madinatuddiniyah Shamshudduha Integrated Daya berdasarkan jenis kelamin. Riset ini memakai Teknik atau cara pengambilan sampel probabilitas dengan memakai *simple random sampling* guna memilih sampel sebanyak 290 siswa. Sebagai hasil dari penelitian ini,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dengan perbedaan yang signifikan ( $0,000 < 0,05$ ). Ini menunjukkan bahwa ada perbedaan jenis kelamin dalam kebahagiaan siswa di Al-Madinatuddiniyah Shamshudduha Integrated Daya. Karena para siswi memiliki kemampuan yang baik dalam menjaga hubungan baik dengan

teman dan orang di sekitarnya, memiliki tujuan hidup, menjalankan semua kegiatan dan program yang ditetapkan oleh pondok dengan sepenuh hati, dan sangat fokus dalam menjalankan kegiatannya. Sekalipun ada tujuan yang tidak mungkin tercapai, mereka mampu bangkit dan mengejar tujuan yang telah ditetapkan. Di sisi lain, siswa laki-laki merasa tidak puas dengan kehidupan mereka di Dayah karena mereka tidak dapat menjalin hubungan baik dengan teman dan individu di sekitar mereka, mereka merasa tertekan dengan serangkaian aturan di Dayah, mereka bosan dengan jadwal dan kegiatan yang ketat di Dayah dan tidak terlibat sepenuhnya dalam memenuhi semua kegiatan dan aturan yang ditetapkan di Daya.

Terdapat penelitian relevan yang dilakukan oleh Yudha (2018) penelitian ini menunjukkan bahwa adaptasi anak korban perceraian disebabkan oleh guncangan emosional yang diterimanya pasca perceraian orang tuanya yang mengakibatkan anak cenderung kehilangan rasa percaya diri, keras kepala, kurang mandiri, dan mementingkan diri sendiri. Namun demikian, kelima subjek penelitian memiliki aspek adaptasi berupa kematangan emosi, kematangan intelektual, dan kematangan sosial. Dimensi-dimensi tersebut muncul karena adanya faktor-faktor sikap dasar, kondisi lingkungan, dan faktor-faktor motivasi, hingga muncul dua jenis pengaturan diri: positif dan negatif.

Terdapat penelitian relevan yang dilakukan oleh Putri (2022) Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja korban perceraian di Kecamatan Sawareba Baru, Bengkulu menunjukkan penerimaan



diri yang positif, yang tercermin mulai: 1) memahami sumber kebahagiaan dan kesejahteraan, memahami kelemahan diri dan cara mengatasinya, serta memahami ketakutan yang dirasakan dalam keluarga bercerai; 2) mampu mengevaluasi kehidupan secara lebih bermakna; 3) mengalami perubahan sikap ke arah positif, baik dalam perilaku maupun sikap mental saat ini; 4) sebab memilih tinggal bersama salah satu orang tua ataupun tidak bersama kedua orang tua, serta cara menikmati hidup dalam keluarga yang tidak lagi berantakan. 5) Teruslah berinteraksi dengan lingkungan sekitar dengan tetap percaya diri namun tidak berlebihan, buatlah orang-orang terdekat bahagia, dan selesaikan pendidikan tepat waktu. 6) Dapatkan dukungan mulai teman, keluarga bahkan tetangga dalam bentuk bantuan, nasihat dan dorongan.

## SIMPULAN

Berdasarkan pada hasil analisis dalam riset ini dapat ditarik kesimpulan bahwasannya terdapat perbedaan penyesuaian diri pada remaja korban perceraian orang tua, dilihat dari jenis kelamin. Hasil ini dapat diperoleh dengan menganalisis koefisien perbedaan pada tabel uji-t sejumlah 3,134 dengan koefisien signifikansi sejumlah 0,001 yang berarti nilai  $p < 0,05$ , sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Diketahui bahwasannya dari nilai rata-rata menunjukkan laki-laki memiliki kesulitan penyesuaian diri yang lebih besar dibandingkan perempuan. Nilai rata-rata penyesuaian diri laki-laki ialah 50,30, dan nilai rata-rata penyesuaian diri perempuan ialah 45,12.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfaruqi, M. M. D., & Laksmawati, H. (2023). Penyesuaian diri pada remaja pasca perceraian orang tua. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(03), 511-530.
- Aqila, F. Y., Prihartanti, N., & Asyanti, S. (2022). Peningkatan Penyesuaian Diri Remaja Panti Asuhan melalui Pelatihan Regulasi Emosi. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 297-306.  
<https://doi.org/10.15575/psy.v8i2.6681>
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis. Edisi Ketiga belas*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bancin, D., Sitorus, F., & Anita, S. (2022). Edukasi pendidikan kesehatan reproduksi (Kespro) remaja pada kader posyandu remaja lembaga pembinaan khusus kelas I Medan. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 3(1), 103-110.
- Brown, J. H., & Portes, P. R. (2006). Memahami Perbedaan Gender dalam Penyesuaian Anak terhadap Perceraian: Implikasi bagi Konselor Sekolah. *Jurnal Konseling Sekolah*, 4 (7), n7.
- Fahrezi, A., & Diana, R. (2019). Pola Asuh Co-Parenting Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja dengan Orangtua Bercerai (Broken Home). *Wacana*, 11(2), 196-212.  
<https://doi.org/10.13057/wacana.v11i2.146>
- Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep diri, adversity quotient dan penyesuaian diri pada remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02).  
<https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>
- Hidayati, S. A. R. A. N., & Savira, S. I. (2021). Hubungan antara konsep diri dan kepercayaan diri dengan intensitas penggunaan media sosial sebagai moderator pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 1-11.
- Jenz, F., & Apsari, N. C. (2021). Dampak perceraian orang tua pada prestasi anak remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(1), 1-10.
- Maghfirah, N., Julistia, R., & Amalia, I. (2024). Kebahagiaan Santri Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsyuddhuha. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 44-55.
- Mone, H. F. (2019). Dampak perceraian orang tua terhadap perkembangan psikososial dan prestasi belajar. *Harmoni Sosial: Jurnal Pendidikan IPS*, 6(2), 155-163.  
<https://doi.org/10.21831/hsjpi.v6i2.20873>

- Naba'ul, N. A., & Suryani, S. (2024). Pengalaman Remaja Pasca Perceraian Orang Tua dalam Penyesuaian Diri. *Proceedings of PsychoNutrition Student Summit*, 1(1), 209-218.
- Nurdiyantoro, B., Gunawan, M., & Marzuki, D. M. (2015). *Statistik terapan guna penelitian ilmu sosial*. Gadjah Mada University.
- Nuryadi, N., Astuti, D., Utami, S., & M Budiantara, M. B. (2017). *Dasar-dasar statistik penelitian*.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2012). *Menyelami perkembangan manusia (12th ed.)*. Penerbit Salemba Humanika.
- Putri, S. E. (2022) Penerimaan Diri Remaja Korban Perceraian Studi di Kelurahan Sawah Lebar Baru Kota Bengkulu (*Doctoral Dissertation*, Uin Fatmawati Sukarno Bengkulu).
- Ramadhani, P. E., & Krisnani, H. (2019). Analisis dampak perceraian orang tua terhadap anak remaja. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 2(1).
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development* (B. Widayanti (ed.); 13th ed.). Erlangga.
- Sari, T. I., & Rosyidah, R. (2020). Pengaruh Body Shaming terhadap Kecenderungan Anorexia Nervosa pada Remaja Perempuan di Surabaya. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 11(2), 202-217.
- Setiani, D., & Sitasari, N. W. (2021). Hubungan antara kemandirian dan penyesuaian sosial pada santri MTs Pondok Pesantren Assiddiqiyah. *JCA of Psychology*, 2(02).
- Siregar, A. O. A., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara gegar budaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa bersuku minang di universitas Diponegoro. *Jurnal empati*, 7(2), 474-490.
- Subardhini, M. (2020). *Perceraian Di Masa Pandemi Covid-19: Masalah dan Solusi*. In *Dinamika Keluarga Pada Masa Pandemi Covid-19*. Jakarta: UMJ Press.
- Sugiyono, (2016). *Teknik Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. cv.
- Sugiyono. (2013). *Teknik Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Yudha, B. A. (2018). Penyesuaian Diri Anak Korban Perceraian (Studi Kasus Di Panti Asuhan Utsman Bin Affan Ngluwar, Kabupaten Magelang) (*Doctoral Dissertation*, Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta).