

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Broken Home*

1. Pengertian *Broken Home*

Kamus Lengkap Psikologi *Broken Home* merupakan suatu keadaan dimana keluarga mengalami keretakan atau rumah tangga yang berantakan, keadaan keluarga atau rumah tangga tanpa hadirnya salah seorang dari kedua orang tua (ayah atau ibu) disebabkan oleh meninggal, perceraian, meninggalkan keluarga, dan lain-lain.¹

Menurut Sofyan S. Willis dalam bukunya yang berjudul *Konseling Keluarga (Family Counseling)* bahwa *Broken Home* dapat dilihat dari dua aspek yakni pertama keluarga itu terpecah karena strukturnya tidak utuh, sebab salah satu dari kepala keluarga itu meninggal dunia atau telah bercerai, yang kedua orang tua tidak bercerai akan tetapi struktur keluarga itu tidak utuh lagi karena ayah atau ibu sering tidak di rumah, dan atau tidak memperlihatkan hubungan kasih sayang lagi.²

¹ J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, terjemahan Kartini Kartono, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2008), h. 71.

² Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga (Family Counseling)*, (Bandung: Alfabeta, 2008), h. 66

2. Faktor – Faktor *Broken Home*

Beberapa faktor yang menjadi penyebab terjadinya *Broken Home* yaitu sebagai berikut :

1. Sikap Egosentrisme

Egoisme adalah suatu sifat mementingkan dirinya sendiri. Sedangkan egosentrisme merupakan sifat yang menjadikan dirinya sendiri sebagai pusat perhatian dari pihak lain yang diusahakan dengan segala cara agar mau mengikutinya. Egosentrisme antara suami istri merupakan salah satu penyebab terjadinya konflik dalam rumah tangga yang akhirnya berujung pada pertengkaran yang terjadi terus menerus. Adapun dampak yang ditimbulkan oleh egosentrisme ini terhadap anak yaitu timbulnya sikap membandel, sulit disuruh, dan suka bertengkar dengan saudaranya. Seharusnya orang tua memberi contoh sikap yang baik seperti saling bekerjasama, membantu, bersahabat, serta bersikap ramah.³

Egoisme atau egosentrisme dalam pembahasan ini diartikan sebagai suatu sifat atau kelakuan buruk yang dimiliki oleh orang tua dalam hal ini seseorang selalu mementingkan dirinya sendiri dan menjadikan dirinya sebagai pusat dari segala

³ Ibid., h. 15

hal, serta beranggapan bahwa orang lain tidaklah penting. Misalnya ibu yang biasanya selalu menemani anaknya belajar dan mengerjakan PR pada suatu waktu juga memiliki kesibukan membersihkan rumah yang berantakan, ibu lantas meminta ayah untuk membantunya menemani anaknya akan tetapi ayah menolak untuk membantu alasannya karena ayah sedang capek dan ingin istirahat, pada akhirnya pertengkaran antara ibu dan ayah pun terjadi karena hal tersebut. Pertengkaran yang terjadi antara kedua orang tua itu menjadi contoh yang tidak baik serta berdampak buruk bagi anak.

2. Kurang atau putus komunikasi diantara anggota keluarga terutama ayah dan ibu

Pada umumnya terjadi karena faktor kesibukan dan tentunya akan berakibat buruk apa lagi jika kurangnya komunikasi antar anggota keluarga tersebut terjadi dalam kurun waktu yang lama akan mengakibatkan anak remaja tidak terurus secara psikologis, mereka mengambil keputusan-keputusan tertentu yang membahayakan dirinya seperti bergaul dengan orang yang salah, merokok dan hal-hal negatif lainnya.⁴

Orang tua baik ayah, ibu atau bahkan keduanya yang

⁴ Ibid., h. 14

terlalu sibuk dalam bekerja sehingga sering meninggalkan rumah dalam waktu yang lama sehingga tidak memiliki banyak kesempatan untuk bertemu dan mengurus anak-anaknya padahal anak sangat mengharapkan belaian dan curahan kasih sayang dari kedua orang tuanya, hingga akhirnya anak pun memutuskan untuk mencari belaian dan kasih sayang dari pihak luar yang kemungkinan besar akan berdampak negatif pada diri anak. Selain itu Karena faktor kesibukan ini juga maka komunikasi dalam hubungan keluarga tidak berjalan sebagaimana mestinya, kedua orang tua akan saling menyalahkan dan akhirnya terjadilah berbagai konflik dalam lingkungan keluarga tersebut.

Keluarga yang biasanya orang tua tidak memiliki banyak waktu untuk berkomunikasi dengan pasangan maupun dengan anak, tidak ada banyak waktu dan kebebasan untuk saling mengungkapkan pengalaman, perasaan, serta pemikiran-pemikiran dengan anggota keluarga yang lainnya hingga akhirnya ini menjadi salah satu pemicu terjadinya keretakan dalam hubungan keluarga.

3. Masalah pendidikan

Masalah pendidikan sering menjadi penyebab terjadinya pertengkaran di dalam keluarga. Jika suami istri orang yang

lumayan berpendidikan, maka wawasan tentang kehidupan keluarga dapat dipahami oleh mereka. Sebaliknya jika suami istri tidak berpendidikan atau memiliki pendidikan yang rendah maka mereka sering tidak dapat memahami lika-liku keluarga, karenanya sering menyalahkan apabila terjadi persoalan dalam keluarga dan seringkali terjadi pertengkaran dalam hal ini mungkin akan mengakibatkan perceraian.⁵

Akan tetapi perlu juga kita ketahui bahwa faktor pendidikan orang tua terkadang juga tidak terlalu berpengaruh dalam hal ini, karena pada kenyataannya banyak sekali ditemukan keluarga yang salah satu atau bahkan kedua orang tuanya yang menjadi pemimpin dalam keluarga tersebut bukanlah orang yang berpendidikan tinggi, namun tidak menutup kemungkinan bahwa hubungan keluarga mereka tetap berjalan harmonis sebagaimana yang diharapkan.

4. Masalah kesibukan

Menurut Sofyan S. Willis kesibukan merupakan satu kata yang telah melekat pada masyarakat modern di kota-kota yang mana terfokus pada pencarian materi atau urusan ekonomi yang sudah tidak dapat dipungkiri lagi. Maka jika pemenuhan materi

⁵ Ibid., h. 18

tersebut tidak mampu terpenuhi kemungkinan besar akan berakibat pada terjadinya stres, pertengkaran dan pada akhirnya tidak menutup kemungkinan munculnya perceraian.⁶

Seorang ibu yang pada dasarnya berperan dalam mengurus rumah tangga serta menjadi pengasuh dan pendidik bagi anak-anaknya, namun jika ditemukan ada ibu yang juga berperan sebagai pencari nafkah tambahan bagi keluarga tentunya masih bersifat wajar selama pihak ibu masih bisa membagi waktu antara bekerja dengan mengasuh serta mendidik anak di rumah. Yang jadi permasalahan jika kedua orang tua baik ayah maupun ibu terlalu sibuk bekerja sehingga sangat sedikit waktu yang disediakan untuk bersama anak-anak di rumah, terutama jika kesibukan itu dilakukan oleh ibu, karena pada kenyataannya ibulah yang seharusnya lebih banyak meluangkan waktu untuk bisa bersama-sama dengan anak sedangkan ayah waktunya memang lebih banyak digunakan untuk mencari nafkah guna memenuhi kebutuhan keluarga akibatnya hubungan pertalian antara ibu dan anak tidak berlangsung kuat, hal inilah yang nantinya menjadi salah satu penyebab terjadi pertengkaran dan perpecahan dalam

⁶ Ibid., h. 16

keluarga.

5. Terjadinya konflik di lingkungan keluarga

Hubungan antara kedua yang tidak harmonis lantaran terjadinya konflik, perselisihan dan pertikaian atau bahkan memukul. Suami dan istri tidak mau mentaati peraturan dalam rumah tangga, alhasil mereka pun saling melangkah sendiri-sendiri sekehendak hati dan rumah tangga pun berantakan dan berjalan tanpa aturan.⁷

Pada kenyataannya pertengkaran, perbedaan pendapat, serta perselisihan yang terjadi dalam lingkungan keluarga merupakan hal yang normal dan wajar terjadi, hal ini disebabkan berbagai perbedaan pribadi yang ada pada mereka. Dimulai dari perbedaan yang sangat kecil yang kurang disadari hingga perbedaan besar yang akhirnya dapat menimbulkan pertentangan.

Secara teori anak memang lebih baik dibesarkan di lingkungan keluarga yang selalu serasi, namun dengan adanya pertengkaran-pertengkaran kecil antara orang tua juga bermanfaat bagi anak kedepannya nanti, anak akan mampu mengekspresikan kemarahannya dengan cara yang baik. Namun pertengkaran antara orang tua akan berakibat negatif bagi anak apabila berlangsung

⁷ Alex Sobur, Komunikasi Orang tua dan Anak, (Bandung: Angkasa, 1986)

secara terus menerus, apalagi jika anak melihat contoh kemarahan yang kasar dan berlebih-lebihan seperti menggunakan kata-kata kasar atau saling memaki, serta dalam bentuk tindakan fisik seperti pukulan.

6. Masalah ekonomi

Sofyan S. Willis mengemukakan dua jenis penyebab terjadinya keluarga *broken home* yaitu kemiskinan dan gaya hidup. Kemiskinan berdampak terhadap kehidupan keluarga. Misalnya disebabkan oleh istri yang banyak menuntut pada suami, sedangkan suami tidak sanggup memenuhi tuntutan-tuntutan istri dan anak-anaknya akan kebutuhan-kebutuhan yang diharapkan oleh istri dan anak, maka dari itu timbulah pertengkaran suami istri yang sering menjurus pada perceraian. Selain faktor kemiskinan, gaya hidup keluarga pun juga berpengaruh, misalnya jika seorang istri terbiasa mengikuti gaya hidup zaman sekarang yang serba modern, sedangkan suami hanya menginginkan gaya hidup biasa saja. Perbedaan antara suami istri ini akhirnya akan mengakibatkan terjadinya pertengkaran-pertengkaran yang sering mengarah pada terjadinya *broken home*.⁸

Faktor kemiskinan ini memang sangat berpengaruh bagi

⁸ Sofyan S. Willis, op.cit., h

kehidupan keluarga, karena bersumber dari faktor tersebut akan memunculkan banyak perpecahan antara dua orang tua, namun jika kita amati lagi di lingkungan masyarakat sekitar kita masih banyak ditemui kehidupan keluarga yang masih bisa berbahagia meskipun serba kekurangan. Hal ini dikarenakan mereka selalu bersyukur atas apa yang mereka miliki dan terus berusaha untuk mendapatkan yang lebih dari yang mereka miliki, selain itu mereka juga menyadari bahwa pertengkaran bukanlah jalan untuk menyelesaikan permasalahan.

7. Jauh dari agama

Segala sesuatu keburukan perilaku manusia disebabkan dia jauh dari agama yaitu *Dienul* Islam, sebab pada dasarnya Islam selalu mengajarkan kepada manusia untuk berbuat baik dan mencegah orang dari berbuat keji dan munkar. Sebaliknya jika keluarga jauh dari agama dan lebih mengutamakan materi dan dunia semata maka akan terjadi kehancuran pada keluarga tersebut, sebab dari keluarga tersebut akan lahir anak-anak yang tidak taat pada Allah dan kedua orangtuanya, dan bisa jadi mereka akan berbuat keji dan munkar pula.⁹

Sejalan dengan pemaparan di atas, Allah memang

⁹ Ibid., h.

memerintahkan kepada kita untuk tetap berpegang teguh kepada tali agama Allah yaitu Islam. Karena pada dasarnya Islam mengajarkan kita untuk melakukan *Amar ma'ruf nahi munkar* atau memerintahkan kita untuk selalu berbuat kebajikan dan mencegah pada perbuatan yang keji dan munkar. Orang tua yang memiliki pondasi keimanan yang kuat tentunya akan mampu mendidik serta memberikan contoh yang baik bagi anak-anaknya, namun sebaliknya jika orang tua jauh dari agama Allah maka tentunya keluarga juga akan jauh dari keharmonisan, keluarga akan terasa hampa dan jauh dari rahmat dan kasih sayang Allah.

8. Kematian

Selain faktor-faktor di atas yang lebih mengarah pada kesalahan orang tua masih ada faktor lainnya yang bukan bersumber dari kesalahan pihak orang tua yakni kematian suami atau istri.

Menurut *Elizabeth B. Hurlock* Kehancuran rumah tangga disebabkan kematian salah satu dari orang tua baik ayah maupun ibu dan jika anak menyadari bahwa orang tuanya tidak akan pernah kembali maka mereka akan bersedih hati dan mengalihkan kasih sayang mereka pada orang tua yang masih ada dan berharap akan mendapatkan rasa aman dan kasih sayang dari orang tuanya

yang masih ada. Seandainya orang tua mereka yang masih ada juga turut larut dalam kesedihan maka anak akan merasa ditolak dan tidak diinginkan, dan hal ini akan menimbulkan ketidaksenangan yang sangat membahayakan hubungan keluarga.¹ 0

Setelah mengalami peristiwa yang cukup besar dalam kehidupannya yaitu kematian salah satu atau kedua orang tua bagi anak memang membuatnya sangat tertekan, bahkan mungkin anak akan merasa sangat sedih, depresi karena kehilangan orang tua yang sangat berpengaruh dalam kehidupannya selama ini. Anak tentunya memerlukan kasih sayang, kepedulian, rasa simpati juga perhatian dari orang - orang terdekatnya misalnya pihak orang tuanya yang lain baik ayah atau pun ibu yang masih hidup serta dari saudara-saudaranya. Namun jika anak tidak mendapatkan apa yang dia butuhkan tersebut alhasil anak akan merasa ditolak dan diacuhkan juga merasa bahwa tidak ada lagi pihak yang masih peduli terhadapnya.

9. Perceraian

Menurut *Elizabeth B. Hurlock* rumah tangga yang pecah karena perceraian dapat lebih merusak anak dan hubungan

¹ Elizabeth B. Hurlock, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, t.th.)

keluarga jika dibandingkan dengan pecahnya keluarga disebabkan kematian. Hal ini disebabkan oleh; *pertama*, periode penyesuaian terhadap perceraian lebih lama dan sulit bagi anak daripada periode penyesuaian yang menyertai kematian orang tua. *Kedua*, perpisahan yang disebabkan perceraian itu serius sebab mereka cenderung membuat anak “berbeda” dalam mata teman-temannya. Jika anak ditanya dimana orang tuanya atau mengapa mereka mempunyai orang tua baru sebagai pengganti orang tua yang tidak ada, maka anak akan merasa serba salah dan merasa malu. *Hozmandan Froiland* telah menemukan bahwa kebanyakan anak melalui lima tahap dalam penyesuaian ini: penolakan terhadap perceraian, kemarahan yang ditujukan pada mereka yang terlibat dalam situasi tersebut, tawar menawar dalam usaha mempersatukan orang tua, depresi dan akhirnya penerimaan perceraian.¹

Penulis juga berasumsi bahwa perceraian juga bisa menjadi solusi positif yang memang harus ditempuh karena meskipun pada awalnya setiap anak akan menolak orang tuanya bercerai namun lama kelamaan anak mulai bisa menerima hal tersebut selama anak masih terus mendapat perhatian dan kasih

¹ Ibid., h. 216

sayang dari salah satu atau kedua orang tuanya meskipun mereka telah berpisah. Karena pada dasarnya anak yang diasuh oleh satu orang tua akan jauh lebih baik daripada anak yang diasuh oleh keluarga utuh yang selalu diselimuti rasa tertekan, meskipun pada dasarnya perceraian memang selalu mendatangkan banyak dampak negatif bagi anak, dan setiap anak tentunya akan memilih untuk tetap hidup bersama kedua orang tua yang utuh serta jauh dari berbagai pertengkaran atau konflik yang terjadi dalam keluarga tersebut.

Dalam pembahasan lain Sofyan S. Willis menjelaskan bahwa sebab-sebab terjadinya keretakan dalam keluarga atau dikenal dengan istilah *broken home* terdiri atas dua faktor yakni sebagai berikut:¹

1. Faktor internal, terdiri atas:
 - a. Beban psikologis ayah/ ibu yang berat seperti tekanan (stres) di tempat kerja, atau kesulitan dalam hal keuangan keluarga
 - b. Tafsiran dan perlakuan terhadap perilaku marah-marah
 - c. Kecurigaan suami/ istri bahwa pihak lain berselingkuh
 - d. Sikap egositis dan kurang demokratis salah satu orang tua.
2. Faktor eksternal, terdiri atas:

¹ Sofyan S. Willis, op.cit., h. 155

- a. Campur tangan pihak ketiga dalam masalah keluarga terutama hubungan suami-istri dalam bentuk issue-issue negatif
- b. Pergaulan yang negatif anggota keluarga, yang mana perilaku tersebut berasal dari luar dan berdampak negatif terhadap keluarga
- c. Kebiasaan istri bergunjing di rumah orang lain yang berdampak pada pertengkaran antara suami istri
- d. Karena adanya kebiasaan berjudi.

3. *Dampak Broken Home*

Robert S. Feldman dalam bukunya yang berjudul Pengantar Psikologi memuat teori hierarki kebutuhan berbentuk piramida yang dikembangkan oleh *Abraham Maslow*, dalam teori ini *Maslow* menyatakan bahwa pada diri setiap individu terdapat lima kebutuhan dasar yang menuntut untuk dipenuhi, kelima kebutuhan tersebut dimulai dari tingkat yang paling bawah hingga tingkatan teratas yaitu kebutuhan fisiologis, rasa aman, cinta dan rasa memiliki, kebutuhan akan penghargaan, serta kebutuhan akan aktualisasi diri, yang mana kebutuhan yang berada ditingkat paling bawah harus terpenuhi

terlebih dahulu baru setelah itu seseorang dapat bergerak maju untuk memenuhi kebutuhan yang lebih tinggi tingkatannya.¹

Berdasarkan teori kelekatan yang dikembangkan oleh *Bowlby* diatas yang menjelaskan tentang relasi orang tua dengan anak maka apabila relasi antara mereka berlangsung baik dampak positif berupa terpenuhi berbagai kebutuhan pada diri anak diantaranya kebutuhan akan rasa aman dan kasih sayang, namun jika relasi antara orang tua dan anak tidak berlangsung baik alhasil kebutuhan psikologis pada diri anak-pun tidak dapat terpenuhi dan berdampak negatif pada perkembangan anak. Mengenai dampak yang muncul akibat keluarga *broken home* ini yakni sebagai berikut:

1. Dampak bagi psikologi anak

Keadaan psikologis anak yang berasal dari keluarga *broken home* pada umumnya mengalami tekanan berupa stres akibat keadaan keluarganya yang tidak harmonis.

Semakin suatu peristiwa tampaknya tidak dapat dikendalikan maka semakin besar kemungkinan seseorang mengalami stres, contohnya permasalahan *broken home*. Sebaliknya semakin besar keyakinan seseorang dalam mengendaikan suatu peristiwa maka semakin kecil kemungkinan

¹ Robert S. Feldman, Pengantar Psikologi, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), h. 11

seseorang mengalami stres.

Adapun respon seseorang terhadap peristiwa stres ini yakni sebagai berikut:

1. Kecemasan

Kecemasan merupakan suatu reaksi paling umum terhadap suatu stresor. Yaitu merupakan suatu emosi tidak menyenangkan yang ditandai oleh kekhawatiran, prihatin, tegang, atau takut.¹

2. Kemarahan dan agresi

Reaksi umum lainnya terhadap situasi stres adalah kemarahan yang mungkin dapat menyebabkan agresi, seseorang yang telah mencapai tingkat frustrasi maka ada kemungkinan perilaku agresi akan muncul, agresi dalam hal ini berupa tindakan menyakiti orang lain baik secara fisik maupun lisan, biasanya agresi ini ditujukan kepada orang atau objek yang tidak bersalah ketimbang pada penyebab frustrasi itu sendiri.¹

3. Apati atau depresi

Selain kecemasan dan agresi ada lagi respon terhadap stres yang berupa kebalikannya yakni dengan cara menarik diri dan apati. Ketika seseorang menghadapi situasi yang tidak dapat

¹ Rita L. Atkinson, dkk., Pengantar Psikologi, terjemahan Widjaja Kusuma, (Batam: INTERAKSARA, T.T.), H. 349

¹ Ibid., h. 350-351

ditoleransi/ diatasi, sehingga akhirnya dia menyerah dan menerima segala sesuatu seperti apa adanya. Jika kondisi stres ini terus berjalan dan individu tidak berhasil mengatasinya maka apati dapat memberat menjadi depresi.¹

6

Menurut *Robert S. Feldman* dalam bukunya yang berjudul *Pengantar Psikologi* depresi merupakan suatu hal yang wajar terjadi karena adanya kesedihan yang datang dari pengalaman yang mengecewakan dalam hidup yang dialami. Akan tetapi jika itu bentuk depresi yang parah dan berlangsung dalam waktu yang lebih lama maka individu tersebut akan merasa tidak berguna, tidak berharga, kehilangan selera makan, dan tidak memiliki energi. Lebih parah lagi individu tersebut mengalami perasaan tersebut selama beberapa bulan atau beberapa tahun, menangis tanpa bisa dikontrol, gangguan tidur, serta beresiko melakukan bunuh diri.¹

Stres yang dialami oleh remaja salah satunya disebabkan oleh latar belakang keluarga, sehingga menyebabkan perasaan tidak bahagia, kelelahan yang ekstrem, dan perasaan ketidakberdayaan yang nyata. Selain itu konflik berkepanjangan yang terjadi antara orang tua dan anak dapat mendorong masalah

¹ Ibid., h. 351-352

¹ Robert S. Feldman, op.cit., h

perilaku seperti kenakalan, berhenti sekolah, kecenderungan agresi, dan lain-lain.

4. Gangguan kognitif

Selain reaksi emosional seperti dijelaskan sebelumnya, orang seringkali menunjukkan gangguan kognitif yang cukup besar jika berhadapan dengan stresor yang serius. Adapun gangguan kognitif yang dialami seperti sulit berkonsentrasi dan mengorganisasikan pikiran secara logis.¹

5. Gangguan psikofisiologis

Menurut *Robert S. Feldman* gangguan psikofisiologis adalah masalah medis aktual yang dipengaruhi oleh interaksi dan kesulitan psikologis, emosional dan fisik. Gangguan ini biasanya bergerak dari masalah besar seperti tekanan darah tinggi hingga kondisi-kondisi yang tidak terlalu serius seperti sakit kepala, flu, dan lainnya. Dalam tingkat psikologis, tingkat stres yang tinggi mencegah seseorang untuk menghadapi hidup secara adekuat, pandangan mereka terhadap lingkungan sekitar menjadi kabur misalnya memandang besar kritikan kecil dari seorang teman. Respon emosional yang muncul menyebabkan seseorang tidak dapat bertindak apa-apa juga kurang mampu menghadapi stresor

¹ Rita L. Atkinson, dkk., op.cit., h. 354

baru. Adapun respon fisik yang muncul yakni dapat meningkatkan resiko mengalami sakit serta kurang mampu sembuh dari sakit.¹

4. Karakteristik Usia Pernikahan Rentan Terjadi *Broken Home*

Pasal 7 ayat (1) dalam UU No. 6 Tahun 2019 menjelaskan bahwa perkawinan hanya diizinkan apabila pria dan wanita sudah mencapai usia 19 tahun. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menjelaskan bahwa umur ideal menikah adalah 21 tahun untuk perempuan dan 25 tahun untuk laki-laki. Seseorang yang berusia di bawah 20 tahun biasanya belum matang secara fisik dan psikologis. Hal ini bisa memengaruhi [pola pengasuhan anak](#). Kurang matangnya usia dan mental orangtua mungkin berdampak pada asupan gizi dan kesehatan anak secara keseluruhan.²

Pernikahan dini juga paling berdampak pada perempuan. Mereka yang menikah pada usia dini berisiko lebih tinggi mengalami komplikasi saat hamil dan melahirkan. Beberapa survei dan studi berbeda juga menyebut bahwa angka perceraian dapat turun hingga 50% bila seseorang menikah pada usia 25 tahun ke atas daripada pada usia 20-an awal. Secara umum, bisa disimpulkan bahwa usia ideal

¹ Robert S. Feldman, op.cit., h

² <https://hellosehat.com/mental/hubungan-harmonis/usia-ideal-menikah-suami-istri/>

menikah di Indonesia adalah di atas 21 tahun. Menunda waktu menikah hingga usia 25 tahun ke atas diketahui mampu menurunkan angka perceraian hingga 50% daripada menikah pada usia 20-an awal.²

Ada banyak alasan mengapa usia pertengahan 20-an hingga 30-an awal menjadi patokan usia ideal menikah yang aman. Salah satunya terkait dengan faktor kedewasaan. Dewasa di sini bukan cuma bertambahnya usia. Akan tetapi, hal ini juga mencakup kecerdasan emosional dan kematangan pola pikir untuk membina [rumah tangga yang harmonis](#). Dengan makin dewasa dan banyaknya pengalaman, seseorang telah memiliki kematangan fisik dan stabilitas finansial yang mumpuni untuk menghidupi diri sendiri serta tanggungjawabnya.²

Peneliti juga beranggapan bahwa usia ideal menikah di Indonesia adalah 21 tahun untuk perempuan dan 25 tahun untuk laki-laki, pernikahan pada usia ideal dapat mengurangi risiko perceraian dan masalah kesehatan, baik secara fisik maupun mental, terutama pada perempuan. Remaja perempuan yang melakukan pernikahan dini punya risiko kematian lebih tinggi akibat komplikasi saat hamil atau melahirkan. Mereka lebih mungkin mengalami gangguan mental karena memikul tanggung jawab sebagai orangtua pada usia belia.

² <https://hellosehat.com/mental/hubungan-harmonis/usia-ideal-menikah-suami-istri/>

² <https://hellosehat.com/mental/hubungan-harmonis/usia-ideal-menikah-suami-istri/>

B. *Mental Health*

1. Pengertian *Mental Health*

Pengertian *Mental Health* Zakiyah Darajad mengemukakan, bahwa kesehatan mental merupakan “terwujudnya keharmonisan yang sesungguhnya antara fungsi jiwa, serta kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya”. Kesehatan mental dapat juga diartikan sebagai “suatu kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual selaras dengan perkembangan orang lain”.²³

Fungsi jiwa seperti pikiran, perasaan, sikap jiwa pandangan dan keyakinan hidup harus dapat saling membantu dan berkerja sama satu sama lain, sehingga dapat dikatakan adanya keharmonisan yang menjauhkan orang dari perasaan ragu dan bimbang sehingga terhindar dari kegelisahan dan pertentangan batin (konflik).²

2. Aspek-Aspek *Mental Health*

Aspek pribadi yang sehat mentalnya juga dijelaskan oleh American Psychological Association dalam Notoatmodjo:²

a. Aspek Fisik, yang terdiri dari:

² chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://repository.uin-suska.ac.id/2018/7/7.%20BAB%20II.pdf

² chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://repository.uin-suska.ac.id/2018/7/7.%20BAB%20II.pdf

² Chromeextension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://repository.uir.ac.id/4141/5/7.%20BAB%20II.pdf

- 1) Perkembangan Normal, artinya remaja secara fisik mengalami pertumbuhan tubuh yang normal dan bergaul menurut usianya.
- 2) Berfungsi untuk melakukan tugas-tugasnya, artinya remaja melakukan semua tugas sesuai dengan kewajibannya.
- 3) Sehat secara fisik, artinya remaja memiliki kondisi tubuh yang prima dalam menjalankan aktifitasnya.

b. Aspek Psikis, yang terdiri dari:

- 1) Respek terhadap diri sendiri dan orang lain, artinya remaja mampu menilai hasil kerja orang lain dan dirinya dengan rasa menghargai.
- 2) Memiliki Insight dan rasa humor, artinya remaja memiliki naluri untuk bersenda gurau secara normal.
- 3) Memiliki respons emosional yang wajar, artinya remaja memiliki kemampuan dalam mengendalikan suasana hati dan fikirannya.
- 4) Mampu berpikir realistis dan objektif, artinya remaja memiliki perasaan yang tidak mudah terpengaruh tanpa adanya bukti.
- 5) Terhindar dari gangguan-gangguan psikologis, artinya remaja mampu mengendalikan masalah yang ada.
- 6) Bersifat kreatif dan inovatif, artinya remaja memiliki

kemauan untuk melakukan pembaharuan yang positif dalam hidupnya.

- 7) Bersifat terbuka dan fleksibel, tidak defensif, artinya remaja memiliki kemampuan komunikasi dan interaksi yang baik pada orang lain.
- 8) Memiliki perasaan bebas untuk memilih, menyatakan pendapat dan bertindak, artinya remaja memiliki keberanian untuk menyuarakan pemikirannya yang positif.

c. Aspek Sosial, yang terdiri dari:

- 1) Memiliki perasaan empati dan rasa kasih sayang (*affection*), artinya remaja memiliki rasa peduli terhadap hal yang menimpa sekitarnya.
- 2) Mampu menjalin interaksi dengan lingkungannya secara sehat, artinya remaja memiliki kemampuan untuk menjaga perasaan orang lain dan perilaku dirinya sendiri.
- 3) Bersifat saling menghargai dan tidak membedakan tingkat sosial, pendidikan, agama, ras/suku, dan warna kulit, berarti remaja mampu bersikap tidak diskriminasi terhadap pandangannya kepada orang lain.

d. Aspek Moral-Religius, yang terdiri dari:

- 1) Taat kepada Tuhan dan mampu menjalani ajaran-Nya, artinya remaja meyakini dan berpegang teguh pada kepercayaan yang

dianutnya.

- 2) Tidak berbohong, bertanggung jawab, dan tulus dalam beramal, artinya remaja mampu secara konsisten untuk bertindak dan berkata benar sesuai dengan fakta yang terjadi.

3. Faktor - faktor *Mental Health*

Penjelasan faktor *mental health* yang dikemukakan Hernandez dapat disimpulkan bahwa *mental health* memiliki keterkaitan dengan aspek kepribadian seseorang seperti efisiensi mental, kontrol dan perpaduan pikiran dan sifat, penyelesaian masalah, perasaan dan emosi yang positif, ketenangan pikiran, sikap yang sehat, konsep diri yang baik, dan identitas ego yang adekuat, serta seseorang yang memiliki hubungan adekuat dengan kenyataan. Faktor yang mempengaruhi kesehatan mental menurut Sarwono (2012) sebagai berikut:²

6

- a. Mempunyai tujuan yang sehat pada sesuatu yang telah terjadi pada lingkungan maupun diri sendiri.
- b. Mempunyai kecakapan menyesuaikan diri pada segala kemungkinan dan kemampuan mengatasi persoalan yang dapat dibatasi.

² <chromeextension://efaidnbmninnibpcapjcgiclfndmkaj/https://repository.uir.ac.id/4141/5/7.%20BAB%20II.pdf>

- c. Tercapainya tujuan sifat seseorang yang baik, dan juga tidak merugikan lingkungan sekitarnya.

C. Pengaruh *Broken Home* Terhadap *Mental Health*

Anak *Broken Home* merupakan anak yang menjadi korban dari egoisme orang tua yang menyebabkan kekerasan rumah tangga. Hal ini menimbulkan masalah konsekuensi yang serius pada kondisi psikologis pada anak karena adanya perceraian. Mulai dari masalah emosional, gangguan perilaku dan juga gangguan mental. Rasa kehilangan yang dimiliki seorang anak akan sosok orang tua menjadi awal dampak negatif yang berjangka panjang bagi seorang anak.²

Dampak yang dialami oleh anak *broken home* akan berdampak secara jangka panjang. Keadaan ini diakibatkan karena anak yang sejak kecil harusnya dibina dengan kasih sayang akan berkontradiksi akibat adanya perlakuan tidak baik dari orang tua anak tersebut. Retaknya struktur keluarga dalam menjadi pondasi berkembang seorang anak dipicu oleh keadaan tidak harmonis sebuah rumah tangga. Ciri ciri keluarga yang mengalami *broken home* ditandai dengan kedua orang tua bercerai ataupun berpisah, hubungan kedua orang tua sudah tidak baik lagi dan juga suasana rumah sudah tidak harmonis akibat pertengkaran yang sering terjadi di

² Joy Sandra Sigiro¹, Fransisco Alexander², Muhammad Avisena Al-Ghifari, "Dampak Keluarga *Broken Home* pada Kondisi Mental Anak", Prosiding Seminar Nasional Ilmu Ilmu Sosial (SNIIS) 2022, Volume, 01 Tahun 2022

keluarga. Karena kondisi tersebut, dampak buruk pastinya akan mempengaruhi perkembangan mental dan juga aspek psikologis seorang anak. Hal tersebut akan membuat anak merasakan kesedihan dan juga kesepian yang berkepanjangan hingga saat mereka memasuki masa remaja. Selain itu dampak *broken home* yang dialami oleh anak yaitu mengalami keterbatasan untuk berkomunikasi dengan orang lain, kondisi mental terdistract sehingga menjadi lebih posesif akan suatu hal, mengalami kekecewaan yang berat sehingga membuat anak menjadi pendiam dan tidak memiliki kepercayaan diri untuk bersosialisasi dalam lingkungan.²

² Joy Sandra Sigiro¹, Fransisco Alexander², Muhāmmad Avisena Al-Ghifari, “Dampak Keluarga *Broken Home* pada Kondisi Mental Anak”, Prosiding Seminar Nasional Ilmu Ilmu Sosial (SNIIS) 2022, Volume, 01 Tahun 2022