

Pengaruh Perceraian Orang Tua terhadap Kondisi Psikologis Remaja: Implikasi bagi Layanan Bimbingan dan Konseling

Meida Maulidia¹, Siti Aminah Alfalathi², Sabrina Dachmiati³

^{1,2,3} Universitas Indraprasta PGRI, Indonesia

*Corresponding Author email: maulidiameida@gmail.com

Abstrak

Perceraian orang tua merupakan salah satu faktor keluarga yang berpotensi memengaruhi kondisi psikologis remaja, namun penelitian yang mengintegrasikan bukti empiris tersebut sebagai dasar pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah masih terbatas. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh perceraian orang tua terhadap kondisi psikologis remaja di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi serta merumuskan implikasinya bagi layanan Bimbingan dan Konseling. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei potong lintang (cross-sectional survey) terhadap 72 siswa yang dipilih melalui purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner skala Likert dan dianalisis melalui statistik deskriptif, korelasi Pearson, serta regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perceraian orang tua berpengaruh positif dan signifikan terhadap kondisi psikologis remaja, sehingga semakin besar dampak perceraian yang dialami siswa, semakin tinggi kecenderungan munculnya gangguan psikologis. Temuan ini memperkuat bukti empiris mengenai perceraian orang tua sebagai faktor risiko psikologis pada remaja sekaligus memperluas penerapannya pada konteks siswa sekolah menengah di Indonesia. Secara praktis, hasil penelitian menjadi dasar pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling berbasis kebutuhan melalui asesmen dini, penguatan regulasi emosi dan strategi coping, konseling individual maupun kelompok, serta kolaborasi dengan orang tua.

Kata Kunci : *Perceraian Orang Tua, Psikologis Remaja, Bimbingan Dan Konseling, Kesehatan Mental, Siswa SMA*

PENDAHULUAN

Kondisi psikologis remaja merupakan salah satu aspek penting yang menentukan keberhasilan perkembangan sosial, emosional, dan akademik. Pada masa remaja, individu berada pada fase transisi yang ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, dan psikososial sehingga lebih rentan mengalami gangguan psikologis ketika menghadapi tekanan dari lingkungan keluarga maupun sosial (Hurlock, 1980). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa permasalahan keluarga, seperti perceraian orang tua dan kekerasan dalam rumah tangga, dapat meningkatkan risiko munculnya kecemasan, depresi, kesulitan hubungan sosial, bahkan ide bunuh diri pada remaja (Paskah & Huwae, 2024; Sari & Santosa, 2025). Selain berdampak pada kesehatan mental, perceraian orang

tua juga dilaporkan berhubungan dengan menurunnya motivasi belajar dan penyesuaian akademik siswa (Khairunnisa et al., 2024; Siregar et al., 2026). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesehatan psikologis remaja merupakan isu penting yang memerlukan perhatian tidak hanya dari keluarga, tetapi juga dari sekolah melalui layanan Bimbingan dan Konseling.

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang membentuk perkembangan psikologis anak melalui hubungan emosional, pola komunikasi, dan pola pengasuhan. Dalam perspektif *Attachment Theory*, hubungan yang aman dengan figur pengasuh berperan penting dalam membangun rasa aman psikologis, kemampuan regulasi emosi, dan kualitas relasi interpersonal (Bowlby, 1969, 1988). Perceraian orang tua tidak hanya mengakhiri hubungan perkawinan, tetapi juga mengubah pola pengasuhan, komunikasi keluarga, dukungan emosional, dan stabilitas ekonomi yang dibutuhkan remaja selama proses perkembangan. Perubahan tersebut dapat menghambat penyesuaian diri apabila tidak diimbangi dengan dukungan sosial yang memadai. Penelitian terbaru mengenai gaya keterikatan juga menunjukkan bahwa kualitas *attachment* berhubungan dengan kebutuhan individu terhadap layanan konseling, sehingga memperkuat pentingnya intervensi psikologis dan layanan Bimbingan dan Konseling dalam mendukung perkembangan remaja yang mengalami dinamika keluarga (Alfalathi et al., 2025).

Sejumlah penelitian telah mengkaji dampak perceraian orang tua terhadap berbagai aspek perkembangan remaja. Perceraian orang tua diketahui berhubungan dengan menurunnya kesejahteraan psikologis (Ramadhani et al., 2016), meningkatnya kenakalan remaja (Roziyah et al., 2025), menurunnya motivasi belajar (Khairunnisa et al., 2024; Siregar et al., 2026), meningkatnya risiko *suicidal ideation* pada dewasa awal (Sari & Santosa, 2025), serta berbagai kesulitan emosional dan sosial. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa perceraian orang tua merupakan salah satu faktor risiko bagi perkembangan psikologis remaja. Namun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu berfokus pada pengujian pengaruh perceraian terhadap satu aspek psikologis tertentu atau perilaku spesifik, sedangkan penelitian yang mengkaji kondisi psikologis remaja secara lebih komprehensif dan mengintegrasikan hasilnya sebagai dasar penyusunan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah masih relatif terbatas. Selain itu, penelitian terdahulu lebih banyak dilakukan pada konteks sekolah dan karakteristik responden yang berbeda sehingga masih diperlukan bukti empiris pada siswa SMA di Kota Bekasi.

Hasil pengamatan awal di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi menunjukkan bahwa masih terdapat siswa dari keluarga bercerai yang mengalami kesulitan mengelola emosi, mempertahankan motivasi belajar, serta menyesuaikan diri dalam hubungan sosial di lingkungan sekolah. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya data empiris mengenai hubungan perceraian orang tua dengan kondisi psikologis remaja sebagai dasar penyusunan layanan Bimbingan dan Konseling. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh perceraian orang tua terhadap kondisi psikologis remaja di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi serta merumuskan implikasi hasil penelitian bagi pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling. Penelitian ini berangkat dari hipotesis

bahwa semakin besar dampak perceraian orang tua yang dialami siswa, semakin tinggi gangguan psikologis yang ditunjukkan.

Kebaruan penelitian ini terletak pada pengintegrasian analisis pengaruh perceraian orang tua terhadap kondisi psikologis remaja dengan penyusunan rekomendasi layanan Bimbingan dan Konseling berbasis kebutuhan siswa. Berbeda dengan penelitian terdahulu yang umumnya berhenti pada pengujian hubungan antarvariabel, penelitian ini menerjemahkan temuan empiris menjadi dasar penyusunan layanan preventif, responsif, dan kolaboratif yang dapat diterapkan oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah. Selain memperluas bukti empiris mengenai dampak perceraian orang tua pada konteks siswa SMA di Kota Bekasi, penelitian ini juga memberikan kontribusi teoretis dengan memperkuat pemahaman mengenai perceraian orang tua sebagai faktor risiko psikologis remaja, serta kontribusi praktis berupa pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling berbasis bukti (*evidence-based guidance and counseling*) untuk mendukung kesejahteraan psikologis siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei potong lintang (*cross-sectional survey*) untuk menguji pengaruh perceraian orang tua sebagai variabel independen (X) terhadap kondisi psikologis remaja sebagai variabel dependen (Y). Penelitian dilaksanakan di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi dengan populasi sebanyak 263 siswa kelas XI, sedangkan sampel berjumlah 72 siswa yang ditentukan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu siswa yang memiliki orang tua telah bercerai atau berpisah secara permanen, bersedia menjadi responden, dan mampu mengisi kuesioner secara lengkap. Data dikumpulkan secara daring melalui Google Form menggunakan kuesioner skala Likert lima tingkat yang dikembangkan berdasarkan kajian teori mengenai perceraian orang tua dan kondisi psikologis remaja. Instrumen terdiri atas 60 butir pernyataan, masing-masing 30 butir untuk variabel X dan Y, kemudian diuji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan. Hasil pengujian menunjukkan 21 butir variabel X dan 24 butir variabel Y dinyatakan valid, dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,811 pada variabel X, 0,892 pada variabel Y, dan 0,910 untuk keseluruhan instrumen. Sebelum pengisian kuesioner, responden diberikan informed consent mengenai tujuan penelitian, kerahasiaan data, dan kesukarelaan berpartisipasi. Data dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics melalui statistik deskriptif, uji validitas, reliabilitas, normalitas residual, linearitas, korelasi Pearson Product Moment, dan regresi linear sederhana. Pemilihan analisis korelasi dan regresi didasarkan pada tujuan penelitian untuk menguji hubungan serta pengaruh satu variabel independen terhadap satu variabel dependen pada taraf signifikansi 5%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran karakteristik data penelitian sebelum dilakukan pengujian hipotesis. Penelitian melibatkan 72 siswa kelas XI SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi yang memenuhi kriteria sebagai responden, yaitu memiliki orang tua yang telah bercerai atau berpisah secara permanen. Statistik

deskriptif menunjukkan bahwa variabel perceraian orang tua memiliki nilai rata-rata 79,46 dengan standar deviasi 13,06, sedangkan kondisi psikologis remaja memiliki rata-rata 77,79 dengan standar deviasi 16,29.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	SD
Perceraian Orang Tua (X)	72	49	108	79,46	13,06
Kondisi Psikologis Remaja (Y)	72	37	116	77,79	16,29

Sebagian besar responden berada pada kategori sedang baik pada variabel perceraian orang tua maupun kondisi psikologis remaja.

Tabel 2. Kategori Variabel Penelitian

Kategori	X (f)	X (%)	Y (f)	Y (%)
Rendah	17	23,6	27	37,5
Sedang	55	76,4	42	58,3
Tinggi	0	0,0	3	4,2

Dominasi kategori sedang pada kedua variabel menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih mampu beradaptasi terhadap perubahan kondisi keluarga, meskipun tetap menunjukkan adanya gangguan psikologis yang memerlukan perhatian melalui layanan Bimbingan dan Konseling. Temuan awal ini memberikan indikasi bahwa dampak perceraian tidak selalu muncul dalam tingkat yang ekstrem, tetapi tetap berpotensi memengaruhi kondisi psikologis remaja.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, instrumen penelitian dan data terlebih dahulu diuji untuk memastikan kelayakan analisis statistik. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa sebanyak 21 butir pada variabel perceraian orang tua dan 24 butir pada variabel kondisi psikologis memenuhi kriteria validitas. Reliabilitas instrumen juga menunjukkan konsistensi internal yang tinggi dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,811 pada variabel X, 0,892 pada variabel Y, dan 0,910 pada keseluruhan instrumen.

Nilai signifikansi uji normalitas menunjukkan $p > 0,05$, sehingga residual berdistribusi normal. Dengan demikian, seluruh asumsi dasar analisis parametrik telah terpenuhi dan analisis korelasi Pearson serta regresi linear sederhana layak digunakan untuk menguji hipotesis penelitian.

Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan koefisien korelasi sebesar $r = 0,615$ dengan $p < 0,001$, yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara perceraian orang tua dan kondisi psikologis remaja.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi dan Regresi Linear Sederhana

Variabel	r	p
Perceraian Orang Tua → Kondisi Psikologis	0.615	<0.001

Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima. Semakin besar dampak perceraian orang tua yang dirasakan siswa, semakin tinggi kondisi psikologis negatif yang dialami. Koefisien regresi positif mengindikasikan bahwa perubahan kondisi keluarga setelah perceraian berkaitan dengan meningkatnya gangguan psikologis, seperti kecemasan, kesedihan, penurunan kepercayaan diri, dan kesulitan penyesuaian sosial.

Temuan ini mendukung Attachment Theory (Bowlby, 1969, 1988) yang menjelaskan bahwa perubahan hubungan dengan figur lekat dapat mengganggu rasa aman psikologis individu. Pada masa remaja, ketika individu sedang berada pada fase pencarian identitas (Hurlock, 1980), perubahan struktur keluarga berpotensi meningkatkan kerentanan emosional apabila tidak diimbangi dukungan yang memadai.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Ramadhani et al. (2016) yang menemukan penurunan kesejahteraan psikologis pada remaja dari keluarga bercerai. Demikian pula, Roziyah et al. (2025) menunjukkan bahwa perceraian orang tua berkaitan dengan meningkatnya kenakalan remaja, sedangkan Khairunnisa et al. (2024) dan Siregar et al. (2026) melaporkan bahwa perceraian orang tua berpengaruh terhadap menurunnya motivasi belajar. Konsistensi temuan tersebut menunjukkan bahwa perceraian orang tua merupakan salah satu faktor risiko penting terhadap perkembangan psikososial remaja.

Namun demikian, hasil penelitian ini berbeda dengan Sari dan Santosa (2025) yang menunjukkan bahwa *self-compassion* mampu menjelaskan 60% variasi *suicidal ideation* pada individu yang mengalami perceraian orang tua. Perbedaan tersebut diduga disebabkan oleh perbedaan konstruk psikologis yang diukur, karakteristik responden, serta adanya faktor protektif yang tidak dianalisis dalam penelitian ini.

Koefisien determinasi sebesar $R^2 = 0,378$ menunjukkan bahwa perceraian orang tua mampu menjelaskan 37,8% variasi kondisi psikologis remaja, sedangkan 62,2% sisanya dipengaruhi faktor lain di luar model penelitian. Besaran kontribusi tersebut menunjukkan bahwa perceraian orang tua merupakan prediktor yang cukup penting, namun bukan satu-satunya determinan kondisi psikologis remaja. Dengan demikian, kondisi psikologis remaja perlu dipahami sebagai fenomena multidimensional yang juga dipengaruhi oleh kualitas pola asuh pascaperceraian, dukungan sosial, kondisi ekonomi keluarga, kemampuan *coping*, resiliensi, serta hubungan dengan teman sebaya. Temuan ini membuka peluang bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan model yang lebih komprehensif dengan memasukkan variabel-variabel tersebut.

Penelitian ini memperkuat generalisasi Attachment Theory bahwa perubahan relasi dengan figur pengasuh setelah perceraian berkontribusi terhadap kondisi psikologis remaja. Selain itu, temuan ini memperluas bukti empiris mengenai pengaruh perceraian orang tua pada konteks siswa sekolah menengah di Indonesia.

Berdasarkan temuan penelitian, layanan Bimbingan dan Konseling di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi perlu memprioritaskan siswa yang menunjukkan dampak perceraian orang tua pada kategori sedang hingga tinggi melalui asesmen psikologis berkala, layanan informasi mengenai regulasi emosi dan strategi *coping*, bimbingan kelompok untuk memperkuat dukungan sebaya, konseling individual bagi siswa dengan gangguan

psikologis yang lebih berat, serta kolaborasi aktif dengan orang tua atau wali. Mengingat pengaruh perceraian orang tua hanya menjelaskan 37,8% variasi kondisi psikologis, intervensi BK juga perlu mempertimbangkan faktor lain, seperti dukungan sosial, kualitas komunikasi keluarga, dan resiliensi siswa agar layanan yang diberikan lebih komprehensif dan berbasis kebutuhan.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, yaitu hanya melibatkan satu sekolah dengan jumlah responden yang relatif terbatas serta menggunakan desain *cross-sectional* sehingga tidak dapat menjelaskan perubahan kondisi psikologis secara longitudinal. Selain itu, model penelitian hanya menggunakan satu variabel independen sehingga belum mampu menggambarkan kompleksitas faktor-faktor yang memengaruhi kondisi psikologis remaja. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau *mixed methods* serta memasukkan variabel seperti pola asuh pascaperceraian, dukungan sosial, resiliensi, kualitas *attachment*, atau kemampuan *coping* agar diperoleh model yang lebih komprehensif.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa perceraian orang tua terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap kondisi psikologis remaja di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi. Semakin besar dampak perceraian yang dialami siswa, semakin tinggi kecenderungan munculnya gangguan psikologis, seperti kesulitan mengelola emosi, penurunan motivasi belajar, hambatan dalam hubungan sosial, dan perubahan perilaku. Temuan ini memperkuat bukti empiris bahwa perceraian orang tua merupakan salah satu faktor keluarga yang berkontribusi terhadap kondisi psikologis remaja sekaligus menegaskan bahwa kondisi tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi. Dengan demikian, penelitian ini memperluas bukti empiris pada konteks remaja sekolah menengah di Indonesia serta memberikan landasan bagi pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling berbasis kebutuhan psikologis siswa dari keluarga bercerai. Berdasarkan temuan tersebut, layanan Bimbingan dan Konseling perlu diarahkan pada asesmen dini, penguatan regulasi emosi dan strategi *coping*, konseling individual maupun kelompok, serta kolaborasi yang berkelanjutan antara guru Bimbingan dan Konseling, wali kelas, dan orang tua atau wali. Mengingat penelitian ini hanya dilakukan pada satu sekolah dengan desain *cross-sectional* dan melibatkan satu variabel independen, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan sampel yang lebih luas, menerapkan desain longitudinal atau *mixed methods*, serta menguji peran variabel mediasi atau moderasi, seperti resiliensi, dukungan sosial, kualitas *attachment*, pola asuh pascaperceraian, dan kemampuan *coping*, untuk memperoleh model yang lebih komprehensif.

REFERENSI

- Alfalathi, S. A., Mayra, Z., Suryaman, N. T., Wahjuningtjias, R., & Saefudin, D. (2025). Analysis of Attachment Styles and Relationship Dynamics in Early Adulthood: Implications for the Need for Premarital Counseling. *ProGCouns: Journal of*

- Professionals in Guidance and Counseling*, 6(2), 69-80.
<https://doi.org/10.21831/progcouns.v6i2.90347>
- Ali, M., & Asrori, M. (2016). Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik. Bumi Aksara.
- Alimuddin, A., & Rahmi, S. (2021). Layanan bimbingan dan konseling dalam membantu remaja menghadapi masalah keluarga. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 45-53.
- Aryani, F., & Wrastari, A. T. (2013). Dampak perceraian orang tua terhadap kondisi psikologis remaja. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage Publications.
- Hurlock, E. B. (1980). *Developmental psychology: A life-span approach*. McGraw-Hill.
- Khairunnisa, K., Bunyamin, A., Raehana, S., & Wahab, A. (2024). Pengaruh Perceraian Orang Tua Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Di Smk Negeri 5 Makassar. *Education and Learning Journal*, 5(1), 18-24.
<http://dx.doi.org/10.33096/eljour.v5i1.816>
- Levinger, G. (1966). Sources of marital dissatisfaction among applicants for divorce. *American Journal of Orthopsychiatry*, 36(5), 803-807.
- Paskah, Y. G., & Huwae, A. (2024). Hidup dalam kurungan trauma: Studi tingkat depresi dan ide bunuh diri pada remaja yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 15(3), 388-396.
<https://doi.org/10.23887/jibk.v15i3.87322>
- Paskah, Y. G., & Huwae, A. (2024). Hidup dalam kurungan trauma: Studi tingkat depresi dan ide bunuh diri pada remaja yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 15(3), 388-396.
<https://doi.org/10.23887/jibk.v15i3.87322>
- Ramadhani, T., Djunaedi, & Sismiati, A. (2016). Kesejahteraan psikologis siswa dengan latar belakang orang tua bercerai. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Roziah, S., Wibowo, B. Y., & Conia, P. D. D. (2025). Pengaruh perceraian orang tua terhadap kenakalan remaja pada kelas vii smpn 2 kota serang tahun ajaran 2023-2024. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 6(1), 295-309.
<https://doi.org/10.31943/counselia.v6i1.173>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Siregar, R. R., Alif, I., Maritsha, A., & Amelda, T. (2026). Studi Literatur: Pengaruh Perceraian Orang Tua Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Jejak digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(1), 557-563. <https://doi.org/10.63822/yfymzf23>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

- Anjomshoaa, L. (2012). The influences of metacognitive awareness on reading comprehension in Iranian English undergraduate students in Kerman, Iran. *International Journal of Applied Linguistics & English Literature*, 1(6), 193–198. <https://doi.org/10.7575/ijalel.v.1n.6p.193>
- Booij, G. E. (2012). *The grammar of words: An introduction to linguistic morphology* (3rd ed.). Oxford University Press.
- Burns, A. (2010). *Doing action research in English language teaching*. Routledge.
- Saefudin, D. P., Wulandari, W., & Wahjuningtjas, R. (2025). Exploring the Role of Parent–Child Emotional Bonding and Verbal Interaction in Early Speaking Development. *SALEE: Study of Applied Linguistics and English Education*, 6(2), 513–524. <https://doi.org/10.35961/salee.v6i2.2093>