

## ***Surviving the Unpleasant : Hope of the Child of Divorce***

**Nur'aini Azizah; Sarbini; Tahrir**  
Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati  
Bandung Jawa Barat Indonesia

email : [nuraini.azizah@uinsgd.ac.id](mailto:nuraini.azizah@uinsgd.ac.id)

Journal **PSIKODIMENSIA**

Volume 19, No. 2,

Juli - Desember 2020

ISSN cetak : 1411-6073

ISSN online : 2579-6321

DOI:10.24167/psidim.v19i2.2425

### ***Abstract***

*Divorced family may prone to stress and experience hopelessness. This study aims to explore the development of hope of a student from divorced family. This study used case study method with qualitative approach and interviewed an undergraduate student in an Islamic university in Bandung. The findings show that the participant experienced the development of hope despite its prior negative experience with the family. The participant was able to describe her goals in detail. Her effort to achieve the goals indicates the pathways aspect through her actions related to the goals. The agency aspect was expressed through her motivation to perform more than others. She usually wrote down the goals and attempted to obtain various social supports. One main factor influencing her hope was the relationship with the caregiver, her mother.*

***Keywords:*** *hope, student, divorced family.*

### **PENDAHULUAN**

Perceraian memiliki dampak terhadap seluruh anggota keluarga, tidak hanya muncul pada pasangan yang bercerai, tetapi juga anak-anak dari pasangan tersebut. Anak dari keluarga bercerai cenderung memiliki lebih banyak masalah emosional, kesehatan, dan akademik (Ahrons, 2007; Anderson, 2014; Taylor & Andrews, 2009).

Berdasarkan studi awal terhadap beberapa mahasiswa yang orang tuanya bercerai, tidak semua anak mengalami dampak negatif dari perceraian, ada anak yang berasal dari keluarga bercerai namun dapat menjadi individu yang berhasil dalam hal tertentu. Hal ini dipengaruhi oleh sikap orang tua terhadap anak saat melalui proses perceraian, dukungan dari lingkungan sekitarnya, dan bagaimana individu tersebut mengatasi permasalahan yang dihadapi. Harapan yang dapat muncul dari anak-anak korban perceraian adalah menjadikan kegagalan pernikahan orang tuanya sebagai pelajaran agar ia mampu menjalani hidup atau fase perkembangan

selanjutnya dan menuju masa depan yang lebih baik.

Pada anak dari keluarga bercerai, harapan yang dimiliki dapat mengarahkan orang tersebut untuk mendapatkan makna hidup yang lebih positif. Menurut Worthen dan Isakson (2011), harapan membantu individu untuk melepaskan diri dari ikatan negatif dalam perilaku, pikiran, dan perasaan di masa lalu, sebagaimana pengaruhnya terhadap ketakutan masa sekarang. Harapan mencakup perspektif positif terhadap masa depan dan didukung dari pembelajaran masa lalu, juga menghargai peluang-peluang di masa sekarang (Weis & Speridakos, 2011). Harapan mungkin terjadi ketika individu mengalami keputusan, penderitaan, dan rasa sakit.

Snyder dkk. (2002) mengkarakterisasi harapan sebagai sebuah kekuatan manusia yang dimanifestasikan ke dalam: (a) tujuan konseptual yang jelas (*goals thinking*), (b) mengembangkan strategi yang spesifik dalam mencapai tujuan tersebut (*pathways thinking*), dan (c) memulai

dan memelihara motivasi saat menggunakan strategi tersebut (*agency thinking*).

Tingkat harapan pada mahasiswa yang berasal dari keluarga bercerai peneliti dapatkan dari hasil pemberian skala harapan, observasi, dan wawancara di lapangan. Terdapat kasus mahasiswa yang berasal dari keluarga bercerai, tetapi setelah melalui proses tersebut ia malah memiliki tingkat harapan yang tinggi. Sehingga, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana gambaran harapan pada mahasiswa yang orang tuanya bercerai.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Pendekatan kualitatif digunakan karena peneliti ingin memahami dan mencirikan sebuah pengalaman atau interaksi dalam dirinya sendiri, bukan malah menjelaskannya dalam variabel independent, baik natural atau eksperimental (Khan, 2014; Poerwandari, 2009; Willig, 2008). Penelitian kualitatif menanyakan tentang bagaimana suatu hal berkembang, dengan menanyakan apa, kapan, dan bagaimana (Fischer, 2006; Gerring, 2007). Studi kasus melakukan investigasi empiris terhadap fenomena kontemporer dalam konteks natural dengan menggunakan berbagai sumber bukti (Yin, 2008; 2011).

Dalam penelitian ini, subjek yang akan menjadi sumber data bagi peneliti berjumlah dua orang, yakni mahasiswa yang orang tuanya bercerai (S) dan *significant other* yakni pihak yang memiliki hubungan dekat atau banyak berinteraksi dengan subjek. Orang tua subjek bercerai saat anak di usia *adolescence* (remaja atau dewasa awal), dimana anak pada usia inilah yang paling merasakan dampak dari perceraian. Subjek tinggal dengan salah satu orang tua dan diabaikan oleh orang tua lainnya. Subjek merupakan seorang perempuan berusia 23 tahun.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara. Untuk data tambahan, subjek juga diminta mengisi skala harapan. Adapun tahapan analisis datanya meliputi (Yin, 2011): *Compiling*: mengumpulkan dan menghimpun data yang telah didapat; *Disassembling*: membagi data yang telah dikumpulkan ke dalam beberapa fragmen atau bagian dengan memberi label atau "kode"; *Reassembling* (dan *Arraying*): data yang telah diberi kode dikelompokkan kembali sesuai kategori dan urutan ke dalam bentuk tabel atau grafik; *Interpreting*: menyusun kembali data yang telah diolah tahap ketiga ke dalam bentuk narasi disertai tabel dan grafik yang relevan; *Concluding*: mengambil kesimpulan dari seluruh proses penelitian yang dikaitkan dengan pemahaman awal atau landasan teori.

## HASIL

Harapan dalam diri S muncul dalam bentuk kemampuannya untuk mengejar tujuan, sebagai contoh yakni keberhasilannya dalam mencapai prestasi yang diinginkan. S merasa beberapa tujuan jangka pendeknya ada yang berhasil meskipun untuk tujuan jangka panjang ia mengaku belum dapat disebut berhasil karena masih dalam proses.

"... beberapa ... udah ... ada yang berhasil tapi sebenarnya itu ... tujuan-tujuan jangka pendek, tujuan jangka panjangnya ya masih jauh, ... belum bisa dikatakan berhasil karena memang belum waktunya ..., soalnya tujuan jangka panjang masih lama lah lima tahun ke depan."

Tujuan terbesar yang pernah ia capai antara lain prestasi di bidang akademik dan olahraga. Menurut S, hambatan yang muncul dalam hidupnya lebih disebabkan oleh perencanaan strategi yang salah atau kurang dan atau lambat bertindak, karena ia yakin semua orang memiliki kemampuan tertentu dalam menghadapi masalah.

*“Kalau misalnya ada hambatan sih saya pikir karena mungkin strategi saya yang salah, ... istilahnya kan kalau dalam Islam kan Allah tidak membebani ... hambanya melebihi ... batas kemampuannya ...”*

S terkadang merasa mampu dan terkadang tidak dalam menyelesaikan suatu masalah. Yang ia lakukan ketika menghadapi suatu masalah, biasanya dengan mengekspresikan apa yang ia rasakan baik dengan menangis dan atau mengkonsultasikannya dengan pihak lain yang ia rasa dapat membantu menyelesaikan masalahnya.

*“... kalau saya tidak dapat menyelesaikannya sendiri ... saya minta ... saran dari orang lain berkaitan dengan masalah yang saya hadapi gitu ...”*

Dalam upayanya mencapai tujuan, S merasa lebih mudah merencanakan strategi-strateginya daripada memotivasi diri untuk mencapai tujuan tersebut. S merasa langkah yang diambil sudah tepat ketika ia merasakan kenyamanan dalam menjalani langkah tersebut dan mengarah pada tujuan yang ingin dicapai.

Saat S berhasil mencapai suatu tujuan, ia merasakan kepuasan dan kebanggaan tersendiri, juga S akan termotivasi lagi untuk mencapai tujuan lainnya.

S menampilkan aspek Tujuan dalam harapan yang ia miliki. Ia dapat menyebut dirinya sebagai orang yang berarah pada tujuan, karena menurut S dalam hidup yang ia jalani harus ada sesuatu yang dapat dikejar atau dilakukan dengan jelas, jika tidak hidupnya akan berantakan.

Dalam merancang tujuan, S sering menuliskan target yang ingin dicapai agar ia mau berusaha keras dalam mencapai tujuan itu. S biasanya memiliki dua sampai empat tujuan yang ingin ia capai dalam suatu waktu, bergantung pada situasi yang ada. S juga dapat menjelaskan tujuan yang sedang dikejar saat ini secara detail.

S memiliki tujuan jangka pendek dan jangka panjang, mulai dari yang dikejar hari ini hingga jangka lima tahun yang akan datang, S merasa telah mencapai kesuksesan dalam mencapai tujuan ketika ia dapat melewati proses dan berusaha semaksimal mungkin dalam mencapai tujuan tersebut. S lebih mengutamakan proses daripada hasil.

Dalam mencapai tujuan tersebut, langkah-langkah yang S ambil adalah mengerjakannya secara bertahap mengikuti prosedur yang ada. Yang biasa S lakukan untuk mendapatkan apa yang ia inginkan adalah memotivasi diri, menuliskan tujuan-tujuan yang ingin dicapai, dan meminta dukungan dari orang di sekelilingnya.

Ketika langkah utama yang dirancang tidak berhasil, S merasa cukup mudah dalam membuat rencana lain untuk mencapai tujuan yang sama. S menilai kemampuan dirinya dalam mencapai tujuan dan mengatasi hambatan dengan cukup baik. Strategi yang S gunakan dalam menyelesaikan masalah yakni mengidentifikasi masalah kemudian menyelesaikannya. Jika S tidak dapat menyelesaikannya sendiri maka ia akan meminta bantuan orang lain untuk menyusun rencana dalam menyelesaikan masalahnya.

*“... terkadang ... saya juga ... lari dari masalah ... Strategi yang saya gunakan dalam menyelesaikan masalah ... paling mengidentifikasi dulu masalahnya apa, dengan saya tahu apa masalahnya saya bisa (menyelesaikannya).”*

Ketika berusaha mencapai sesuatu S selalu berkata pada diri sendiri bahwa ia pasti dan harus bisa, ia termotivasi jika orang lain mampu melakukan suatu hal maka ia juga akan mampu melakukannya bahkan lebih dari orang lain.

S menilai motivasi dirinya untuk berusaha mencapai tujuan berada dalam skala delapan sampai sembilan. Hal yang membuat S terus berusaha dalam mengejar tujuan adalah ketika ada yang

tidak sesuai dengan yang direncanakan atau dikehendaki ia akan terdorong untuk mencoba berbagai upaya lainnya. S juga merasa dirinya dapat disebut tekun dalam mencapai tujuan, hambatan yang ia hadapi adalah mood-nya yang mudah berubah.

Dalam merancang dan mengejar tujuan, selama ini S merasa cukup berhasil meskipun terkadang ada yang tidak berhasil. S melihat dirinya saat ini sebagai individu yang masih melalui proses dalam mengejar tujuan jangka panjangnya. Ia memastikan dirinya akan berhasil dalam mencapai tujuan dengan melaksanakannya secara bertahap dan bersungguh-sungguh.

### **Faktor-faktor yang memengaruhi harapan.**

#### *Pathway thoughts.*

*Merasakan dan mempersepsikan stimulus eksternal.* Dari stimulus eksternal berupa perceraian yang terjadi terhadap orang tua S, pada mulanya ia merasakan *shock* atas perubahan yang terjadi. Perubahan kondisi ekonomi juga membuat S merasa kurang percaya diri dan minder.

*"... perubahan drastis soalnya ... sebelum cerai sebelum orang tua bercerai ... memang ... papah ... perusahaannya bangkrut ikut kena PHK juga akhirnya ..."*

Ketika S tidak tinggal lagi bersama ayahnya pascaperceraian, terkadang S merasa minder dan iri melihat anak lain yang mendapatkan perhatian dari ayah mereka, tapi ia juga berusaha berpikir realistis bahwa ayahnya belum tentu dapat menjadi ayah yang baik sekalipun tidak bercerai.

Tetapi adanya dukungan dari keluarga dan temantemannya membuat S dapat menerima perubahan yang terjadi dan tidak melakukan hal-hal negatif sebagaimana kebanyakan anak dari keluarga bercerai lainnya.

Stimulus lainnya yang berpengaruh terhadap usahanya dalam mencapai tujuan adalah saat orang lain

dapat melakukan suatu hal maka S juga termotivasi untuk melakukan hal tersebut dan bahkan melebihi orang lain. Sedangkan stimulus berupa komentar-komentar dari masyarakat sekitar tidak berpengaruh terhadap diri S.

*Mempelajari hubungan temporal antara kejadian-kejadian yang dialami.* Kemampuan ini muncul pada diri S dalam bentuk kesadaran akan pentingnya tujuan dalam hidup, serta pihak lain juga dapat membantunya menyelesaikan permasalahan yang tidak dapat ia tangani sendiri.

Selain itu kemampuan ini terlihat ketika S menghadapi kondisi ekonomi yang sulit, dan ia berusaha mengatasinya dengan bekerja di sela-sela liburan kuliahnya. Juga ketika S memperhatikan bahwa sering terjadi konflik antara kedua orang tuanya dan bagaimana dampak konflik tersebut terhadap ibunya, sehingga ia dapat menerima ketika orang tuanya bercerai.

S juga dapat memahami alasan ia dan kedua saudaranya tidak dilibatkan ke dalam perjanjian pascaperceraian adalah karena faktor usia mereka yang masih belum dewasa.

*Perumusan tujuan.* Hal yang diinginkan oleh S (*what is possible* dan *what is desirable*) tergambar dalam targetnya tahun ini yakni menyelesaikan studi S1-nya, menikah, mendapatkan pekerjaan dan berkorban, kemudian lima tahun ke depan menjadi ibu yang baik dan melanjutkan studi.

Menurut S, yang dapat ia peroleh dari tujuan-tujuan yang telah dibuat (*what can I achieve*) adalah pengalaman dari proses yang ia lalui dalam usaha mencapai tujuan. Menurutnya proses tersebut lebih penting daripada hasil akhir yang ia dapatkan.

### **DISKUSI**

Berdasarkan hasil penelitian, muncul aspek-aspek harapan yang membuat S mampu menghadapi hambatan yang muncul dalam hidupnya khususnya dalam perannya sebagai

pelajar. Hal ini sesuai dengan yang disebutkan dalam beberapa studi bahwa anak menyesuaikan diri dengan lebih baik terhadap perceraian jika mereka lebih memiliki rasa optimistik, yakni jika mereka berpikir lebih positif terhadap kejadian tersebut, tidak menyalahkan diri sendiri atas hal-hal yang terjadi di luar kendali mereka, mencoba berpikir bagaimana menyelesaikan masalah, yakin bahwa mereka dapat menghadapi tekanan dan emosi yang sulit, juga memiliki pemikiran penuh harapan (Bailey dkk., 2007; Hutauruk, Ahmad, dan Bentri, 2019). Hal ini juga menunjukkan bahwa, sebagai hasil dari pengalaman mereka di masa sulit, orang dengan harapan tinggi meyakini bahwa mereka dapat menyesuaikan diri dengan kesulitan dan kegagalan (Rand & Cheavens, 2009).

Dilihat dari skor skala harapan, S mendapatkan skor cukup tinggi pada ketiga skala yang diberikan yakni *Goals Scale*, *DSHS (Domain Specific Hope Scale)*, dan *ASHS (Adult State Hope Scale)*. Dari skor domain spesifik pada *DSHS*, domain yang seimbang antara nilai pentingnya dengan kepuasan yang dirasakan adalah domain percintaan dan waktu luang. Sedangkan pada domain sosial, akademik, pekerjaan, dan keluarga, nilai pentingnya domain tersebut lebih tinggi dibanding kepuasan yang dirasakan S terhadap domain itu.

Adapun aspek-aspek harapan yang muncul selama S menjalani perannya sebagai mahasiswa adalah sebagai berikut:

**Goals.** S menampilkan aspek tujuan pada harapan yang ia miliki. Ia dapat menyebut dirinya sebagai orang yang berarah pada tujuan, karena menurut S, dalam menjalani hidup diperlukan tujuan. Dalam usahanya mencapai tujuan, S membuat target-target yang akan dicapai dan dituliskan di tempat tertentu, meskipun terkadang tidak ditulis ia akan terus memotivasi diri untuk mencapai target tersebut. Hal ini serupa dengan yang dinyatakan TR

bahwa usaha yang S lakukan untuk mencapai tujuan antara lain dengan belajar keras dan menuliskan kata-kata yang memotivasi dirinya di kertas yang ditempel di dinding kamar, seperti “*Pingin lulus demi mamah.*”, dan lain-lain. Tujuan merupakan objek, pengalaman, atau hasil yang diimajinasikan dan diinginkan dalam pikiran seseorang (Li, Chang, & Chang, 2020). Ketika individu dapat memutuskan sesuatu yang mungkin dan diinginkan, ia juga perlu memahami apakah hal tersebut mungkin dicapai atau tidak. Tujuan dibentuk berdasarkan apa yang orang lain katakan (*Goals*, 2012). Dalam kasus S, ia membentuk tujuan dengan motivasi ingin membahagiakan ibunya.

S biasanya memiliki beberapa tujuan mulai dari tujuan jangka pendek hingga jangka panjang. Seseorang yang berharapan tinggi biasanya mencapai beberapa tujuan di setiap peran dalam hidupnya, seperti hubungan, karir, hiburan (Rand & Cheavens, 2009). Dengan strategi ini, ia dapat bersikap fleksibel dan mengganti tujuannya atau memperhatikan peran hidupnya yang lain ketika menghadapi hambatan pada suatu tujuan.

**Pathways thinking.** S memastikan dirinya akan berhasil dalam mencapai tujuan dengan melaksanakannya secara bertahap dan bersungguh-sungguh. Hal ini menunjukkan ia memiliki aspek *pathways thinking* yang membangun kemampuan dalam merasakan untuk menghasilkan kemungkinan jalur menuju tujuan (Snyder dkk., 2002).

Tahapan langkah yang diambil S sesuai dengan yang tertulis dalam *Goals* (2012) bahwa individu menguji tujuan akhir sesuai nilai-nilai yang dimiliki dan sistem lain seperti aturan budaya untuk menentukan apakah tujuan yang dibuat sesuai dengan hal-hal tersebut.

Ketika langkah utama yang dirancang tidak berhasil, S merasa cukup mudah dalam membuat rencana lain untuk mencapai tujuan yang sama.

Sebagaimana yang disarankan Lopez dkk. (2004) untuk meningkatkan harapan yaitu konsisten terhadap tujuan.

Jika S tidak dapat menyelesaikannya sendiri maka ia akan meminta bantuan orang lain untuk menyusun rencana dalam menyelesaikan masalahnya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Snyder (2000; 2002) bahwa mekanisme *coping* yang digunakan orang berharapan tinggi adalah mempertimbangkan tujuan alternatif saat tujuan utamanya tidak lagi mungkin dicapai.

Hasil skala harapan juga menunjukkan bahwa ia memiliki aspek *pathways* yang cukup tinggi yaitu sebesar 12 pada *Goals Scale* dan 16 pada *Adult State Hope Scale*.

**Agency thinking.** Ketika berusaha mencapai sesuatu S selalu berkata pada diri sendiri bahwa ia pasti dan harus bisa, ia termotivasi jika orang lain mampu melakukan suatu hal maka ia juga akan mampu melakukannya bahkan lebih dari orang lain. Hal ini sesuai dengan yang dinyatakan Ozen, Ceyhan, & Büyükcelik (2020) bahwa sebagai hasil dari pengalaman di masa sulit, orang dengan harapan tinggi meyakini bahwa mereka dapat menyesuaikan diri dengan kesulitan dan kegagalan. Mereka mengatakan kepada diri mereka sendiri pernyataan yang positif seperti, “Saya bisa”, “Saya dapat melakukannya”, dan “Saya tidak akan menyerah” (Snyder, 2000; 2002).

S menilai motivasi dirinya untuk berusaha mencapai tujuan berada dalam skala delapan sampai sembilan. Dalam merancang dan mengejar tujuan, selama ini S merasa cukup berhasil meskipun terkadang ada yang tidak berhasil. S melihat dirinya saat ini sebagai individu yang masih melalui proses dalam mengejar tujuan jangka panjangnya. Ia memastikan dirinya akan berhasil dalam mencapai tujuan dengan melaksanakannya secara bertahap dan bersungguh-sungguh. Sesuai dengan yang diungkapkan Snyder dkk. (2002)

bahwa *agency* merefleksikan persepsi individu bahwa ia dapat memulai tindakan melalui jalur yang direncanakan dalam mencapai tujuan; *agency* juga dapat merefleksikan perkiraan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki untuk gigih dalam perjalanan mencapai tujuan.

S merasa dirinya dapat disebut tekun dalam mencapai tujuan. Hal yang membuat S terus berusaha dalam mengejar tujuan adalah ketika ada yang tidak sesuai dengan yang direncanakan atau dikehendaki ia akan terdorong untuk mencoba berbagai upaya lainnya. Sebagaimana salah satu saran Lopez dkk. (2004) untuk meningkatkan harapan yakni berpikir bahwa tujuan dan kemunduran adalah tantangan, bukan kegagalan.

S merasa telah mencapai kesuksesan dalam mencapai tujuan ketika ia dapat melewati proses dan berusaha semaksimal mungkin dalam mencapai tujuan tersebut. S lebih mengutamakan proses daripada hasil. Hal ini sesuai dengan teori Snyder dkk. (2002) bahwa individu berharapan tinggi cenderung dapat mencapai tujuan, melihat hambatan sebagai tantangan, dan fokus pada keberhasilan daripada kegagalan. Hambatan tidak hanya mengajarkan pikiran untuk meyakini kemampuan yang dimilikinya dalam menemukan *pathways* yang dapat berjalan, tetapi hambatan juga menunjukkan betapa pentingnya usaha yang terus-menerus selama proses berlangsung (*agency thoughts*) (Snyder, 2000; 2002).

Hasil skala harapan yang dikerjakan S juga menunjukkan bahwa ia memiliki aspek *agency* yang cukup tinggi yaitu sebesar 13 pada *Goals Scale* dan 18 pada *Adult State Hope Scale*.

### **Faktor-faktor yang memengaruhi harapan.**

Harapan yang dimiliki S dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain:

#### 1. Pathway thoughts

##### a. Merasakan dan mempersepsikan stimulus eksternal

Deteksi dini (sensasi) dan interpretasi (persepsi) terhadap realitas salah satunya ditentukan oleh stimulus eksternal yakni perubahan pada lingkungan (Santoso, 2012). Dari stimulus eksternal berupa perceraian yang terjadi terhadap orang tua S, pada mulanya ia merasakan *shock* atas perubahan yang terjadi. Perubahan kondisi ekonomi juga membuat S merasa kurang percaya diri dan *minder*.

Individu memperoleh pengetahuan dari sekelilingnya pertamanya melalui penginderaan (Santoso, 2012). Persepsi tidak menerima sinyal-sinyal sensori secara pasif, melainkan dapat terbentuk melalui pembelajaran, memori, dan ekspektasi (Goldstein, 2009). Selain dipengaruhi oleh stimulus eksternal, *sensing* dan *perceiving* juga dipengaruhi oleh pengetahuan yang telah diperoleh dari pengalaman tertentu (Santoso, 2012). Ketika S tidak tinggal lagi bersama ayahnya pascaperceraian, terkadang S merasa *minder* dan iri melihat anak lain yang mendapatkan perhatian dari ayah mereka, tapi ia juga berusaha berpikir realistis bahwa ayahnya belum tentu dapat menjadi ayah yang baik sekalipun tidak bercerai. Stimulus lainnya yang berpengaruh terhadap usahanya dalam mencapai tujuan adalah saat orang lain dapat melakukan suatu hal maka S juga termotivasi untuk melakukan hal tersebut dan bahkan melebihi orang lain.

##### b. Mempelajari hubungan temporal antara kejadian-kejadian yang dialami

Kemampuan ini muncul pada diri S dalam bentuk ia dapat menerima perceraian orang tuanya karena ia melihat kondisi orang tuanya yang

sering terjadi konflik. Ia juga dapat memahami mengapa ia dan kedua saudaranya tidak dilibatkan ke dalam perjanjian pascaperceraian yang disebabkan oleh faktor usia mereka yang masih belum dewasa. Selain itu, S menyadari pentingnya tujuan dalam hidup, dan bahwa pihak lain dapat membantunya menyelesaikan permasalahan yang tidak dapat ia tangani sendiri.

Hal ini sesuai dengan definisi hubungan temporal menurut Santoso (2012) yaitu hubungan yang menunjukkan bahwa penyebab mendahului akibat. Saat S memahami hubungan sebab akibat dari kejadian yang dialaminya, ia akan mampu membuat langkah alternatif atau langkah baru dalam rencananya.

##### c. Perumusan tujuan

Individu secara konstan melihat dunia sekitarnya dan berusaha memahami bagaimana segala hal berjalan. Dengan begitu, individual dapat memprediksi masa yang akan datang dan memutuskan tujuan apa saja yang mungkin sesuai masa depan tersebut (*What is possible?*). Dengan hal-hal yang mungkin dapat dicapai, beberapa diantaranya dapat memuaskan kebutuhan. Hal yang sangat memuaskan dapat memunculkan hasrat dalam diri. (*What is desirable?*) (Goals, 2012).

Hal yang diinginkan oleh S (*what is possible* dan *what is desirable*) tergambar dalam targetnya tahun ini yakni menyelesaikan studi S1-nya, menikah, mendapatkan pekerjaan dan berkarir, kemudian lima tahun ke depan menjadi ibu yang baik dan melanjutkan studi.

Hal yang S dapatkan dari tujuan-tujuan yang telah dibuat (*what can I achieve*) adalah pengalaman dari proses yang ia lalui dalam usaha mencapai tujuan. Menurutnya proses tersebut lebih penting daripada hasil akhir yang ia dapatkan. Hal ini sesuai dengan definisi *what can I achieve* dalam Goals (2012), ketika individu dapat memutuskan

sesuatu yang mungkin dan diinginkan, ia juga perlu memahami apakah hal tersebut mungkin dicapai atau tidak.

Individu menguji tujuan akhir sesuai nilai-nilai yang dimiliki dan sistem lain untuk menentukan apakah tujuan yang dibuat sesuai dengan hal-hal tersebut (Goals, 2012). Dalam penelitian ini, S menyadari bahwa ia perlu menaati prosedur yang ada dan melaluinya secara bertahap agar tujuan yang ia inginkan tercapai (*what is allowed*).

## 2. Agency thoughts

### a. Persepsi diri sebagai tindakan

Orang dengan harapan tinggi memiliki reaksi emosional yang lebih rendah saat tujuan mereka terhalang dibanding orang dengan harapan rendah (Snyder, 2000; 2002). Hal ini dapat terjadi karena orang dengan harapan tinggi sudah terlatih untuk menemukan jalan alternatif dalam mencapai tujuan (Snyder, 2002). Dalam penelitian, S merasa perceraian orang tuanya tidak berpengaruh terhadap prestasinya, tetapi lebih mengakibatkan dirinya merasa kurang percaya diri dan minder. Namun S berusaha menyibukkan diri dengan kegiatan sekolah dan ekstrakurikuler bersama teman-temannya agar ia tidak terjerumus pada hal-hal negatif.

S menyadari bahwa dirinya sulit mengambil keputusan, sehingga ia sering meminta saran dari orang lain untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. Hal ini sesuai dengan mekanisme *coping* orang berharapan tinggi yang diungkapkan Snyder (2002) yaitu mempertimbangkan tujuan alternatif saat tujuan utamanya tidak lagi mungkin dicapai.

### b. Pengenalan diri

S mempersepsikan dirinya di mata orang lain sebagai seorang pekerja keras, cerdas, dan cantik, serta ulet. Sedangkan menurut dirinya sendiri, ia adalah seorang pekerja keras, bertanggung jawab, dan *moody*. Ia juga dapat menilai dirinya sebagai orang yang tekun. Kekurangan yang S rasakan adalah dalam hal pengambilan keputusan atau

tindakan dan kurangnya rasa percaya diri setelah terjadi perceraian. Sebagaimana yang tercantum dalam Goals (2012) bahwa kemungkinan tercapainya tujuan dipengaruhi oleh citra dan pemahaman diri, yang seringkali berdasarkan apa yang orang lain katakan dan bagaimana ia berpikir tentang persepsi orang terhadap dirinya.

## 3. Hambatan

Menurut Snyder (2000; 2002), dengan menggunakan teori harapan untuk memahami fenomena, hambatan yang muncul saat mengejar tujuan dapat menghasilkan emosi negatif, khususnya jika anak menghadapi hambatan yang cukup besar. Dalam penelitian, reaksi pertama S saat menghadapi hambatan atau masalah yang sulit adalah merasa takut atau khawatir, kemudian setelah beberapa saat ia kembali memotivasi diri dengan yakin bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya.

S menilai kemampuannya dalam mengatasi kemunduran dengan cukup baik. Dalam menghadapi kondisi keluarga yang seperti itu, S sering mengalihkannya pada kegiatan olahraga yang ia gemari. Sedangkan untuk mengatasi masalah ekonominya, ia sering bekerja di luar waktu kuliah. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan Snyder dan koleganya bahwa keberhasilan dalam mencapai tujuan dapat menghasilkan emosi positif, khususnya ketika ia berhasil mengatasi hambatan yang muncul dalam mencapai tujuan yang diinginkan (Snyder, 2002; Snyder & Lopez, 2007).

Penilaian diri S tersebut dikuatkan oleh pernyataan TR bahwa S melihat hambatan yang muncul dari pihak luar tidak dipedulikan olehnya. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan Snyder (2002) bahwa keuntungan aspek psikologis yang dimiliki orang berharapan tinggi adalah pendekatan harapan membantunya untuk berhasil mengatasi hambatan dalam tujuan.

TR melihat jika tujuan yang ingin dicapai S tidak berhasil atau tertunda, S biasanya merasa tertekan, dan bisa kembali normal ketika mendapat masukan dari orang lain. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Snyder (2002) bahwa saat anak menghadapi hambatan, mereka dapat meminta bantuan orang lain dalam menyelesaikan masalahnya. Anak dengan harapan tinggi adalah makhluk sosial, dan kemampuannya dalam berhubungan muncul dari ikatan yang kuat dengan pengasuh utama.

#### 4. Hubungan dengan pengasuh

Harapan tumbuh subur ketika anak membangun ikatan yang kuat dengan pengasuh mereka sejak bayi hingga usia balita (Bamford & Lagattuta, 2012). Dalam kasus S, ibunya sebagai pengasuh lebih banyak berperan dalam mendidik dan mendorongnya untuk berprestasi. S menggambarkan hubungan mereka sangat dekat yang ditunjukkan dengan sering berbagi cerita tentang permasalahan masing-masing ataupun masalah keluarga yang dihadapi bersama.

Selama menempuh pendidikan, ibunya yang paling banyak memberi dorongan pada S untuk berprestasi. Mulai dari membangunkan S pada dini hari untuk shalat malam dan belajar, hingga memberikan *reward* saat S berhasil mencapai prestasi tertentu. Sebagaimana yang diungkapkan Clarke-Stewart dan Brentano (2006) bahwa supervisi dari orang tua sangat berpengaruh saat anak menuju usia dewasa. Semakin besar perhatian dan bimbingan yang diberikan orang tua, maka anak semakin mampu menyesuaikan diri dengan perceraian. Anak-anak melakukan hal-hal dengan baik saat orang tuanya memastikan mereka tidur teratur, tidak menghabiskan seluruh waktunya dengan menonton televisi, dan membantu mereka mengerjakan pekerjaan rumah (Clarke-Stewart & Brentano, 2006). Hal ini juga sesuai dengan salah satu saran Lopez dkk. (2004) untuk meningkatkan

harapan yaitu memberi *reward* saat mencapai tujuan-tujuan kecil untuk memelihara tujuan jangka panjang.

Begitupun juga dengan TR, ia merasakan hubungan yang lebih dekat dengan S dibanding kedua saudaranya yang lain. Ia sering berbagi cerita dan meminta pendapat S mengenai kehidupan keluarga. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan Snyder (2002) bahwa anak dengan harapan tinggi adalah makhluk sosial, dan kemampuannya dalam berhubungan muncul dari ikatan yang kuat dengan pengasuh utama.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa individu yang berasal dari keluarga bercerai memiliki peluang yang sama untuk membangun harapan. Ketiga komponen harapan yakni tujuan, pathway, dan agency dapat menjadi acuan untuk meningkatkan harapan. Selain itu faktor utama yang dapat mendorong pembentukan harapan seseorang adalah faktor internal yakni kemampuan *coping* yang dimiliki dan faktor eksternal yakni dukungan dari orang terdekat.

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk mengembangkan khazanah pengetahuan dan penelitian-penelitian selanjutnya khususnya di bidang psikologi positif, dan menambah referensi tentang harapan pada mahasiswa yang orang tuanya bercerai.

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang bermanfaat bagi mahasiswa yang orang tuanya bercerai mengenai pentingnya memiliki harapan. Selain itu dapat berguna bagi keluarga dan orang-orang di sekitar mahasiswa yang orang tuanya bercerai mengenai pentingnya memberi dukungan agar harapannya meningkat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahrons, C.R. (2007). Family ties after divorce: Long-term implications for children. *Family Process*, 46, 53-65.  
<https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2006.00191.x>
- Anderson, J. (2014). The impact of family structure on the health of children: effects of divorce. *The Linacre Quarterly*, 81(4), 378-387.  
<https://doi.org/10.1179/0024363914Z.00000000087>
- Bailey, T. C., Eng, W., Frisch, M. B., & Snyder, C. R. (2007). Hope and optimism as related to life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 2(3), 168-175.
- Bamford, C., & Lagattuta, K. H. (2012). Looking on the bright side: Children's knowledge about the benefits of positive versus negative thinking. *Child Development*, 83(2), 667-682.
- Clarke-Stewart, A. & Brentano, C. (2006). *Divorce: Causes and consequences*. London: Yale University Press.
- Fischer, C. T. (2006). *Qualitative research methods for psychologists: Introduction through empirical studies*. Burlington, MA: Elsevier, Inc.
- Gerring, J. (2007). *Case study research principles and practices*. New York: Cambridge University Press.
- Goldstein, E. B. (13 Februari 2009). *Sensation and perception*. Cengage Learning. ISBN 978-0-495-60149-4.
- Hutauruk, F., Ahmad, R., & Bentri, A. (2019). Children resilience in dealing with parental divorce based on the ability to regulate emotions and optimism. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 4(1), 9-14.
- Khan, S. N. (2014). Qualitative research method-phenomenology. *Asian Social Science*, 10(21), 298.
- Li, M., Chang, E. C., & Chang, O. D. (2020). Beyond the role of interpersonal violence in predicting negative affective conditions in adults: An examination of hope components in Chinese college students. *Journal of Interpersonal Violence*.  
<https://doi.org/10.1177/0886260520938515>
- Lopez, S. J., Snyder, C. R., Mayar-Moe, J. L., Edwards, L. M., Pedrotti, J. T., Janowski, et al. (2004). *Strategies for Accentuating Hope*. Dalam P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice* (pp. 388-404). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Ozen, B., Ceyhan, O., & Büyükelik, A. (2020). Hope and perspective on death in patients with cancer. *Death studies*, 44(7), 412-418.
- Poerwandari, E. K. (2009). *Pendekatan kualitatif untuk penelitian perilaku manusia*. Depok: Lembaga Pengembangan sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Rand, K. L., & Cheavens, J. S. (2009). *Hope theory*. Dalam S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Oxford library of psychology. Oxford handbook of positive psychology* (p. 323-333). Oxford University Press.

- Taylor, R., & Andrews, B. (2009). Parental depression in the context of divorce and the impact on children, *Journal of Divorce & Remarriage*, 50(7), 472-480, DOI: 10.1080/10502550902970579
- Santoso, Agung S. (2012). Penerimaan stimulus oleh panca indera (Sensasi). *Modul Psikologi SDM*. Pusat Pengembangan Bahan Ajar-UMB. Tersedia di: [http://pksm.mercubuana.ac.id/new/elearning/files\\_modul/94013-11-875122452273.doc](http://pksm.mercubuana.ac.id/new/elearning/files_modul/94013-11-875122452273.doc).
- Snyder, C. R. (2000). *Handbook of hope: Theory, measures, and applications*. San Diego, CA: Academic Press.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological inquiry*, 13(4), 249-275.
- Snyder, C.R., and Lopez, S.J. (2007). *Positive psychology: The scientific and practical explorations of human strengths*. California: Sage Publications Inc.
- Snyder, C. R., Rand, K. L., & Sigmon, D. R. (2002). *Hope theory: A member of the positive psychology family*. Dalam C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 257-276). New York: Oxford University Press.
- Weis, R. & Speridakos, E. C. (2011). *A meta-analysis of hope enhancement strategies in clinical and community settings*. Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice.
- Willig, C. (2008). *Introducing qualitative research in psychology* 2nd Ed. London: McGraw-Hill.
- Worthen, V., & Isakson, R. (33 Januari 2011). *Hope-the anchor of the soul: Cultivating hope and positive expectancy*. Dalam *Issues in Religion and Psychotherapy*, North America. Tersedia di: <https://ojs.lib.byu.edu/spc/index.php/IssuesInReligionAndPsychotherapy/article/view/1352>
- Yin, R. K. (2008). *Case study research : design and methods*, 3rd Ed. London: Sage Publications, Inc.
- Yin, R. K. (2011). *Qualitative research from start to finish*. New York: Guilford Press.
- \_\_\_\_\_. (2012). *Goals*. Tersedia di: <http://changingminds.org/explanations/motivation/goals.html>.