

Gambaran Trauma yang Dialami Anak Korban Perceraian

M. Harwansyah Putra Sinaga¹, Miftahul Hasana Putri², Rohimatun Fadilah Munte³, Fitri Hariani Hasibuan⁴

Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam,
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

mharwansyahputra@uinsu.ac.id, miftahulhasanaputri12@gmail.com,
rohimatunfadilahm@gmail.com, fitriharianihasibuan234@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the types of trauma experienced by adolescents due to parental divorce and what children of divorce victims do to overcome the trauma of parental divorce. This research uses a qualitative descriptive approach with a case study type of research. Data collection was carried out by interviews and questionnaires. The data analysis technique used is the Miles and Huberman analysis model, namely data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results of this study explain that the impact of divorce on children depends on parents' understanding of children's feelings and the parenting style provided. However, parental divorce greatly impacts the psychology of children who will experience trauma from parental divorce, such as children who will feel lonely over parental separation, fear of building a household relationship, and hatred that comes to one of the parties that causes divorce. In dealing with the trauma experienced by children who are victims of divorce, namely by telling the problems they face to people they trust, and telling the problems, children will feel cared for and feel loved, then by motivating themselves by doing activities that help to overcome the trauma they are experiencing. Because by doing fun activities, you will forget about the problems you are facing and will accept your own situation.

Keywords: Types of Trauma, Overcoming Trauma, Divorce, Trauma

ABSTRAK

Penelitian yang dilakukan memiliki sebuah tujuan dimana untuk mengenal jenis trauma yang dialami remaja akibat perceraian orangtua dan bagaimana respon anak yang menjadi korban dalam kasus perceraian dalam mengatasi trauma pada perceraian orangtua. Penelitian yang dilakukan dengan memakai pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis penelitian studi kasus. Pengumpulan data yang dilakukan dipenelitian ini menggunakan metode wawancara dan angket. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah dengan model analisis miles dan Huberman yaitu dimana dilakukannya reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil yang didapat pada penelitian ini adalah tentang bagaimana menjelaskan dampak yang di timbulkan dalam perceraian yang dilakukan orangtua sehingga berdampak negative terhadap anak dan bergantung pada pemahaman orangtua terhadap bagaimana perasaan anak dan pola asuh yang diberikan ketika terjadinya perceraian. Namun perceraian orangtua sangat berdampak kepada psikologis anak yang akan mengalami trauma terhadap perceraian orangtua seperti anak akan merasa kesepian atas perpisahan

orangtua, takut untuk membangun hubungan rumah tangga, dan kebencian yang datang kepada salah satu pihak yang menyebabkan perceraian. Dalam mengatasi trauma yang dialami anak korban perceraian yaitu dengan menceritakan masalah yang dihadapi kepada orang-orang yang terpercaya, dan menceritakan masalah, anak akan merasa dipedulikan dan merasa dicintai, lalu dengan memotivasi diri dengan melakukan aktivitas yang membantu untuk mengatasi trauma yang dialaminya. Karena dengan melakukan aktivitas yang menyenangkan akan melupakan permasalahan yang dihadapi dan akan menerima keadaan diri.

Kata kunci: Jenis Trauma, Mengatasi Trauma, Perceraian. Dan Trauma

PENDAHULUAN

Perceraian ialah keputusan bersama yang dilakukan oleh kedua belah pihak maupun perorangan dimana mereka menetapkan untuk berpisah dan tidak melanjutkan sebagai suami istri (Dariyo, 2004). Perpindahan orangtua sangat berdampak kepada anak-anak, karena perceraian yang dilakukan menimbulkan banyak anak yang menjadi korban, dan trauma terberat bagi seorang anak adalah ketika ayah dan ibunya memutuskan untuk berpisah. ketika orangtua berpisah atau bercerai, anak-anak memiliki rasa takut dimana kasih sayang yang seharusnya mereka dapatkan dari orangtuanya akan berkurang maupun tidak ada lagi dari sosok kedua orangtuanya dan mereka takut kedepannya akan tidak dirawat serta di telantarkan. Penyebab terjadinya anak atas perceraian orangtua yaitu gangguan terhadap psikologisnya yang mana anak akan mengalami trauma atas perceraian orangtua.

Trauma adalah kejadian mengejutkan yang tidak terduga, maupun keadaan yang diluar nalar (di luar keseharian) yang menyebabkan perasaan tidak berguna, mengintimidasi kehidupan, dimana berdampak pada fisik maupun emosional. Adapun jenis trauma (a) Trauma situasional merupakan suatu trauma yang diakibatkan keadaan seperti terjadinya bencana alam, suatu perang, kecelakaan lalu lintas, kebakaran, perampokan, pemerkosaan, perceraian, di PHK dari pekerjaan, ditinggalkan oleh orang yang di sayangi untuk selama-lamanya, bangkrut, tinggal kelas dan lainnya. (b) Trauma perkembangan suatu trauma maupun stress yang akan dialami pada semua tahap perkembangan seperti cinta ditolak, maupun suatu kelahiran yang tidak diinginkan, suatu kejadian yan terjadi pada saat berkencan, berkeluarga, dan lainnya. (c) Trauma intrapsikis merupakan suatu trauma yang diakibatkan oleh seseorang yang memiliki perasaan cemas yang sangat tinggi seperti perasaan homoseksual, benci kepada orang lain, dan lainnya. (d)

Trauma eksistensial merupakan suatu trauma yang ditimbulkan oleh kurang berhasil dalam hidup (Kusmawati, 2016)

Banyak trauma yang ditimbulkan oleh kasus perceraian yang dilakukan oleh orangtua dan memiliki hubungan dengan bagaimana keharmonisan dalam suatu keluarga, yang artinya ketika seorang anak merasakan kasih sayang dari orangtua, merasa dicintai, dan kebahagiaan dalam kehidupan dirumah sebelumnya dan rumahnya tiba-tiba hancur dan tidak ada kebahagiaan maka anak akan mendapatkan suatu trauma yang sangat berat, sebaliknya jika anak merasakan tidak ada suatu keharmonisan maupun kebahagiaan dalam keluarganya, maka anak akan mendapatkan suatu trauma yang sangat kecil dan jalan keluar terbaik dari permasalahan yang ada adalah perceraian.

Memulihkan adalah pengembalian terhadap situasi semula, melakukan suatu pengembalian atau mengembalikan. Sedangkan pulih diartikan kembali sebagai keadaan semula atau sembuh atau baik kembali. Jadi pemulihan dapat didefinisikan sebagai pengembalian terhadap situasi semula. Pemulihan trauma yang dilaksanakan baik secara individu, terdapat banyak cara yang bisa dilakukan dalam melakukan suatu pemulihan pada trauma yang di alami secara mudah dan cepat yakni seperti berbicara dengan lawan jenis, mendengar curhatan, dan memberikan suatu memotivasi kepada individu agar melaksanakan aktivitas yang menyenangkan bagi individu tersebut (Kusmawati, 2016)

Dari penjelasan diatas diketahui bahwa perceraian orangtua sangat berdampak kepada psikologis anak yang akan membawa trauma berat kedepannya. Perceraian yang dilakukan orangtua berpengaruh besar pada perkembangan maupun mental dan emosional dari anaknya. Anak-anak yang menjadi korban kasus perceraian menunjukkan bahwa, perceraian yang dilakukan akan membuat trauma pada setiap tingkat usia anak meski dengan tingkat trauma yang berbeda-beda. Sehingga pentingnya penelitian ini dilaksanakan demi memahami dan menganalisis seputar trauma yang dialami oleh korban perpisahan atau perceraian.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian yang dilakukan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Studi kasus pada penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dimana peneliti melakukan eksplorasi terhadap suatu kasus secara baik dan detail dari berbagai sumber yang ada (Creswell, 2007). Penelitian ini dilaksanakan di kota Medan dan Batu Bara dan yang

menjadi subjek pada penelitiannya adalah beberapa orang perempuan, dengan rentang usia 19-22 tahun. Pengumpulan data dilakukan pada penelitian ini menggunakan teknik wawancara dan angket. Model Analisa Miles dan Huberman digunakan dalam menganalisa data yang telah terkumpul yakni, pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles dan Huberman, 1994)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di kota Medan dan Batu Bara dengan melibatkan 4 orang responden. Masing-masing memiliki latar belakang Pendidikan kuliah dan tamatan SMA. Metode yang digunakan adalah wawancara dan angket yang dilakukan dengan para responden yang berkaitan dengan anak yang mengalami trauma atas perceraian orangtua. RS berjenis kelamin perempuan dan dia seorang mahasiswa yang tinggal bersama ibunya, dia mengalami trauma untuk membangun sebuah hubungan karena ia selalu merasa jika ia menjalin hubungan dengan seseorang ia akan disakiti dan dilukai secara fisik seperti ayah yang memperlakukan ibunya.

Responden AFP yang berjenis kelamin perempuan dan dia seorang mahasiswa yang tinggal bersama neneknya. AFP tidak mengalami trauma karena ia merasa masih diberikan kasih sayang yang cukup dan kebutuhan hidup yang masih dipenuhi. Namun, ia mengalami permasalahan dalam pergaulan yang mana saat mengalami permasalahan yang membuat menjadi stress dan tidak bisa mengendalikan emosionalnya ia akan mengalihkan stresnya dengan hal yang menyenangkan seperti suka merokok bahkan minum minuman keras.

Responden NZL yang berjenis kelamin perempuan dan dia tamatan SMK yang tinggal bersama neneknya. Ia mengalami trauma dengan kributan yang mana ia merasa bersalah atas perceraian yang dilakukan oleh orang tuanya. Kributan hal yang sering terjadi di keluarga tersebut sehingga NZL takut terhadap kributan. NZL selalu menceritakan semua masalah yang dihadapi dengan neneknya, karena ia merasa nenek adalah tempat yang paling menerima diri dia walaupun seburuh apa latar belakang hidupnya. Sedangkan Responden CA yang berjenis kelamin perempuan dan dia tamatan dari SMA yang tinggal bersama neneknya. Ia mengalami trauma kehilangan orang yang dicintainya sehingga ia selalu menyesal dalam hidup karena tidak beruntung dalam memiliki keluarga.

Perceraian tidak hanya orangtua saja yang tersakiti, namun anak adalah korban yang paling tersakiti. Perceraian orangtua sangat berdampak

kepada psikologis anak yang akan mengalami trauma atas perceraian dan keributan yang dilakukan didalam rumah. Ketika seorang anak-anak yang mengalami orangtuanya berpisah atau bercerai, ia akan mendapatkan berbagai pengalaman yang beragam salah satunya adalah pengalaman tragis seperti dijadikan pelampiasan kemarahan, dipukuli, dicaci maki, disakiti, diperlakukan secara tidak adil. Trauma memiliki beberapa jenis dan hasil penelitian menegungkapkan bahwasan jenis trauma yang dialami anak korban berbeda beda. Dan adapun cara mengatasi trauma yang dialami setiap anak korban perceraian juga berbeda-beda Ini dapat digamabrkan pada tabel- tabel berikut :

Tabel 1 Jenis Trauma yang dialami anak korban perceraian

NO	Inisial Nama	Usia	Jenis Kelamin	Tempat Tinggal	Pendidikan	Gambaran Masalah
1	RS	21	Perempuan	Medan	Kuliah	RS mengalami jenis trauma dalam perkembangan dan intrapiskis yang mana RS memiliki rasa takut untuk berkeluarga dan benci kepada orang yang seharusnya dicintai.
2	AFP	20	Perempuan	Medan	Kuliah	AFP tidak mengalami trauma dikarenakan ia merasa masih diberikan kasih sayang yang cukup dari kedua orangtua nya dan ia menjadikan motivasi untuk masa depannya agar dapat menjalani

						keluarga yang baik tidak seperti kedua orangtuanya.
3	NZL	20	Perempuan	Batu Bara	SMA	NZL mengalami jenis trauma situasional yang mana ia sering merasakan bahwa perceraian orangtua disebabkan oleh dirinya dan juga mengalami jenis trauma intrapsikis yang mana ia selalu merasa takut dengan keributan.
4	CA	21	Perempuan	Batu Bara	SMA	CA mengalami jenis trauma eksistensial yang mana ia merasa menyesal telah memiliki keluarga yang berantakan.

Hasil wawancara yang telah dilakukan bahwa perceraian akan berdampak kepada anak yang mana anak akan mengalami trauma terhadap perceraian orangtua yang telah dilakukan. Trauma yang dialami tergantung bagaimana orangtua dalam mengasuh anak setelah perceraian. Pola asuh yang memenuhi kebutuhan anak akan sedikit mengalami trauma atau bahkan tidak sama sekali mengalami trauma dan sebaliknya pola asuh yang tidak memenuhi kebutuhan anak akan lebih besar mengalami trauma yang mana trauma yang dirasakan sesuai dengan permasalahan yang ada di rumah seperti keluarga yang terlalu sering rebut anak akan trauma atas keributan yang ada dan bahkan anak trauma memiliki pasangan yang mana itu terjadi

karena anak memandang sosok ayah yang ia dapat tidak seperti yang seharusnya.

Tabel 2 Cara Mengatasi Trauma Anak Korban Perceraian

NO	Inisial Nama	Usia	Jenis Kelamin	Tempat Tinggal	Pendidikan	Gambaran Masalah
1	RS	21	Perempuan	Medan	Kuliah	RS mengatasi trauma yang dialami dengan cara lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT dan bercerita keteman maupun orang terdekat yang ia percaya dan melakukan berbagai aktivitas yang ia sukai dan membuat ia lupa dengan masalah-masalahnya
2	AFP	20	Perempuan	Medan	Kuliah	AFP tidak mengalami trauma namun, Ketika ia mengalami masalah ia mengatasi dengan bercerita kepada orang yang dia percaya dan bercerita hanya sekedarnya saja.
3	NZL	20	Perempuan	Batu Bara	SMA	NZL mengatasi trauma yang dialaminya dengan bercerita, yang akan membuat dia menjadi lebih lega dan melakukan aktivitas yang

						menyenangkan sehingga melupakan masalah yang dihadapi
4	CA	20	Perempuan	Batu Bara	SMA	CA mengatasi trauma yang dialaminya dengan bercerita kepada teman yang ia percaya, ia juga suka menghabiskan waktu sendiri, berolahraga, dan bermain, karena ketika ia melakukan banyak aktivitas dia merasa tidak mempunyai masalah apapun.

Dapat disimpulkan dari hasil wawancara yang dilakukan anak untuk mengatasi trauma yang dialaminya dengan melakukan secara individu dimana menceritakan masalah kepada orang yang dipercaya akan merasa menjadi lebih tenang karena keluhan didengarkan merasa menjadi diperhatikan dan diperhatikan. Namun selain itu, memotivasi diri untuk melakukan aktivitas yang positif akan membuat menjadi lebih tenang dengan menghabiskan waktu dengan berbagai aktivitas sehingga melupakan masalah yang dihadapi dan menerima diri untuk menghadapi masalah dengan tenang dan tidak emosional.

Penelitian ini juga dilakukan melalui angket. Menurut Sugiyono (2017:142) Teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara angket atau kuesioner dimana memberikan beberapa pertanyaan maupun pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. jenis pertanyaan yang ada pada angket dibagi menjadi dua, yaitu: terbuka dan tertutup. Adapun kriteria dari angket. Seperti di tabel di bawah ini :

Tabel 3 Kriteria Hasil Angket

KATAGORI	INTERVAL
SANGAT BAIK	146- 175
BAIK	116 -145

CUKUP	86 -115
KURANG	56- 85
KURANG BAIK	30 - 55

Tabel 4

HASIL KRITERIA RESPONDEN

NO	INISIAL	INTERVAL	KATAGORI
1	RS	63	Kurang
2	AFP	62	Kurang
3	NZ	69	Kurang
4	CA	65	Kurang

Dapat disimpulkan dari hasil angket yang didapatkan dari 4 reponden bahwasannya 94,5 % merasa kesepian atas perceraian dari orang tua. Anak dampak terbesar atas peceraiaan orang tua yang mengakibatkan trauma terjadi pada anak. Trauma yang dialami 100 % takunya dengan kributan dan 27,87% anak trauma untuk menjalin hubungan dengan seseorang (pasanagan). Dari hasil penelitian 94,5% perceraian orang tua membuat anak menjadi benci terhadap salah satu orang tua yang menyebabkan perceraian. Mengatasi trauma yang dialami anak korban perceraian 94,5% menceritakan masalah yang dihadapi kepada orang yang dipercaya akan membantu dalam pemulihan trauma karena dengan menceritakan masalah mereka merasa dipedulikan dan diperhatikan oleh orang yang mendengarkan keluhannya. Lalu memotivasi untuk melkaukan aktivitas hal yang menyenangkan bahwasannya 100% hasil penelitian menyatakan melakukan aktivitas akan membuat kita terhadap permasalahan yang dihadapi sehingga tidak stress yang berlebihan dan mengatasi trauma yang dihadapi. Dari hasil umum angket reponden mencapai rata- rata 65 % mengalami trauma yang termasuk dari katagori "Kurang"

Pembahasan

Hasil penelitian yang diperoleh Nadiya (2018) bahwa responden yang mengalami trauma psikologis sebanyak 21 orang (65,6%) penyebabnya yaitu sedang ditelantarkan oleh orang tersayang (kekasih maupaun anak) terdapat 9 orang yang penyebabnya adalah asmara (perceraian) dan (43%) sebagian kecil responden yang mengalami trauma neurosis sebanyak 2 orang (6,3%) akibat kecelakaan kerja sebanyak 2 orang (100%).

Hasil penelitian yang diperoleh oleh Sinaga (2022) Ketika perceraian terjadi banyak pihak yang mengalami kerugian maupun tersakiti, dampak yang di sebabkan oleh perceraian akan berdampak pada perkembangan diri serta mental anak. Dampak yang di timbulkan dari setiap kasus perceraian berbeda-beda tergantung dari usia dari anak tersebut, dampak yang paling besar diterima oleh anak-anak yang masih bersekolah dasar dimana mereka sudah bisa mulai memahasi situasi dimana keluarga mereka sudah tidak harmonis lagi, orang tua mereka sudah tidak bersama-sama lagi dengan hal tersebut dampaknya akan ke perkembangan mentalnya. Keluarga yang tidak harmonis maupun yang mengalami perceraian akan memiliki dampak negatif bagi anak-anak dalam perkembangan jiwa Ketika masa pertumbuhan. Ingatan seorang anak sangat kuat dan mereka akan selalu mengingat hal-hal yang terjadi Ketika mereka kecil dulu, pengalaman yang di terima jika seorang anak menjadi korban perceraian akan mengalamai pengalaman transgresi yaitu seperti dijadikan pelampiasan kemarahan, dipukuli, dicaci maki, disakiti, diperlakukan secara tidak adil, semua pengalaman yang di dapatkan anak-anak ketika kecil akan berpengaruh terhadap kehidupannya saat dewasa.

Menurut Ismiati (2018) Anak merupakan korban yang mengalami dampak paling besar dari suatu kasus perceraian. Dimana dalam proses tumbuh kembangnya seorang anak sangat memerlukan kasih sayang dari orangtua maupun keluarga legkap yang kondusif. Keluarga merupakan tempat pendidikan yang pertama dan paling utama bagi seorang anak. Selain itu keluarga juga merupakan pondasi primer bagi perkembangan anak. Keluarga merupakan tempat bagi anak dalam menghabiskan sebagian besar waktu hidup mereka pada kehidupannya. Ketika terjadinya suatu konflik dalam keluarga, bahkan ketika orangtua memilih untuk melakukan perceraian, maka anak yang merupakan korban pertama yang akan merasakan dampak secara psikologis.

Hasil penelitian yang diperoleh Amelia (2008) anak yang menjadi korban dari kasus perceraian berfikiran bawah mereka tidak akan bisa bertemu lagi dengan kedua orang tuanya dan mereka juga mulai berfikir

tentang bagaimana masa depan mereka jika salah satu dari orang tua mereka yang telah bercerai meninggal dunia sehingga hal tersebut membuat suasana rumah semakin sepi. Ada anak yang merasa bahagia ketika orangtua mereka melakukan perceraian yang mana ibunya tidak lagi mengalami kdrt yang dilakukan oleh ayahnya. Trauma yang dirasakan anak ketika orangtuanya melakukan perceraian seperti, mudah terpancing emosi, menjadi anak yang introvert, kurangnya minat untuk bergaul dengan masyarakat lain dan lainnya. Terdapat suatu cara untuk bisa mengatasi trauma yang disebabkan kasus perceraian yaitu strategi Koping dimana anak-anak yang menjadi korban kasus perceraian lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT. Banyak berdoa, melakukan sholat sunah seperti tahajjud, meluapkan amarah didalam air, memukul tembok serta banyak lagi lainnya.

Hasil penelitian Yakin (2016) dari hasil penelitian di SMA Negeri 1 Nosu Kecamatan Nosu Kabupaten Mamasa dapat kita ketahui anak yang merupakan korban dari perceraian menunjukkan bagaimana keadaan anak yang berasal dari keluarga yang baru saja bercerai, berdampak yang ditimbulkan adalah kurangnya pengekspresian emosi anak yang menjadi korban perceraian, baik itu emosi marah, sedih, dan menyendiri. Namun banyak anak hasil perceraian yang tidak mengalami hal seperti diatas, ketika seornag anak yang sudah dewasa maupun sudah menemukan jati dirinya maka mereka sudah bisa memahami situasi serta mental dan emosi mereka sudah lebih kua sehingga bisa bersikap lebih positif.

Menurut Nur (2017) hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa perceraian bisa berdampak negatif kepada perkembangan psikologi anak, dikarnakan perkembangan psikologi anak akan terganggu karna dampak yang disebabkan oleh perceraian, dimana dampak lain dari perceraian adalah akan berkurangnya kasih sayang yang diberikan orangtua kepada anaknya serta perhatian yang diberikan akan berkurang juga. Keharmonisan suatu rumah tangga sangat dibutuhkan dalam membantu perkembangan psikologi anak dan pendidikan awal bagi anak. Dampak yang di sebabkan oleh kurangnya kasih sayang dan perhatian yang diberikan oleh orangtua akan membuat anak merasa cemas, resah, gelisah, introvert serta malu maupun sedih, dan tidak jarang bagi anak yang sedang dimasa puber akan lari kearah yang tidak benar seperti narkoba.

Menurut Susanti & Widyarto (2021) terdapat sebuah penelitian yang menunjukkan suatu perbedaan yang signifikan terhadap perubahan dampak trauma pada anak yang telah diberikan layanan konseling perilaku kelompok dengan teknik disensitisasi sistematis dengan yang belum diberikan layanan

konseling. Dari hasil perhitungan uji paired sample t-test didapatkan nilai signifikansi (2-tailed) $0,000 < 0,05$ yang mempunyai arti bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Hasil dari konseling yang dilakukan dengan menggunakan Teknik disentisasi sistematis memberikan pengurangan dampak trauma yang dialami oleh anak korban perceraian.

Menurut Sihombing (2020) pada penelitian ini mendapatkan hasil bahwa dengan merujuk pada 7 faktor pembentuk resiliensi, kedua subjek memiliki resiliensi yang cenderung positif dimana kedua subjek tersebut dapat kembali dari masa terpuruknya, masalah yang mereka hadapi atau persoalan percintaan masa lalu, dan mereka secara bertahap membuka diri untuk mencoba melakukan interaksi dengan orang – orang baru yang nantinya bisa mereka jadikan sebagai pasangan mereka kedepannya.

Menurut Putri (2015) pada penelitian ini ditemukan hasil dimana kedua belah pihak memiliki suatu resiliensi yang berbeda. Dimana subjek pertama memiliki kemampuan lebih baik dari pada subjek yang kedua hal tersebut terjadi dikarenakan subjek pertama mendapatkan dukungan dari orang terdekatnya sehingga ia merasa optimis sedangkan untuk subjek kedua kurang mendapatkan dukungan dari orang terdekat yang menyebabkan dia sering merasa pesimis, sering merasa ragu dalam banyak hal.

Menurut Aisyah (2019) hasil dari penelitian yang telah dilakukan mendapatkan hasil bahwa Al-Qur'an bisa menjadi salah satu terapi yang bisa menurunkan tingkatan stress seseorang maupun trauma dan juga gangguan psikis. Terapi Al-Qur'an bisa diterapkan pada anak usia pendidikan dimana ketika seorang anak telah melakukan terapi Al-Qur'an ini ia berhasil mengendalikan emosi serta menjadi pribadi yang lebih tenang serta sabar dalam menghadapi semua situasi. Terapi Al-Qur'an ini sangat bagus digunakan untuk korban dari kasus perceraian yg mana kasus perceraian pada saat ini semakin ramai.

Menurut Ningrum (2013) hasil pada penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa subjek dapat menyesuaikan diri mereka dengan lingkungan karna mereka dapat menerima suatu kenyataan baik kenyataan baik maupun kenyataan yang buruk sekalipun serta mereka dapat menyelesaikan suatu permasalahan yang sedang ia hadapi dengan emosi yang baik percaya diri, dan optimis serta mau berinteraksi dengan orang banyak.

Menurut Ramadhani & Krisnani (2019) yang menjelaskan bahwa pada saat ini efek yang ditimbulkan oleh kasus perceraian sangat berdampak buruk bagi anak, mulai dari mental, perkemabngan belajar, psikologi anak serta fisiknya. Sebelum melakukan suatu perceraian seharusnya para orang tua terlebih dahulu melakukan perundingan secara matang akan hal tersebut yg mana jika mereka tetap melakukan perceraian yg terkena dampaknya paling besar adalah anak mereka sendiri. Keluarga memiliki fungsi sebagai memberikan pengertian dan perhatian kepada seluruh anggota keluarga sehingga terjalinnya keluarga yang harmonis. Agar bisa terhindarnya dari kasus perceraian kedua orang tua harus lebih mengutamakan anak mereka dari pada ego mereka masing-masing. Pekerja sosial memiliki tugas dalam memberikan konseling serta konseling keluarga terhadap keluarga yang ingin maupunsudah mengalami perceraian.

Menurut Rahayu (2017) terdapat sebuah persoalan terhadap bullying, perceraian maupun pelecehan seksual sekalipun dalam kurun waktu beberapa tahun terakhir meningkat sehingga dampak yang ditimbulkan besar juga kepada anak-anak maupun remaja. Traumatik yang muncul akan memberikan dampak terhadap aktivitas yang akan dilakukan anak sehingga akan muncul perilaku seperti depresi, malu, ketakutan kesedihan, membolos, mimpi buruk, berbohong, dan psikosomatis. Oleh sebab itu dampak dari masalah yang ada harus di tangani dengan serius dan intensive dna dilakukan oleh orang yan sudah berpengalaman.

Menurut Purwanto & Hendriyani (2020) dampak yang ada menyebabkan masa pertumbuhan anak akan mengalami hambatan serta jika berkelanjutan maka akan semaki terpuruk Ketiga narasumber mampu mencapai PTG ketika memasuki masa dewasa awal. Munculnya PTG pada ketiga narasumber dipengaruhi oleh faktor internal (keinginan/dorongan dalam diri, peran spiritual, dan motivasi akan masa depan) dan faktor eksternal (dukungan sosial). Tedapat penyebab baru yang tidak ditemukan pada penelitian sebelumnya yaitu faktor keinginan atau dorongan dalam diri yang menjadi salah satu faktor paling memengaruhi munculnya PTG pada ketiga narasumber dan faktor motivasi akan masa depan.

Menurut Yulia (2021) hasil analisis pada penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga subjek memberikan dinamika trauma perceraian yang berbeda-beda sesuai dengan umur mereka maupun latar belakang mengapa orangtua mereka melakukan perceraian, didapatkan ketiga subjek menggunakan kedua jenis koping yaitu problem focused coping dan emotion focused coping dalam mengurangi tekanan akibat perceraian orangtua.

KESIMPULAN

Peceraian yang dilakukan oleh orang tua dampak yang paling besar adalah anak. Anak mengalami trauma akibat perceraian orang tua namun, tingkat trauma yang dialami anak berbeda-beda. Tingkat trauma yang dialami anak tergantung pola asuh orang tua terhadap anak, jika orang tua setelah bercerai tetap menjalin peran sebagai orang tua maka kemungkinan anak akan mengalami tingkat rendah dalam trauma namun jika orang tua tidak menjalankan perannya sebagai orang tua kepada anaknya maka anak akan mengalami trauma yang tinggi akibat perceraian orang tuannya. Dari hasil penelitian beberapa subjek responden jenis trauma yang dialami berbeda-beda sebagaimana tergantung kepada anak yang dapat atau tidak peran dari seseorang ayah dan ibunya. Trauma yang dialami seperti takut untuk memiliki pasangan, membenci salah satu pihak yang mana pihak tersebut menyebabkan perceraian dan merasa kesepian. Mengatasi trauma dengan menceritakan masalah yang dihadapi kepada orang yang dipercaya dan mendengarkan keluhan merasa dipedulikan sehingga bisa mengatasi gangguan stress yang membuat menjadi trauma dan melupakan aktivitas yang menyenangkan akan melupakan masalah yang dihadapi.

Saran

Adapun yang menjadi saran dalam penelitian ini untuk beberapa objek yaitu bagi orangtua, melihat dampak yang terjadi akibat perceraian maka disarankan bagi orangtua yang ingin bercerai agar dapat meninjau kembali keputusannya. Orangtua harus sadar bahwa pentingnya peran kasih sayang dan bimbingan untuk anak dalam perkembangannya, bagi anak korban perceraian, sebaiknya lebih membuka diri agar permasalahan yang dihadapi berkurang, dan bagi peneliti selanjutnya memungkinkan untuk mencari tahu apa saja hal detail yang mereka kerjakan untuk mengatasi trauma mereka dan apakah mereka membantu teman sesama yang juga korban dari perceraian orangtua.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah. (2019). Jurnal basicedu. *Jurnal Basicedu*, 3(2), 524–532.
- Amelia, A. T. (2008). *Strategi Koping Pada anak dalam menangani STRESS Pasca trauma Akibat Perceraian Orang Tua*.
- Dariyo, A. (2004). Memahami Psikologi Perceraian dalam Kehidupan Keluarga. *Jurnal Psikologi*, 2(2), 94–100.

<http://download.portalgaruda.org/article.php?article=62924&val=4564>

- Ismiati, I. (2018). Perceraian Orangtua Dan Problem Psikologis Anak. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 1(1), 1-16. <https://doi.org/10.22373/taujih.v1i1.7188>
- Kalaa, K., Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2005). Miles Huberman Data analysis Qualitative Data Analysis A Methods Sourcebook Edition. *Qualitative Data Analysis A Methods Sourcebook*, 107119.
- Nadiya, S. (2018). GAMBARAN JENIS JENIS TRAUMA YANG MELATARBELAKANGI KEJADIAN GANGGUAN JIWA DI DESA BANTUR KECAMATAN BANTUR MALANG. *Bitkom Research*, 63(2), 1-3. [http://forschungsunion.de/pdf/industrie_4_0_umsetzungsempfehlungen.pdf%0Ahttps://www.dfki.de/fileadmin/user_upload/import/9744_171012-KI-Gipfelpapier-online.pdf%0Ahttps://www.bitkom.org/sites/default/files/pdf/Presse/Anhaenge-an-PIs/2018/180607 - Bitkom-KPM](http://forschungsunion.de/pdf/industrie_4_0_umsetzungsempfehlungen.pdf%0Ahttps://www.dfki.de/fileadmin/user_upload/import/9744_171012-KI-Gipfelpapier-online.pdf%0Ahttps://www.bitkom.org/sites/default/files/pdf/Presse/Anhaenge-an-PIs/2018/180607-Bitkom-KPM)
- Ningrum, P. R. (2013). Perceraian Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja Studi Pada Remaja Sekolah Menengah Atas/Kejuruan Di Kota Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 39-44. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i1.3278>
- Nur, R. A. (2017). DAMPAK PERCERAIAN ORANG TUA TERHADAP PERKEMBANGANPSIKOLOGIS ANAK. *Dampak Perceraian Orang Tua*, 4(1), 88-100.
- Purwanto, M. D., & Hendriyani, R. (2020). Tumbuh Dari Luka : Gambaran Post-Traumatic Growth Pada. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 12(2), 185-197.
- Putri, T. A. (2015). Resiliensi pada remaja korban perceraian orang tua. *Jurnal Psikologi*, 9(4), 147-160.
- Rahayu, S. M. (2017). Konseling Krisis: Sebuah Pendekatan dalam Mereduksi Masalah Traumatik pada Anak dan Remaja. *Jurnal Pendidikan (Teori Dan Praktik)*, 2(1), 65. <https://doi.org/10.26740/jp.v2n1.p65-69>
- Ramadhani, P. E., & Krisnani, H. (2019). Anak remaja. *Jurnal Pekerjaan Sosial*, 2(1), 109-119. <https://jurnal.unpad.ac.id/focus/article/view/23126>
- Sihombing, S. J. (2020). Resiliensi anak korban perceraian dalam menjalin hubungan kencan di usia dewasa awal. *JP3SDM, Vol. 9. No. 1 (2020)*, 33-52.

Sinaga, M. H. P., Harahap, L. H., & Fatharani, Y. (2022). *Jurnal Pendidikan dan Konseling di Sekolah Dasar Islam*. 4, 2556–2560.

Susanti, Y. D., & Widyarto, W. G. (2021). Efektivitas Konseling Perilaku Dengan Teknik Disensitisasi Sistematis Untuk Mengurangi Dampak Trauma Pada Anak Korban Perceraian Di Desa Bantengan Kecamatan Bandung. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo*, 3(1), 1–14. <https://doi.org/10.35334/jbkb.v3i1.1999>

Yakin, A. Al. (2016). DAMPAK PERCERAIAN ORANG TUA TERHADAP ANAK (Studi Kasus Di SMA Negeri 1 Kecamatan Nosu Kabupaten Mamasa). *Pepatudzu: Media Pendidikan Dan Sosial Kemasyarakatan*, 1–13.

Yulia, A. S. (2021). *TRAUMA DAN KOPING STRES PADA DEWASA AWAL KORBAN PERCERAIAN*. 6.