



Nikita Shinta Dewi¹
Mirna Nur Alia
Abdullah²
Muhammad Retsa
Rizaldi Mujayapura³

ANALISA DAMPAK PERCERAIAN ORANG TUA TERHADAP MENTAL DAN PERILAKU ANAK: STUDI KASUS PADA ANAK PERTAMA DARI KELUARGA BERCERAI

Abstrak

Perceraian bukan hanya urusan antara suami dan istri, tapi juga bisa berdampak besar pada anak, terutama secara mental, akademik, dan perilaku sosial. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana perceraian orang tua memengaruhi kondisi psikologis anak, dengan menggunakan pendekatan kualitatif studi kasus. Subjek dalam penelitian ini adalah seorang remaja berusia 18 tahun yang mengalami perceraian orang tuanya sejak SMP. Hasilnya menunjukkan bahwa perceraian membuat anak merasa cemas, kurang percaya diri, kehilangan semangat belajar, dan mulai terlibat dalam pergaulan yang kurang sehat. Penelitian ini dikaitkan dengan teori struktural fungsional dari Emile Durkheim dan Talcott Parsons, yang menekankan pentingnya peran dan fungsi dalam sebuah keluarga. Saat struktur keluarga terganggu karena perceraian, fungsi penting seperti kasih sayang, bimbingan, dan pembentukan karakter anak pun ikut terganggu. Karena itu, diperlukan peran aktif dari orang tua, keluarga, dan lingkungan sekitar agar anak tetap bisa tumbuh dengan baik meski orang tuanya berpisah.

Kata Kunci: Perceraian, Anak, Dampak, Mental, Perilaku

Abstract

Divorce is not just a matter between husband and wife, but can also have a major impact on children, especially mentally, academically, and socially. This study aims to understand how parental divorce affects children's psychological conditions, using a qualitative case study approach. The subject in this study was an 18-year-old teenager who experienced his parents' divorce since junior high school. The results showed that divorce makes children feel anxious, less confident, lose their enthusiasm for learning, and start getting involved in unhealthy relationships. This study is associated with the structural functional theory of Emile Durkheim and Talcott Parsons, which emphasizes the importance of roles and functions in a family. When the family structure is disrupted due to divorce, important functions such as affection, guidance, and character formation of children are also disrupted. Therefore, an active role is needed from parents, family, and the surrounding environment so that children can continue to grow well even though their parents are separated.

Keywords: Divorce, Children, Impact, Mental, Behavior.

PENDAHULUAN

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kata "nikah" diartikan sebagai suatu perjanjian perkawinan antara pria dan wanita yang dilakukan sesuai dengan hukum dan ajaran agama .Hadi Abdul (2025:1).Tentunya pernikahan memiliki tujuan,salah satunya adalah membangun keluarga yang harmonis. Pernikahan juga tidak selalu bahagia pasti akan banyak cobaan karena menyatukan 2 kepala itu tidak mudah (Veronika dkk., 2022:31) .Bagaimana jika di dalam pernikahan ternyata pasangan suami istri tidak bisa menjadikan rumah tangga yang harmonis? Banyak pasangan suami istri merasa tidak cocok dengan satu sama lain dan berujung untuk memilih bercerai.

^{1,2,3}Jurusan Pendidikan sosiologi, Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Universitas Pendidikan Indonesia

Email : nikitashinta12@upi.edu , alyamirna@upi.edu , retsa98@upi.edu

Menurut Riadi Muchlisin (2021:1) perceraian merupakan putusnya hubungan pasangan suami istri yang disetujui oleh pengadilan dengan alasan bahwa suami istri tersebut tidak bisa menjalani pernikahan dengan rukun lagi. Indonesia sendiri memiliki banyak kasus perceraian, menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah kasus perceraian di Indonesia selama tahun 2024 mencapai 394.608 kasus. Angka ini lebih rendah dibandingkan tahun 2023 yang mencatat sekitar 463 ribu kasus, serta tahun 2022 yang mencapai 516 ribu kasus Nouvan (2025:1) . Banyak hal yang menyebabkan pasangan suami istri bercerai diantaranya adalah perselisihan atau pertengkarannya, masalah ekonomi, KDRT, poligami dan lain-lain .

Perceraian tentunya bukan hal yang mudah bagi beberapa pihak karena perceraian akan melibatkan pihak keluarga salah satunya adalah anak .Yang harus diperhatikan dari perceraian bukan hanya suami istri saja melainkan anak juga perlu diperhatikan, karena banyak dari pasangan suami istri yang bercerai tersebut memiliki anak, terkadang anak merupakan korban dari perceraian pasangan suami istri.Jika anak tidak diperhatikan maka perceraian bisa berdampak pada anak terutama pada mental anak , dampak perceraian pada anak tidak hanya dirasakan pada usia dini tetapi bisa juga terasa hingga dewasa. Menurut Nisa Humidatur (2023:1)berikut adalah dampak perceraian pada mental anak:

1. Perasaan terisolasi

Remaja yang mengalami perceraian dalam keluarga sering merasa terasing dan tidak utuh. Ketika orang tua menikah lagi, mereka bisa merasa benar-benar sendirian, terutama jika perpisahan terjadi di usia yang lebih tua.

2. Bermasalah dengan perilaku

Anak-anak dari keluarga bercerai cenderung mengalami lebih banyak gangguan perilaku, kenakalan, dan konflik dengan teman sebaya. Studi menunjukkan adanya hubungan antara kekerasan orang tua dan agresi anak.

3. Gangguan kecemasan

Perceraian sering menyebabkan kecemasan pada anak, terutama jika mereka harus memilih tinggal dengan siapa. Kecemasan ini dapat mengganggu kehidupan sosial, akademik, dan keseharian mereka.

4. Merasa rendah diri

Anak-anak dari keluarga bercerai bisa merasa berbeda dari teman-teman mereka, sehingga kepercayaan diri mereka turun. Hal ini membuat mereka ragu dalam bersosialisasi dan sulit menghadapi kegagalan.

5. Presetasi akademik menurun

Perceraian yang terjadi secara tiba tiba dapat berdampak buruk bagi prestasi akademik anak. Sebaliknya, anak-anak yang sudah terbiasa dengan konflik dalam keluarga cenderung bisa lebih beradaptasi.

6. Depresi

Kesedihan yang berkepanjangan akibat perceraian dapat berkembang menjadi depresi serius yang mengganggu kehidupan anak. Jika tidak segera ditangani, kondisi ini dapat berdampak fatal

7. Perilaku antisosial

Faktor seperti pola asuh, lingkungan, dan hubungan sosial mempengaruhi perkembangan sifat antisosial pada anak. Perceraian dapat memperbesar risiko perilaku agresif dan kurangnya empati terhadap orang lain.

Dampak pada mental yang dapat menyebabkan depresi, perasaan terisolasi, permasalahan perilaku, gangguan kecemasan, perasaan rendah diri, turunnya prestasi akademik, dan perilaku antisosial, Ada hal-hal yang bisa memperburuk keadaan, tetapi ada juga yang bisa membantu anak menyesuaikan diri dengan perubahan ini. Selain perceraian ini berdampak pada mental anak, perceraian juga bisa berdampak pada perilaku anak, anak yang mengalami perceraian orang tua bisa mengalami keterpurukan, dan hal itu dapat mendorong mereka melakukan tindakan negatif seperti kenakalan remaja sebagai bentuk pelampiasan atau cara melarikan diri dari rasa marah terhadap situasi perceraian tersebut. Kondisi ini bisa semakin parah apa bila anak-anak menyaksikan langsung pertengkarannya, perebutan hak asuh dan minimnya dukungan di sekitar anak. Diperlukan upaya dari berbagai pihak untuk meminimalisir dampak negatif tersebut, menurut Ikma (2025:1) upaya tersebut bisa dengan cara :

1. Komunikasi terbuka

Jika orang tua bercerai pentingnya kejujuran bagi anak sesuai dengan umurnya, pastikan anak mengetahui perceraian bukan salah anak tersebut, lalu buat anak tersebut nyaman untuk bercerita tanpa ada rasa takut dihakimi.

2. Menjaga rutinitas

Menjaga rutinitas harian anak seperti makan, tidur dan belajar pada biasanya dapat memberikan rasa stabilitas di tengah perubahan, membantu mereka merasa lebih terkendali atas situasi

3. Kerja sama antar orang tua

Meskipun bercerai, orang tua harus bisa bekerja sama dalam mengasuh anak bisa dengan membuat kesepakatan pengasuhan. Hindari melibatkan anak dalam konflik dana tunjukan bahwa mereka tetap didukung oleh kedua orang tua.

Melalui artikel ini, penulis akan menganalisis dampak dari perceraian terhadap psikologis anak. Pemahaman ini penting agar semua pihak dapat memberikan dukungan yang tepat bagi anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, yaitu suatu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif dalam bentuk kata-kata, baik lisan maupun tulisan, dari individu yang mengalami situasi orang tua yang bercerai. Penelitian ini juga mengamati perubahan perilaku anak tersebut. Pendekatan yang digunakan adalah studi kasus. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari anak pertama yang memiliki satu adik namun orang tuanya bercerai. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Purposive sampling, dimana peneliti menetapkan kriteria tertentu untuk memilih subjek, yaitu anak yang orang tuanya telah bercerai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dengan narasumber yang merupakan remaja umur 18 tahun dan merupakan anak pertama dari 2 bersaudara didapatkan berbagai informasi mengenai pengalaman emosional dan kondisi keluarga pasca perceraian orang tua. Narasumber menyatakan bahwa ketika orang tuanya bercerai ia masih berumur 13 atau 14 tahun. Setelah perceraian tersebut terjadi narasumber tinggal bersama neneknya, setelah tinggal bersama neneknya narasumber tinggal dengan ayahnya dan pada saat itu narasumber tidak diperbolehkan oleh ayahnya untuk menemui ibunya. Namun sekarang narasumber tinggal bersama ibunya sedangkan adiknya tinggal bersama bapaknya. Hal ini menunjukkan bahwa adanya pemisahan tempat tinggal antar saudara kandung yang mungkin turut mempengaruhi kondisi mental narasumber. Selain adanya pemisahan tempat tinggal dengan saudara kandung banyak hal yang memengaruhi kondisi mental narasumber yaitu narasumber melihat orang tuanya memiliki banyak konflik, kurangnya komunikasi narasumber dengan orang tuanya dan bahkan narasumber marasa bahwa orang-orang disekitarnya acuh dan tidak mengerti perasaan narasumber. Karena hal-hal tersebut membuat narasumber menjadi lebih menyendiri, lalu narasumber memiliki rasa cemas karena takut tidak disayang lagi oleh orang tuanya dan narasumber takut orang tuanya lebih perhatian ke keluarga barunya, lalu narasumber juga merasa jika emosi sering kali berlebihan karena narasumber sering melihat orang tuanya bertengkar dan narasumber juga menjadi kurang percaya diri dalam mengambil keputusan, narasumber juga jarang di apresiasi oleh orang tuanya hal itu juga yang membuat narasumber menjadi kurang percaya diri.

Selain perceraian berpengaruh pada kondisi mental narasumber, perceraian juga mempengaruhi akademis dan perilaku narasumber juga. Jika dari sisi akademis, nilai narasumber menurun karena narasumber sering pindah tempat tinggal dan pindah sekolah jadi narasumber merasa malas belajar lalu narasumber juga sering memikirkan masalah keluarganya sehingga mengganggu aktivitas belajar narasumber. Jika dari sisi perilaku narasumber, narasumber menjadi anak yang terjun ke pergaulan bebas. Setelah perceraian itu terjadi narasumber mencoba hal-hal yang tidak biasanya ia lakukan yaitu meminum alkohol, merokok, bertengkar dan pulang malam. Menurut narasumber hal itu dilakukan sebagai bentuk pelampiasan dan sebagai bentuk pengalihan pikiran dari masalah keluarganya. Lingkungan pertemanan narasumber berubah, awalnya ia berteman dengan anak yang rajin lalu setelah perceraian itu terjadi ia cenderung berteman dengan anak-anak yang nakal karena dianggap anak-anak tersebut lebih mengerti narasumber. hasil penelitian ini menunjukkan bahwa

perceraian tidak hanya berdampak secara emosional tetapi berdampak juga pada akademis dan sosial anak. Dukungan lingkungan yang sehat diperlukan agar anak dapat beradaptasi dengan baik dan tidak melakukan hal yang menyimpang.

Ditemukan bahwa perceraian orang tua memberikan dampak yang signifikan terhadap narasumber. Hal ini menunjukkan bahwa perceraian tidak hanya berdampak pada hubungan antara suami istri saja tetapi juga berdampak pada pembentukan karakter dan kestabilan emosi anak juga. Selain itu dari sisi akademik, narasumber mengalami penurunan prestasi belajar akibat sering berpindah tempat tinggal dan sekolah. Kondisi ini diperparah dengan tekanan psikologis yang membuat narasumber kehilangan motivasi belajar. Dari aspek perilaku, narasumber mulai menunjukkan penyimpangan seperti mengonsumsi alkohol, merokok, bertengkar, dan pulang larut malam. Narasumber juga mengaku bahwa perilaku tersebut adalah bentuk pelarian dan upaya mengalihkan perhatian dari masalah keluarga

Penelitian ini dapat dikaitkan dengan teori struktur fungsional yang dikemukakan oleh Emile Durkheim dan Talcott Parsons. Teori ini menyatakan bahwa masyarakat teremasuk keluarga memiliki peran dan fungsi masing-masing. Dalam keluarga, peran orang tua sangat penting untuk membentuk kepribadian anak, memberi kasih sayang, serta mengajarkan nilai dan norma. Tetapi ketika perceraian terjadi, struktur dan peran dalam keluarga menjadi terganggu. Seperti yang dialami narasumber, hubungan dengan orang tua menjadi renggang, komunikasi tidak berjalan dengan baik, dan ia harus terpisah rumah dengan adiknya. Dalam teori ini juga menjelaskan bahwa struktur sosial yang rapi dan seimbang bisa menciptakan lingkungan yang harmonis dan tertib. Namun jika struktur sosial berantakan, maka anggota keluarga kesulitan menjalankan peran mereka (Lestari Puji & Pratiwi, 2018:28). Situasi ini seperti yang dirasakan oleh narasumber. Ia tidak hanya tertekan emosional tetapi ia juga mengalami penurunan semangat belajar dan menunjukkan perilaku menyimpang. Maka dari itu, teori struktural fungsional membantu kita memahami bahwa perceraian bukan hanya soal perpisahan orang tua, tapi juga soal rusaknya peran dan struktur dalam keluarga yang seharusnya jadi tempat paling aman bagi anak untuk tumbuh berkembang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa perceraian orang tua memberikan dampak besar bagi kehidupan anak, terutama dari sisi mental, pendidikan dan pergaulan. Anak yang mengalami perceraian orang tuanya cenderung merasa sedih, cemas, kesepian, bahkan kehilangan kepercayaan diri. Kurangnya perhatian dan komunikasi dari orang tua akan memperparah kondisi mental anak. Secara akademik, anak juga terdampak. Sering berpindah tempat tinggal dan sekolah membuat anak menjadi sulit beradaptasi dan malas belajar. Jika dari segi perilaku, anak bisa terjerumus ke hal yang negatif seperti merokok, minum alkohol, dan pulang larut malam. Melalui teori struktural fungsional, kita menjadi paham bahwa keluarga memiliki peran penting dalam menjaga keseimbangan emosi dan perkembangan anak. Ketika struktur keluarga rusak karena perceraian, fungsi orang tua dalam mendampingi anak juga ikut terganggu. Oleh karena itu, meskipun orang tua bercerai mereka tetap bekerja sama dalam mengasuh anak agar anak tetap tumbuh dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Hadi Abdul. (2025, January 2). Pengertian Pernikahan dalam Islam, Hukum, dan Tujuannya. Tirto.Id. <https://tirto.id/pengertian-pernikahan-dalam-islam-pengertian-hukum-dan-tujuannya-gaWS>
- Ikmah. (2025, March 3). Ketahui Cara Mengatasi Dampak Perceraian pada Anak dan Membantu Mereka Beradaptasi – Jurnal STAIBA. JurnalSTAIBA. <https://jurnal.staiba.ac.id/ketahui-cara-mengatasi-dampak-perceraian-pada-anak-dan-membantu-mereka-beradaptasi-jurnal-staiba/>
- Lestari Puji, & Pratiwi, P. H. (2018). PERUBAHAN DALAM STRUKTUR KELUARGA . JurnalDimensia, 7, 23–44.
- Nisa Humidatun. (2023, June 21). 7 Dampak Perceraian pada Kesehatan Mental Anak, Bisa Bikin Si Kecil Ansos. Haibunda. <https://www.haibunda.com/parenting/20230618171856-62-308117/7-dampak-perceraian-pada-kesehatan-mental-anak-bisa-bikin-si-kecil-ansos>

- Nouvan. (20255, March 10). Jumlah Kasus Perceraian di Indonesia 2024 Menurut Provinsi. Dataloka. <https://dataloka.id/humaniora/2969/jumlah-kasus-perceraian-di-indonesia-2024-menurut-provinsi/>
- Riadi Muchlisin. (2021, September 14). Pengertian, Alasan dan proses perceraian. Kajianpustaka.Com. <https://www.kajianpustaka.com/2013/03/teori-perceraian.html>
- Veronika Nabila, Azhar, P. C., & Sugma, A. R. (2022). Dampak Perceraian Terhadap Psikologi Anak. *JurnalBerbasisSosial*, 3, 30–37.