
Dampak Tekanan Psikologis, Emosional Dan Sosial Bagi Anak *Broken Home*

Rizky Ayu Ningsih¹, Afifah Ramadhanisa², Aliffaa Hani³, Febri Afriyanti⁴, Nur Mazwin⁵

Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Datuk Laksemana Bengkalis, Riau, Indonesia¹⁻⁵

Email Korespondensi: rizkyayuningih00@gmail.com¹, afifahramadhanisa1006@gmail.com²,
aliffaahani0@gmail.com³, febiafriyanti@gmail.com⁴, nurmazwin14@gmail.com⁵

Article received: 01 November 2025, Review process: 11 November 2025

Article Accepted: 25 Desember 2025, Article published: 01 Januari 2026

ABSTRACT

This research is motivated by the negative impact of stress symptoms on children from broken homes. The aim of this study was to examine the psychological, emotional, and social stress and its impact on children from broken homes. This research used a qualitative approach with a case study method. Data were obtained through observation, interviews, and documentation. The results showed symptoms resulting from psychological stress include anxiety, decreased self-confidence, and difficulty concentrating. Emotional stress, on the other hand, leads to children becoming easily angered, sad, withdrawn, and exhibiting aggressive behavior. Social pressure, both from the school and community, can take the form of social stigma, leading to feelings of shame or low self-esteem in children. Integrated management between parents, schools, and the surrounding community is necessary to ensure children's healthy development, even those from broken homes.

Keywords: *Broken Home, Children, Psychological Stress, Emotional Stress, Social Stress*

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya dampak negatif dari gejala tekanan bagi anak yang berasal dari keluarga *broken home*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tekanan psikologis, emosional dan sosial berserta dampaknya bagi anak dengan kondisi keluarga *broken home*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan gejala yang muncul akibat tekanan psikologis, yakni berupa kecemasan, menurunnya tingkat kepercayaan diri dan kesulitan untuk berkonsentrasi. Sedangkan, timbulnya tekanan emosional mendorong anak menjadi mudah marah, sedih, dan menarik diri serta perilaku agresif. Sementara, tekanan sosial yang muncul baik dari lingkungan sekolah maupun masyarakat, berupa stigma sosial sehingga anak merasa malu atau rendah diri. Penanganan terpadu antara orang tua, sekolah, dan lingkungan sekitar diperlukan agar anak tetap mampu berkembang secara sehat meskipun berasal dari keluarga *broken home*.

Kata Kunci: *Broken Home, Anak, Tekanan Psikologis, Tekanan Emosional, Tekanan Sosial*

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama dalam membentuk kepribadian serta tumbuh kembangnya anak. Di dalam keluarga, anak memperoleh kasih sayang, rasa aman, dan nilai-nilai moral yang menjadi dasar dalam proses tumbuh kembangnya (Lubis et al., 2021). Keluarga yang harmonis dan religius dapat membentuk anak menjadi pribadi yang stabil secara mental dan emosional karena ia mendapatkan kasih sayang dan perhatian yang seimbang dari kedua orang tuanya. Sebaliknya, ketika keluarga mengalami konflik dan berakhir pada perceraian, struktur psikologis anak ikut terguncang karena kehilangan salah satu figur penting dalam kehidupannya (Astuti et al., 2020).

Perceraian merupakan fenomena sosial yang terus meningkat di Indonesia. Data Badan Pusat Statistik pada tahun 2021 menunjukkan adanya lebih dari 447.743 kasus perceraian, dan sebagian besar diajukan oleh pihak istri. Angka ini menunjukkan bahwa ketidakstabilan rumah tangga anak sebagai pihak yang paling rentan. Perceraian dapat menyebabkan anak kehilangan keseimbangan psikologis karena rasa aman dan kasih sayang yang dulu diperoleh dari kedua orang tua menjadi terputus (Alysia & Laksmiwati, 2024).

Sebagaimana penelitian Indriani pada tahun 2018, menyebutkan bahwa perceraian menyebabkan anak mengalami gangguan dalam hubungan sosial dan penurunan motivasi belajar, karena perhatian dan dukungan emosional dari orang tua berkurang (Abror, 2025). Anak juga lebih sering menyendiri dan enggan berinteraksi dengan orang lain. Kondisi sosial ini diperparah ketika lingkungan sekitar tidak memberikan dukungan yang memadai. Tekanan-tekanan yang muncul diantaranya tekanan psikologis, emosional dan sosial yang dapat berdampak pada penarikan diri anak sebagai mekanisme pertahanan diri, atau disebut dengan penarikan sosial (*social withdrawal*) untuk menghindari rasa malu atau pertanyaan dari teman-temannya (Juniandari et al., 2023).

Fenomena *Broken Home* menjadi isu sosial yang terus meningkat dan memunculkan berbagai dampak negatif terhadap perkembangan anak. Anak yang tumbuh di lingkungan keluarga tidak harmonis sering kali kehilangan figur dan perhatian yang seimbang dari kedua orang tuanya (Ratu et al., 2024). Istilah *Broken Home* merujuk pada kondisi keluarga yang mengalami keretakan hubungan antara ayah dan ibu, baik karena perceraian, pertengkarannya yang terus-menerus, atau komunikasi yang tidak sehat. Dalam banyak kasus, anak menjadi korban dari konflik orang tua yang berkepanjangan, sehingga mereka mengalami tekanan mental dan kehilangan rasa aman. Dampak psikologis ini tidak hanya berpengaruh terhadap perilaku sehari-hari, tetapi juga terhadap kemampuan anak dalam membangun hubungan sosial dan mengelola emosinya di kemudian hari (G. P. Sari, 2024).

Perkembangan emosional anak sangat dipengaruhi oleh stabilitas lingkungan keluarga. Ketika hubungan antarorang tua tidak harmonis, anak akan mengalami kebingungan dalam mengekspresikan perasaannya. Ia bisa menjadi lebih sensitif, mudah tersinggung, bahkan menunjukkan gejala stres seperti menarik diri atau kehilangan semangat belajar. Kondisi ini menimbulkan efek berantai terhadap perilaku sosial dan prestasi akademik anak. Anak cenderung menarik diri, merasa

tidak dicintai, dan sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah maupun masyarakat (Fauziah et al., 2022).

Penelitian ini mengkaji kasus *broken home* yang berdampak pada kondisi anak. Kesimpulan dari definisi *broken home* adalah sebuah rumah tangga yang mempunyai ketidakutuhan dalam suatu keluaraga seperti, perpisahan atau perceraian, kematian, adanya pertengkaran, serta pudarnya rasa cinta antara suami dan istri sehingga menyebabkan hilangnya keharmonisan dalam suatu rumah tangga, dan yang akan menjadi korban adalah anak.

Penelitian dilakukan di Kabupaten Bengkalis, Riau. Dalam penelitian ini, subjek bernama A, berusia 10 tahun merupakan contoh dari anak korban perceraian. Orang tuanya bercerai ketika ia berusia 7 tahun. Sejak itu, A tinggal bersama ibunya, sedangkan ayahnya jarang berkunjung. Kondisi tersebut menimbulkan tekanan emosional dan sosial yang signifikan yakni A menjadi pendiam, mudah marah, dan mengalami penurunan prestasi belajar.

Erikson menyatakan bahwa emosi anak berkembang melalui interaksi sosial dan pengalaman afektif yang diperoleh dari lingkungan keluarga (Rizki, 2022). Menurut Piaget, interaksi anak dengan lingkungan sosial menjadi arena belajar dalam memahami reaksi emosional yang tepat. Oleh karena itu, kualitas hubungan orang tua dengan anak menentukan sejauh mana anak mampu mengelola emosi dengan sehat (Syafnita et al., 2023). Mereka belajar meniru pola emosi negatif yang ditampilkan orang tua, seperti kemarahan atau sikap defensif. Dalam jangka panjang, anak akan mengalami kesulitan mengelola emosi, menunjukkan perilaku impulsif, dan kesulitan membangun hubungan interpersonal yang sehat (Rahma et al., 2024).

Kondisi lainnya ditujukan pada subjek yang berinisial M, yang merupakan seorang siswi kelas 5 SD berusia 11 tahun. Ia menjadi tempat curhat bagi ibunya mengenai konflik rumah tangga orang tuanya. Situasi ini menimbulkan dampak negatif bagi M. Ketika peran anak beralih menjadi pendengar masalah orang tua, hal tersebut jelas membebani aspek emosionalnya secara tidak proporsional.

Gangguan perkembangan emosional dapat muncul dalam bentuk perilaku agresif, menarik diri, mudah tersinggung, atau mengalami stres berkepanjangan. Anak yang mengalami tekanan emosional cenderung menunjukkan penurunan prestasi akademik dan kesulitan menjalin relasi sosial (Fadhila et al., 2025). Dalam konteks anak dari keluarga *Broken Home*, mereka sering merasa bersalah atau kehilangan rasa percaya terhadap figur orang tua. Apabila tidak mendapatkan dukungan psikologis yang memadai, kondisi ini dapat berkembang menjadi gangguan kecemasan bahkan depresi pada usia remaja (Simanjuntak & Latuhihin, 2023).

Subjek lainnya yang menggambarkan fenomena *broken home* terhadap psikologis anak adalah kasus Doren laudya, siswi kelas 1 SMA berusia 16 tahun. Perubahan perilaku Doren mulai terlihat sejak kelas 8 SMP. Ia menjadi lebih pendiam, sering melamun, dan tampak kehilangan semangat belajar. Ia juga mulai sering tidak masuk sekolah tanpa alasan yang jelas. Sebelumnya, Doren dikenal sebagai anak yang cukup aktif dan memiliki prestasi akademik baik. Namun setelah memasuki masa remaja, nilai-nilainya terus menurun. Guru-guru di sekolah

mencatat bahwa Doren sering terlambat mengumpulkan tugas, tampak kurang fokus di kelas, dan cenderung menghindari kegiatan kelompok.

Dalam konteks perkembangan psikologi remaja, perasaan kehilangan dan tidak diperhatikan dapat menyebabkan penurunan harga diri (*low self-esteem*), stres emosional, dan motivasi belajar yang menurun. Doren meyakini bahwa keluarganya tidak lagi utuh dan merasa tidak berdaya untuk memperbaikinya. Keyakinan negatif ini memengaruhi cara pandangnya terhadap diri sendiri dan lingkungannya. Dalam perspektif psikologi, perceraian orang tua tersebut berakibat terhadap perubahan sikap, tanggung jawab dan stabilitas emosional. Perubahan sikap anak akibat dari orang tuanya bercerai adalah anak menjadi pemuas, minder, susah bergaul, dan suka menyendiri (Wulandayu et al., 2023).

Seorang anak bernama Hafizh, berusia 11 tahun yang merupakan siswa kelas VI SD di salah satu sekolah dasar swasta di Bengkalis, juga berasal dari keluarga *broken home*. Orang tuanya bercerai ketika ia berusia 6 tahun. Sejak perceraian tersebut, ia tinggal bersama ayahnya, sementara ibunya jarang berkunjung. Kondisi keluarga yang tidak utuh ini diduga memberikan pengaruh terhadap motivasi belajarnya. Oleh sebab itu, penting untuk mengkaji lebih jauh bagaimana situasi keluarga tersebut memengaruhi semangat belajar, konsentrasi, serta keterlibatan Hafizh dalam kegiatan sekolah, sekaligus mengidentifikasi bentuk dukungan yang dapat membantunya tetap termotivasi meskipun menghadapi tantangan dalam keluarga.

Resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk bangkit kembali dan beradaptasi dengan baik setelah mengalami kesulitan, tekanan, atau trauma. Ini melibatkan kekuatan mental untuk menghadapi tantangan, mempertahankan stabilitas emosi, dan menemukan solusi secara produktif, alih-alih terpuruk atau menyerah. Kaitannya yakni dengan anak yang mengalami tekanan pasca perceraian orang tua. Sehingga dapat disimpulkan semakin tinggi resiliensi maka semakin tinggi juga motivasi belajar anak. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Khotimah, menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan kemampuan resiliensi. Oleh karena itu, sangat penting bagi anak untuk memiliki kemampuan resiliensi yang baik untuk mendorong motivasi belajarnya di sekolah (Khotimah et al., 2022).

Melihat berbagai fenomena tersebut, penelitian ini menjadi penting karena mengkaji dampak dari tekanan psikologis, emosional dan sosial bagi anak *broken home* secara mendalam melalui pendekatan kualitatif. Fokus penelitian diarahkan pada bagaimana anak memahami situasi keluarganya dan reaksi yang muncul baik dari aspek psikologis, emosional dan sosial. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan bagi orang tua, guru, dan masyarakat dalam memberikan pendampingan kepada anak-anak yang mengalami *broken home*.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (field research) dan metode studi kasus deskriptif untuk memahami secara mendalam tekanan psikologis, emosional, dan sosial yang dialami anak korban perceraian di Kabupaten Bengkalis, khususnya di Kecamatan Bengkalis Desa

Wonosari dan Kecamatan Bukit Batu Desa Dompas. Subjek penelitian meliputi empat anak yang mengalami perubahan emosi, perilaku sosial, dan prestasi belajar pasca perceraian orang tua, sedangkan informan penelitian terdiri dari anak, orang tua, guru BK/wali kelas, serta teman dekat untuk memperoleh data yang komprehensif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi yang meliputi catatan akademik dan catatan guru. Data dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, serta diuji keabsahannya menggunakan triangulasi sumber dan teknik agar hasil penelitian valid dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tekanan Psikologis Bagi Anak Broken Home Beserta Dampaknya

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang berasal dari keluarga *broken home* mengalami tingkat stres psikologis lebih tinggi dibandingkan anak dari keluarga yang harmonis dan utuh. Adapun gejala-gejala yang muncul dikarenakan adanya tekanan psikologis, yakni berupa kecemasan, menurunnya tingkat kepercayaan diri dan kesulitan untuk berkonsentrasi.

Hasil wawancara dengan ibu dari anak berinisial M menunjukkan adanya perubahan signifikan dalam hubungan keluarga setelah munculnya konflik rumah tangga. Sebelum konflik terjadi, hubungan antaranggota keluarga berjalan cukup harmonis dan kondusif. Ibu M menyampaikan:

“Dulu kami baik-baik saja, suami saya perhatian, kami sering bercanda, dan anak kami terlihat bahagia. Tapi setelah sering bertengkar, suasana rumah jadi tegang.”

Pernyataan ini menunjukkan bahwa suasana emosional di dalam rumah mengalami pergeseran drastis dari lingkungan yang aman menjadi penuh tekanan psikologis.

Dalam wawancara dengan M, ia menyampaikan bahwa:

“Sering merasa takut ketika mendengar suara keras karena mengingatkan pada pertengkarannya orang tua.”

Ungkapan ini mengisyaratkan bahwa pengalaman pertengkarannya orang tua meninggalkan trauma emosional yang mendalam. Ketakutan yang muncul bukan hanya situasional, namun berkembang menjadi kondisi psikologis yang menetap kemudian mempengaruhi cara ia membangun relasi dengan lingkungan sosialnya.

Kemunculan perilaku menarik diri pada anak ini sejalan dengan penemuan dalam psikologi perkembangan, di mana ketidakharmonisan keluarga sering kali mengakibatkan ketidakjelasan peran dan rasa aman anak (Retnoningtias et al., 2024). M mengungkapkan dalam wawancara:

“Aku nggak bisa cerita ke siapa-siapa, kalau aku sedih biasanya aku diam aja di kamar.”

Ini menunjukkan bahwa anak mulai menekan emosi negatifnya tanpa mekanisme penyaluran yang tepat. Kondisi tersebut dapat mengakibatkan internalisasi perasaan negatif yang berpotensi menimbulkan gangguan kecemasan, depresi anak, atau masalah perilaku di kemudian hari. Secara akademik, fenomena ini disebut *emotional suppression* dan merupakan salah satu respons maladaptif terhadap lingkungan keluarga yang disfungsional (Rahmy, 2021).

Sebagaimana yang dialami oleh subjek penelitian, yaitu Doren yang menunjukkan perubahan perilaku. Ia sering melamun, menjadi lebih pendiam dan tampak kehilangan semangat belajar Doren meyakini bahwa keluarganya tidak lagi utuh dan merasa tidak berdaya untuk memperbaikinya. Keyakinan negatif ini memengaruhi cara pandangnya terhadap diri sendiri dan lingkungannya.

Dalam konteks perkembangan psikologis anak, perasaan kehilangan dan tidak diperhatikan dapat menyebabkan penurunan harga diri (*low self-esteem*), stres emosional, dan motivasi belajar yang menurun. Menurunnya kepercayaan diri sehingga anak sering menyalahkan diri sendiri atas perpisahan orang tua. Stres atau kecemasan muncul sebagai akibat ketidakpastian kondisi keluarga dan hubungan orang tua. Kesulitan konsentrasi khususnya dalam proses belajar, karena pikiran terfokus pada konflik keluarga (Huda et al., 2025).

Doren sering terlambat mengumpulkan tugas, tampak kurang fokus di kelas, dan cenderung menghindari kegiatan kelompok. Berdasarkan catatan guru, nilai rata-rata Doren menurun signifikan selama dua semester terakhir dan ia sering tidak mengumpulkan tugas. Guru menyampaikan:

“Kalau mood-nya buruk, Doren nggak bisa fokus di kelas. Dia melamun, bahkan seperti hilang koneksi sama pelajaran.”

Dalam wawancara, Doren berkata:

“Belajar rasanya berat. Rasanya kayak nggak ada yang bangga meskipun aku dapat nilai bagus.”

Hal ini menunjukkan bahwa motivasi belajar menurun bukan karena rendahnya kemampuan intelektual, tetapi karena hilangnya dukungan emosional dan penghargaan sosial. Pandangan ini didukung oleh Bronfenbrenner yang menyatakan bahwa konflik keluarga memberikan dampak psikologis yang menurunkan konsentrasi, memori, dan motivasi anak dalam belajar (Bronfenbrenner, 1979).

Pada situasi yang sama, Ibu M juga menyebutkan bahwasannya:

“Nilai sekolahnya turun, dia jadi mudah marah dan kadang menolak kalau disuruh belajar.”

Perubahan perilaku juga terlihat pada A, yang ternyata juga berdampak pada prestasi akademiknya. Berdasarkan catatan guru wali kelas, nilai rata-rata A menurun dari 84 menjadi 72 dalam kurun waktu beberapa bulan terakhir. A terlihat kehilangan semangat belajar dan sering melamun di kelas. Dalam wawancara, A mengaku:

“Saya malas belajar. Kadang kalau ingat ayah, jadi nggak semangat.”

Pernyataan ini menggambarkan bahwa kondisi psikologis berpengaruh langsung terhadap kemampuan kognitif dan motivasi belajar anak. Kondisi ini menunjukkan adanya dampak buruk pada aspek akademik yang tidak lepas dari gangguan emosional. Hal ini menguatkan pandangan bahwa perkembangan kognitif akademik tidak dapat dilepaskan dari stabilitas emosional yang dipengaruhi oleh lingkungan keluarga (Husnia & Suryadi, 2025).

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan dampak negatif *broken home* terhadap motivasi belajar anak. Pertama ditulis oleh Sari, hasil penelitian menunjukkan bahwa anak-anak dari keluarga *broken home* memiliki motivasi belajar

yang rendah akibat kurangnya perhatian dan kasih sayang dari orang tua (L. S. P. Sari et al., 2023). Penelitian kedua, menemukan bahwa pola asuh yang kurang baik dalam keluarga *broken home* dapat memengaruhi tingkat motivasi belajar siswa (Fatiha, 2022). Selain itu, penelitian oleh Harnita dan Zikra menunjukkan bahwa siswa dari keluarga *broken home* di SMPN 30 Padang memiliki motivasi belajar yang rendah, terutama dalam aspek persiapan belajar, mengikuti proses belajar mengajar, dan menindaklanjuti pelajaran (Harnita & Zikra, 2023).

Sebagaimana yang dialami oleh Hafizh. Ia tinggal bersama ayahnya sejak kedua orang tuanya bercerai ketika ia berusia enam tahun. Setelah perceraian, ibunya menikah lagi dan tinggal tidak jauh dari rumah ayah Hafizh. Meskipun jaraknya dekat, hubungan Hafizh dan ibunya tidak terlalu dekat karena ibunya jarang memberikan perhatian setelah menikah kembali. Kurangnya perhatian atau figur ibu, mempengaruhi semangat belajar Hafidz yang cenderung berubah-ubah. Namun pada sisi lain, Hafizh menunjukkan semangat belajar ketika mendapatkan dukungan dari pihak lain, yakni perhatian dari Sekolah (guru dan atau teman). Ketika peneliti bertanya, “*Apa yang membuat kamu semangat belajar?*” Hafizh menjelaskan:

“Kalau gurunya baik. Terus kalau bu guru bilang aku bagus, aku semangat lagi belajar.”

Ketika ditanya mengenai apa yang membuatnya bersemangat, guru Hafidz mengatakan:

“Jika kegiatan belajar dibuat menyenangkan atau disertai pujian, dia lebih bersemangat.”

Motivasi belajar memegang peranan penting dalam memberikan gairah atau semangat dalam belajar. Pandangan ini didukung oleh Elizabeth Hurlock, yang menjelaskan bahwa kestabilan emosi merupakan faktor penting dalam keberhasilan akademik. Anak yang tumbuh dalam situasi emosional yang penuh tekanan cenderung kehilangan fokus, sulit mengingat, dan lambat dalam memahami pelajaran (Hurlock, 2004).

Motivasi belajar tidak hanya menjadi pendorong untuk mencapai hasil belajar yang optimal tetapi juga mengandung usaha untuk mencapai tujuan belajar. Anak yang memiliki semangat yang besar akan rajin berusaha, pantang menyerah, gagah, serta rajin membaca sebagai peningkatan hasil belajar dan juga untuk pemecahan masalah yang dihadapinya. Sebaliknya, siswa yang mempunyai motivasi rendah akan terlihat acuh, mudah putus asa, perhatiannya tak tertuju terhadap pembelajaran yang kelak dapat menyebabkan peserta didik kesulitan dalam belajar (Handayani & Masyithoh, 2023).

Tekanan Emosional Bagi Anak Broken Home Beserta Dampaknya

Anak dalam keluarga tidak harmonis atau disebut dengan istilah *broken home* cenderung mengalami ketidakstabilan emosi seperti mudah marah, sedih, atau menarik diri, dan rasa kehilangan salah satu figur orang tua (*fatherless/motherless*) serta ketakutan terhadap penolakan yang berlanjut pada pola hubungan interpersonal di masa depan (Ratu et al., 2024).

Konflik rumah tangga juga memicu perubahan pola komunikasi, baik antara orang tua maupun antara orang tua dan anak. Orang tua menjadi lebih fokus pada permasalahan internal mereka, sehingga secara tidak sadar mengabaikan kebutuhan emosional anak (Wahyuni et al., 2025). Ayah M berkata:

"Kadang saya sibuk sendiri mikirin masalah rumah tangga, sampai lupa memperhatikan anak."

Kondisi ini sejalan dengan teori distress keluarga (*family distress theory*), yang menyatakan bahwa konflik antarpasangan mengurangi kualitas pengasuhan dan interaksi positif dengan anak. Kurangnya perhatian emosional yang konsisten berpotensi menimbulkan rasa tidak dihargai, kurang didengar, dan kesepian secara emosional pada diri anak (Retnoningtias et al., 2024).

Lebih jauh, kondisi rumah yang penuh tekanan telah menciptakan ambiguitas emosional di dalam diri anak. Dalam wawancara, M mengatakan:

"Kadang aku pengen marah juga sama mama papa, tapi takut dimarahin."

Hal ini menggambarkan adanya penumpukan frustrasi yang tidak tersalurkan. Secara psikologis, penumpukan emosi tanpa ekspresi sehat merupakan faktor risiko perkembangan gangguan emosional di masa remaja. Pengalaman ini membuat anak mempelajari situasi bahwa ekspresi emosi negatif tidak aman, sehingga ia belajar menekan atau menyembunyikan perasaan demi menghindari konsekuensi, suatu pola yang dapat berkembang menjadi hambatan dalam regulasi emosi (Wahyudi et al., 2025).

Situasi lain, juga ditemukan pada kasus Doren. Dalam beberapa kasus, guru juga menemukan bahwa Doren mudah tersinggung dan menangis ketika ditegur. Hal ini menandakan adanya tekanan emosional yang belum terselesaikan akibat pengalaman masa kecil yang penuh konflik. Berdasarkan penelitian Astuti et al., perceraian memberikan dampak langsung terhadap kestabilan emosi anak (Astuti et al., 2020).

Dari perspektif teori sistem keluarga, konflik berkepanjangan dapat menciptakan pola relasi yang tidak adaptif antaranggota keluarga. Jika konflik tidak diselesaikan secara konstruktif, anak sering menjadi korban emosional meskipun tidak terlibat langsung dalam pertengkarannya. Ibu M mengungkapkan:

"Sekarang dia jadi sensitif, gampang nangis kalau ditegur, padahal dulu nggak begini."

Hal serupa juga merujuk pada subjek A. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru wali kelas dan ibu kandungnya, diketahui bahwa A menunjukkan perubahan perilaku yang cukup mencolok. Sebelum perceraian, ia dikenal aktif, ceria, dan mudah bergaul dengan teman-temannya. Namun, sikapnya berubah menjadi pendiam, mudah tersinggung, dan terlihat kehilangan semangat dalam belajar. Guru wali kelas menceritakan:

"A dulunya anak yang aktif dan sering ikut kegiatan sekolah, tapi sekarang lebih sering diam. Kalau digoda sedikit saja oleh teman-teman, ia langsung marah atau malah menangis di kelas."

Respons emosional yang meningkat ini merupakan salah satu tanda kecemasan dan tekanan internal. Dalam literatur perkembangan anak, hal ini disebut *emotional dysregulation*: ketidakmampuan menyesuaikan respons emosi dengan

situasi. Dampaknya dapat memicu permasalahan sosial seperti menarik diri, perilaku agresif, dan rendahnya kemampuan pemecahan masalah (Safruddin & Widyastuti, 2025).

Sebagaimana dampak yang dialami oleh M berupa rasa marah yang tidak terkontrol pada anak. M menyebutkan bahwa:

“Kalau aku lagi kesel di rumah, kadang aku marah sendiri di sekolah, padahal temenku nggak salah apa-apa.”

Pernyataan ini menunjukkan adanya mekanisme pelampiasan emosi yang salah arah. Anak tidak mampu mengekspresikan kemarahannya pada lingkungan keluarga yang menjadi sumber masalah, dan akhirnya memindahkannya ke lingkungan lain. Maskur et al., menjelaskan bahwa kehilangan keseimbangan emosional pada anak *broken home* sering kali membuat anak mencari pelarian melalui aktivitas menyendiri atau perilaku agresif sebagai bentuk reaksi terhadap tekanan batin (Maskur et al., 2021).

Apabila anak tidak memperoleh penguatan positif dari orang tua, terutama akibat kehilangan salah satu figur setelah perceraian, maka ia akan merasa tidak berdaya dan gagal dalam menilai dirinya sendiri. Temuan ini diperkuat oleh Muhammad Syarif yang menyebutkan bahwa gangguan emosional pada anak korban perceraian muncul karena anak tidak lagi mendapatkan kasih sayang seimbang dari kedua orang tua. Anak merasa kecewa, sedih, dan kehilangan tempat bersandar secara psikologis (Syarif, 2023).

Secara keseluruhan, hasil wawancara menunjukkan bahwa konflik rumah tangga menciptakan perubahan mendasar dalam fungsi emosional anak. Lingkungan rumah yang semula menjadi tempat perlindungan kini menjadi sumber kecemasan dan ketidakstabilan psikologis. Anak tidak hanya terpengaruh secara emosional, tetapi juga secara sosial dan akademik. Hal ini menegaskan bahwa keluarga merupakan sistem terpenting dalam tumbuh kembang anak, dan ketidakstabilan di dalamnya akan berpengaruh luas pada perilaku anak. Rasa sedih yang mendalam yang juga merupakan bentuk dampak *Broken Home* terhadap anak, seperti yang dialami oleh M, dalam wawancara ia mengungkapkan:

“Kalau lagi sendirian, aku suka nangis karena kangen waktu keluarga masih kumpul.”

Pernyataan tersebut menggambarkan kehilangan emosional yang dirasakan anak akibat konflik orang tua. Rasa kehilangan tersebut bukan sekadar ketiadaan fisik salah satu orang tua, tetapi juga kehilangan fungsi emosional keluarga sebagai tempat kebahagiaan. Secara akademik, ini dapat dijelaskan melalui teori kehilangan (*grief theory*) yang menyatakan bahwa anak mengalami bentuk duka yang mirip dengan kehilangan orang yang dicintai. Kesedihan berlarut yang tidak tertangani dapat berujung pada depresi. Oleh karena itu, intervensi konseling sangat diperlukan untuk membantu anak memproses perasaan kehilangan tersebut (Maulidia et al., 2024).

Tekanan Sosial Bagi Anak *Broken Home* Beserta Dampaknya

Tekanan sosial yang muncul baik dari lingkungan sekolah maupun masyarakat, dapat berupa stigma sosial yang menyebutkan bahwa anak *broken home*

dianggap bermasalah, kesulitan bersosialisasi karena adanya rasa malu atau rendah diri dan pengaruh teman sebaya yang dapat berdampak negatif jika anak mencari pelarian (Adristi, 2021).

Hal tersebut ditunjukkan oleh Doren, yang cenderung menarik diri dari lingkungan sosial. Ia tidak lagi aktif dalam organisasi sekolah dan lebih suka menghabiskan waktu sendirian ketika jam istirahat. Sebagaimana teman dekatnya menyebutkan bahwa:

“Kalau lagi sedih, dia nggak mau gabung sama teman-teman. Dia takut dikira anak yang nggak dianggap ibunya.”

Perasaan tidak dihargai dan kurang mendapatkan dukungan emosional dari orang tua menyebabkan Doren menjadi mudah putus asa. Ia menganggap bahwa segala usahanya untuk berprestasi tidak akan mengubah keadaan keluarganya. Pandangan pesimis seperti ini mendorong munculnya perilaku apatis terhadap pendidikan dan kehidupan sosial. Doren lebih memilih menghabiskan waktu di kamar daripada berinteraksi dengan teman-teman atau mengikuti kegiatan sekolah.

Jika dilihat dari perspektif teori *Attachment* (Bowlby, 1988), Doren kemungkinan mengalami bentuk keterikatan yang tidak aman (*insecure attachment*) karena tidak mendapatkan kestabilan emosional dari kedua figur orang tuanya. Hubungan emosional yang rapuh dengan ayah serta komunikasi yang kurang hangat dengan mamanya membentuk pola keterikatan yang tidak konsisten. Akibatnya, Doren mengalami kesulitan mempercayai orang lain dan merasa kurang berharga. Pola ini juga berdampak pada perilaku sosialnya yang cenderung tertutup dan pasif.

Hasil observasi dan wawancara dengan guru A, juga menunjukkan hal serupa. Bahwasannya A kini lebih banyak menghabiskan waktu sendirian, baik di sekolah maupun di rumah. Ketika jam istirahat, ia sering terlihat duduk di pojok kelas, mengamati teman-temannya yang bermain tanpa ikut bergabung. Dalam wawancara, A berkata dengan nada pelan:

“Saya nggak mau main. Nanti teman-teman suka ngeledek, bilang ayahnya nggak ada.”

Kalimat sederhana ini menyiratkan rasa malu dan rendah diri yang mendalam. A tampak membatasi dirinya dari interaksi sosial sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri. Sikap menarik diri (*social withdrawal*) tersebut menandakan adanya ketidaknyamanan dalam berhubungan dengan orang lain karena trauma emosional yang belum terselesaikan.

Beberapa anak menunjukkan perilaku yang cenderung menutup diri sebagai respon atas konflik keluarga. Sebagaimana M mengatakan:

“Aku nggak suka cerita sama orang lain karena takut mereka tahu keluargaku berantakan.”

Pernyataan ini memperlihatkan adanya rasa malu dan stigma yang dirasakan anak akibat percekcikan orang tua. Dalam perspektif psikologi sosial, anak mulai menginternalisasi persepsi negatif terhadap kondisi keluarganya. Ketertutupan ini dapat dianggap sebagai bentuk *self-protective behavior*. Secara akademis, fenomena ini sesuai dengan konsep *self-stigma*, yaitu ketika seseorang menyerap label negatif dari lingkungan dan menjadikannya bagian dari identitas diri. Anak merasa bahwa

membicarakan kondisi keluarganya akan membuatnya dihakimi atau direndahkan oleh teman sebaya.

Akibatnya, anak menahan emosi negatif dalam dirinya tanpa penyaluran yang tepat. Jika berlangsung dalam waktu lama, kondisi ini berisiko menyebabkan gangguan psikologis seperti kecemasan sosial atau depresi. Anak yang tertutup juga akan kesulitan membangun hubungan sosial yang sehat, karena ia selalu merasa perlu menyembunyikan bagian penting dari dirinya. Hal ini menunjukkan bahwa *Broken Home* tidak hanya berdampak pada emosi anak, tetapi juga pada cara mereka membangun relasi sosial dan identitas diri (Parangga, 2025).

Hasil penelitian Uswatun Hasanah mendukung pandangan tersebut, dengan menjelaskan bahwa anak korban perceraian sering mengembangkan *social withdrawal*, yaitu perilaku menarik diri dari lingkungan sosial karena merasa malu, minder, atau takut mendapatkan stigma dari masyarakat (Hasanah, 2020). Fenomena ini memperlihatkan bahwa anak korban perceraian kehilangan rasa percaya terhadap lingkungan sosialnya karena trauma terhadap hubungan interpersonal yang tidak stabil di dalam keluarganya sendiri. Hasil penelitian Fadila et al., juga memperkuat bahwasannya anak *broken home* menunjukkan penurunan keterampilan sosial, kesulitan bekerja sama dengan teman sebaya, serta gangguan dalam mengontrol emosi di lingkungan sekolah (Fadila et al., 2025).

Menurut Heni Widia Astuti, ketidakseimbangan kasih sayang dari kedua orang tua dapat memunculkan ketidakstabilan emosional serta gangguan moral pada anak, karena bimbingan spiritual keluarga tidak lagi berjalan secara utuh. Hal ini memperlihatkan bahwa perceraian atau situasi *broken home* tidak hanya memutus ikatan sosial antara suami dan istri, tetapi juga meninggalkan luka psikologis mendalam bagi anak yang kehilangan figur teladan utamanya (Astuti et al., 2020).

Peran Orang Tua, Sekolah, Dan Lingkungan Dalam Mencegah Dan Mengatasi Anak Sebagai Korban Keluarga Broken Home

Penyebab *broken home* dapat dikategorikan menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup ketidakharmonisan komunikasi, perbedaan prinsip hidup, ketidaksetiaan, serta masalah ekonomi yang tidak terkelola dengan baik. Sementara itu, faktor eksternal dapat berupa tekanan sosial, keterlibatan pihak ketiga, atau pengaruh lingkungan negatif. Ketika konflik-konflik tersebut tidak diselesaikan secara bijak, maka akan berujung pada disintegrasi keluarga (Subhi & Sunyoto, 2025). Ketidakmampuan pasangan dalam mengelola emosi dan menyelesaikan konflik konstruktif merupakan pemicu utama terjadinya disfungsi keluarga (Retnoningtias et al., 2024).

Salah satu lembaga yang memiliki peran strategis dalam mencegah munculnya keluarga *Broken Home* adalah Kantor Urusan Agama (KUA). Selama ini, KUA dikenal hanya sebagai institusi pencatat nikah, padahal lembaga ini juga memiliki fungsi pembinaan dan bimbingan terhadap pasangan suami istri. Melalui program Bimbingan Konseling Perkawinan, KUA dapat memberikan pembekalan bagi calon pengantin maupun pasangan yang telah menikah untuk memahami pentingnya komunikasi, kesetiaan, dan tanggung jawab emosional dalam

kehidupan rumah tangga. Dengan demikian, KUA berperan penting dalam memperkuat pondasi keluarga yang harmonis (Nasution et al., 2025).

Program Bimbingan Konseling Perkawinan yang dilaksanakan KUA bertujuan memberikan ruang bagi pasangan untuk menyelesaikan permasalahan rumah tangga secara bijak tanpa melibatkan anak. Dalam program ini, pasangan diajak untuk memahami dinamika emosi dan strategi penyelesaian konflik yang sehat. Dengan adanya pendampingan konselor, diharapkan pasangan mampu menjaga keseimbangan hubungan interpersonal sehingga anak tidak menjadi korban dari konflik emosional. Program ini menjadi langkah preventif yang mendukung kesejahteraan keluarga sekaligus menjaga perkembangan psikologis anak agar tetap stabil dan positif. Kemudian, orang tua dapat melakukan komunikasi terbuka dengan anak pasca perceraian serta pendampingan psikologis bagi anak yang menunjukkan gejala stres berat. Intervensi dari pihak sekolah dapat diupayakan melalui konselor atau guru BK. Pemberdayaan lingkungan sosial juga menjadi sorotan untuk menghilangkan stigma negatif bagi anak *Broken Home* (Farisi et al., 2024).

SIMPULAN

Fenomena *broken home* merupakan kondisi suatu keluarga yang tidak utuh dan harmonis, yang disebabkan oleh perceraian, perpisahan, atau konflik berkepanjangan, yang dapat memberikan dampak signifikan terhadap perkembangan anak. Adapun tekanan yang muncul bagi anak *broken home* yaitu meliputi tekanan psikologis, tekanan emosional dan teknanan sosial sehingga dapat menghambat perkembangan anak. Dampaknya dapat bersifat jangka pendek maupun panjang. Adapun dampak-dampak tersebut diantaranya meliputi motivasi belajar yang menurun, penurunan prestasi akademik, menurunnya tingkat kepercayaan diri, kesulitan menjalin relasi sosial, mudah tersinggung dan perilaku agresif serta trauma emosional yang belum terselesaikan. Dengan demikian, kunci untuk meminimalkan tekanan yang muncul pada anak yang berasal dari keluarga *broken home* adalah komunikasi yang hangat, perhatian emosional, pola asuh yang stabil, dan dukungan dari lingkungan sosial. Penanganan terpadu antara orang tua, sekolah, dan lingkungan sekitar diperlukan agar anak tetap mampu berkembang secara sehat meskipun berasal dari keluarga *broken home*.

DAFTAR RUJUKAN

- Abror, S. (2025). Dampak Pengaruh Perceraian Orang Tua terhadap Motivasi Belajar Anak. *Journal of Innovative and Creativity (Joecy)*, 5(2), 206–215.
- Adristi, S. P. (2021). Peran Orang Tua pada Anak dari Latar Belakang Keluarga Broken Home. *Lifelong Education Journal*, 1(2), 131–138.
- Alydia, N., & Laksmitiwi, H. (2024). Gambaran Penerimaan Diri Remaja yang Mengalami Perceraian Orang Tua. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1), 121–135.
- Astuti, H. W., Hasan, S., & Marlina, M. (2020). Dampak Perceraian Orang Tua terhadap Kondisi Mental Anak dalam Pandangan Islam. *Al I'tibar: Jurnal Pendidikan Islam*, 7(2), 75–79.

- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Harvard University Press.
- Fadhila, J., Rahmi, K. A., Muzhdhalifatul Azizah, Nurhasni Nurhasni, Amalia Kartika Yani, Maria Weni Gowasa, & Mutiara Hendri. (2025). Sistematik Literatur Review : Dampak Fatherless terhadap Kondisi Sosio-Emosional Anak. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan*, 3(2), 290–298.
- Fadila, Tumiyem, & Widodo, H. (2025). Analisis Dampak Keluarga Broken Home terhadap Perilaku Sosial Siswa Kelas V SD Swasta PAB 4 Manunggal. *JUPERAN: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 4(2), 820–840.
- Farisi, U. Al, Zakaria, E., Nurhadi, & Karimah, U. (2024). Urgensi Bimbingan Perkawinan Bagi Calon Pengantin dalam Mewujudkan Keluarga Harmonis. *As-Syar'i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, 6(2), 623–637.
- Fatiha, M. C. (2022). *Dampak Keluarga Broken Home terhadap Motivasi Belajar Siswa di SMA Negeri 10 Tangerang Selatan Angkatan 2019*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Fauziah, A., Keisha, A. Y., Natalia, M., Wanga, K., Dhira Khairunnisa, N., Izzah, N. N., Huwaiza, Q., & Taqwa, A. (2022). Keterlibatan Orang Tua dalam Memberikan Stimulasi Emosi pada Anak. *Qawwam: Journal for Gender Mainstreaming*, 16(2), 89–98.
- Handayani, N. A., & Masyithoh, S. (2023). Hubungan antara Perceraian Orang Tua terhadap Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar dan Keguruan*, 8(1), 16–21.
- Harnita, D. Y., & Zikra, Z. (2023). Gambaran Motivasi Belajar Siswa dari Keluarga yang Broken Home. *Ahkam*, 2(4), 751–761.
- Hasanah, U. (2020). Pengaruh Perceraian Orangtua Bagi Psikologis Anak. *AGENDA: Jurnal Analisis Gender dan Agama*, 2(1), 18.
- Huda, N., Putro, H. Y. S., & Sari, N. P. (2025). Hubungan Self Esteem dan Self Control dengan Grief Mahasiswa Patah Hati. *Journal of Education Research*, 6(3), 567–574.
- Hurlock, E. B. (2004). *Developmental Psychology: A Life-Span Approach*. McGraw-Hill Education.
- Husnia, N., & Suryadi. (2025). Peran Lingkungan Keluarga terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini. *JECER: Journal of Early Childhood Education and Research*, 6(1), 20–27.
- Juniandari, S., Ramadhani, S., & Hanum, F. (2023). Analisis Perilaku Social Withdrawal pada Anak Usia Dini di TK Kemala Bhayangkari Tanjung Morawa. *Research in Early Childhood Education and Parenting*, 4(1), 43–50.
- Khotimah, K., Budiono, A. N., & Wahyuni, W. (2022). Hubungan Motivasi Belajar dengan Resiliensi Akademik Siswa. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(2), 180–189.
- Lubis, Z., Ariani, E., Muda Segala, S., & Wulan. (2021). Pendidikan Keluarga sebagai Basis Pendidikan Anak. *PEMA: Jurnal Pendidikan dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(2), 92–106.
- Maskur, Anwar, M. K., & Trianah. (2021). Implementasi Pembelajaran Blended

- Learning di Madrasah Ibtidaiyah. *Jurnal Magistra*, 12(2), 120–133.
- Maulidia, V., Ella Suzanna, & Dewi, R. (2024). Gambaran Grief pada Remaja yang Mengalami Kematian Orangtua Akibat Kecelakaan. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2), 290–302.
- Nasution, D. R. N., Bais, A., Andrean, K., Ritonga, A. Y., Siregar, M. R. R., & Ghazali, H. (2025). KUA Sebagai Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Pernikahan: Studi di KUA Kecamatan Medan Tembung Jalan Kapten Jamil. *Al-Mikraj: Jurnal Studi Islam dan Humaniora*, 5(2), 2082–2096.
- Parangga, U. L. (2025). Evaluasi Teori Labeling dalam Proses Stigma dan Stigmatifikasi Pelaku Kejahatan Menurut Howard Becker. *Global Research and Innovation Journal (GREAT)*, 1(2), 2823–2831.
- Rahma, S. A., Ikhsan, A. P. P., & Yemima, D. (2024). Dampak Pengabaian Orang Tua terhadap Regulasi Emosi Anak. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 1–18.
- Rahmy, H. A. (2021). Depresi dan Kecemasan Remaja ditinjau dari Perspektif Kesehatan dan Islam. *Jo-DEST: Journal of Demography, Etnography, and Social Transformation*, 1(1), 35–44.
- Ratu, B., Elfira, N., Fauzan Al Ansyari, A., Ahmad Abdulloh, J., & Wahyu. (2024). Kesehatan Mental Anak Broken Home. *Wahana Didaktika: Jurnal Ilmu Kependidikan*, 22(3), 1–6.
- Retnoningtias, D. W., Palupi, T. N., Hardika, I. R., & Anisah, L. (2024). *Psikologi Keluarga*. CV. Tohar Media.
- Rizki, N. J. (2022). Teori Perkembangan Sosial dan Kepribadian dari Erikson (Konsep, Tahap Perkembangan, Kritik & Revisi, dan Penerapan). *Epistemic: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(2), 153–172.
- Safruddin, Q. A., & Widyastuti. (2025). Pengaruh Disregulasi Emosi terhadap Kecenderungan Perilaku Nonsuicidal Self-Injury pada Mahasiswa di Kota Makassar. *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah*, 4(2), 1369–1376.
- Sari, G. P. (2024). Dampak Psikologis Kekerasan dalam Rumah Tangga pada Anak Usia Dini. *Katalis Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Matematika*, 1(4), 196–210.
- Sari, L. S. P., Oktavianti, I., & Kironoratri, L. (2023). Dampak Keluarga Broken Home terhadap Motivasi Belajar Anak. *Jurnal Educatio*, 9(2), 1153–1159.
- Simanjuntak, R. I., & Latuhihin, J. (2023). Keluarga yang Broken Home dan Perkembangan Karakter Anak di SMP Negeri 2 Sentani Jayapura. *Rei Mai: Jurnal Ilmu Teologi dan Pendidikan Kristen*, 1(1), 15–22.
- Subhi, M. R., & Sunyoto. (2025). Peran Bimbingan dan Konseling Islam dalam Membangun Keharmonisan Rumah Tangga. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 7(1), 71–81.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* (19 ed.). Alfabeta.
- Syafnita, T., Akip, M., Mukhlisin, & Kardinus, W. N. (2023). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. PT. Literasi Nusantara Abadi Grup.
- Syarif, M. (2023). Dampak Perceraian terhadap Psikologis, Emosional dan Mental Anak dalam Perspektif Hukum Islam. *SYARIAH: Journal of Islamic Law*, 4(2), 38.
- Wahyudi, Abdillah Putra Mahesa, Putri, A. L., & Dalimunthe, A. N. A. (2025).

Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Remaja di Indonesia: Studi Literatur.
JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa, 4(1), 503–509.

Wahyuni, A. P., Rantona, S., Yasundari, & Purwaningwulan, M. M. (2025). Dinamika Komunikasi Anak dalam Keluarga Pasca Perselingkuhan Orang Tua di Kabupaten Subang. (*Konstitusi*) *Jurnal Hukum, Administrasi Publik, dan Ilmu Komunikasi*, 2(4), 37–49.

Wulandayu, N. P., Putri, H. S., Martina, N. H., & Yulianingsih, W. F. (2023). Dampak Perceraian Orang Tua terhadap Psikis dan Aktivitas Belajar Anak. *Jurnal Pendidikan Tuntas*, 1(4), 347–351.