



Adaptasi Komunikasi dan Pembentukan Konsep Diri Anak Pasca Perceraian: Analisis Teori Interaksionisme Simbolik

Bagas Mulyadi¹, Eka Anisa Sari².

¹Communication Science Study Program, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia, 2200030390@webmail.uad.ac.id.

²Communication Science Study Program, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia, eka.sari@comm.uad.ac.id.

Corresponding Author: : eka.sari@comm.uad.ac.id¹

Abstract: Parental divorce significantly impacts children's psychological well-being and social interaction patterns. This study aims to understand the process of self-acceptance, self-concept formation, and communication adaptation among children of divorced parents in academic and social environments. Using a descriptive qualitative approach grounded in Symbolic Interactionism Theory, data were collected through in-depth interviews with five adolescent/young adult participants in Yogyakarta. The findings indicate that self-acceptance is achieved when children separate their parents' conflict from their personal identity. A positive self-concept is formed through social support and empathy acting as a social mirror (looking-glass self). Furthermore, communication adaptation is carried out flexibly and selectively, with emotional support proving more influential than material support in fostering open interaction. This study concludes that post-divorce self-concept and communication adaptation are deeply determined by the quality of daily social interactions

Keyword: Communication Adaptation, Self-Concept, Self-Acceptance, Divorce, Symbolic Interactionism

Abstrak: Perceraian orang tua berdampak nyata pada kondisi psikologis dan pola interaksi sosial anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses penerimaan diri, pembentukan konsep diri, dan adaptasi komunikasi anak dari keluarga bercerai di lingkungan sekolah serta masyarakat. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan Teori Interaksionisme Simbolik, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam terhadap lima partisipan remaja, dewasa muda di Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerimaan diri tercapai ketika anak mampu memisahkan konflik orang tua dari identitas pribadinya. Konsep diri positif terbentuk berkat adanya dukungan sosial dan empati lingkungan sebagai cermin sosial. Selain itu, adaptasi komunikasi dilakukan secara fleksibel dan selektif, di mana dukungan emosional terbukti lebih berpengaruh daripada dukungan materi dalam menciptakan keterbukaan interaksi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa konsep diri dan adaptasi komunikasi anak pasca perceraian sangat ditentukan oleh kualitas interaksi sosial sehari-hari.

Kata Kunci: Adaptasi komunikasi, Penerimaan diri, perceraian, Perceraian Orang Tua, Interaksionisme simbolik.

PENDAHULUAN

Perceraian orang tua telah menjadi fenomena sosial yang semakin umum dan membawa konsekuensi signifikan terhadap perkembangan psikologis dan sosial anak. Lebih dari sekadar pemisahan secara hukum, perceraian merepresentasikan transformasi mendalam dalam pola komunikasi keluarga, rasa aman emosional, serta interaksi sosial yang dialami anak. Bagi remaja, yang identitas dan konsep dirinya masih dalam tahap perkembangan, perceraian orang tua kerap menimbulkan kebingungan emosional, perasaan kehilangan, serta tantangan dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial seperti sekolah dan masyarakat (Rahmi et al., 2022).

Fenomena tersebut diperkuat oleh data perkara perceraian tahun 2024 yang menunjukkan tingginya angka perceraian di Indonesia. Berdasarkan pengolahan data, tercatat sebanyak 399.92 kasus perceraian terjadi dalam satu tahun. Jumlah tersebut mengindikasikan bahwa ratusan ribu keluarga mengalami perubahan struktur keluarga, yang dalam banyak kasus juga melibatkan anak. Dengan demikian, perceraian tidak hanya berdampak pada pasangan suami istri, tetapi juga pada anak yang harus menyesuaikan diri dengan perubahan hubungan keluarga dan pola komunikasi sehari-hari (Badan Pusat Statistik, 2024).

Jika ditinjau dari faktor penyebab, perceraian umumnya didominasi oleh konflik interpersonal dalam keluarga. Faktor terbesar adalah perceraian, perselisihan dan pertengkaran terus-menerus (251.125 kasus), diikuti masalah ekonomi (100.198 kasus), salah satu pihak meninggalkan pasangan (31.265 kasus), serta kekerasan dalam rumah tangga/KDRT (7.243 kasus). Data ini menunjukkan bahwa perceraian sering kali didahului oleh konflik komunikasi yang berlangsung dalam jangka waktu lama di lingkungan keluarga (Badan Pusat Statistik, 2024).

Provinsi	Faktor Perceraian - Zina	Faktor Perceraian - Mabuk	Faktor Perceraian - Madat	Faktor Perceraian - Judi	Faktor Perceraian - Meninggalkan Salah satu Pihak	Faktor Perceraian - Dihukum Penjara	Faktor Perceraian - Poligami	Faktor Perceraian - Kekerasan Dalam Rumah Tangga	Faktor Perceraian - Poligami	Faktor Perceraian - Kekerasan Dalam Rumah Tangga	Faktor Perceraian - Cacat Badan	Faktor Perceraian - Perselisihan dan Pertengkaran Terus Menerus	Faktor Perceraian - Kawin Paksa	Faktor Perceraian - Murtad	Faktor Perceraian - Ekonomi	Faktor Perceraian - Jumlah
Papua Barat	—	18	—	6	80	5	1	30	1	30	1	276	—	5	63	485
Papua Barat Daya	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Papua	1	8	1	15	142	4	—	51	—	51	—	824	—	13	29	1.088
Papua Selatan	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Papua Tengah	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Papua Pegunungan	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Indonesia	1.005	2.004	436	2.889	31.265	1.335	849	7.243	849	7.243	252	251.125	307	1.000	100.198	399.921

Sumber: Badan Pusat Statistik (BPS), 2024. <https://sl1nk.com/bqfv6wa>

Gambar 1. Faktor penyebab perceraian di Indonesia tahun 2024

Berdasarkan data pada gambar 1 tersebut perselisihan dan pertengkaran terus-menerus menjadi faktor paling dominan dibandingkan faktor lainnya. Hal ini mengindikasikan bahwa sebelum perceraian terjadi, anak terlebih dahulu berada dalam situasi interaksi keluarga yang hubungan yang sering mengalami konflik. Dengan kata lain, anak tidak hanya menghadapi peristiwa perceraian sebagai peristiwa hukum, tetapi juga mengalami dinamika komunikasi keluarga yang tidak harmonis dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi tersebut berpotensi memengaruhi pembentukan konsep diri, penerimaan diri, serta pola adaptasi komunikasi anak

di lingkungan sosial.

Kabupaten/Kota	Nikah	Cerai Talak	Cerai Gugat	Jumlah Cerai
Kulon Progo	2.249	102	361	463
Bantul	5.228	240	965	1.205
Gunung Kidul	4.199	238	904	1.142
Sleman	5.698	310	1.038	1.348
Kota Yogyakarta	1.546	90	415	505
DI Yogyakarta	18.920	980	3.683	4.663

Sumber: Badan Pusat Statistik Daerah Istimewa Yogyakarta, 2024. <https://sl1nk.com/bqfv6wa>

Gambar 2. Data perceraian Yogyakarta Tahun 2024

Data perceraian di Daerah Istimewa Yogyakarta juga menunjukkan bahwa fenomena ini merupakan realitas sosial yang sangat dekat dengan kehidupan masyarakat. Pada tahun 2024, tercatat sebanyak 4.663 kasus perceraian di DIY, dengan jumlah tertinggi berada di Kabupaten Sleman (1.348 kasus), diikuti Kabupaten Bantul (1.205 kasus), dan Kabupaten Gunungkidul (1.142 kasus). Sementara itu, Kota Yogyakarta mencatat 505 kasus dan Kabupaten Kulon Progo sebanyak 463 kasus. Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa ribuan anak di DIY berpotensi mengalami perubahan struktur keluarga dan harus menyesuaikan diri dengan dinamika komunikasi keluarga yang berubah. Penelitian terdahulu telah banyak membahas dampak perceraian orang tua terhadap anak, khususnya yang berkaitan dengan tekanan emosional, prestasi akademik, dan perilaku sosial (Cahyarity et al., 2025). Berbagai studi menunjukkan bahwa anak dari keluarga bercerai lebih rentan mengalami rendahnya harga diri, kecemasan, serta kesulitan dalam komunikasi interpersonal (Maharani & Adriansyah, 2021; Radini & Tondok, 2025). Namun demikian, sebagian besar penelitian tersebut cenderung menggunakan perspektif psikologis atau pendekatan kuantitatif yang berfokus pada hasil-hasil yang terukur (Maharani & Adriansyah, 2021; Radini & Tondok, 2025), sehingga kurang memberi perhatian pada proses pemaknaan subjektif yang dialami anak. Akibatnya, pemahaman mengenai bagaimana anak menafsirkan perceraian orang tua melalui interaksi sosial sehari-hari serta bagaimana penafsiran tersebut membentuk adaptasi komunikasi mereka masih terbatas (Oki & Ridwan, 2022). Berdasarkan uraian tersebut, **research gap** penelitian ini terletak pada masih terbatasnya kajian yang menjelaskan proses pemaknaan subjektif anak terhadap perceraian orang tua serta keterkaitan antara penerimaan diri, dukungan sosial orang tua, dan adaptasi komunikasi dalam perspektif komunikasi.

Adaptasi pada dasarnya didefinisikan sebagai upaya individu untuk memahami serta memosisikan dirinya secara tepat di dalam lingkungan yang baru. Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), istilah adaptasi merujuk pada proses penyesuaian diri terhadap kondisi lingkungan, tuntutan pekerjaan, maupun proses pembelajaran. Lebih dari sekadar bentuk penyesuaian pasif, adaptasi secara aktif memperkaya pengalaman individu serta memperluas alternatif strategi dalam memecahkan berbagai permasalahan (Studi et al., 2024). Melalui proses adaptasi yang berkelanjutan, kapasitas pengalaman seseorang akan terus berkembang seiring dengan meningkatnya fleksibilitas kognitif serta keterbukaan dalam menyikapi dinamika realitas yang berubah. Hal tersebut tidak hanya memperkaya variasi strategi penyelesaian masalah interpersonal dan situasional, melainkan juga memperkuat resiliensi (*resilience*) serta mematangkan respons komunikasi individu agar tetap fungsional, adaptif, dan diterima secara efektif di tengah masyarakat.

Secara konseptual, Kincaid (1981) menjelaskan bahwa komunikasi merupakan proses interaksi dinamis antara dua pihak atau lebih dalam memproduksi dan mempertukarkan informasi demi mencapai pemahaman bersama yang mendalam (Sari et al., n.d.). Secara etimologis, istilah komunikasi berakar dari bahasa Latin *communis* yang bermakna membangun kebersamaan antardua orang atau lebih, serta *communico* yang berarti membagi atau berbagi. Sebagai sebuah disiplin keilmuan, ilmu komunikasi mengkaji realitas alam dan sosial masyarakat yang dirumuskan melalui penalaran logis, sistematis, serta universal, dengan fokus utama tertuju pada dinamika dan peristiwa interaksi antarpribadi manusia. Dengan demikian, adaptasi komunikasi dapat dimaknai sebagai proses interaksional ketika individu secara sadar menyesuaikan perilaku, strategi pesan, dan batasan keterbukaan informasinya untuk menyelaraskan diri dengan perubahan situasi sosial, mengatasi hambatan relasional, serta membangun saling pengertian yang efektif di lingkungannya. Proses ini tidak hanya menuntut kepekaan membaca konteks dan norma sosial agar interaksi tetap harmonis, melainkan juga melibatkan fleksibilitas dalam menentukan pendekatan komunikasi baik secara terbuka maupun selektif sebagai bentuk proteksi diri sekaligus upaya mempertahankan relasi sosial yang fungsional.

Dinamika adaptasi komunikasi tersebut berkaitan erat dengan pembentukan konsep diri (*self-concept*), yakni cara seseorang memandang, memahami, dan mengevaluasi kepribadiannya sendiri. Tanpa adanya evaluasi atau umpan balik dari pihak luar, individu cenderung memandang dirinya tanpa cela. Menurut Joan Rais, pembentukan konsep diri sangat dipengaruhi oleh bagaimana seseorang menginterpretasikan perlakuan orang-orang di sekitarnya (Bimbingan & Islam, 2020). Hal ini tampak jelas sejak fase kanak-kanak dan remaja yang mengenali identitas dirinya melalui respons lingkungan signifikan, seperti orang tua, guru, dan kelompok sebaya; apabila seorang figur otoritas secara konsisten memberikan label negatif atau meragukan kemampuannya, lambat laun individu tersebut akan menginternalisasi label tersebut menjadi gambaran tentang identitas dirinya. Oleh sebab itu, peran lingkungan sosial terutama figur otoritas sangat krusial dalam membentuk cara pandang individu terhadap potensinya. Pemberian kritik yang konstruktif dan penguatan yang empatik jauh lebih efektif dibandingkan pelabelan negatif yang berulang, karena ujaran yang terus-menerus diterima dapat berubah menjadi sugesti yang membatasi kapasitas diri. Sebaliknya, ketika lingkungan menyediakan afirmasi positif dan ruang yang aman untuk bertumbuh, individu akan memiliki konsep diri yang sehat, rasa percaya diri yang kokoh, serta ketangguhan mental dalam menghadapi kegagalan tanpa merasa kehilangan keberhargaan dirinya.

Dalam konteks keluarga yang mengalami keretakan, penerimaan diri (*self-acceptance*) hadir sebagai faktor psikologis fundamental yang memengaruhi cara anak merespons dan mengelola disrupsi domestik. Anak yang memiliki kemampuan menerima realitas pribadinya secara objektif cenderung memperlihatkan stabilitas konsep diri yang lebih matang serta mempraktikkan pola komunikasi interpersonal yang lebih sehat. Selain itu, ketersediaan dukungan sosial orang tua pasca perceraian baik yang berdimensi emosional, komunikatif, maupun instrumental memegang peranan sentral dalam membantu anak memitigasi tekanan psikologis serta menavigasi proses adaptasi sosialnya. Namun demikian, literatur ilmiah yang ada saat ini masih sangat jarang mengintegrasikan variabel penerimaan diri dan dukungan sosial orang tua sebagai dua dimensi yang saling bertaut dalam menjelaskan pola adaptasi komunikasi anak di ranah sekolah dan masyarakat luas. Kesenjangan literatur ini menegaskan kebaruan (*novelty*) dari penelitian yang dilakukan (Rahmi et al., 2022).

Berdasarkan keterbatasan kajian-kajian sebelumnya, keunikan posisi akademis (*State of the Art*) penelitian ini bertumpu pada penggunaan Teori Interaksionisme Simbolik untuk membedah proses adaptasi komunikasi anak pasca perceraian orang tua. Berbeda dengan kecenderungan studi terdahulu yang memandang dampak psikologis secara parsial atau menguji hubungan antarvariabel secara kuantitatif terpisah, penelitian ini

mengonseptualisasikan penerimaan diri dan dukungan sosial orang tua sebagai proses pemaknaan simbolik yang secara aktif membentuk strategi adaptasi komunikasi anak dalam realitas kehidupan sehari-hari. Hubungan antara adaptasi komunikasi dan konsep diri merupakan keterkaitan resiprokal yang saling melengkapi dalam interaksi sosial; adaptasi komunikasi berperan sebagai mekanisme penyesuaian strategi pesan dan batasan keterbukaan diri terhadap tuntutan lingkungan, sementara konsep diri berfungsi sebagai kompas internal yang memuat keyakinan utuh mengenai identitas personal. Dalam dinamika timbal-balik ini, konsep diri yang kokoh menyediakan fondasi psikologis bagi anak untuk menentukan pendekatan komunikasi yang tepat tanpa mengorbankan integritas diri, sedangkan keberhasilan beradaptasi di lingkungan baru memperkaya pengalaman kognitif dan mematangkan ketahanan diri untuk menyelaraskan kebutuhan batin dengan norma sosial.

Pijakan utama penelitian ini bersumber dari Teori Interaksionisme Simbolik yang memandang bahwa individu membangun dan merekonstruksi makna melalui jalinan interaksi sosial. Dari sudut pandang ini, anak tidak secara mekanis menafsirkan perceraian orang tua sebagai peristiwa yang mutlak bernilai positif atau negatif, melainkan memaknainya kembali melalui transaksi komunikasi yang terjalin dengan orang tua, teman sebaya, pendidik, dan masyarakat luas. Pertukaran simbolik tersebut secara langsung menentukan bagaimana anak menilai dirinya, menerima kondisi keluarganya, serta memodifikasi pola komunikasinya di ruang publik (Oki & Ridwan, 2022). Bertolak dari kerangka latar belakang tersebut, pertanyaan utama yang diajukan dalam penelitian ini adalah: bagaimana cara anak menyesuaikan diri dalam berkomunikasi saat berhadapan dengan pandangan atau stigma masyarakat mengenai perceraian orang tua? Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam pengalaman subjektif anak dalam menegosiasikan perilakunya di tengah stereotipe sosial.

Secara metodologis, penelitian ini dirancang menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif guna menangkap kedalaman narasi, makna subjektif, serta pengalaman hidup anak secara otentik. Data dihimpun melalui teknik wawancara mendalam terhadap remaja dan dewasa muda yang mengalami perceraian orang tua, lalu dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola-pola pemaknaan yang bertaut antara penerimaan diri, dukungan sosial, dan penyesuaian pesan (Zainuddin et al., 2019). Berangkat dari realitas tingginya angka perceraian, tantangan psikologis anak, serta pisau bedah Teori Interaksionisme Simbolik, penelitian ini hadir untuk memberikan kontribusi komprehensif dalam disiplin ilmu komunikasi khususnya pada ranah komunikasi keluarga dan psikologi komunikasi dalam membedah dialektika pembentukan konsep diri serta adaptasi komunikasi anak pasca perceraian orang tua.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif untuk mengeksplorasi bagaimana penerimaan diri dan dukungan sosial orang tua memengaruhi adaptasi komunikasi anak dari keluarga bercerai di lingkungan sekolah dan masyarakat. Penelitian ini menggunakan teori Interaksi simbolik yang di kemukakakan oleh George Herbert Mead (1863- 1931) Gagasan interaksionisme simbolik bertumpu pada tiga pilar utama: *mind*, *self*, dan *society*. Pikiran (*mind*) dimaknai sebagai kesanggupan individu dalam mengolah simbol-simbol bermakna bersama yang terus berkembang melalui interaksi sosial. Dari proses tersebut, terbentuklah diri (*self*), yakni kesadaran untuk merefleksikan identitas pribadi berdasarkan cara pandang orang lain di sekitarnya. Keduanya bermuara pada terbentuknya masyarakat (*society*), yaitu jaringan relasi sosial yang secara aktif dibangun lewat pilihan tindakan setiap orang, yang pada akhirnya memandu individu dalam mengambil dan menjalankan peran nyata di tengah lingkungannya (Bermasyarakat et al., n.d.) Pendekatan kualitatif dipilih untuk menangkap pengalaman subjektif, makna, serta interpretasi partisipan yang terbentuk melalui interaksi sosial, sejalan

dengan sifat interpretatif dalam kajian ilmu komunikasi (Oki & Ridwan, 2022). Penelitian dilaksanakan di wilayah Yogyakarta, Indonesia, dengan partisipan yang berasal dari lingkungan sekolah menengah, perguruan tinggi, serta komunitas sosial remaja setempat.

Partisipan penelitian terdiri atas lima remaja dan dewasa muda yang mengalami perceraian orang tua pada masa kanak-kanak atau remaja. Pemilihan partisipan dilakukan menggunakan teknik purposive sampling. Bahan utama penelitian berupa data wawancara mendalam yang didukung oleh catatan lapangan hasil observasi informal selama proses wawancara. Strategi pengambilan sampel ini memungkinkan peneliti memperoleh data yang kaya dan relevan terkait pengalaman hidup partisipan (Rahmi et al., 2022).

Sebelum pengumpulan data, peneliti menyusun pedoman wawancara berdasarkan konsep utama interaksionisme simbolik, penerimaan diri, dukungan sosial orang tua, dan adaptasi komunikasi. Pertanyaan wawancara bersifat semi-terstruktur sehingga partisipan memiliki keleluasaan untuk menceritakan pengalaman mereka secara naratif, namun tetap selaras dengan tujuan penelitian. Seluruh wawancara dilakukan atas persetujuan partisipan dan direkam menggunakan perangkat audio. Hasil rekaman kemudian ditranskripsikan secara verbatim untuk menjaga keaslian narasi partisipan. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan partisipan melalui informed consent. Setiap partisipan diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, kerahasiaan data, serta hak untuk menghentikan wawancara kapan saja. Untuk menjamin kerahasiaan, identitas seluruh partisipan dianonimkan dengan menggunakan kode partisipan (P1–P5), sesuai dengan standar etika penelitian kualitatif bidang komunikasi (Zainuddin et al., 2019).

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur. Setiap wawancara berfokus pada pengalaman partisipan terkait perceraian orang tua, respons emosional yang dialami, persepsi terhadap dukungan orang tua, serta perilaku komunikasi dalam lingkungan sosial. Wawancara dilaksanakan di tempat yang nyaman dan familiar bagi partisipan guna mendorong keterbukaan serta meminimalkan hambatan komunikasi (Oki & Ridwan, 2022). Peneliti menerapkan sikap empatik dan non-judgmental untuk mengurangi bias respons dan menciptakan ruang aman bagi partisipan dalam mengekspresikan pikiran serta perasaan mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Ringkasan Hasil Wawancara Partisipan Sebelum Analisis Tematik

Kode Partisipan	Usia/ Kategori	Pengalaman Setelah Perceraian Orang Tua	Utama	Dukungan Orang Tua Dirasakan	Orang yang	Perilaku Komunikasi di Sekolah dan Masyarakat
P1	22 Tahun/ Mahasiswa	Awalnya bingung, kurang percaya diri, takut penilaian di lingkungan, menutup diri, sulit beradaptasi lalu seiring berjalan nya waktu mulai dewasa mulai berdamai.	merasa percaya di lingkungan lalu waktu mulai	kembali komunikasi penerimaan menjadi nyaman untuk P1	nya dan ibu rasa kembali	lebih menutup diri, takut saat berada di sekolah dan perkuliahan saat menuju komunikasi yang lebih terbuka dan P1 satu mampu menerima diri di masyarakat dan perkuliahan menunjukan proses adaptasi komunikasi seiring perkembangan usia dan menerima diri.

P2	21 tahun/ Mahasiswi S2	perasaan berat dan marah pada awal perceraian, kurang komunikasi, sedikit minder.makin dewasa semakin paham dari sudut kedua nya, perceraian bukan karna dia dan dukungan sekitar (teman) merasa di terima.	tidak intens pada komunikasi tetapi hubungan yang terjaga dalam proses saling memahami.	mendapat penerimaan di lingkungan dan sekitar lalu dapat menerima diri tanpa menjadikan penghambat dalam berintraksi.
P3	21 tahun/ Mahasiwi	kebingungan,kesedihan,minder karna keluarga nya berbeda.seiring berjalan nya waktu menerima, menjadi mandiri,mampu mengendalikan emosi,dan memahami perceraian tidak mengubah nilai dirinya.	tetap terjalin nya hubungin dengan kedua orang tua.	lebih selektif dan berhati hati,menentukan batas dalam mengungkapkan informasi pribadi dan tetap berintraksi di lingkungan maupun masyarakat.
P4	22 tahun/ mahasiswi	berkurang nya interaksi kepada keluarga,memendam perasaan,iri dengan keluarga yang utuh,tetapi perceraian tidak menjadikan penentu identitas. membuat dia banyak interaksi di luar.	masih mendapatkan arahan dari ayah.	lebih leluasa berinteraksi di luar rumah,percaya diri,mampu mempertahankan pandangan bahwa perilaku seseorang di tentukan pribadi bukan karna kondisi keluarga.
P5	19 tahun/ Mahasiswi	kebingungan dan kesulitan memahami kondisi,keterbatasan komunikasi,serta perasaan belum menerima.	relatif terbatas karna jarang nya ada waktu di rumah.	dapat beradaptasi,tetap aktif bergaul dan mendapatkan dukungan di lingkungan sekitar.

Sumber: data riset

Temuan utama dalam penelitian ini diuraikan secara komprehensif berdasarkan hasil analisis mendalam terhadap data observasi lapangan serta wawancara semi-terstruktur yang melibatkan lima partisipan remaja dan dewasa muda di Daerah Istimewa Yogyakarta. Seluruh data naratif yang telah diverifikasi dikelompokkan ke dalam tiga pilar analisis tematik utama, yaitu proses pemaknaan dan penerimaan diri anak, dinamika pembentukan dan rekonstruksi konsep diri (*self-concept*), serta strategi adaptasi pola komunikasi interpersonal di lingkungan institusi pendidikan maupun ruang sosial kemasyarakatan.

Penerimaan Diri pada Anak dari Keluarga Bercerai

Penerimaan diri (*self-acceptance*) pada individu yang mengalami disrupsi struktural keluarga terbukti bukan merupakan sebuah kondisi statis yang hadir secara spontan atau bawaan lahiriah, melainkan manifestasi dari proses psikososial yang sangat dinamis, bertahap, dan menuntut keterlibatan aktif kognisi individu. Sebagaimana ditegaskan dalam kajian

teoretis, kapasitas seseorang untuk memandang realitas kehidupannya secara jernih dan positif sangat bergantung pada pemahaman diri yang jujur (*self-understanding*), kepemilikan aspirasi hidup yang realistis (*realistic aspiration*), pemaknaan sosial yang matang (*social insight*), serta ketiadaan hambatan komunikasi interpersonal yang menekan dari lingkungan terdekat. Pada fase awal terjadinya perceraian, kelima partisipan secara serempak mengalami guncangan psikologis berat yang ditandai oleh disorientasi emosional, kecemasan mendalam, perasaan rendah diri yang akut, hingga ledakan kemarahan batin akibat ketidaksiapan mental menghadapi perpisahan orang tua serta minimnya ruang dialog klarifikatif di lingkungan domestik.

Dinamika krisis penerimaan diri tersebut terpotret secara nyata pada pengalaman P1 dan P2. P1 sempat mengalami periode keterpurukan emosional yang panjang sejak bangun sekolah dasar hingga menengah atas, di mana ia menarik diri dari pergaulan, memendam rasa takut yang berlebihan terhadap penilaian sosial, serta merasa kehilangan arah hidup akibat keputusan komunikasi sepihak dengan sosok ayahnya. Namun, seiring bertambahnya kematangan usia dan dibukanya kembali saluran komunikasi yang inklusif serta penuh penerimaan dari pihak ibu, P1 berhasil memperoleh jawaban atas kebingungan eksistensial yang selama ini dicarinya, sehingga ia mampu berdamai secara utuh dengan realitas kehidupannya. Pengalaman paralel dialami oleh P2 yang pada awalnya memendam rasa marah, tertekan, dan merasa tersisihkan dari pergaulan akibat minimnya ruang komunikasi keluarga. Titik balik penerimaan diri P2 tercapai ketika ia memasuki fase kedewasaan dan mulai memahami perspektif kedua belah pihak orang tuanya secara objektif melalui proses dialogis yang terjaga, menyadari sepenuhnya bahwa keterpisahan kedua orang tuanya bukanlah sebuah konsekuensi dari keberadaan atau kegagalan dirinya sebagai anak.

Di sisi lain, mekanisme pencapaian penerimaan diri yang dialami oleh P3 dan P4 menunjukkan ketergantungan yang kuat pada interaksi sosial di luar sistem keluarga inti. P3 berhasil mengikis rasa cemas, kebingungan, dan inferioritas awalnya melalui proses aktualisasi kemandirian serta pencapaian prestasi nyata, yang didukung oleh penerimaan utuh dari jejaring pertemanan sebaya yang positif. Serupa dengan itu, P4 mengatasi potensi keterpurukan psikologis dengan secara sadar menyalurkan energinya ke dalam interaksi sosial yang luas dan bermakna di luar rumah, menolak untuk larut dalam ketiadaan komunikasi domestik. Fenomena yang kontras justru dialami oleh P5, di mana proses penerimaan dirinya berlangsung jauh lebih lambat dan penuh hambatan. Hingga saat penelitian dilakukan, P5 masih menunjukkan resistensi emosional yang kuat berupa keengganan menerima status perceraian orang tuanya serta manifestasi trauma berupa ketakutan mendalam untuk membangun komitmen pernikahan di masa depan. Keterlambatan ini dipicu secara langsung oleh pola asuh terpisah sejak dini bersama neneknya serta ketiadaan ruang interaksi suportif dari kedua orang tuanya yang terjebak dalam kesibukan kerja tanpa pernah memberikan penjelasan empatik.

Secara teoretis, keseluruhan dinamika ini mengonfirmasi relevansi konsep *self-interpretation* dalam kerangka Teori Interaksionisme Simbolik. Temuan ini membuktikan bahwa anak tidak secara otomatis memaknai perceraian sebagai takdir kehancuran hidup yang mutlak negatif, melainkan secara aktif merekonstruksi makna atas peristiwa tersebut melalui jalinan interaksi simbolik sehari-hari bersama figur signifikan di sekitarnya. Ketika individu memperoleh pertukaran simbol berupa empati, pengakuan, dan kehangatan komunikasi, proses penerimaan diri akan terbangun secara kokoh; sebaliknya, ketiadaan afirmasi emosional dan isolasi komunikasi akan memperpanjang fase penolakan serta menumbuhkan beban rasa bersalah yang berkepanjangan.

Pembentukan Konsep Diri Anak Pasca Perceraian Orang Tua

Pembentukan dan pemeliharaan konsep diri (*self-concept*) pasca perceraian orang tua terbukti merupakan hasil akumulasi yang rumit antara pengalaman traumatik masa lalu, interpretasi lingkungan, serta umpan balik evaluatif yang diterima dari struktur sosial. Pada masa transisi perkembangan remaja dan dewasa muda, individu dari keluarga non-intak kerap mengalami disonansi identitas yang tajam, yakni keterjebakan antara dorongan untuk menampilkan citra kepribadian yang sempurna demi memenuhi ekspektasi sosial (*social mask*) dan kepemilikan gejala kerapuhan batin yang disembunyikan rapat-rapat. Fenomena ini muncul akibat kekhawatiran mendalam bahwa perubahan struktur keluarga akan secara otomatis menurunkan martabat serta nilai sosial mereka di mata orang lain.

Proses transformasi konsep diri ini teramati jelas dalam lintasan pengalaman P1, yang sempat mengalami keruntuhan rasa percaya diri dan mengembangkan konsep diri negatif akibat internalisasi stigma masyarakat serta perasaan terabaikan. Konsep diri P1 baru mengalami rekonstruksi positif setelah ia memperoleh suntikan moral, pengakuan, dan afirmasi yang tulus dari kerabat dekatnya, yang perlahan memulihkan keyakinannya atas kapasitas diri dan masa depannya. Di sisi lain, P2 memperlihatkan stabilitas konsep diri yang luar biasa sejak dini karena ia memiliki ketahanan kognitif untuk memisahkan domain masalah orang tua dari identitas pribadinya. Dengan tidak menghakimi kegagalan pernikahan orang tuanya dan didukung oleh lingkaran pertemanan yang sehat, P2 berhasil mempertahankan evaluasi diri yang positif tanpa merasa terdegradasi secara sosial.

Kekuatan agensi individu dalam merekonstruksi identitas diri juga ditegaskan oleh P3 dan P4. P3 secara sadar mereinterpretasi identitasnya dengan tidak lagi menjadikan kondisi keluarga yang retak sebagai tolok ukur harga diri, melainkan beralih memusatkan evaluasi diri pada integritas moral, kemandirian fungsional, dan pencapaian akademik yang ia bangun sendiri. Sementara itu, P4 secara eksplisit melakukan perlawanan aktif terhadap pelabelan buruk masyarakat dengan menolak anggapan umum bahwa anak dari keluarga *broken home* niscaya terjerumus ke dalam perilaku menyimpang. P4 menegaskan bahwa integritas dan kualitas kepribadian seseorang sepenuhnya ditentukan oleh pilihan tindakan sadar masing-masing individu, bukan oleh status ikatan pernikahan orang tuanya, sehingga ia tetap leluasa mengaktualisasikan diri dan mempertahankan citra positif di ranah publik. Berbeda dari keempat rekannya, P5 harus melalui fase penolakan yang sangat panjang sebelum akhirnya menemukan titik balik rekonstruksi konsep dirinya melalui mekanisme perbandingan sosial (*social comparison*). Kesadaran bahwa banyak rekan sebayanya yang juga menghadapi krisis kehidupan serupa bahkan dengan tingkat keparahan yang lebih tinggi menjadi jangkar psikologis bagi P5 untuk berhenti merasa terisolasi dan mulai menata kembali konsep dirinya secara lebih realistis dan berdaya.

Temuan empiris ini secara fundamental memperkuat prinsip dasar Teori Interaksionisme Simbolik, khususnya gagasan mengenai *looking-glass self* yang digagas oleh Charles Horton Cooley dan dikembangkan oleh George Herbert Mead. Konsep diri individu terbukti bekerja layaknya cermin sosial, di mana anak membayangkan bagaimana dirinya dinilai oleh orang lain dan kemudian mengadopsi penilaian tersebut ke dalam identitas personalnya. Kehadiran empati, respon penerimaan, serta apresiasi yang konstruktif dari kelompok sebaya dan kerabat bertindak sebagai "cermin positif" yang memungkinkan anak menepis stigma destruktif. Sebaliknya, prasangka sosial dan pengabaian emosional berpotensi menjadi "cermin negatif" yang memicu inferioritas jika individu tidak memiliki ketahanan kognitif untuk menyaring penilaian eksternal tersebut.

Adaptasi Komunikasi di Lingkungan Sekolah dan Masyarakat

Dinamika restrukturisasi keluarga secara langsung menuntut anak untuk mengembangkan seperangkat strategi adaptasi komunikasi, yakni keahlian interpersonal dalam menyesuaikan perilaku verbal, mengatur gaya penyampaian pesan, dan mengelola batas-batas keterbukaan informasi (*communication privacy boundaries*) agar tetap mampu berfungsi secara optimal dalam sistem sosial sekolah, perguruan tinggi, maupun masyarakat umum. Tingkat keberhasilan adaptasi ini sangat bergantung pada tingkat keterbukaan emosional (*intimate disclosure*) yang terbangun dalam relasi pengasuhan primer. Ketika seorang anak dibesarkan dalam iklim komunikasi domestik yang hangat, demokratis, dan responsif, ia akan membawa modal rasa aman tersebut ke ranah publik, menampakkan keluwesan bergaul, serta memiliki keberanian yang matang untuk mengekspresikan gagasannya secara asertif.

Sebaliknya, bagi partisipan yang pernah mengalami penghakiman moral atau pengikisan rasa percaya diri akibat perceraian, adaptasi komunikasi termanifestasi dalam bentuk selektivitas interaksi dan manajemen batas privasi yang sangat ketat. P3 dan P4 misalnya, menerapkan strategi penyesuaian diri yang berhati-hati dengan membatasi akses pengungkapan latar belakang domestik mereka di ruang publik dan institusi pendidikan formal. Strategi ini bukan cerminan dari ketidakmampuan bersosialisasi, melainkan langkah adaptif yang diperhitungkan secara rasional untuk memproteksi diri dari potensi stereotipe negatif, seraya tetap menjaga interaksi sosial sehari-hari berjalan secara produktif, terbuka, dan harmonis.

Temuan penelitian ini memberikan kontribusi teoretis yang signifikan dalam memperluas riset-riset terdahulu mengenai relasi antara dukungan sosial dan adaptasi anak korban perceraian. Data lapangan menunjukkan diferensiasi yang sangat tegas bahwa tidak semua bentuk dukungan memiliki daya pengaruh yang setara; dukungan emosional yang berwujud kehadiran afektif, kesediaan mendengarkan tanpa menghakimi, serta dorongan empatik terbukti memiliki kontribusi yang jauh lebih dominan dalam memperkuat adaptasi komunikasi anak dibandingkan dengan pemenuhan dukungan material atau finansial semata. Kualitas hubungan interpersonal yang suportif dimaknai oleh anak sebagai simbol rasa aman yang fundamental, yang melandasi keberanian mereka untuk merespons dinamika lingkungan sosial secara fleksibel.

Mengacu pada konsep *definition of the situation* dalam Teori Interaksionisme Simbolik, perilaku dan strategi komunikasi yang diambil oleh partisipan merupakan cerminan langsung dari bagaimana mereka memaknai realitas ruang sosialnya. Manakala lingkungan sekolah dan masyarakat dipersepsikan sebagai ruang aman yang inklusif dan empatik, individu akan mendefinisikan situasi tersebut secara positif dan memilih pola komunikasi yang transparan serta terbuka. Namun, manakala ruang sosial dipersepsikan sarat akan risiko stigmatisasi dan penolakan, individu akan secara otomatis mendefinisikan situasi tersebut sebagai ancaman, lalu meresponsnya melalui adaptasi komunikasi yang selektif dan protektif. Dengan demikian, adaptasi komunikasi dan pembentukan konsep diri pada anak dari keluarga bercerai bukanlah produk mekanis yang linier, melainkan hasil dari dialektika pemaknaan subjektif, proses penerimaan diri, serta interaksi simbolik yang terus dinegosiasikan dalam kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri, pembentukan konsep diri (*self-concept*), dan adaptasi komunikasi pada anak dari keluarga bercerai

merupakan proses pemaknaan subjektif yang berkembang secara dinamis melalui interaksi simbolik sehari-hari. Penerimaan diri tercapai ketika anak mampu memisahkan konflik relasi orang tua dari identitas pribadinya, yang sangat didorong oleh terbukanya kembali ruang dialog di dalam keluarga. Sementara itu, konsep diri positif terbentuk melalui mekanisme cermin sosial (*looking-glass self*), di mana empati dan dukungan suportif dari kerabat serta teman sebaya memungkinkan anak menepis stigma negatif *broken home* dan menumbuhkan rasa percaya diri. Dalam berinteraksi di lingkungan sekolah maupun masyarakat, adaptasi komunikasi dijalankan secara fleksibel berdasarkan pemaknaan anak terhadap situasi (*definition of the situation*), yakni bersikap terbuka di lingkungan yang aman dan bersikap selektif saat berhadapan dengan potensi stigma. Pada akhirnya, konsep diri yang stabil dan adaptasi komunikasi yang adaptif saling memperkuat resiliensi sosial anak, dengan dukungan emosional yang terbukti memiliki pengaruh jauh lebih dominan dibandingkan pemenuhan materi semata.

Keterbatasan

Keterbatasan dalam penelitian ini terletak pada karakteristik partisipan yang cenderung homogen, yakni seluruhnya merupakan perempuan pada kategori usia dewasa muda atau mahasiswi di wilayah Yogyakarta, sehingga dinamika adaptasi komunikasi dan pembentukan konsep diri pada rentang usia anak-anak, remaja awal, maupun dari perspektif laki-laki belum tereksplorasi secara menyeluruh.

Saran

Berdasarkan temuan penelitian, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan partisipan dengan karakteristik yang lebih beragam, baik dari segi rentang usia, latar belakang sosial, maupun wilayah penelitian, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai adaptasi komunikasi anak pasca perceraian orang tua. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan pendekatan longitudinal untuk mengkaji perubahan penerimaan diri, dukungan sosial orang tua, dan adaptasi komunikasi dari waktu ke waktu. Kajian komparatif berdasarkan pola pengasuhan pasca perceraian, jenis hak asuh, atau bentuk dukungan sosial yang diterima anak juga dapat dilakukan untuk memperkaya pemahaman mengenai dinamika komunikasi keluarga setelah perceraian.

Kontribusi Author

Penulis pertama berkontribusi dalam konseptualisasi penelitian, penyusunan desain penelitian, pengumpulan data, analisis dan interpretasi data, serta penyusunan naskah. Penulis kedua berkontribusi dalam penyempurnaan kerangka konseptual, supervisi penelitian, validasi hasil analisis, penelaahan kritis terhadap isi naskah, serta revisi ilmiah. Seluruh penulis telah membaca, menyetujui, dan bertanggung jawab atas versi akhir naskah yang dipublikasikan.

REFERENSI

- Alysia, N., & Laksmiwati, A. R. (2024). Penerimaan diri remaja broken home dalam membentuk konsep diri. *Jurnal Psikologi Positif*, 9(2), 134–142.
- Alwinda, F., & Setyanto, Y. (2021). Komunikasi Antar Pribadi Orangtua-Anak Pasca Perceraian. *Koneksi*, 5(2), 245–251. <https://doi.org/10.24912/kn.v5i2.10282>
- Badan Pusat Statistik Daerah Istimewa Yogyakarta. (2025, Februari 27). *Nikah dan cerai menurut kabupaten/kota (kejadian) di Provinsi DI Yogyakarta, 2024*. [BPS DI Yogyakarta](#)
- Bermasyarakat, D. K., Cooley, C. H., Hebert, G., & Blumer, H. (n.d.). *Penulis Dosen Prodi Pelayanan Pastoral STP IPI Malang*. 118–131.

- Cahyarity, T. I., Putri, N. D., Dania, N. R., Utami, F. R., & Arman, E. (2025). Systematic literature review: Dampak perceraian orang tua terhadap kondisi psikologis remaja. *Tsaqofah: Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 5(1), 547-555. <https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v5i1.4547>
- Fanani, R. I., & Siregar, R. A. (2021). Peran komunikasi interpersonal orang tua dalam menjaga keharmonisan pasca perceraian. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 19(1), 25–36.
- Feriyanto, D., Lesmana, H. T., & Yoanita, M. (2022). Strategi coping anak laki-laki korban perceraian dalam komunikasi sosial. *Jurnal Psikologi Remaja*, 6(2), 58–67.
- Islamyazizah, A., Abdillah, R., & Pohan, H. D. (2026). Peran Dukungan Sosial terhadap Self-Acceptance Remaja dalam Konteks Perceraian Orang Tua di Kota Bekasi. *LIBEROSIS: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 17(2). <https://doi.org/10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027>.
- Isman, F. R., & Kolega, M. A. (2022). Makna simbolik anak terhadap perceraian orang tua. *Jurnal Sosiologi Reflektif*, 16(1), 120–134.
- Kim, Y. Y. (2016). *Becoming intercultural: An integrative theory of communication and cross-cultural adaptation*. SAGE Publications.
- Kleinschlömer, P., & Krapf, S. (2023). Parental separation and children's well-being: Does the quality of parent-child relationships moderate the effect? *Journal of Social and Personal Relationships*, 40(12). <https://doi.org/10.1177/02654075231201564>
- Latifah, S., Adiwinata, H. A., & Nadirah, A. N. (2023). Penerimaan diri anak terhadap perceraian orang tua. *Jurnal Kajian Gender dan Anak*, 7(1), 1–15. Retrieved from <http://jurnal.iain-padangsidempuan.ac.id/index.php/JurnalGender/index>
- Maharani, D., & Adriansyah, A. M. (2021). Hubungan penerimaan diri dan dukungan sosial terhadap adaptasi sosial pada anak korban perceraian orang tua. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 909–920. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Meiyuntariningsih, I., & Aristawati, R. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat stres remaja korban perceraian. *Jurnal Psikologi Empati*, 15(3), 213–226.
- Putri, W. L., Rahman, R., & Widodo, S. (2023). Penerimaan diri pada anak dari keluarga bercerai: Studi kuantitatif di kota besar. *Jurnal Psikologi Sosial*, 11(2), 44–59.
- Radini, A., & Tondok, M. S. (2025). Hubungan antara dukungan sosial dan harga diri pada penerimaan diri anak yang mengalami perceraian. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 6(2), 491-495. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v6i2.693>
- Ratnasari, S. N. (2024). Perubahan relasi dan strategi adaptasi pada anak pasca perceraian orang tua. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 5(1), 1–6.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Salsabila, N. (2024). Pemulihan psikologis remaja pasca perceraian: Studi kasus di Yayasan Al-Kamilah. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan*, 10(1), 77–89.
- Suroso, U., & Arsanti, M. (2023). Perceraian dan perkembangan psikologis anak: Analisis tematis tinjauan literatur. *Legitima: Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 5(2), 331–346.
- Tahir, F., Kurniawan, A., & Rofik, M. (2024). Pembentukan makna diri pada anak tanpa figur ayah. *Jurnal Psikologi Keluarga*, 8(1), 100–115.
- Tribun Jogja. (2025, Agustus 8). 3 Kabupaten dengan jumlah perceraian tertinggi di DIY, Bantul ranking 2. [Tribun Jogja](https://www.tribunjogja.com)
- Yustisia, A. B., & Satwika, W. Y. (2023). Gambaran sosial-emosional pada masa kanak-kanak madya dengan orang tua yang bercerai. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(3), 390–412.
- Zei Li, P. N., Purwasetiawatik, T. F., & Aditya, A. M. (2023). Gambaran Penerimaan Diri pada

Anak yang Orang Tuanya Bercerai. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(2), 644–649. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i2.2563> Bermasyarakat, D. K., Cooley, C. H., Hebert, G., & Blumer, H. (n.d.). *Penulis Dosen Prodi Pelayanan Pastoral STP IPI Malang*. 118–131.