

---

## **Pengaruh Strategi Coping terhadap Kebahagiaan pada Remaja dari Keluarga yang Bercerai**

---

### **INFO PENULIS**

Rawinda Virya  
Universitas Negeri Makassar  
[rawindaviryan01@gmail.com](mailto:rawindaviryan01@gmail.com)

Eva Meizara Puspita Dewi  
Universitas Negeri Makassar  
[eva.meizara@unm.ac.id](mailto:eva.meizara@unm.ac.id)

Dian Novita Siswanti  
Universitas Negeri Makassar  
[dian.novita@unm.ac.id](mailto:dian.novita@unm.ac.id)

### **INFO ARTIKEL**

ISSN: 2963-8933  
Vol. 2, No. 2, Juni 2023  
<http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp>

---

© 2023 Arden Jaya Publisher All rights reserved

### ***Saran Penulisan Referensi:***

Virya, R., Dewi, E. M. P., & Siswanti, D. N. (2023). Pengaruh Strategi Coping terhadap Kebahagiaan pada Remaja dari Keluarga yang Bercerai. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 2(2), 195-203.

### **Abstrak**

Perceraian orang tua merupakan salah satu sumber masalah bagi remaja dalam mendapatkan kebahagiaan, masalah yang di alami seperti narkoba, seks bebas dan gangguan perilaku. Strategi coping dibutuhkan untuk mengelola pola pikir perilaku negatif menjadi perilaku positif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh strategi coping terhadap kebahagiaan pada remaja dari keluarga yang bercerai. Responden dalam penelitian ini adalah remaja berusia 17-21 tahun dan berdomisili di Kota Makassar sebanyak 367 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah accidental sampling dan analisis data penelitian menggunakan regresi linear sederhana. Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai signifikansi  $p=0,000$ . Nilai signifikansi  $p$  di bawah  $0,05$  ( $p<0,05$ ), artinya strategi coping mempunyai pengaruh terhadap kebahagiaan. Hasil analisis menunjukkan nilai R Square sebesar  $0,056$  yang menunjukkan bahwa besarnya pengaruh strategi coping terhadap kebahagiaan sebesar  $5,6\%$ . Implikasi penelitian ini untuk meningkatkan perilaku atau pikiran positif demi mencapai kesuksesan dalam setiap proses kehidupan remaja.

**Kata kunci:** Kebahagiaan, Remaja, Strategi Coping

### Abstract

Divorce of parents is a source of problems for teenagers in getting happiness, problems experienced such as drugs, free sex and behavioral disorders. Coping strategies are needed to manage negative behavioral mindsets into positive behaviors. The purpose of this study was to determine the effect of coping strategies on happiness in adolescents from divorced families. Respondents in this study were adolescents aged 17-21 years and 367 people living in Makassar City. The sampling technique used was accidental sampling and data analysis using simple linear regression. Based on the analysis results obtained a significance value of  $p = 0.000$ . The significance value of  $p$  is below 0.05 ( $p < 0.05$ ), meaning that coping strategies have an influence on happiness. The results of the analysis show that the R Square value is 0.056 which indicates that the magnitude of the influence of coping strategies on happiness is 5.6%. The implications of this research are to increase positive behavior or thoughts in order to achieve success in every process of adolescent life

**Keywords:** Happiness, Adolescents, Strategy Coping

## A. Pendahuluan

Keluarga merupakan bagian terpenting dalam kehidupan setiap individu. Individu memiliki impian dan mengharapkan keluarga bahagia sampai maut memisahkan yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak. Keluarga sangat berperan penting dan berpengaruh dalam proses perkembangan fisik dan mental. Dalam kehidupan keluarga terutama bagi orang tua tidak selamanya mampu menjalankan fungsi keluarga, sehingga dapat menyebabkan terjadinya konflik dan ketidakharmonisan yang dapat mengakibatkan perceraian. Manna, Doriza dan Oktaviani (2021) mengemukakan bahwa perceraian dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu, ekonomi, komunikasi yang buruk, adanya orang ketiga atau perselingkuhan serta sosial dan budaya.

Perceraian di Indonesia meningkat dari tahun ke tahun. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2019 menunjukkan bahwa angka perceraian di Indonesia setiap tahun semakin meningkat. Pada tahun 2015 kasus perceraian berjumlah (353.843), 2016 berjumlah (365.654), 2017 berjumlah (374.516), 2018 berjumlah (408.202). Sedangkan di Makassar, data dari Pengadilan Agama tahun 2018 menyebutkan bahwa jumlah perkara cerai talak sebanyak 552, cerai gugat 1.587 hingga tahun 2020 mengalami peningkatan pada cerai talak sebanyak 573 dan cerai gugat 1.697. Mone (2019) melakukan penelitian di Kecamatan Oebobo, Kota Kupang dengan responden yang berjumlah 35 orang. Ditemukan bahwa perceraian tidak hanya berdampak bagi suami istri melainkan juga melibatkan anak khususnya yang memasuki usia remaja. Perceraian bagi anak usia remaja dapat memberikan tekanan batin yang sangat menyakitkan, karena pada umumnya setiap anak menginginkan hidup dalam keluarga yang utuh. Anak merasakan kepedihan yang luar biasa dan sangat mendalam.

Hal ini juga diperkuat melalui data primer yang dilakukan oleh peneliti dengan menyebarkan kuisioner *online*, didapatkan bahwa sekitar 35 responden berusia 17-24 tahun menyebutkan bahwa dampak dari orang tua yang bercerai yaitu 37,1% merasa bahwa kurang kasih sayang, 25,7% kesulitan ekonomi, 2,85% sulit untuk percaya terhadap individu lain, 5,71% sulit untuk beradaptasi, sehingga dapat dikatakan bahwa remaja tidak mampu merasakan kebahagiaan yang datang dari keluarga sebagai sumber dukungan utama. Data primer ini menunjukkan bahwa perceraian menjadi sebab munculnya kesulitan-kesulitan yang dirasakan oleh remaja sehingga muncul kecenderungan untuk kurang bahagia. Kebahagiaan merupakan bagian dari kesejahteraan yang dirasakan semua kalangan usia terutama remaja. Rahayu (2016) mengemukakan bahwa kebahagiaan merupakan suatu kesenangan dan ketenteraman yang dimiliki individu dalam kehidupannya. Setiap individu berharap memiliki kehidupan yang tenang dan tidak memiliki konflik dengan orang lain dalam hubungannya, termasuk dalam hubungan keluarga. Seligman (2002) mengemukakan bahwa kebahagiaan merupakan bagian emosi yang menghasilkan kegiatan positif atau mendorong individu untuk melakukan tindakan yang positif.

Meskipun demikian ditemukan bahwa terdapat remaja dari orang tua yang bercerai dan tetap merasakan kebahagiaan. Halim, Waluyanto dan Zacky (2015) melakukan penelitian dengan mengumpulkan data melalui wawancara kepada ahli di bidang psikologi serta mengamati kehidupan remaja Indonesia yang menjadi korban perceraian di Kota Surabaya

mengemukakan bahwa terdapat dampak positif ketika individu mengalami perceraian orang tua yaitu individu jauh lebih mandiri, memiliki perasaan lebih dekat dengan orang tua yang tinggal bersama saat ini, perasaan tekanan batin yang dulu dirasakan akan berkurang, mendapatkan kebebasan dalam hal baik, lebih siap untuk menghadapi rasa trauma dan stress, mampu bersikap dewasa atau lebih dewasa, serta mampu menyesuaikan diri terhadap segala konflik yang terjadi. Adapun cara yang dilakukan remaja yang memiliki orang tua yang bercerai. Berdasarkan data primer yang didapatkan oleh peneliti, remaja dengan orang tua yang bercerai justru menunjukkan respon yang berbeda. Respon yang di tunjukkan remaja seperti, perubahan dalam menjalani hidup tanpa kedua orang tua yang utuh, individu mampu melewatinya dengan sabar, mengandalkan kemampuan berkomunikasi dengan bercerita bersama teman, bersyukur, dan melakukan kegiatan bersama teman seperti *hangout* atau sekadar melakukan hobi. Perilaku yang ditunjukkan ini sebagai upaya dalam mengatasi keterpurukan yang kemudian dalam psikologi dikenal dengan istilah strategi *coping*.

Lazarus dan Folkman (1984) mengemukakan bahwa strategi *coping* merupakan suatu proses untuk mengatasi berbagai macam tuntutan baik dari sisi internal maupun eksternal. Miranda (2013) mengemukakan bahwa strategi *coping* merupakan usaha atau strategi yang dilakukan individu untuk menghadapi masalah atau melindungi diri dari tekanan psikologis yang ditimbulkan oleh permasalahan sosial. Ba'diah, Rahayu, dan Putri (2021) melakukan penelitian dengan menemukan sebanyak 150 orang remaja dengan orang tua bercerai di Kota Samarinda bahwa strategi *coping* berpengaruh terhadap kebahagiaan dalam konteks kesejahteraan remaja yang mengalami keretakan dalam keluarga. Kebahagiaan tersebut bersumber dari strategi *coping* yang digunakan serta dapat meningkatkan motivasi dalam membangun kembali tujuan hidup dan lebih mengarah ke hal positif.

Penelitian yang dilakukan oleh Dewi dan Utami (2008) dengan tiga responden berusia 18-21 tahun, berasal dari orang tua bercerai di Kota Yogyakarta menemukan bahwa beberapa kondisi yang dapat meningkatkan kebahagiaan anak dari orang tua bercerai. Kondisi-kondisi yang dapat meningkatkan kebahagiaan anak dari orang tua bercerai yaitu, sikap orang tua yang memahami anaknya, adanya pemahaman anak terhadap perceraian orang tuanya, adanya dukungan emosional yang dirasakan anak dari lingkungan sekitarnya serta strategi *coping* yang lebih bersifat *problem focused coping*. Berdasarkan data primer dan studi pendahuluan di atas serta masih kurangnya penelitian yang secara empiris menjelaskan mengenai dinamika kehidupan yang terjadi pada keluarga bercerai. Hal ini yang membuat peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh strategi *coping* terhadap kebahagiaan pada remaja dari keluarga yang bercerai.

## B. Metodologi

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif untuk menguji pengaruh antara strategi *coping* sebagai variabel bebas dengan kebahagiaan sebagai variabel terikat. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja berusia 17-21 tahun (orang tua bercerai) dan berdomisili di Kota Makassar. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *accidental sampling*. Adapun subjek dalam penelitian ini berjumlah 367 orang. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala strategi *coping* dan kebahagiaan. Jenis skala yang digunakan adalah skala *likert*. Skala strategi *coping* disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek Lazarus (1984) yaitu *problem focused coping* yang terbagi menjadi tiga yaitu kehati-hatian, tindakan langsung, negosiasi dan *emotional focused coping* yang terbagi menjadi empat yaitu pelarian diri dari masalah, pengurangan beban masalah, menyalahkan diri sendiri, dan pencarian makna. Skala kebahagiaan disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek Seligman (2002) yaitu *pleasant life*, *meaningful life*, dan *engaged life*.

Hasil validasi oleh validator ahli pada skala strategi *coping* dan skala kebahagiaan menunjukkan nilai *Aiken's V* bergerak antara 0,37 hingga 0,56. Sehingga tingkat validitas aitem membuktikan pada kedua skala tergolong baik. Daya diskriminasi aitem skala strategi *coping* bergerak dari 0,318 hingga 0,538 dan skala kebahagiaan bergerak dari 0,305 hingga 0,435. Adapun aitem yang tersisa setelah uji coba yaitu skala strategi *coping* sebanyak 11 aitem dan skala kebahagiaan sebanyak 14 aitem. Hasil uji reliabilitas skala strategi *coping* dengan nilai *Cronbach's Alpha* dengan nilai sebesar 0,758 dan skala kebahagiaan sebesar 0,769, sehingga keduanya dapat dikatakan reliabel. Data penelitian ini dianalisis menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana dengan menggunakan program SPSS 25 for windows.

### C. Hasil dan Pembahasan

#### Hasil

Responden dalam penelitian ini adalah remaja laki-laki dan perempuan usia 17-21 tahun yang memiliki orang tua bercerai, berdomisili di Kota Makassar berjumlah 367 orang.

**Tabel 1.** Deskripsi responden penelitian berdasarkan kategori jenis kelamin

Parameter	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-Laki	107	29%
	Perempuan	260	71%
<b>Total</b>		<b>367</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel deskripsi di atas dapat dilihat jumlah responden dalam penelitian ini berjumlah 367 orang. Responden dalam penelitian ini terdiri dari remaja yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 107 orang (29%) dan perempuan sebanyak 260 orang (71%).

**Tabel 2.** Deskripsi responden penelitian berdasarkan kategori usia

Parameter	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Usia	17 tahun	33	9%
	18 tahun	35	10%
	19 tahun	56	15%
	20 tahun	70	19%
	21 tahun	173	47%
<b>Total</b>		<b>367</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel deskripsi di atas dapat dilihat jumlah responden dalam penelitian ini berjumlah 367 orang. Responden dalam penelitian ini terdiri dari remaja usia 17 tahun sebanyak 33 orang (9%), usia 18 tahun sebanyak 35 orang (10%), usia 19 tahun sebanyak 56 orang (15%), usia 20 tahun sebanyak 70 orang (19%) dan usia 21 tahun sebanyak 173 orang (47%).

**Tabel 3.** Deskripsi data empirik

Variabel	Empirik			
	Min	Max	Mean	SD
Strategi Coping	22	44	35	4
Kebahagiaan	21	56	40	6

Tabel data empirik strategi coping menunjukkan bahwa skor terendah adalah 22 dan skor tertinggi 44, dengan nilai mean deskriptif sebesar 35 dan standar deviasi sebesar 4. Tabel data empirik kebahagiaan menunjukkan bahwa skor terendah adalah 21 dan skor tertinggi 56, dengan nilai mean deskriptif sebesar 40 dan standar deviasi deskriptif sebesar 6.

**Tabel 4.** Kategorisasi dan interpretasi strategi coping

Kategori	Interval	N	(%)	Ket
$x < (\mu - 1,0\sigma)$	$x < 31$	35	9%	Rendah
$(\mu - 1,0\sigma) \leq x < (\mu + 1,0\sigma)$	$31 \leq x < 38$	256	70%	Sedang
$(\mu - 1,0\sigma) \leq x$	$39 \leq x$	76	21%	Tinggi
<b>Total</b>		<b>367</b>	<b>100%</b>	

Tabel di atas menunjukkan bahwa responden pada kategori merasakan strategi coping rendah sebanyak 35 orang dengan persentase 9%, responden pada kategori merasakan strategi coping sedang sebanyak 256 orang dengan persentase 70% dan responden pada kategori merasakan strategi coping tinggi sebanyak 76 orang dengan persentase 21%. Jadi, hasil persentase menunjukkan bahwa responden berada dalam kategori sedang dengan persentase 70% atau sebanyak 256 orang.

**Tabel 5.** Kategorisasi dan interpretasi kebahagiaan

Kategori	Interval	n	(%)	Ket
$x < (\mu - 1,0\sigma)$	$x < 34$	34	9%	Rendah
$(\mu - 1,0\sigma) \leq x < (\mu + 1,0\sigma)$	$34 \leq x < 45$	286	78%	Sedang

Kategori	Interval	n	(%)	Ket
$(\mu - 1,0\sigma) \leq x$	$46 \leq x$	47	13%	Tinggi
<b>Total</b>		<b>367</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa responden pada kategori merasakan kebahagiaan rendah sebanyak 34 orang dengan persentase 9%, responden pada kategori merasakan kebahagiaan sedang sebanyak 286 orang dengan persentase 78% dan responden pada kategori merasakan kebahagiaan tinggi sebanyak 47 orang dengan persentase 13%. Jadi, hasil persentase menunjukkan bahwa responden berada dalam kategori sedang dengan persentase 78% atau sebanyak 286 orang.

**Tabel 6.** Hasil analisis regresi linier sederhana variabel strategi coping terhadap kebahagiaan

Korelasi	r	R <sup>2</sup>	p	Keterangan
Strategi Coping terhadap Kebahagiaan	0,236	0,056	0,000	Signifikan

Hasil analisis pada tabel di atas menunjukkan bahwa tingkat korelasi antara strategi coping dengan kebahagiaan yaitu 0,236. Koefisien dalam penelitian ini menunjukkan arah korelasi hubungan positif, artinya semakintinggi strategi coping maka semakin tinggi kebahagiaan pada remaja. Tabel di atas menunjukkan signifikansi  $p=0,000$ . Berdasarkan kriteria yang digunakan pada uji hipotesis dalam penelitian yaitu, apabila nilai signifikansi  $p$  di bawah 0,05 ( $p<0,05$ ), artinya strategi coping mempunyai pengaruh terhadap kebahagiaan. Hasil analisis juga menunjukkan nilai R square sebesar 0,056. Nilai tersebut menunjukkan bahwa besarnya pengaruh strategi coping terhadap kebahagiaan sebesar 5,6%, sementara 94,4% dipengaruhi oleh faktor lain.

**Tabel 7.** Perbedaan karakteristik problem focus coping (PFC) dan emotional focus coping (EFC)

Strategi Coping	n	%
Problem Focused Coping	192	52
Emotion Focused Coping	175	48
<b>Total</b>	<b>367</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa responden menggunakan *problem focus coping* sebanyak 192 orang dengan persentase 52% dan responden menggunakan *emotional focused coping* sebanyak 175 orang dengan persentase 48%.

**Tabel 8.** Perbedaan kebahagiaan ditinjau dari jenis strategi coping

Variabel	Kelompok	Mean	P	Signifikansi
Kebahagiaan	Problem Focused Coping	38,98	0,003	Signifikan
	Emotional Focused Coping	40,75		

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,003. Artinya, terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kebahagiaan pada remaja yang memiliki *problem focused coping* dengan *emotional focused coping*. Dilihat dari nilai mean pada *problem focused coping* sebesar 38,98 dan *emotional focused coping* sebesar 40,75 menunjukkan bahwa tingkat kebahagiaan yang dirasakan oleh remaja lebih tinggi saat memiliki bentuk *emotional focused coping* dibandingkan *problem focused coping*.

**Tabel 9.** Perbedaan karakteristik pleasant life, meaningful life dan engaged life

Kebahagiaan	n	%
Pleasant life	145	40
Meaningful life	166	45
Engaged life	56	15
<b>Total</b>	<b>367</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa responden menggunakan *pleasant life* sebanyak 145 orang dengan persentase 40%, *meaningful life* sebanyak 166 orang dengan persentase 45% dan *engaged life* sebanyak 56 orang dengan persentase 15%.

**Tabel 10.** Perbedaan jenis strategi coping ditinjau dari level kebahagiaan

Level Kebahagiaan	Mean		P
	Problem Focused Coping	Emotional Focused Coping	
Meaningful Life	18,19	19,20	0,003
Pleasant Life	12,56	13,06	0,029
Engaged Life	8,21	8,49	0,103

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa *meaningful life* memiliki nilai signifikansi sebesar 0,003 ( $p < 0,05$ ) dan *pleasant life* sebesar 0,029 ( $p < 0,05$ ). Hal ini bermakna yaitu bahwa pada kategori strategi coping memiliki perbedaan ditinjau dari level kebahagiaan. Ditinjau dari level kebahagiaan, remaja dalam penelitian ini menggunakan *meaningful life* sebagai level kebahagiaan tertinggi yang digunakan, diikuti urutan kedua yaitu *pleasant life* dan *engaged life*. Adapun perbedaan pada masing-masing kategori strategi coping menunjukkan bahwa *emotional focused coping* memiliki kebahagiaan yang lebih tinggi pada level kebahagiaan *meaningful life* dan *pleasant life* di banding remaja dengan *problem focused coping*.

**Tabel 11.** Perbedaan kebahagiaan dan strategi coping ditinjau dari demografi

Karakteristik Responden		Mean	p	Mean	P
		Kebahagiaan		Strategi coping	
Usia	17 tahun	41.7273	0,139	36.0000	0,529
	18 tahun	40.2000		35.0857	
	19 tahun	38.6250		34.8571	
	20 tahun	39.2714		35.1286	
	21 tahun	40.0058		35.6879	
Jenis Kelamin	Lalaki-laki	41.3458	0,001	35.9907	0,083
	Peperempuan	39.2038		35.1923	

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa pada kebahagiaan ditinjau dari usia memiliki nilai signifikansi sebesar 0,139 ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa secara demografi tidak terdapat perbedaan kebahagiaan ditinjau dari usia pada remaja yang memiliki orangtua bercerai. Sedangkan berdasarkan jenis kelamin memiliki nilai signifikansi sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ). Hal ini bermakna bahwa secara demografi terdapat perbedaan kebahagiaan ditinjau dari jenis kelamin pada remaja yang memiliki orangtua bercerai. Remaja laki-laki memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi di banding remaja perempuan.

## Pembahasan

Data hasil penelitian ini menunjukkan *mean* 35 dengan standar deviasi 4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 76 orang remaja (21%) merasakan strategi coping yang berada dalam kategori tinggi, sebanyak 256 orang remaja (70%) berada dalam kategori sedang dan sebanyak 35 orang remaja (9%) berada dalam kategori rendah. Hasil dari persentase menunjukkan bahwa tingkat strategi coping remaja berada pada kategori sedang. Oktarina, Krisnatuti, dan Muflikhati (2015) mengemukakan bahwa tinggi rendahnya strategi coping yang dimiliki oleh remaja tergantung pada pengelolaan masalah dan kondisi yang dimiliki dalam keluarga. Individu yang mampu mengelola masalah dengan strategi coping setidaknya memiliki kemampuan berpikir sebelum bertindak.

Data hasil penelitian ini menunjukkan *mean* 40 dengan standar deviasi 6. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 47 orang remaja (13%) merasakan strategi coping yang berada dalam kategori tinggi, sebanyak 286 orang remaja (78%) berada dalam kategori sedang dan sebanyak 34 orang remaja (9%) berada dalam kategori rendah. Hasil dari persentase menunjukkan bahwa tingkat kebahagiaan remaja berada pada kategori sedang. Patnani (2012) mengemukakan bahwa rasa bahagia sangat dipengaruhi oleh situasi yang dihadapi. Jika menghadapi situasi yang menyenangkan, individu merasa bahagia, namun jika suatu saat menghadapi situasi yang tidak menyenangkan maka kebahagiaan itu akan digantikan oleh emosi yang negatif. Situasi eksternal akan memengaruhi emosi individu, namun pengaruhnya

tidak akan besar karena, individu cenderung akan kembali kepada dasar emosi yang dimilikinya. Individu pada dasarnya memiliki rasa bahagia, maka ketika menghadapi situasi yang tidak menyenangkan, respon terhadap kejadian akan bersifat sementara dan akan kembali pada rasa bahagia.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang diperoleh dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa koefisien korelasi  $r=0,236$  dengan tingkat signifikansi  $p=0,000$ . Koefisien korelasi tersebut memperlihatkan ada pengaruh diantara kedua variabel. Tingkat signifikansi sebesar  $0,000$  ( $<0,05$ ) menandakan terdapat pengaruh signifikan strategi *coping* terhadap kebahagiaan remaja. Berdasarkan hasil uji hipotesis telah diketahui bahwa strategi *coping* memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan, maka dapat dikatakan hipotesis diterima. Ba'diah, Rahayu, dan Putri (2021) mengemukakan bahwa strategi *coping* berpengaruh terhadap kebahagiaan dalam konteks kesejahteraan remaja yang mengalami keretakan dalam keluarga. Kebahagiaan tersebut bersumber dari strategi *coping* yang digunakan serta dapat meningkatkan motivasi dalam membangun kembali tujuan hidup dan lebih mengarah ke hal positif.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian dari Nurhidayah, Ekasari, Muslimah, dkk (2021) yang meneliti tentang dukungan sosial, strategi *coping* terhadap resiliensi serta dampaknya pada kesejahteraan psikologis remaja yang orangtuanya bercerai hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi *coping* memiliki pengaruh positif terhadap kesejahteraan pada remaja dengan keluarga yang harmonis dan remaja dengan orangtua bercerai. Adanya pengaruh positif memiliki makna bahwa apabila strategi *coping* yang dimiliki remaja tinggi, maka kesejahteraannya juga tinggi begitupun sebaliknya apabila strategi *coping* yang dimiliki rendah maka kesejahteraannya juga rendah.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian dari Azizah dan Pranoto (2021) yang meneliti tentang hubungan antara kebahagiaan dan strategi *coping* pada anak yang memiliki ibu tunggal karena *broken home* yang dialaminya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi *coping* pada anak berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan. Strategi *coping* yang dipilih adalah dengan memiliki komunikasi yang terbuka dengan ibu sehingga kebahagiaan tercapai. Komunikasi yang terbuka menjadi jalan bagi anak mencapai kesuksesan walau memiliki keluarga dengan *broken home*.

Sumari, Subramaniam dan Khalid (2019) juga mengemukakan bahwa remaja yang memiliki kehidupan *broken home* sebagai pengalaman traumatis mampu merasakan kebahagiaan karena strategi *coping* yang baik. Bentuk strategi *coping* yang dimiliki adalah dengan memiliki cara khusus dalam pola komunikasi dengan orangtua meski telah bercerai. Strategi berupa pola komunikasi yang nyaman dan sesuai membantu remaja menghadapi tantangan sehari-hari utamanya masalah yang berkaitan dengan keluarga. Remaja yang mengetahui strategi *coping* saat menghadapi masalah memiliki kesehatan mental yang stabil sehingga secara langsung meningkatkan kebahagiaan yang dimiliki. Remaja yang memiliki keluarga *broken home* merasa bahagia saat mampu berbicara dengan orangtua selain orangtua nya yang bercerai. Bentuk obrolan sebagai strategi *coping* untuk menghilangkan stres pasca perceraian terjadi. Obrolan yang terjalin menjadi satu bentuk dukungan sosial yang diperlukan bagi remaja yang mengalami kondisi dengan keluarga *broken home*.

Deskripsi analisis tambahan diketahui bahwa *problem focused coping* dan *emotional focused coping* memiliki perbedaan signifikan terhadap kebahagiaan. Artinya, terdapat perbedaan kebahagiaan ditinjau dari bentuk strategi *coping* pada remaja. Kebahagiaan lebih tinggi dimiliki oleh remaja yang memiliki bentuk *emotional focused coping*. Hasil ini menunjukkan bahwa cara remaja saat mengalami stres cenderung memiliki permasalahan emosi dan psikologi serta memilih untuk hanya senantiasa mengurangi beban pikiran. Hasil penelitian dari Burhan, Asri dan Firdaus (2022) mendukung bahwa *emotional focused coping* memiliki kontribusi lebih tinggi daripada *problem focused coping* terhadap kebahagiaan. Hal ini mengungkapkan bahwa saat pemicu stres tidak mampu dihilangkan maka menerima keadaan adalah jalan terbaik untuk meredakan stres. Pengalihan dengan aktif melakukan kegiatan atau sekadar bercerita dengan teman sebaya merupakan cara-cara yang dilakukan oleh remaja dengan keluarga *broken home* dalam penelitian ini.

Deskripsi analisis tambahan diketahui bahwa *pleasant life*, *meaningful life*, dan *engaged life* memiliki perbedaan signifikan. Artinya, terdapat perbedaan kontribusi ditinjau dari aspek kebahagiaan. Aspek kebahagiaan lebih tinggi yaitu *meaningful life*. Afdal, Yunasril, Lestari, Nusa, dkk (2021) mengemukakan bahwa *meaningful life* atau kebermaknaan hidup merupakan salah satu cara untuk memahami bagaimana individu mampu mengatasi tantangan dalam kehidupan dan memaksimalkan potensi dalam dirinya. Berdasarkan penelitian yang ditemukan bahwa

dengan adanya *meaningful life* atau kebermaknaan hidup keempat responden memiliki pandangan positif dengan mengambil hikmah dari setiap kejadian memilukan mengenai perceraian orangtuanya. Meskipun responden memiliki masa lalu yang kurang baik dikarenakan responden mencari pelarian untuk mendapatkan kebahagiaan yang tidak di dapatkan dirumah.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indiwara (2019) menemukan bahwa dasar *meaningful life* atau kebermaknaan hidup anak dari keluarga bercerai yaitu selalu merasa bersyukur, lebih ikhlas dalam menjalani kehidupan meskipun tidak sesuai apa yang di inginkan. Membantu sesama mengurangi beban individu lain dengan kemampuan yang dimiliki yaitu hal yang membanggakan serta memabahagiakan bagi anak dari keluarga yang bercerai. Dasar makna hidup yang berbeda dapat membentuk anak dari keluarga yang bercerai menjadi individu yang lebih mampu dan lebih kuat dari sebelumnya.

Deskripsi analisis tambahan diketahui bahwa berdasarkan jenis kelamin memiliki nilai signifikansi sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ). Hal ini bermakna bahwa secara demografi terdapat perbedaan kebahagiaan ditinjau dari jenis kelamin pada remaja yang memiliki orangtua bercerai. Remaja laki-laki memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi di banding remaja perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tkach dan Lyubomirsky (2006) sebanyak lima ratus mahasiswa sarjana 341 perempuan dan 157 laki-laki, 2 tidak diketahui, berusia 17 sampai 35 tahun beragam etnis yang berbeda yaitu 8% Afrika, 38% Amerika, 23% Asia, 19% Chicao dan 11% lainnya ditemukan bahwa laki-laki dan perempuan memiliki tingkat kebahagiaan yang berbeda. Laki-laki cenderung lebih menggunakan dorongan untuk mencapai kebahagiaan dengan melakukan kegiatan aktif dalam mengisi waktu luang seperti mencoba untuk tidak memikirkan yang tidak diinginkan. Berbeda dengan perempuan cenderung menggunakan afiliasi sosial seperti fokus mempertahankan hubungan, mencapai tujuan seperti dalam studi dan pencapaian jenjang karier, kegiatan pasif pengisi waktu luang seperti, menonton televisi, menyewa video, berbelanja dan agama seperti menunjukkan kegiatan religious.

#### D. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan yang telah dilakukan, maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh signifikan strategi *coping* terhadap kebahagiaan pada remaja, semakin tinggi strategi *coping* maka semakin tinggi pula kebahagiaan yang dimiliki. Adapun baik strategi *coping* dan kebahagiaan yang dimiliki oleh responden berada pada kategori sedang.
2. Berdasarkan hasil analisis tambahan diperoleh kesimpulan bahwa kebahagiaan lebih tinggi dimiliki oleh remaja yang memiliki bentuk *emotional focused coping*. Kebahagiaan yang digunakan oleh remaja dengan *emotional focused coping* adalah level *meaningful life*. Sedangkan apabila ditinjau dari demografi maka disimpulkan bawa terdapat perbedaan kebahagiaan ditinjau dari jenis kelamin, remaja laki-laki lebih bahagia daripada remaja perempuan.

#### E. Referensi

- Afdal., Yunasril, R., Lestari, S. M., dkk. (2021). Dampak perceraian orangtua terhadap *meaning of life* remaja. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan*. 8(2), 186-198. ISSN: 2597-4521.
- Azizah, F., & Pranoto, Y. K. S. (2021). Children happiness is reviewed from communication pattern of mothers-child and coping strategy on single mother. *BELIA: Early Childhood Education Papers*. 10(2), 123-131. doi: 10.15294/belia.v10i2.34325.
- Badan Pusat statistik. (2019). *Nikah, talak dan cerai, serta rujuk, 2007-2016*. (Online: <https://www.bps.go.id/linkTableDinamis/view/id/893>, diakses September 2021).
- Ba'diah, I. L., Rahayu, D., & Putri, E. T. (2021). Koping berfokus emosi dan harapan terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja dengan orangtua yang bercerai. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. 9(3), 646-656. doi: 10.30872/psikoborneo.
- Burhan, Z. R., Asri, A., & Firdaus, F. (2022). Perbedaan strategi *coping* terhadap kebahagiaan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Talenta Mahasiswa*, 1(4), 159-172. ISSN: 2807-789X.
- Dewi, P. S., & Utami, M.S. (2008). *Subjective well being* anak dari orang tua yang bercerai. 35(2). 194-212. ISSN: 0215-8884.



- Halim, A. S., Waluyanto, H. D., & Zacky, A. (2015). Perancangan komik untuk mendukung remaja meminimalkan dampak negative perceraian orang tua. *Jurnal DKV Adiwarna, Universitas Kristen Petra*. 1(6), 1-12.
- Indiwara, A. P. (2019). Kebermaknaan hidup anak korban perceraian. *Publikasi Ilmiah*. 1-10
- Lazarus, R. S & Folkman, S. (1984). *Stress Appraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company
- Manna, N., Doriza, S & Oktaviani, M. (2021). Cerai Gugat: Telaah Penyebab Perceraian pada Keluarga di Indonesia. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*. 6(1), 11-21
- Miranda, D. (2013). Strategi *coping* dan kelelahan emosional (*emotional exhaustion*) pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Psikoborneo*. 1(2), 64-71. ISSN: 2477-2674.
- Mone, H. F. (2019). Dampak perceraian orang tua terhadap perkembangan psikososial dan prestasi belajar. *Harmoni Sosial: Jurnal Pendidikan IPS*. 6(2), 155-163. ISSN: 2460-7916
- Nurhidayah, S., Ekasari, A., Muslimah, A. I., dkk. (2021). Dukungan sosial, strategi coping terhadap resiliensi serta dampaknya pada kesejahteraan psikologis remaja yang orangtuanya bercerai. *Paradigma*. 18(1), 60-77. ISSN: 2775-9105.
- Oktarina, R., Krisnatuti, D., & Muflikhati, I. (2015). Sumber stress, strategi coping, dan tingkat stress pada buruh perempuan berstatus menikah dan lajang. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*. 8(3), 133-141. ISSN: 1907-6037.
- Patnani, M. (2012). Kebahagiaan pada perempuan. *Jurnal Psikogenesis*. 1(1), 56-64. doi: 10.24854/jps.v1i1.36.
- Rahayu, T. P. (2016). Determinan kebahagiaan di Indonesia. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis*. 19(1), 149-170. ISSN: 1979-6471.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness*. Bandung: Mizan Media Utama.
- Sumari, M. R., Subramaniam, S. D., & Khalid, N. (2019). Coping with parental divorce: A study of adolescents in a collectivist culture of Malaysia. *Journal Of Divorce & Remarriage*. 61(3), 186-205. doi: 10.1080/10502556.2019.1679595.
- Tkach, C., & Lyubomirsky, S. (2006). How do people pursue happiness?: relating personality, happiness-increasing strategies, and well-being. *Journal of Happiness Studies*. 7, 183-225. doi: 10.1007/s10902-005-4754-1