

## MANAJEMEN STRES DALAM KOMUNIKASI ANTARPRIBADI ANAK *BROKEN HOME* DAN TEMAN SEBAYA

Donal Adrian <sup>1)</sup>, Nur Haidar <sup>2)</sup>, Andi Febri Herawati N <sup>3)</sup>

Fakultas Ilmu Komunikasi & Ilmu Politik Universitas Tadulako, Palu, Indonesia <sup>1,2,3)</sup>

Corresponding Author:

[donal.adrian2014@gmail.com](mailto:donal.adrian2014@gmail.com) <sup>1)</sup>, [laanurr@gmail.com](mailto:laanurr@gmail.com) <sup>2)</sup>, [herawati.febi18@gmail.com](mailto:herawati.febi18@gmail.com) <sup>3)</sup>

### Abstrak

Remaja dengan kondisi orang tua bercerai dan kurang mendapatkan kasih sayang disebut juga sebagai anak *broken home*. Perceraian kedua orang tua bisa memberikan dampak buruk bagi mental anak, seperti menjadi stres. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui dan memberikan gambaran tentang manajemen stres dalam komunikasi antarpribadi remaja *broken home* dan teman sebaya di Kota Palu. Metode penelitian yaitu kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Informan penelitian terdiri dari 4 mahasiswa yang mengalami *broken home*. Pengumpulan data dengan observasi dan wawancara mendalam. Sumber data yaitu primer dan sekunder. Analisis data terdiri dari reduksi, penyajian data dan verifikasi/penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen stres yang dilakukan oleh remaja *broken home* ialah dengan memilih teman sebaya. Dalam proses komunikasi antarpribadinya bahwa teman sebaya mampu menyampaikan pesan-pesan lucu yang menghibur seperti menceritakan pengalaman masa lalu, bersikap empati dan memberikan dukungan moral terhadap masalah yang dialami oleh remaja *broken home* serta saling mengingatkan untuk tetap beribadah. Permasalahan yang diamali oleh remaja dengan kondisi perceraian orang tua, pada dasarnya bisa memberikan manfaat kedewasaan untuk bertindak sehingga tidak merugikan diri sendiri dan orang lain khususnya keluarga terdekat.

**Kata Kunci:** Komunikasi Antarpribadi, Perceraian, Remaja Stres

### Abstract

*Adolescents with divorced parents and lacking affection are also referred to as children of broken homes. The divorce of both parents can have negative impacts on the mental well-being of children, such as experiencing stress. The research aims to understand and provide an overview of stress management in interpersonal communication among adolescents from broken homes and their peers in Palu City. The research method employed is qualitative with a case study approach. The research informants consist of 4 students who have experienced broken homes. Data collection is conducted through observation and in-depth interviews. Primary and secondary data sources are utilized. Data analysis includes reduction, data presentation, and verification/conclusion drawing. The findings indicate that stress management among adolescents from broken homes involves choosing peer companionship. In their interpersonal communication process, peers are capable of conveying humorous messages that entertain, sharing past experiences, showing empathy, offering moral support for the issues experienced by adolescents from broken homes, and reminding each other to maintain religious practices. The challenges faced by adolescents with divorced parents fundamentally can provide maturity benefits in decision-making processes that are not detrimental to themselves and others, especially their immediate families.*

**Keywords:** Interpersonal Communication, Divorce, Adolescent Stress

## PENDAHULUAN

### History:

History:

Received : 25 Februari 2024

Revised : 10 Maret 2024

Accepted : 29 Maret 2024

Published: 27 April 2024

**Publisher:** LPPM Universitas Darma Agung

**Licensed:** This work is licensed under

Attribution-NonCommercial-No

Derivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)



Masalah kehidupan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari proses perjalanan hidup setiap manusia. Tidak ada manusia yang tidak pernah mendapatkan masalah, semua pasti mengalami namun dengan proses yang berbeda-beda. Kita sebagai manusia pada dasarnya dituntut untuk bisa menyelesaikan masalah dengan baik tanpa merugikan siapapun, tetapi dalam proses penyelesaiannya tentunya juga dihadapkan dengan caranya masing-masing. Mulai dari masa anak-anak hingga dewasa, kita selalu bertemu dengan masalah baik di lingkungan sosial bersama masyarakat ataupun dengan keluarga inti yang juga banyak membahas perkara masalah perceraian orang tua sehingga berdampak pada keadaan mental anak (Suardi 2018) .

Perceraian orang tua ditandai dengan adanya perbedaan jarak secara fisik, pemutusan hubungan baik secara hukum dan dalam bentuk verbal, serta tidak ditemukannya keharmonisan hubungan. Perceraian merupakan sebuah permasalahan hidup. Tidak semua pasangan yang menikah selalu berjalan tanpa masalah. Banyak terjadi pertengkaran di antara pasangan suami istri dan kemudian bercerai (Munawara, dkk, 2021). Pertengkaran yang terjadi tentunya disebabkan oleh berbagai hal, mulai dari perselingkuhan, ekonomi dan lain-lain. Berkaitan dengan perceraian yang terjadi dan berdampak buruk pada mental anak, tentunya dilatarbelakangi dengan hal-hal yang melanggar komitmen dan harapan diri setiap pasangan.

Faktor utama penyebab perceraian dalam hubungan rumah tangga disebabkan adanya orang ketiga atau perselingkuhan yang membuat pasangan menjadi marah dan menuntut untuk diberikan keadilan berkaitan dengan perasaan dirinya (Rifani 2016). Pelanggaran harapan tersebut membuat kondisi rumah tangga menjadi rusak dan mengorbankan banyak hal, salah satunya ialah anak (Suratno dan Sri, 2022). Keputusan orang tua yang bercerai, menjadikan anak mengalami stres akibat tekanan batin dan sanksi hidup yang didapatkan bahwa harus menerima kenyataan kedua orang tuanya yang tidak bisa hidup bersama seperti orang tua pada umumnya. Ini merupakan pengalaman hidup yang negatif dan menyebabkan anak menjadi *broken home*.

Berpisahnyanya kedua orang tua dengan status bercerai disebabkan oleh berbagai kekacauan yang terjadi di rumah tangga dan berdampak negatif pada mental anak sehingga menjadi stres. Kekacauan yang terjadi disebut juga sebagai *broken home* (Massa, dkk, 2020). Terjadinya komunikasi yang tidak baik di dalam keluarga inti, seperti saling melontarkan kata-kata verbal yang negatif dan bahkan melakukan tindakan fisik (memukul). Ketegangan inilah yang menjadikan situasi menjadi rumit dan akhirnya memutuskan untuk tidak lagi hidup bersama. Pada dasarnya bahwa, kekacauan keluarga yaitu di mana terputusnya hubungan silaturahmi, retaknya peran dan tanggung jawab setiap anggota keluarga dan mengorbankan banyak hal, salah satu yang paling dikorbankan ialah anak. Mistiani (2018) menjelaskan bahwa perceraian adalah keputusan yang diambil oleh pasangan suami istri dan disepakati secara bersama, namun menimbulkan efek yang sangat fatal bagi psikologis anak mereka saat melakukan interaksi sosial dengan siapapun, baik pada keluarga inti dan masyarakat luas.

Anak *broken home* cenderung memiliki perilaku sosial yang berbeda dengan anak-anak lainnya, seperti pada remaja yang lebih memilih diam, keras kepala, menarik diri, *insecure*, mudah sedih dan bahkan menentang orang tuanya, khususnya pada ayah atau ibu yang lebih banyak menunjukkan perilaku salah dengan berselingkuh pada orang lain. Maka anak yang *broken home* akan lebih keras dan menantang orang tuanya tersebut (Massa, dkk, 2020). Tindakan yang ditunjukkan oleh anak *broken home* pada orang tuanya merupakan akumulasi dari bentuk kekecewaan yang dirasakan, karena menganggap bahwa apa yang dialaminya saat ini merupakan bentuk ketidakadilan karena kehidupannya yang tidak sama seperti anak-anak pada umumnya dengan kehidupan keluarga yang harmonis. Saat orang tua membiarkan anak-anaknya untuk melakukan apapun, mengurangi intensitas berkomunikasi dengan hati, orang tua yang lebih mementingkan pekerjaan dari pada menjalin *relationship* dan lain sebagainya, maka akan dapat merusak perilaku anak sehingga tidak heran jika anak *broken home* lebih memilih menjauh dari keluarga inti dan lebih memilih teman sebayanya untuk berinteraksi dan kadang membahas hal-hal yang lebih mendalam.

Keputusan yang diambil oleh anak remaja *broken home* untuk lebih memilih teman sebayanya dalam berinteraksi disebabkan orang tuanya yang tidak bisa menjadi 'rumah perlindungan' dan bahkan hanya sebaliknya, tingkat stres anak semakin meningkat dan memberikan pengaruh kurang baik terhadap pendidikan anak, hubungan di lingkungan sosial dan pola pikir yang kurang baik. Anak *broken home* sangat mengharapkan kebahagiaan yang datang dari kedua orang tuanya, (Muttaqin dan Bagus, 2019). Namun, harapan tersebut yang tidak sesuai dengan kenyataan, yaitu menyaksikan perceraian orang tua yang lebih mengedepankan diri sendiri dibandingkan kebahagiaan anak.

Remaja yang mengalami *broken home* tentunya menunjukkan pemikiran yang stres, sebab harapan yang diingkan tidak bisa terwujud dengan baik. Kondisi stres remaja menyebabkan masalah baru dalam kehidupan, karena remaja yang stres cenderung mudah putus asa dan bisa melakukan hal negatif yang merugikan diri sendiri. Pada fenomena sosial yang terjadi ditemukan remaja *broken home* memilih teman sebaya sebagai upaya untuk mengurangi stres.

Teman sebaya merupakan individu yang dianggap paling berperan aktif dalam mengurangi tingkat stres saat dilakukan interaksi. Remaja *broken home* menjadikan teman sebayanya sebagai orang yang bisa mendengarkan dengan baik keluh kesah yang berkaitan dengan masalah keluarga, khususnya pada perceraian orang tua. Meskipun tidak bisa memberikan solusi yang paling baik, namun setidaknya teman sebaya bisa menerapkan proses penyampaian pesan yang mampu menghibur diri anak *broken home*. Tidak hanya itu, bentuk dukungan dan empati juga diterapkan oleh teman sebaya sehingga anak yang *broken home* bisa merasa nyaman dan merasa dilindungi dari masalah yang dihadapi (Devito dalam Savitri dan Muhammad, 2022). Dalam proses interaksi antara remaja *broken home* dan teman sebaya bisa dilakukan di manapun baik di lingkungan pendidikan dan lingkungan masyarakat secara umum (Asrori dalam Saputri

dan Puji, 2016). Interaksi tersebut tentunya menerapkan komunikasi antarpribadi karena syarat utamanya ialah adanya kedekatan dan melibatkan bagian psikologis manusia.

Teman sebaya yang dinggap mampu meringankan beban stres, juga berperan dalam memberikan dukungan berupa kepercayaan diri pada remaja *broken home* untuk bisa menyampaikan isi hatinya kepada kedua orang tuanya terkait dengan masalah perceraian yang dialami sehingga mengorbankan mereka sebagai anak, (Denanti dan Silvia, 2019). Pada dasarnya bahwa remaja yang stres karena perceraian orang tua harus bisa menemukan teman yang tepat dalam mengurangi tingkat stres, sehingga perilaku remaja *broken home* tersebut tidak merugikan diri sendiri dan orang lain. Namun, apabila remaja *broken home* salah dalam memilih teman sebaya maka hal itu akan berdampak buruk dalam kehidupan dirinya, karena hanya untuk mengurangi tekanan stres maka teman sebaya yang salah mengajak untuk narkoba, seks bebas, mencuri dan lain sebagainya.

Remaja *broken home* yang juga berstatus sebagai mahasiswa di Kota Palu tentunya memiliki tekanan stres yang begitu banyak, mulai dari perceraian orang tua dan ditambah lagi dengan masalah lain seperti tuntutan perkuliahan, ekonomi keluarga dan lain-lain. Hal inilah yang mengharuskan remaja *broken home* harus pandai dalam memilih teman sebaya untuk bisa mengurangi tingkat stres, namun tetap dengan menerapkan komunikasi antarpribadi yang baik sebagai dasar dalam menyampaikan pesan-pesan positif.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan ialah kualitatif. Menurut Bogdan dan Taylor yang dikutip oleh Tersiana (2018) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif yaitu suatu penelitian yang menghasilkan daya deskriptif berupa tulisan, ucapan, maupun perilaku orang yang diamati. Jenis penelitian studi kasus yang merupakan proses untuk menggali pertanyaan dan mempelajari secara mendalam sampai menemukan realitas dari suatu permasalahan. Penarikan informan dengan menggunakan *purposive sampling* yaitu menentukan informan berdasarkan kriteria tertentu.

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara mendalam. Kegiatan observasi adalah kegiatan yang setiap saat kita lakukan dengan perlengkapan pancaindra yang kita miliki. (Kriyantono, 2008). Selanjutnya dijelaskan bahwa Menurut Moleong (2005), wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan dilakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (*interviewee*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan tersebut.

Sumber data terdiri dari data primer dan data sekunder. Analisis data model Miles dan Huberman (Pujileksono, 2015) dilakukan melalui 3 tahap, yaitu: reduksi data, penyajian data dan verifikasi/penarikan kesimpulan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

## A. Hasil

Dampak dari adanya perceraian orang tua ialah menjadikan anak-anaknya hancur secara psikis karena kenyamanan dan ketentraman hidup di dalam keluarga tidak lagi ditemukan. Mereka hanya mendapatkan kondisi orang tua yang saling bertengkar, menyalahkan satu sama lainnya, penggunaan bahasa verbal yang tidak lagi positif hingga pada tindakan kekerasan non verbal yang dilakukan antara ibu dan ayah saat bertengkar, di mana tindakan itu juga bisa didapatkan anak sebagai luapan emosi orang tua. Alhasil, anak menjadi *broken home* dan lebih memilih teman sebayanya yang dianggap bisa menghibur, mendukung dan mampu mendengarkan keluh kesah dengan tujuan untuk bisa mengurangi tingkat stress. Berikut penyampaian dari Alam bahwa: Perceraian orang tua merupakan musibah besar bagi kami sebagai anak. Kami tidak pernah menginginkan orang tua bercerai, namun situasi dan kondisi orang tua yang akhirnya mereka berpisah. Tentunya dengan berbagai alasan, salah satunya ialah perselingkuhan. (Wawancara, 12 Oktober 2023).

Berpisahnya kedua orang tua karena bercerai memberikan dampak yang kurang baik terhadap perkembangan mental anak. Hal itu juga merupakan musibah bagi anak-anak karena mereka tidak akan dapat menerima kasih sayang yang sepenuhnya dari kedua orang tua, selain itu masalah baru juga akan muncul seperti berkaitan dengan keuangan. Perceraian kedua orang tua bisa disebabkan oleh banyak faktor, salah satunya ialah tindakan perselingkuhan.

Febi: Orang tuaku bercerai sudah cukup lama, kisaran 4 atau 5 tahun. Jujur sebagai anak saya merasa terpukul, saya merasa ini tidak adil dan saya kecewa dengan orang tua. Mereka bercerai karena faktor ekonomi, KDRT dan perselingkuhan. Tapi yang namanya hidup terus dijalani dan saya ingin melanjutkan pendidikanku sampai sarjana untuk mengobati rasa kecewaku. (Wawancara, 14 Oktober 2023).

Faktor penyebab perceraian tentunya bervariasi mulai dari perselingkuhan pasangan, KDRT dan faktor ekonomi. Perceraian yang terjadi bisa meninggalkan kisah traumatik pada setiap anggota keluarga, khususnya pada anak. Secara mental mereka merasa kecewa dan menganggap bahwa tidak ada keadilan dalam kehidupan yang dijalani. Tingkat stres pun bertambah dan menganggap keluarga inti bukan sebagai pelindung namun pemberi masalah yang selalu mengorbankan perasaan. Maka tidak heran jika anak-anak dari perceraian disebut juga dengan *broken home* memilih teman sebaya sebagai pelindung dari masalah yang terjadi.

Ali: Salah satu cara untuk bisa menghilangkan stres karena perceraian orang tua yaitu berkumpul bersama teman sebaya. Karena dari teman-teman kita bisa tertawa lepas dan bisa juga curhat lebih dalam tentang kondisi yang kita rasakan. Mungkin karena seumuran, jadi lebih enak bicarannya. (Wawancara, 14 Oktober 2023).

Manajemen stres yang dilakukan oleh anak *broken home* dari perceraian orang tua ialah dengan berkumpul bersama teman sebaya mengkomunikasikan hal-hal yang bahkan diluar nalar dan bisa menghibur diri untuk tertawa bersama-sama. Namun tidak hanya

itu, bersama teman sebaya bisa juga mengungkapkan isi hati terkait dengan rasa kekecewaan yang dialami di rumah tangga orang tuanya yaitu perceraian. Komunikasi yang dilakukan antara remaja *broken home* dan teman sebaya masuk dalam level komunikasi antarpribadi.

Siska: Jujur berkumpul dengan teman sebaya itu bisa meringkankan beban pikiran karena stres dengan masalah perceraian orang tua. Namun harus pandai juga dalam memilih teman sebaya. Kalau temanku ini bisa menghibur, diajak menggila dan tak lupa untuk ibadah. (Wawancara, 15 Oktober 2023).

Teman yang baik ialah mereka yang mampu bersikap empati, menghibur dan mengajak temannya untuk beribadah apabila mendapatkan masalah yang begitu rumit, khususnya berkaitan dengan perceraian orang tua. Hubungan antarpribadi yang terjalin mampu menerapkan fungsi komunikasi dengan baik, seperti menghibur. Selanjutnya, dengan adanya empati dan saling mempengaruhi ke arah yang lebih baik merupakan tujuan komunikasi antarpribadi.

## **B. Pembahasan**

Keluarga merupakan tempat untuk seseorang berlindung dan berkembang dengan sebaik-baiknya, mulai dari fisik hingga mental (Sigiro, 2022). Keluarga terdiri dari suami, istri dan anak yang merupakan sebuah kesatuan untuk berbagai rasa kasih sayang dan cinta. Keluarga adalah sebuah sistem sosial terkecil di lingkup masyarakat yang tinggal dalam satu atap bersama dan saling ketergantungan, disahkan oleh tali perkawinan berdasarkan aturan agama (Ryandini dan Destiwati, 2021). Dalam proses kehidupannya, keluarga selalu menerapkan komunikasi antarpribadi baik antara suami dan istri ataupun orang tua dan anak. Pesan-pesan yang disampaikan terkait dengan kebahagiaan, keluh kesah, cinta dan kasih sayang hingga pada pesan-pesan yang sebenarnya tidak penting untuk dikomunikasikan namun bisa merekatkan hubungan. Komunikasi antarpribadi yang terjadi di keluarga merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari interaksi sehari-hari karena memberikan *feedback* secara langsung sebagai bagian dari kepuasan berkomunikasi bagi para pelakunya (Mulyana, 2005).

Kehidupan keluarga tentunya tidak selalu berjalan dengan harmonis, berbagai ujian akan datang yang bisa menyebabkan permasalahan hidup dan mengorbankan banyak pihak salah satunya ialah anak. Masalah yang banyak ditemukan dalam sebuah keluarga ialah perceraian pasangan suami istri yang dapat menyebabkan anak-anak menjadi *broken home*, menjauh dari orang tua dan lebih memilih orang lain sebagai pelindung dan pengobat rasa stres seperti pada teman sebaya. Perceraian (*divorce*) merupakan suatu peristiwa perpisahan secara resmi antara pasangan suami-istri dan menetapkan untuk tidak menjalankan tugas serta kewajiban sebagai suami dan istri. Keduanya tidak lagi hidup dan tinggal serumah bersama, karena tidak ada ikatan yang resmi baik secara hukum dan agama (Dariyo, 2004).

Menurut Malfinda Indra Maylin dalam bukunya yang berjudul *Personality Development of Broken home Teenangers* pada tahun 2016 (Ryandini dan Destiwati, 2021) menjelaskan bahwa *broken home* itu bisa jadi terjadi karena keluarga yang tidak harmonis sehingga komunikasi antar anggota keluarga tidak berjalan semestinya. *Broken home* yang dialami oleh seorang remaja bisa jadi kurangnya kasih sayang dari orang tua sehingga membuat mental seorang anak menjadi frustrasi, arogan dan susah diatur. Kurangnya pemberian kasih sayang oleh kedua orang tua pada anak disebabkan oleh banyak faktor, salah satunya ialah perceraian karena adanya tindakan perselingkuhan, intervensi keluarga lain, Kekerasan Dalam Rumah Tangga, ketidakstabilan ekonomi, narkoba dan lain sebagainya.

Ariani (2019) menjelaskan dampak perceraian orang tua dalam kehidupan sosial anak adalah kenakalan remaja, stress, phobia, sedih dan bingung menghadapi masalah yang ada, tidak mampu mengungkapkan perasaan, adanya perasaan kehilangan orang tua, daya imajinatif berkurang, kurang percaya terhadap pasangan (bagi yang dewasa), dan kurang percaya diri baik dilingkungan sekolah maupun tempat tinggalnya. Selanjutnya dijelaskan oleh Mutma'inah yang dikutip oleh Praghlapati (2020) bahwa anak dari keluarga yang bercerai cenderung kurang baik disebabkan oleh kurang mendapat kasih sayang dari kedua orangtuanya. Gambaran kondisi emosi yang ditunjukkan anak yaitu anak tidak dapat mengendalikan diri pada saat marah, yaitu sering marah tidak jelas, membentak, sering menangis, dan membangkang.

Permasalahan yang dialami anak remaja dengan kondisi orang tua bercerai secara mental mereka akan menjadi stres dan dapat berpengaruh pada masalah fisik, emosi maupun perilaku yang bisa merugikan diri sendiri dan bahkan orang lain (Kristanti, 2013). Stres yang dialami oleh remaja jika tidak dikelola dengan baik, bisa berakibat fatal seperti hilangnya keimanan, mengalami kecemasan, bahkan dapat menimbulkan beberapa penyakit (Pedak, 2009). Manajemen stres yang dilakukan oleh remaja *broken home* ialah dengan mencari teman sebaya yang dianggap sebagai pelindung dan pemberi solusi dari masalah yang dialami berkaitan dengan perceraian orang tua.

Teman sebaya sebagai individu yang setara baik dari segi umur dan pendidikan dianggap mampu menjadikan remaja *broken home* merasa lebih lega dari problematika kehidupan yang dirasakan, di mana penerapannya bisa berkaitan dengan hubungan antarpribadi seperti menyampaikan pesan-pesan yang lucu dan menghibur terkait dengan kenakalan-kenakalan atau pengalaman indah yang pernah dialami. Mengajak anak *broken home* melakukan hal-hal yang bisa mengalihkan beban pikiran seperti memperkenalkan dengan lawan jenis untuk bisa menjalani hubungan berpacaran. Pada proses manajemen stres yang selanjutnya ialah sebagai teman sebaya yang baik tentunya bisa mengajak remaja *broken home* agar beribadah dengan melaksanakan shalat. Menurut Kumayi yang dikutip oleh Megawati dan Lisnawati (2014) bahwa untuk bisa menghilangkan stres maka kita harus bisa memahami nilai-nilai agama dan salah satunya ialah shalat. Selanjutnya, dilakukan juga sikap empati dan saling mendukung

yang bertujuan untuk menghargai perasaan teman atau remaja yang mengalami permasalahan perceraian orang tua.

Interaksi yang dilakukan oleh remaja *broken home* dan teman sebaya merupakan bentuk komunikasi antarpribadi yang mempertemukan antara dua orang secara dialogis dengan menimbulkan *feedback* secara langsung (Effendy dalam Ghaisa, 2020). Dalam proses komunikasi tersebut terdapat dua karakteristik secara humanistik seperti adanya empati dan sikap mendukung (Bochner & Kelly dalam De Vito, 1997). Permasalahan yang dialami oleh remaja *broken home* haruslah bisa diatasi dengan baik dan jangan salah dalam memilih teman sebaya sehingga tidak memberikan dampak buruk untuk kehidupan selanjutnya. Setiap permasalahan pasti akan merujuk pada satu solusi dan bisa membawa kita menjadi pribadi yang lebih baik dan lebih bijak. Perilaku anak *broken home* tidak selamanya mengandung unsur kenakalan, sebab banyak juga ditemukan dari mereka yang bisa menunjukkan perilaku sosial positif dan mampu menghargai setiap proses kehidupan yang dijalani.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan penelitian disimpulkan bahwa manajemen stres yang dilakukan oleh remaja *broken home* ialah dengan memilih teman sebaya yang tepat. Dalam proses komunikasi antarpribadi bahwa teman sebaya mampu menyampaikan pesan-pesan yang menghibur dengan menjelaskan pengalaman yang pernah terjadi, bersikap empati dan memberikan dukungan moral terhadap masalah yang dialami oleh remaja *broken home* serta saling mengingatkan untuk tetap berserah diri kepada Sang Pencipta dengan melalui ibadah. Permasalahan yang dialami oleh remaja karena perceraian orang tua, pada dasarnya bisa memberikan manfaat kedewasaan dalam bertindak sehingga tidak merugikan diri sendiri dan orang lain khususnya keluarga terdekat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andromedia. 2018. *Stress Management Training: Strategi Pengelolaan Stres Pengasuhan Untuk Orang Tua Yang Memiliki Anak Difabel*. Intuisi Jurnal Psikologi Ilmiah, 10 (3)
- Ariani, A. I. (2019). Dampak Perceraian Orang Tua Dalam Kehidupan Sosial Anak. *Phinisi Integration Review*, 2 (2), 257-270.
- Dariyo Agoes. 2004. Memahami Psikologi Perceraian Dalam Kehidupan Keluarga. *Jurnal Psikologi*, 2 (2).
- Denanti Iqbal Astarikna dan Silvia Yula Wardani. 2019. Pengaruh Komunikasi Interpersonal dan Interaksi Teman Sebaya Terhadap Kepercayaan Diri Dalam Berpendapat. *Prosiding Snbk (Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling)*, 2 (1).



- Ghaisa Siti Salwa Ratu. 2020. Komunikasi Interpersonal Antara Orangtua Dan Anak Pasca Perceraian (Studi Kasus Di Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin), Mutakallimin; Jurnal Ilmu Komunikasi 3 (1)
- Kristanti. (2013). Stres Pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. Jurnal Online Psikologi, Vol. 1, No. 2, 566-580.
- Kriyantono, Rachmat. 2008. *Public Relations Writing*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Massa Nurtia, dkk. 2020. Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Perilaku Sosial Anak. Jambura: *Journal of Community Empowerment (JICE)*, 1 (1).
- Megawati Shinta Putri Dan Lisnawati. 2014. Pengaruh Pelatihan Manajemen Stres Supernol Terhadap Penurunan Kecenderungan Kenakalan Remaja. Jurnal Psikologi Integratif, 2 (2).
- Moleong, Lexy J. 2005. Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya
- Mistiani Wiwin. 2018. Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Psikologis Anak. Jurnal Musawa, 10 (2).
- Mulyana, Deddy. (2005). Human Communication. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Munawara, Nina, Muhammad Hasan, dan Ardiansyah. [2021]. Faktor-Faktor Penyebab Perceraian Pada Pernikahan Dini Di Pengadilan Agama Kelas I-B Sambas. Dalam Jurnal Al-Usroh, 1 (2).
- Muttaqin Imron. 2019. Analisis Faktor Penyebab Dan Dampak Keluarga Broken Home. Raheema: Jurnal Studi Gender Dan Anak, 6 (2).
- Pedak, M. (2009). Metode Supernol Menaklukan Stres. Jakarta: Hikmah.
- Pragaholapati Andria. 2020. Dampak Perceraian di Indonesia: *Systematic Literature Review*.
- Pujileksono, Sugeng. 2015. Metode Penelitian Komunikasi Kualitatif. Malang: Kelompok Intrans Publishing.
- Rifani, Ahmad. 2016. "Analisis Faktor Penyebab Perceraian Karena Orang Ketiga (Studi Putusan Pengadilan Agama Palangka Raya)."
- Ryandini Nada Luthfi dan Rita Destiwati. 2021. Komunikasi Antarpribadi Orang Tua Dan Anak Broken Home Akibat Perceraian. Medialog: Jurnal Ilmu Komunikasi, Iv (Ii).
- Saputri Diah Agil dan Puji Lestari. Pergeseran Interaksi Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta dengan Lingkungan Teman Sebaya Melalui Smartphone. Jurnal Pendidikan Sosiologi 2016.
- Savitri Nadia dan Muhammad Sholihuddin Zuhdi. 2022. Komunikasi Interpersonal Korban Broken Home Terhadap Teman Sebaya (Studi Kasus Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Uin Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung). Consilia: Jurnal Ilmiah Bk, 5 (2).

- Sigiro Sandra, dkk. 2022. Dampak Keluarga Broken Home Pada Kondisi Mental Anak. Prosiding Seminar Nasional Ilmu Ilmu Sosial (Sniis) 2022 Jurusan Ilmu Ilmu Sosial Fish Universitas Negeri Surabaya, Volume 1.
- Suardi, Moh. 2018. *Belajar & Pembelajaran*. Deepublish.
- Suratno Pardi dan Sri Budiyo. 2022. Dampak Perceraian Terhadap Keluarga Dalam Kumpulan Cerpen Orang-Orang Kotagede Karya Darwis Khudori. Jurnal Ilmiah Kependidikan Jwd, 1 (2)
- Tersiana, Andra. 2018. Metode Penelitian. Anak Hebat Indonesia.