

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA DEWASA AWAL YANG MENGALAMI KELUARGA *BROKEN HOME*

**Najla Y. Ahmad
Dian Yudhawati**

Program Studi Psikologi
Fakultas Bisnis & Humaniora
Universitas Teknologi Yogyakarta
E-mail: najlayahmad24@gmail.com

ABSTRAK

Keluarga menjadi pondasi awal untuk membangun kehidupan sosial secara luas, orang tua memiliki peran penting terhadap perkembangan anak sejak kecil hingga dewasa, tetapi jika didalam keluarga terjadi masalah yang tidak terselesaikan akan menyebabkan perceraian. Perceraian memberikan dampak bagi dewasa awal dengan tantangan yang begitu berat pada masa dewasa awal serta menyebabkan individu trauma, sakit hati, kecewa, dan depresi, maka dibutuhkan dukungan dari kedua orang tua. Permasalahan yang terjadi berdampak pada kesejahteraan psikologis individu (psychological well-being). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran psychological well-being pada dewasa awal yang mengalami keluarga broken home. Menurut Ryff (1989) psychological well-being merupakan kondisi seseorang yang bukan hanya bebas dari tekanan atau masalah mental saja tetapi dianggap sehat dan berfungsi maksimal. Psychological well-being berkaitan pada kemampuan individu dalam menentukan keputusan hidupnya secara mandiri, mampu menguasai lingkungan secara efektif, mampu menjalankan arah dan tujuan hidup. Pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif pendekatan studi kasus, melibatkan tiga subjek penelitian melalui purposive sampling, teknik pengumpulan data menggunakan wawancara semi terstruktur, observasi non partisipan, dan dokumentasi. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek mengalami perasaan kecewa, sedih, tetapi berjalannya waktu individu dapat menerima diri dan bersikap positif terhadap dirinya sendiri, ketiga subjek memberikan makna hidup yang berbeda. Subjek satu memaknai hidupnya dengan bahwa kehidupan ini abstrak tidak bisa ketebak, maka dari itu harus dijalani dengan arah tujuan yg jelas dan adanya kehadiran keluarga sangat berharga. Subjek dua memaknai hidupnya dengan suatu proses dimana harus berusaha untuk menjadi lebih baik lagi dan menjalani dengan bersyukur. Subjek ketiga memaknai hidupnya bahwa tidak semua perubahan kehidupan menakutkan dengan adanya perubahan dapat membuat lebih dewasa. faktor yang mempengaruhi ketiga subjek yaitu: dukungan sosial, faktor jenis kelamin dan faktor religiusitas.

Kata kunci: *Broken home, Dewasa awal, Psychological well-being*

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN EARLY ADULTHOOD THOSE WHO EXPERIENCE BROKEN HOME FAMILIES

Najla Y. Ahmad
Dian Yudhawati

Department of Psychology
Faculty of Business & Humanities
University of Technology Yogyakarta
E-mail: najlayahmad24@gmail.com

ABSTRACT

The family is the initial foundation for building social life at large, parents have an important role in the development of children from childhood to adulthood, but if problems occur within the family that are not resolved it will lead to divorce. Divorce has an impact on early adulthood with very difficult challenges during early adulthood and causes individuals to be traumatized, hurt, disappointed and depressed, so support from both parents is needed. The problems that occur have an impact on individual psychological well-being. The aim of this research is to determine the psychological well-being picture of early adults who experience broken homes. According to Ryff (1989) psychological well-being is a condition of a person who is not only free from pressure or mental problems but is considered healthy and functioning optimally. Psychological well-being is related to an individual's ability to determine their life decisions independently, being able to control the environment effectively, and being able to carry out life's direction and goals. This research uses a qualitative case study approach, involving three research subjects through purposive sampling, data collection techniques using semi-structured interviews, non-participant observation, and documentation. Based on the research results, it can be concluded that the three subjects experienced feelings of disappointment and sadness, but as time went by the individuals were able to accept themselves and have a positive attitude towards themselves, the three subjects gave different meanings to life. Subject one interprets his life by saying that life is abstract and cannot be predicted, therefore it must be lived with a clear goal and the presence of family is very valuable. Subject two interprets his life as a process where he must try to be better and live it with gratitude. The third subject interpreted his life as not all changes in life are scary, changes can make him more mature. Factors that influence the three subjects are: social support, gender factors and religiosity factors.

Keywords: Broken home, Early adulthood, Psychological well-being