

ABSTRAK

Kusumastuti, Esti Dewi. (2023). Gambaran stressor dan strategi coping pada remaja dengan orang tua bercerai. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *stressor* dan strategi *coping* pada remaja dengan orang tua yang bercerai. Informan dalam penelitian berjumlah dua orang yang ditentukan menggunakan teknik *purpose sampling*, yaitu dipilih sesuai dengan tujuan penelitian. Informan dipilih dengan kriteria berusia remaja serta mengalami perceraian orang tuanya pada saat remaja. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan analisis data tematik dan menggunakan pendekatan induktif. Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan dengan metode wawancara semi terstruktur pada dua informan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *stressor* pada remaja pada saat perceraian orang tua bersumber dari beberapa hal, diantaranya: harus menyaksikan dan menjadi bagian dari konflik orang tua menjelang terjadinya perceraian, tekanan psikologis yang muncul karena mengetahui perceraian orang tua terjadi akibat adanya perselingkuhan, situasi yang menjadi lebih buruk paska perceraian karena orang tua menikah lagi, adanya perasaan hancur dan kecemasan akan masa depan, menanggung beban ekonomi akibat perceraian orang tua, ketidakpedulian dan tekanan dari keluarga besar. Dampak perceraian orang tua bagi remaja meliputi: menurunnya kualitas pengasuhan orang tua, merasa rapuh secara emosional, mengalami kecemasan sosial dan kesulitan membangun kepercayaan, kecenderungan menarik diri dan cemas berada di lingkungan luar. Strategi *coping* yang digunakan diantaranya: membatasi diri untuk tidak mencari tahu lebih banyak tentang perceraian orang tua, mencari sumber dukungan sosial dari teman dan keluarga, belajar mengelola emosi dan bersikap ikhlas, mencari kesibukan dan kegiatan untuk mengalihkan perhatian dari *stressor*.

Kata kunci: remaja, perceraian, *stressor*, *coping*

ABSTRACT

Kusumastuti, Esti Dewi. (2023). Description of stressors and coping strategies in adolescents with divorced parents. *Thesis*. Yogyakarta: Psychology, Psychology Faculty, Sanata Dharma University.

This study aims to find out about the stressor and coping strategy of adolescents with divorced parents. Participants in this study are two people, determined by purposive sampling technique, according to the study's aim. Participants are chosen based on adolescence age criteria, as well as having experienced parents' divorce when they were in their adolescence. This study is a qualitative study with thematic analysis and inductive approach. Data retrieval in this study is done with a semi structured interview on the two participants. The results of this study show that the stressor of an adolescent during parents' divorce are rooted from a few things, such as: they have to witness and become a part of parents' conflicts during the divorce, the psychological pressure that appears when they know the divorce happens because of infidelity by their parents, the situation worsening post-divorce because parents remarry, having a crushed feeling and anxiety about the future, having to bear financial troubles because of parents' divorce, and the ignorance and pressure from extended family. The effects from parents' divorce are as such: the downgrade of parenting quality, feeling emotionally fragile, having social anxiety and difficulty in building trust with other people, the tendency to pull back to themselves and feeling anxious when they're outside. The coping strategies they show are as such: limiting their knowledge about their parents' divorce, learning to control their emotions and being sincere, finding other activities in order to distract oneself from the stressor.

Keywords: *adolescent, divorce, stressor, coping*