

HUBUNGAN SOCIAL ORANG TUA PADA DEWASA AWAL PASCA PUTUS CINTA

Juwita Putri Ananta
Universitas Sebelas Maret
juwitaant@gmail.com

Abstract

The purpose of this study is to empirically test whether there is emotional maturity and happiness between parents and children in early adult children who have experienced a breakup. Social support itself is a relational process that arises from an individual's feeling that someone is loved, and the results of the study indicate a positive relationship between children's emotional maturity and well-being in early adulthood. which has an important relationship with gender. adolescents who experience separation become more mature. the higher the level of emotion, the higher the level of happiness, and the lower the level of emotional maturity, the lower the level of happiness of adolescents who experience a breakup. the social support mentioned in this study is parental social support

Keywords : *Social Support, Early Adulthood, Breakup*

Abstrak : Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris adakah kematangan emosi dan kebahagiaan antara orang tua dan anak pada anak dewasa awal yang pernah mengalami putus cinta. Dukungan sosial sendiri merupakan suatu proses relasional yang timbul dari perasaan individu bahwa seseorang dicintai, dan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang positif antara kematangan emosi anak dengan kesejahteraan pada masa dewasa awal. yang memiliki hubungan penting dengan gender. Remaja yang mengalami perpisahan menjadi lebih dewasa. Semakin tinggi tingkat emosi maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya, dan semakin rendah tingkat kematangan emosi maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaan remaja yang mengalami putus cinta. Dukungan sosial yang disebutkan dalam penelitian ini adalah dukungan sosial orang tua.

Kata Kunci : Dukungan Sosial, Dewasa Awal, Putus Cinta

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial dan tidak bisa hidup sendiri. Menurut Miller dan Perlman (2009), hubungan dengan orang lain merupakan aspek utama dalam kehidupan seseorang dan dapat mendatangkan kegembiraan yang besar ketika hubungan dalam keadaan baik, namun sebaliknya ketika hubungan sedang memburuk dapat juga menimbulkan kesedihan yang besar. Hubungan sosial mempunyai banyak bentuk, termasuk hubungan intim dan hubungan romantis dengan lawan jenis. (Myers 2012) Hubungan yang sukses diharapkan akan mencapai tingkat pernikahan dan kemudian memulai sebuah keluarga, yang merupakan tugas perkembangan di masa dewasa awal. Pada masa dewasa awal, mereka mulai memilih pasangan hidup dan belajar memulai sebuah keluarga dan memulai rumah tangga (Santrock, 2002). Dan hampir setiap orang dewasa pernah mengalami jatuh cinta dengan lawan jenis, hal ini tentu saja merupakan hal yang wajar dan normal. Jatuh cinta merupakan masalah bagi remaja dan dewasa muda. Jatuh cinta butuh waktu, pikiran, dan tentunya hati. Hal ini normal terjadi pada anak-anak di masa dewasa awal. Sebab, sesuai dengan karakteristik perkembangan dan tanggung jawabnya, anak-anak pada masa dewasa awal pada masa ini tertarik pada lawan jenis (Santrock 2012). Tentu saja, pada kenyataannya berbicara tentang jatuh cinta bukan hanya tentang membuat diri sendiri bahagia. Memiliki keberanian untuk jatuh cinta selalu membutuhkan keberanian untuk putus atau patah hati, namun tidak semua remaja siap untuk itu. Beberapa orang dewasa awal merasakan kesedihan yang paling dalam ketika harus berpisah dengan orang yang dicintai. Misalnya, ada orang yang bolos kuliah, mengunci diri di kamar, stres, kehilangan minat belajar, dan bahkan bunuh diri. Menurut teori perkembangan, pernikahan terjadi pada masa dewasa awal atau remaja, antara usia 18 dan 40 tahun (Hurlock, 1980). Namun, hubungan romantis tidak selalu berujung pada pernikahan. Adapun bagi mereka yang hubungan asmaranya berakhir sebelum menikah atau berpisah. Menurut Yuwanto (2011), putus cinta merupakan berakhirnya hubungan romantis yang terjalin dengan pasangan. Ada banyak hal yang bisa menyebabkan putusnya hubungan, antara lain perselingkuhan, hubungan yang beracun, dan mungkin ketidaksetujuan orang tua. Dan perpisahan cinta itu sendiri bisa berdampak negatif. Menurut Lolong (2003) karya Lavigne, orang

yang mengalami putus cinta mengalami ketakutan, kesedihan, kekecewaan, dan rasa sakit. *Breakup Effects* menunjukkan bahwa ketika seseorang mengalami dampak negatif dari putus cinta, ia merasa kalah dalam dirinya, kehilangan rasa percaya diri, bahkan merasa kehilangan tujuan hidupnya. Tentang mengakhiri hidup atau bunuh diri. Reaksi orang tua yang tidak pantas mungkin disebabkan karena orang tua tidak memahami pesan yang disampaikan anak melalui ekspresi emosinya, atau ketidakmampuannya mengendalikan emosinya sendiri. Ketidakmampuan memahami pesan komunikasi emosional anak atau mengelola emosi sendiri menunjukkan bahwa orang tersebut belum siap mengambil peran baru sebagai orang tua. Ketika anak-anak didukung, sistem pendukung memungkinkan mereka pulih bahkan dari keadaan yang paling mengerikan sekalipun.

Oleh karena itu, dukungan sosial dari orang tua yang baik juga memberikan pengaruh yang sangat positif pada anak pada tahap ini, dimana anak dewasa awal yang pernah mengalami perpisahan merasa didukung dan dilindungi oleh orang tuanya, sehingga dapat membantunya mengendalikan emosinya. Sangat penting bagi setiap orang untuk mampu mengendalikan emosinya. Dan orang tua bisa langsung memberikan nasehat dan pendapat kepada anak yang sedang mengalami putus cinta, dan merupakan wadah serta tempat anak bercerita, sehingga setelah menceritakan semua kejadian yang menimpanya, anak menjadi tenang. Untuk merasa bahagia setelah putus cinta, seseorang harus memiliki kematangan emosi yang baik untuk menghadapi segala persoalan dan permasalahan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian berupa survei perpustakaan. Penelitian kepustakaan dikaitkan dengan penelitian teoritis dan referensi dari literatur ilmiah. Dalam penelitian ini sumber data diperoleh dari literatur yang relevan seperti buku dan majalah dengan topik yang dipilih. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah mengambil data topik dan variabel yang relevan dari jurnal. Teknik analisis data yang digunakan dalam tinjauan pustaka ini adalah teknik analisis isi. Penelitian ini melibatkan individu pada usia dewasa awal yang pernah mengalami putus cinta dengan menggunakan teknik purposive sampling. Pengambilan sampel yang

ditargetkan adalah pengambilan sampel yang dilakukan berdasarkan karakteristik tertentu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini adalah perpisahan dapat dipandang sebagai peristiwa atau proses. Dalam penelitian awal mengenai putusnya hubungan, Bohanan (1988; Duck & Rowley, 2006) mendefinisikan perceraian sebagai suatu proses dan bukan hasil suatu hubungan. Ia membagi perceraian menjadi enam posisi (tahapan) yang dialami individu.

Posisi pertama adalah putus cinta emosional, dimana salah satu atau kedua belah pihak yakin hubungan mereka sudah berakhir. Pada tahap ini, individu berada dalam keadaan dikotomis secara emosional dalam artian ia dapat merasakan cinta terhadap seseorang, namun juga memiliki perasaan benci terhadap orang tersebut. Hal ini dapat menyebabkan pasangan Anda menjadi jauh secara psikologis, sosial, dan emosional. Sebaliknya, beberapa orang melakukan bunuh diri dengan mengungkapkan emosi negatif ketika tidak mampu mengendalikan emosinya, seperti membolos sekolah atau universitas, mengurung diri di kamar, atau merasa stres. Setelah tahap ini tercapai, mereka mulai merasa bahwa tidak ada masa depan dalam hubungan tersebut dan mulai mengalami kesedihan atas hilangnya hubungan tersebut (Bohanan, 1968; Duck & Lowry, 2006). Definisi putus cinta emosional juga berlaku di sini untuk mendefinisikan situasi patah hati. Perpisahan dipandang sebagai proses yang menekankan aspek relasional dari perpisahan daripada menggambarkan tahapan yang terjadi dalam perpisahan individu. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dan kesejahteraan pada remaja yang pernah mengalami putus cinta. Dan peran orang tua sangatlah penting dalam mendukung anak-anaknya selama perpisahan. Karena pada dasarnya anak-anak mengalami kesedihan yang sangat mendalam pada masa dewasa awal. Oleh karena itu, dengan adanya dukungan sosial dari orang tua, anak tidak merasa menghadapi masalahnya sendiri. Hal ini disebabkan karena masyarakat mempunyai ikatan dengan orang lain dan lawan jenis sehingga saling membutuhkan satu sama lain untuk dapat hidup aman dan damai.

KESIMPULAN

Berdasarkan penjelasan di atas, kita dapat melihat bahwa perpisahan merupakan proses yang wajar dalam hubungan intim. Kata-kata yang digunakan untuk menggambarkan proses ini memberikan kesan bahwa hubungan tersebut akan berakhir atau berantakan, namun dilihat dari proses yang terjadi, hubungan tersebut belum sepenuhnya berakhir ya. Sebaliknya, hubungan baru diciptakan oleh “aturan main” baru. Di kalangan remaja, semakin banyak dukungan sosial dari orang tuanya, maka PWB-nya semakin tinggi, dan semakin rendah dukungan sosial dari orang tuanya, maka PWB-nya setelah berpisah akan semakin rendah. Dalam hal ini, meskipun kematangan emosi sudah sangat berkembang dan dapat menimbulkan rasa sejahtera yang tinggi, namun hal ini berdampak buruk bagi remaja yang berpacaran, terutama yang memiliki kematangan emosi rendah. Terjadilah pasangan. Ada kekhawatiran bahwa hal ini dapat berdampak negatif pada kehidupan

Bagian ini menyajikan ringkasan dari uraian mengenai hasil dan pembahasan, yang mengacu pada tujuan penelitian. Berdasarkan kedua hal tersebut dikembangkan pokok-pokok pikiran baru yang merupakan esensi dari temuan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Riani, A. H. (2017). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN KESTABILAN EMOSI PADA REMAJA YANG SEDANG PUTUS CINTA. SEMARANG : Universitas Katolik Soegijapranata.
- Adha, H.D. (2018) . HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA IBU PEKERJA PENUH WAKTU, SKRIPSI, Yogyakarta, Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Bebek, S; Rollie, SS (2006). PERCERAIAN DAN PUTUSNYA HUBUNGAN ROMANTIS: MODEL PANGGUNG DAN KETERBATASANNYA.
- Mg Deka Geriadi (2017). HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERASAAN PUTUS CINTA PADA DEWASA AWAL, Skripsi, Salatiga: Universitas Satya Wacana.
- Siti.K : Hermien.L (2023). RELISENSI DEWASA AWAL PASCA PUTUS CINTA, jurnal, Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Yanastasia.O.M.T, Christiana.H.S, (2021). HUBUNGAN PWB PADA MAHASISWA YANG PERNAH MENGALAMI PUTUS CINTA,Skripsi, Universitas Kristen Satya Wacana.

Pingkan .C.B Rumondor,(2013). GAMBARAN PROSES PUTUS CINTA PADA WANITA DEWASA MUDA,Jurnal, Jakarta, Universitas Bina Nusantara.

Tanjung, Nur .E , (2017). HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA PASCA PUTUS CINTA , Jurnal,Universitas Medan Area.