

**STUDI KUALITATIF STRATEGI RESILIENSI REMAJA DALAM
PROSES ADAPTASI DENGAN PERCERAIAN ORANG TUA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh

Gelar Derajat Sarjana (S-1) Psikologi



Oleh:

Nur'aini Kusuma Wardani

F 100 220 188

**PRODI SARJANA PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2026**

**STUDI KUALITATIF STRATEGI RESILIENSI REMAJA DALAM
PROSES ADAPTASI DENGAN PERCERAIAN ORANG TUA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Derajat Sarjana (S-1) Psikolog
Diajukan oleh:

Nur'aini Kusuma Wardani

F 100 220 188

PRODI SARJANA PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

Studi Kualitatif Strategi Resiliensi Remaja dalam Beradaptasi dengan Dampak Perceraian
Orang Tua

Oleh :

NUR'AINI KUSUMA WARDANI

F 100 220 188

Telah disetujui untuk dipertahankan

di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh:

Pembimbing



Dra. Zahrotul Uyun, M.Si., Psikolog

1 JULI 2026

NIK/NIDN: 592/ 0607066401

**STUDI KUALITATIF STRATEGI RESILIENSI REMAJA DALAM PROSES ADAPTASI
DENGAN PERCERAIAN ORANG TUA**

Yang diajukan oleh :

Nur'aini Kusuma Wardani
F 100 220 188

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 27 Juli 2026
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Ketua Sidang

Dra. Zahrotul Uyun, M.Si., Psikolog

Penguji I

Dr. Wiwien Dinar Pratisti, M.Si., Psikolog

Penguji II

Dr. Siti Nurina Hakim, S.Psi., M.Si., Psikolog



Surakarta, 27 Juli 2026
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan,



Dr. Lisnawati Ruhaena, M.Si., Psikolog

NIK/NIDN: 836 / 0616036901

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Bismillahirrohmanirrohim

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Nur'aini Kusuma Wardani

NIM : F100220188

Fakultas : Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : Studi Kualitatif Strategi Resiliensi Remaja dalam Beradaptasi dengan Dampak Perceraian Orang Tua

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak dapat terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini, dan disebutkan dalam daftar pustaka. Saya juga menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar karya saya pribadi, sama sekali tidak melakukan plagiat ataupun meminta jasa pembuatan skripsi dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Apabila di lain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Yang Menyatakan

Surakarta, 1 Juli 2026



Nur'aini Kusuma Wardani

SURAT PERNYATAAN PENGGUNAAN AKAL IMITASI (AI)

SURAT PERNYATAAN PENGGUNAAN AI

Bismillahirrohmanirrohim

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Nui'aini Kusuma Warsani
 NIM : F100220188
 Fakultas : Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
 Judul : Strategi Resiliensi Remaja dalam Beradaptasi dengan Dampak Perceraian
 Orang Tua

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam penyusunan karya ilmiah tersebut, penggunaan **Akal Imitasi (AI)** dilakukan sebagaimana tercantum pada daftar berikut:

Centang bagian yang Anda lakukan

- ☐ Merumuskan pertanyaan atau hipotesis
- ☐ Merancang dan melakukan eksperimen
- ☐ Menyusun draf, meringkas, memparafrasekan, merevisi signifikan, atau menyintesis konten
- ☐ Menerjemahkan sebagian/seluruh makalah
- ☐ Mengumpulkan, menganalisis, menafsirkan, atau memvisualisasikan data
- ☐ Mengekstrak data untuk tinjauan literatur dan mengidentifikasi kesenjangan pengetahuan
- ☐ Menghasilkan data sintetis atau gambar
- ☒ Mengedit tata bahasa, ejaan, atau organisasi teks
- ☒ Mencari/memverifikasi referensi
- ☐ Menyediakan contoh tambahan
- ☒ Brainstorming ide judul/struktur makalah
- ☒ Memvalidasi atau memberi masukan pada ide/teks/kode
- ☐ Menyatakan kata/frasa untuk kejelasan
- ☐ Bagian dari sistem/mesin tanpa pengaruh substansi
- ☐ Asisten digital (organisasi aset digital/alur kerja)

Rangkuman Penggunaan AI (jelaskan singkat):

Digunakan sebagai alat brainstorming

Dengan ini saya menyatakan bahwa keterangan di atas benar adanya dan dapat dipertanggungjawabkan sesuai dengan etika akademik.

Surakarta, 1 Juli 2026,
Yang membuat pernyataan,



Nur'aini Kusuma Wardani

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim,

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan kemudahan yang diberikan sehingga skripsi yang berjudul "Studi Kualitatif Strategi Resiliensi Remaja dalam Beradaptasi dengan Dampak Perceraian Orang Tua" ini dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S-1) di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Proses penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Lisnawati Ruhaena, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, yang telah memberikan izin dan kesempatan bagi peneliti untuk menyelesaikan studi.
2. Ibu Dra. Zahrotul Uyun, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing, mengarahkan, serta memberikan masukan yang sangat berharga sejak awal penyusunan proposal hingga skripsi ini selesai.
3. Ibu Dr. Wiwien Dinar Pratisti, M.Si., Psikolog dan Ibu Dr. Siti Nurina Hakim, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dosen penguji, yang telah

memberikan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

4. Seluruh dosen dan staf Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, yang telah memberikan ilmu dan bantuan administratif selama masa perkuliahan.
5. Kedua orang tua peneliti, Bp. Marmo dan Ib. Tri Warsini, serta adik saya Hariz Satria Utama serta keluarga besar, atas doa, kasih sayang, dan dukungan moril maupun materiil yang tiada henti diberikan kepada peneliti.
6. Kepala Sekolah dan guru Bimbingan Konseling (BK) SMP N 3 Sukoharjo, yang telah memberikan izin penelitian serta membantu peneliti dalam proses identifikasi dan pendekatan kepada partisipan.
7. Kelima partisipan penelitian (AAJ, ANC, FAS, HT, dan MM) yang telah bersedia meluangkan waktu dan dengan penuh keterbukaan berbagi pengalaman hidup yang sangat personal. Tanpa kesediaan dan keberanian mereka, penelitian ini tidak akan dapat terlaksana.
8. Sahabat dan teman-teman yaitu Safitri ayu N, Isna Wahyu R, Zara Puspita T, Isna Putri A, Aqilla Fawaz A, dan juga teman saya Windy Khairunisa, Raihana Hanin N, Syifa Febri dan teman teman UKM SUOF dan teman teman saya lainnya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, yang senantiasa memberikan semangat, bantuan, dan menemani peneliti selama proses penyusunan skripsi ini.

9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dan memiliki keterbatasan, baik dari segi isi maupun penulisan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, khususnya bagi pengembangan ilmu psikologi serta bagi pihak-pihak yang berkepentingan dalam mendampingi remaja dari keluarga bercerai.

Surakarta, 1 Juli 2026

Peneliti,

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	2
HALAMAN PERSETUJUAN	3
HALAMAN PENGESAHAN	4
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	5
SURAT PERNYATAAN PENGGUNAAN AKAL IMITASI (AI)	6
KATA PENGANTAR	8
DAFTAR ISI	11
DAFTAR TABEL	13
DAFTAR LAMPIRAN	14
ABSTRAK	14
ABSTRACT	16
BAB I PENDAHULUAN	17
A. Latar Belakang	17
B. Pertanyaan Penelitian	25
C. Tujuan Penelitian	25
D. Manfaat penelitian	25
BAB II TINJAUAN TEORETIS	27
2.1 Resiliensi	27
A. Pengertian Resiliensi	27
B. Aspek-Aspek Resiliensi	27
C. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi	29
D. Dinamika Resiliensi pada Remaja Korban Perceraian	29
2.2 Remaja	30
A. Pengertian Remaja	30
B. Karakteristik Perkembangan Remaja	31
C. Remaja dan Keluarga	32
2.3 Perceraian Orang Tua	33

A. Pengertian Perceraian	33
B. Faktor Penyebab Perceraian	34
C. Dampak Perceraian terhadap Remaja.....	35
2.4 Resiliensi pada remaja korban perceraian.....	36
2.5 Kerangka Berpikir	38
BAB III METODE	39
A. Desain Riset	39
B. Partisipan atau Sumber Data	39
C. Proses Pemilihan Partisipan	41
D. Teknik Pengumpulan Data	42
E. Analisis Data.....	46
F. Kredibilitas Data.....	47
BAB IV HASIL	49
BAB V PEMBAHASAN	74
BAB VI KESIMPULAN.....	74
DAFTAR PUSTAKA	88
LAMPIRAN.....	93

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Partisipan.....	40
Tabel 2. Pedoman Wawancara.....	44
Tabel 3 Jadwal Pelaksanaan Wawancara.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman wawancara	93
Lampiran 2. <i>Informed concent</i> AAJ.....	96
Lampiran 3 <i>Informed concent</i> ANC.....	97
Lampiran 4. <i>Informed concent</i> FAS.....	98
Lampiran 5. <i>Informed concent</i> HT.....	99
Lampiran 6. <i>Informed concent</i> MM.....	100
Lampiran 7. Izin penelitian	101
Lampiran 8. <i>Member check</i> AAJ	102
Lampiran 9. <i>Member check</i> ANC	103
Lampiran 10. <i>Member check</i> FAS	104
Lampiran 11. <i>Member check</i> HT	105
Lampiran 12. <i>Member check</i> MM.....	106
Lampiran 13. Uji turnitin	107
Lampiran 14. Verbatim AAJ.....	110
Lampiran 15. Verbatim FAS.....	139

ABSTRAK

Perceraian orang tua merupakan peristiwa hidup yang dapat menimbulkan dampak psikologis signifikan bagi remaja, sehingga kemampuan untuk bangkit dan beradaptasi menjadi hal yang penting untuk dipahami. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi strategi resiliensi yang dikembangkan oleh remaja SMP dalam beradaptasi dengan dampak perceraian orang tua. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain Kualitatif deskriptif, melibatkan lima partisipan siswa SMP (usia 13–15 tahun) yang mengalami perceraian orang tua, dipilih melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan analisis tematik mengikuti enam tahapan Braun dan Clarke. Hasil penelitian mengungkap tujuh tema utama, yaitu regulasi emosi melalui aktivitas dan ekspresi diri, dukungan sosial sebagai sumber kekuatan, strategi penerimaan dan pengendalian diri, religiusitas sebagai sumber kekuatan, efikasi diri dan kemandirian, orientasi masa depan, serta proses pemulihan dan pertumbuhan pasca kesulitan. Temuan menunjukkan bahwa resiliensi remaja berkembang secara bertahap melalui kombinasi strategi aktif dan dukungan lingkungan, dengan religiusitas khususnya nilai sabar dan tawakkal menjadi komponen khas dalam konteks remaja Muslim Indonesia yang belum banyak tertangkap dalam kerangka teori Barat. Penelitian ini memberikan implikasi bagi konselor sekolah, orang tua, dan peneliti selanjutnya dalam mendukung proses adaptasi remaja pasca perceraian orang tua.

Kata kunci: resiliensi, remaja, perceraian orang tua, strategi adaptasi, Kualitatif deskriptif

ABSTRACT

Parental divorce is a life event that can generate significant psychological impact on adolescents, making the ability to adapt and recover an important phenomenon to understand. This study aimed to explore the resilience strategies developed by junior high school adolescents in adapting to the impact of parental divorce. A qualitative descriptive phenomenological design was employed, involving five participants aged 13–15 years from SMP who had experienced parental divorce, selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth semi-structured interviews and analyzed using thematic analysis following Braun and Clarke's six-phase approach. The findings revealed seven main themes: emotion regulation through activities and self-expression, social support as a source of strength, acceptance and self-control strategies, religiosity as a source of strength, self-efficacy and independence, future orientation, and the process of recovery and post-adversity growth. The findings indicate that adolescent resilience develops gradually through a combination of active strategies and environmental support, with religiosity particularly patience (*sabar*) and surrender to God (*tawakkal*) emerging as a distinctive component within the context of Indonesian Muslim adolescents that is not fully captured by Western theoretical frameworks. This study offers implications for school counselors, parents, and future researchers in supporting adolescents' adaptation process following parental divorce.

Keyword: Resilience, adolescents, parental divorce, adaptation strategies, qualitative descriptive