GAMBARAN KEBAHAGIAAN PADA REMAJA YANG MENGALAMI PERCERAIAN ORANG TUA DI DESA TAMANSARI INDRAMAYU

Naulia Nur Syayidah¹ & Debora Basaria²

¹Program Studi Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta

²Program Studi Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta

Email: deborab@fpsi.untar.ac.id

ABSTRAK

Kasus perceraian di Indonesia mengalami peningkatan di tahun 2021. Salah satu daerah yang mengalami peningkatan kasus tersebut adalah Kota Indramayu. Perceraian yang terjadi memberikan dampak bagi remaja yang mengalaminya. Dampak tersebut dapat berpengaruh kepada kebahagiaan remaja setelah perceraian orang tua. Menurut Seligman (2002), kebahagiaan berasal dari identifikasi dan pengembangan kekuatan individu paling mendasar yang digunakan setiap hari. Kebahagiaan memiliki tiga aspek yaitu *positive emotion*, *engagement*, dan *meaning*. Selain itu, kebahagiaan juga dipengaruhi oleh faktor keadaan individu seperti faktor keadaan internal dan faktor keadaan eksternal. Jenis penelitian yang dilakukan adalah kualitatif dengan menggunakan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Teknik pengambilan data pada penelitian ini adalah snowball sampling dengan wawancara mendalam (*in-depth interview*) kepada empat subjek berusia 14-18 tahun yang mengalami perceraian orang tua lebih dari tiga tahun dan tinggal di Desa Tamansari. Subjek terdiri dari tiga perempuan dan satu laki-laki yang berada pada tingkat pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Hasil penelitian menunjukkan keempat subjek memiliki ketiga aspek kebahagiaan dalam dirinya dan memiliki faktor keadaan internal serta eksternal setelah orang tua bercerai.

Kata Kunci: Kebahagiaan, Perceraian, Remaja

ABSTRACT

Divorce cases in Indonesia increased in 2021. One area that has experienced an increase in these cases is Indramayu City. Divorce that occurs has an impact on adolescents who experience it. This impact can affect the happiness of adolescents after their parents' divorce. According to Seligman (2002), happiness comes from identifying and developing the essential individual strengths used daily. Happiness has three aspects: positive emotion, engagement, and meaning. In addition, happiness is also influenced by individual state factors such as internal state factors and external state factors. This qualitative research type uses the Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) method. The data collection technique in this study was snowball sampling with in-depth interviews with four participants aged 14-18 years who had experienced parental divorce for more than three years and lived in Tamansari Village. Participants comprised three women and one man at the Vocational High School (SMK) level of education. The results showed that the four subjects had all three aspects of happiness within themselves and had internal and external factors after their parents divorced.

Keywords: Happiness, Divorce, Adolescence

1. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Kasus perceraian di Indonesia dapat dikatakan tinggi karena banyaknya kasus yang terjadi. Berdasarkan laporan Statistik Indonesia, kasus perceraian tahun 2021 meningkat 53% dari tahun 2020. Perceraian merupakan perpisahan yang legal antara sepasang suami istri sebelum kematian salah satu pasangan (Dewi & Utami, 2015). Kasus perceraian pada tahun 2020 yang terjadi di Indonesia sebanyak 291.677 kasus sedangkan kasus perceraian tahun 2021 mengalami peningkatan sebanyak 447.743 kasus (Annur, 2022). Daerah Indonesia yang menduduki peringkat satu dengan memiliki kasus perceraian terbanyak pada tahun 2021 adalah Jawa Barat

dengan jumlah kasus sebanyak 98.088 (BPS, 2022). Dari data yang sudah dilampirkan, salah satu daerah di Jawa Barat yang memiliki kasus perceraian terbanyak yaitu Indramayu (Wawad, 2022). Menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat (2022), perceraian yang terjadi di wilayah Indramayu pada tahun 2020 sebanyak 7.781 kasus. Jumlah tersebut mengalami peningkatan sebanyak 245 kasus di tahun 2021 dengan total sebanyak 8.026 kasus perceraian (Handayani & Saubani, 2022).

Perceraian adalah berakhirnya hubungan suami istri yang diputuskan oleh hukum atau agama karena suatu alasan seperti sudah tidak ada ketertarikan dan kepercayaan sehingga mengakibatkan ketidakharmonisan rumah tangga (Untari, 2018). Perceraian yang terjadi di dalam keluarga dapat disebabkan karena beberapa faktor. Menurut Matondang (2014), faktor yang dapat menyebabkan perceraian yaitu: (a) faktor usia muda, (b) faktor ekonomi, (c) faktor keturunan, dan (d) faktor berperilaku kasar. Diketahui terdapat dampak dapat dirasakan oleh remaja yang mengalami perceraian orang tua. Menurut Morin (2019), dampak perceraian yang dirasakan oleh remaja berusia kurang dari 11 tahun yaitu anak cenderung mengalami kesulitan untuk memahami alasan harus berpisah tempat tinggal dan dapat menyalahkan diri sendiri terhadap perceraian yang terjadi. Selain itu, dampak perceraian orang tua pada remaja diatas 11 tahun yaitu ia cenderung akan merasa marah saat mengetahui kabar perceraian dan menyalahkan orang tuanya. Namun, apabila perceraian yang terjadi mengurangi perdebatan orang tua biasanya remaja akan merasa lega terhadap kabar perceraian tersebut (Morin, 2019).

Peneliti telah melakukan komunikasi personal dengan tiga remaja di Desa Tamansari terkait dampak perceraian orang tua yang dialami oleh remaja. Dari hasil komunikasi personal tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat dua remaja merasakan emosi negatif terhadap perceraian orang tua yang terjadi yaitu perasaan sedih dan kecewa saat mendengar kabar perceraian; sedangkan satu remaja merasakan emosi positif terhadap perceraian orang tua yaitu perasaan senang saat orang tua bercerai karena tidak akan mendengar perdebatan yang terjadi. Hal ini sesuai dengan penjelasan yang diberikan oleh Morin (2019) terkait dampak perceraian orang tua pada remaja yang mempengaruhi kebahagiaan dalam hidupnya.

Kebahagiaan adalah perasaan emosi yang dimiliki oleh setiap individu. Seligman (2002) mengembangkan teori *Authentic Happiness* dalam menggambarkan kebahagiaan, yaitu emosi positif yang muncul dari kekuatan dan kebaikan yang dilatih. Seligman (2002) juga menjelaskan terdapat tiga aspek kebahagiaan dan faktor keadaan individu yang dapat meningkatkan kebahagiaan dalam hidup. Aspek kebahagiaan tersebut yaitu (a) *positive emotion*, (b) *engagement*, dan (c) *meaning*. Pada faktor keadaan, terdapat dua keadaan yang mempengaruhi kebahagiaan individu yaitu *internal circumstances* (faktor internal individu) dan *external circumstances* (faktor eksternal individu). Menurut Sativa dan Helmi (2013), kebahagiaan remaja adalah keadaan remaja saat memiliki tujuan hidup, menerima dirinya, dan memiliki hubungan sosial yang baik. Sumber kebahagiaan pada remaja yang mengalami perceraian orang tua adalah relasi dengan teman, kedekatan dengan anggota keluarga, dan kebebasan (Rayani, 2018).

Sesuai dengan komunikasi personal yang sudah dilakukan pada tiga remaja di Desa Tamansari, dapat disimpulkan bahwa terdapat kondisi yang berbeda dari remaja dalam memaknai kebahagiaan setelah perceraian orang tua. Perceraian yang terjadi dapat berpengaruh pada kehidupan remaja. Selain itu, kebahagiaan remaja di Desa Tamansari setelah perceraian orang tua terjadi memberikan gambaran yang berbeda dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu,

penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran lebih mendalam tentang kebahagiaan pada remaja yang mengalami perceraian orang tua di Desa Tamansari.

Rumusan Masalah

Untuk melihat bagaimana gambaran kebahagiaan pada remaja yang mengalami perceraian orang tua di Desa Tamansari Indramayu.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) dengan berfokus kepada fenomena yang dialami subjek. Karakteristik subjek pada penelitian ini adalah remaja yang berusia 14-20 tahun. Selain itu, remaja yang mengalami perceraian orang tua dengan minimal tiga tahun perceraian dan tinggal di Desa Tamansari Indramayu. Subjek pada penelitian ini berjumlah empat remaja dengan jumlah tiga perempuan dan satu laki-laki. Proses pengambilan data dilakukan secara *offline* di Indramayu dan *online* dengan menggunakan *platform Zoom* serta *Google Meet* sejak November sampai Desember 2022. Sebelum wawancara, peneliti sudah menghubungi subjek dan menjelaskan tujuan penelitian serta *informed consent*. Pada proses analisis data, peneliti melakukan verbatim dengan hasil wawancara subjek dan melakukan tahapan analisis menggunakan teknik IPA. Pada bagian pedoman wawancara, peneliti menggunakan teori *authentic happiness* yang berasal dari Seligman (2002). Contoh pertanyaan yang peneliti ajukan dalam wawancara yaitu “Apakah perceraian orang tua yang terjadi mempengaruhi perasaan kamu?” dan “Menurut kamu, apakah kamu sudah berdamai dengan masa lalu yang pernah terjadi?”.

Tabel 1. Data Demografi Gambaran Subyek Penelitian

Keterangan	Subjek NA	Subjek BN	Subjek SA	Subjek AP
Nama (Inisial)	NA	BN	SA	AP
Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan	Laki-laki	Perempuan
Usia Saat Ini	16 Tahun	18 Tahun	14 Tahun	15 Tahun
Anak ke-... dari ... saudara	1 dari 2	1 dari 2	3 dari 3	1 dari 1
Pekerjaan	Siswi Kelas 11	Siswi Kelas 12	Siswa Kelas 10	Siswi Kelas 10
Tempat Tinggal	Bersama Nenek dan Ayah	Bersama Ayah	Bersama Nenek dan Saudara Kandung	Bersama Ayah
Status Orang Tua	Bercerai	Bercerai	Ibu Menikah & Ayah Menikah	Ibu Menikah & Ayah Bercerai
Lama Perceraian	6 Tahun	7 Tahun	6 Tahun	5 Tahun
Mengetahui Alasan Perceraian	Mengetahui	Mengetahui	Tidak Mengetahui	Mengetahui

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesuai dengan hasil data wawancara, peneliti mendapatkan hasil yang beragam dari subjek terkait kebahagiaan yang dirasakan setelah perceraian orang tua. Pada hasil penelitian, peneliti

berfokus pada aspek dan faktor kebahagiaan remaja setelah orang tua bercerai berdasarkan teori yang digunakan yaitu Seligman (2002).

Aspek kebahagiaan

Dari empat subjek penelitian, peneliti menanyakan terkait aspek-aspek kebahagiaan dalam diri individu setelah perceraian orang tua terjadi. Aspek tersebut seperti merasakan emosi positif, menggunakan kebaikannya dalam memenuhi keinginan, dan mencapai tujuan hidup yang dimiliki dengan menggunakan kebaikan serta perasaan menyenangkan. Berdasarkan jawaban subjek, dapat disimpulkan mereka merasakan emosi positif setelah perceraian orang tua terjadi seperti perasaan senang karena tidak melihat perdebatan yang terjadi dalam orang tua. Selain itu, mereka juga memilih jurusan sekolah dan sekolah sesuai dengan minatnya serta memiliki keinginan bekerja setelah lulus nanti.

“Iyaa terus senengnya juga karena kan gaada ribut-ribut lagi jadi kaya akunya ga harus melihat ibu sama ayah ribut gitu terus senengnya sih karena itu...; Iyaa... aku yang pengen... Alasannya karena suka ngedit-ngedit suka ngotak ngatik komputer juga *editing*; Kaya masih bingung tapi pengennya mah kerja... Pabrik sini tapi pengennya kaya pernah mikir pengen ke Jepang juga gitu.” (BN, 18 Tahun)

Faktor keadaan internal kebahagiaan

Pada faktor keadaan internal, Seligman (2002) menjelaskan keadaan yang dapat mempengaruhi kebahagiaan adalah (a) *satisfaction about the past*, memiliki perasaan positif yang terkait dengan masa lalu seperti kepuasan dan ketenangan; (b) *optimism about the future*, memiliki perasaan positif terkait dengan masa depan seperti optimis, harapan, serta kepercayaan hidup; dan (c) *happiness in the present*, memiliki perasaan bahagia dalam diri individu yang mencakup dua hal yaitu kesenangan dan kepuasan.

Berdasarkan hasil wawancara, keempat subjek telah memiliki keadaan internal dalam hidupnya setelah perceraian orang tua terjadi. Subjek menjelaskan sudah berdamai dengan masa lalu yang pernah terjadi yaitu perceraian orang tua dan memiliki perasaan optimis terhadap masa depan seperti keinginan untuk bekerja atau berkuliah. Selain itu, subjek juga memiliki perasaan senang pada kehidupan yang sedang dijalannya seperti memiliki prestasi saat bersekolah.

“Udah damai dulu juga jadi nyantai aja; Udah ada... Yaa nanti abis lulus pengennya ke Jepang kuliah sambil kerjanya tuh disana; Kalo lomba aku pernah ikut lomba tari terus aku juga dapet nilai bagus paling gede di produktif sih... di mata pelajaran kimia” (NA, 16 Tahun).

Faktor keadaan eksternal kebahagiaan

Seligman (2002) juga menjelaskan faktor keadaan eksternal yang dapat mempengaruhi kebahagiaan individu seperti memiliki hubungan sosial dengan lingkungan sekitar dan menghindari hal-hal negatif dalam kehidupannya. Berdasarkan hasil wawancara, ketiga subjek memiliki faktor eksternal yang berasal dari kegiatan sehari-hari dan lingkungan seperti bermain bersama teman serta berjualan sedangkan satu subjek memiliki faktor eksternal dengan menghindari hal-hal negatif yang berasal dari lingkungan sekitar.

“Dulu mah kaya game tapi sekarang kan ga ada jadi ngehibur diri sendiri aja kaya *nge-store*; Oh ini akunya jadi kaya bukan pengen narik sih cuma kaya aku agak benci dari keluarganya ibu gitu” (AP, 15 Tahun).

Gambaran kebahagiaan individu

Selain aspek dan faktor, kebahagiaan individu dapat digambarkan dengan memiliki tiga komponen dalam kehidupannya. Menurut Harmaini dan Yulianti (2014), komponen yang perlu dimiliki oleh individu untuk merasa bahagia yaitu (a) relasi yang berhubungan dengan orang tua, keluarga, dan teman sebaya; (b) personal afektif yang berhubungan dengan lawan jenis, mendapatkan kasih sayang, serta hobi; dan (c) prestasi yang berhubungan dengan hasil yang memuaskan serta dapat menyelesaikan tugas dengan baik.

Sesuai dengan hasil wawancara, keempat subjek memiliki ketiga komponen setelah perceraian orang tua terjadi. Subjek tetap berhubungan baik dengan orang tuanya walaupun tidak tinggal di tempat yang sama dan berkomunikasi rutin dengan keluarga. Selain itu, subjek sedang menjalani hubungan dengan lawan jenis setelah orang tua bercerai. Hal ini menunjukkan perceraian yang terjadi tidak menghalanginya untuk mendapatkan kasih sayang dari orang lain. Subjek juga mendapatkan berprestasi dalam sekolahnya seperti mendapatkan peringkat tiga di kelas. Hal ini menunjukkan adanya prestasi yang didapat dengan menyelesaikan tugas yang diberikan.

“Menurut aku... Kayanya aku emang paling dekat sama ayah gitu jadi ya *fine-fine* ajah sama ayah *fine-fine* aja; Adaa yang lagi dekat hehehe... yaa jalanin dulu aja gitu; aku seneng kemarin sama *rangking* aku... walaupun *rangking* tiga tapi Alhamdulillah” (BN, 18 Tahun).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan keempat subjek memiliki aspek kebahagiaan dalam hidupnya. Pada aspek kebahagiaan *positive emotion*, keempat subjek merasakan perasaan senang dan gembira dengan melakukan hal yang berbeda-beda. Subjek NA dan BN merasa bahagia setelah perceraian orang tua terjadi dikarenakan tidak lagi melihat pertengkaran yang terjadi sedangkan subjek SA dan AP merasa senang setelah perceraian orang tua karena bermain bersama teman-teman. Pada aspek kebahagiaan *engagement*, keempat subjek terlibat aktif dalam memilih pilihan hidup sesuai dengan keinginannya. Hal ini dibuktikan dari keempat subjek yang memilih jurusan sesuai dengan minat dirinya. Pada aspek kebahagiaan *meaning*, keempat subjek memiliki tujuan hidup setelah perceraian orang tua terjadi. Subjek NA, BN, dan AP memiliki keinginan setelah lulus sekolah yaitu bekerja di luar negeri sedangkan subjek SA memiliki keinginan untuk menjadi pemain mobile legend setelah lulus sekolah.

Keempat subjek juga memiliki faktor-faktor kebahagiaan setelah perceraian orang tua terjadi baik secara internal maupun eksternal. Faktor internal tersebut seperti berdamai dengan masa lalu, memiliki perasaan optimis pada masa depan, dan senang di masa sekarang. Selain itu, faktor eksternal keempat subjek adalah memiliki hubungan sosial dengan lingkungan sekitar dan menghindari dari hal-hal negatif dalam dirinya. Subjek NA, SA, dan AP tetap berhubungan sosial dengan teman-temannya setelah perceraian orang tua terjadi sedangkan subjek BN memilih untuk menghindari hal-hal negatif dalam dirinya yang berasal dari keluarga ibunya.

Pada penelitian ini, simpulan yang didapat yaitu keempat subjek memenuhi ketiga aspek kebahagiaan sesuai dengan teori Seligman (2002). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hafiza dan Mawarpury (2018) yaitu remaja yang mengalami perceraian orang tua dapat memenuhi ketiga aspek kebahagiaan yaitu *positive emotion*, *engagement*, dan *meaning*. Menurut Morin (2019), respon remaja saat mengalami perceraian orang tua cenderung merasa marah dan kecewa terhadap keputusan tersebut. Selain itu, hasil penelitian Legg (2020) menjelaskan bahwa remaja cenderung marah kepada orang tua saat mendengar kabar perceraian dan dapat berpengaruh pada kebahagiaan emosional. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara

dengan subjek SA dan AP yaitu mereka merasakan perasaan sedih dan kecewa saat mendengar orang tuanya bercerai. Sedangkan, pada subjek NA dan BN memberikan respon yang berbeda yaitu mereka merasakan perasaan senang saat perceraian orang tua terjadi karena tidak akan melihat kembali perdebatan pada orang tuanya. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Coleman (2017) yang menjelaskan apabila orang tua memiliki banyak konflik perdebatan maka remaja akan merasa keputusan perceraian adalah pilihan yang tepat

Peneliti memiliki keterbatasan saat melakukan penelitian ini. Adapun keterbatasan tersebut adalah jumlah subjek yang diwawancarai. Keterbatasan lainnya adalah jarak yang cukup jauh untuk melakukan penelitian secara *offline* antara peneliti dengan seluruh subjek yang tersedia dan apabila wawancara dilakukan secara *online* tidak semua subjek memahami penggunaan *platform* seperti *zoom* dan *google meet*. Selain itu, peneliti juga memiliki keterbatasan pada pembahasan yang diajukan kepada subjek karena beberapa kurang memahami apa yang ditanyakan.

Saran Teoretis

Saran untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan keterbatasan adalah dapat melihat gambaran kebahagiaan pada remaja yang mengalami perceraian orang tua menggunakan karakteristik tertentu seperti pada remaja perempuan atau remaja laki-laki. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan partisipan remaja yang tinggal di kota ataupun daerah lain untuk melihat adanya perbedaan. Penelitian selanjutnya juga dapat mengaitkan faktor lain yang berhubungan dengan kebahagiaan seperti resiliensi atau penerimaan diri pada remaja yang mengalami perceraian orang tua

Saran Praktis

Partisipan penelitian diharapkan dapat mempertahankan aspek kebahagiaan yang telah dimiliki dengan cara mempertahankan relasi dengan lingkungan sekitar dan berusaha untuk menggapai keinginan yang dimilikinya. Partisipan penelitian juga diharapkan dapat membantu remaja lain yang mengalami hal serupa yaitu perceraian orang tua. Selain itu, partisipan penelitian diharapkan dapat mengimplementasikan konsep kebahagiaan ke dalam hidupnya. Saran yang dapat diberikan yaitu orang tua dapat lebih memperhatikan dan mendampingi kehidupan yang dijalani oleh remaja setelah berpisah. Selain itu, orang tua diharapkan untuk tetap berhubungan dan berkomunikasi dengan baik pada remaja atau pasangan yang sudah berpisah. Orang tua juga dapat membantu remaja dalam mempertahankan aspek kebahagiaan dan meningkatkan kebahagiaan dalam hidupnya. Saran yang dapat diberikan untuk pembaca yaitu diharapkan dapat membantu memberikan semangat dan dukungan kepada remaja yang mengalami perceraian orang tua dalam meningkatkan kebahagiaan. Selain itu, pembaca diharapkan tidak memiliki pandangan buruk kepada remaja yang orang tuanya bercerai. Pembaca juga diharapkan dapat memahami konsep kebahagiaan dalam kehidupan

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih diberikan kepada keempat subjek penelitian yang telah mengizinkan untuk diwawancarai terkait topik penelitian. Selain itu, terima kasih diberikan juga kepada Ibu Debora Basaria selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan selama penelitian dilakukan. Terima kasih kepada keluarga dan teman-teman yang turut membantu peneliti menyelesaikan penelitian ini.

REFERENSI

- Annur, C. M. (2022, 28 Februari). Kasus perceraian meningkat 53%, mayoritas karena pertengkaran. *Databoks*. [https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/02/28/kasus-perceraian-meningkat-53-mayoritas-karena-pertengkaran#:~:text=Angka%20Perceraian%20di%20Indonesia%20\(2017%2D2021\)&text=Menurut%20laporan%20Statistik%20Indonesia%2C%20jumlah,banyak%20menggugat%20cerai%20ketimbang%20suami](https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/02/28/kasus-perceraian-meningkat-53-mayoritas-karena-pertengkaran#:~:text=Angka%20Perceraian%20di%20Indonesia%20(2017%2D2021)&text=Menurut%20laporan%20Statistik%20Indonesia%2C%20jumlah,banyak%20menggugat%20cerai%20ketimbang%20suami).
- Badan Pusat Statistik. (2022, Juli 8). Nikah dan cerai menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Barat 2021. *Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat*. <https://jabar.bps.go.id/statictable/2022/07/08/629/nikah-dan-cerai-menurut-kabupaten-kota-di-provinsi-jawa-barat-2021.html>
- Coleman, P. A. (2017, November 17). The age when children are most traumatized by a divorce. *Fatherly*. <https://www.fatherly.com/parenting/age-children-traumatized-divorce/amp>
- Dewi, P. S. & Utami, M. S. (2015). Subjective well-being anak dari orang tua yang bercerai. *Jurnal Psikologi*, 35(2), 194-212
- Hafiza, S. & Mawarpury, M. (2018). Pemaknaan kebahagiaan oleh remaja broken home. *PSYMPHATIC: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 59-66
- Handayani, L. S. & Saubani, A. (2022, 5 Januari). Angka kasus perceraian di Indramayu meningkat pada tahun 2021. *Repjabar*. <https://repjabar.republika.co.id/berita/r58c0u409/angka-kasus-perceraian-di-indramayu-meningkat-pada-2021#:~:text=Berdasarkan%20data%20dari%20Pengadilan%20Agama,2020%20yang%20mencapai%207.781%20perkara>
- Harmaini, & Yulianti, A. (2014). Peristiwa-peristiwa yang membuat bahagia. *Psychomatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 109-119.
- Legg, T. J. (2020, November 30). What's the hardest age for children to see their parents split?. *Healthline*. <https://www.healthline.com/health/childrens-health/worst-age-for-divorce-for-children>
- Matondang, A. (2014). Faktor-faktor yang mengakibatkan perceraian di Desa Harapan Kecamatan Tanah Pinem Kabupaten dairi. *Jurnal Ilmu Pemerintahan dan Ilmu Politik*, 2(2), 141-150.
- Morin, A. (2021, 21 Februari). The psychological effects of divorce on children. *Verywellfamily*. <https://www.verywellfamily.com/psychological-effects-of-divorce-on-kids-4140170>
- Rayani, D. (2018). Kebahagiaan anak dengan orang tua yang bercerai. *Jurnal Visionary*, 10(1), 32-39.
- Sativa, A. R. & Helmi, A. F. (2013). Syukur dan harga diri dengan kebahagiaan remaja. *Jurnal Wacana*, 2(5).
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. The Free Press.
- Untari, I., Putri, K. P. D., & Hafiduddin, M. (2018). Dampak perceraian orang tua terhadap kesehatan psikologis remaja. *PROFESI (Professional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 15(2), 99-106