

---

## Intervensi Psikologis pada Remaja Pasca Konflik Orang Tua dan Perceraian

---

Lintang Kartika Nur Afifah<sup>1</sup>, Asyadu Rahman<sup>2</sup>, Nadhin Putri Effendi<sup>3</sup>

Prodi Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Jl. Laksada Adisucipto Yogyakarta, Indonesia

\* Corresponding author: [22107010111@student.uin-suka.ac.id](mailto:22107010111@student.uin-suka.ac.id)<sup>1</sup>, [22107010119@student.uin-suka.ac.id](mailto:22107010119@student.uin-suka.ac.id)<sup>2</sup>, [22107010126@student.uin-suka.ac.id](mailto:22107010126@student.uin-suka.ac.id)<sup>3</sup>

---

### Abstrak

---

Perceraian orang tua merupakan salah satu peristiwa yang dapat berdampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Konflik keluarga yang terjadi sebelum, selama, atau setelah perceraian dapat memicu berbagai gangguan emosional seperti stres, kecemasan, depresi, hingga penurunan harga diri. Artikel ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika intervensi psikologis pada remaja pasca konflik perceraian orang tua. Beberapa pendekatan intervensi yang dikaji meliputi terapi berbasis rasa syukur (Gratitude Cognitive Behavioral Therapy), terapi filial, terapi pemaafan (Forgiveness Therapy), dan pelatihan mindfulness. Hasil kajian menunjukkan bahwa pendekatan-pendekatan tersebut mampu meningkatkan resiliensi, regulasi emosi, dan kesejahteraan subjektif remaja. Artikel ini memberikan rekomendasi untuk implementasi program intervensi yang komprehensif, termasuk keterlibatan konselor, dukungan komunitas, serta pendidikan kepada orang tua terkait strategi co-parenting. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menjadi panduan praktis dalam mendukung pemulihan psikologis remaja yang terdampak konflik keluarga.

**Kata Kunci:** Remaja, konflik keluarga, perceraian, intervensi psikologis

### Pendahuluan

Perceraian orang tua merupakan fenomena sosial yang terus trend di berbagai negara, termasuk Indonesia yang mengkhawatirkan dalam beberapa dekade terakhir. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS 2024) menunjukkan bahwa jumlah perceraian di Indonesia mencapai lebih dari 447.000 kasus per tahun, dengan sebagian besar disebabkan oleh perselisihan dan pertengkaran yang menjadi salah satu penyebab utama terganggunya stabilitas keluarga, yang berdampak langsung pada anak-anak dan remaja (Savitri & Listiyandini, 2017). Pada 2022, laporan dari Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (DP3A) mengungkapkan bahwa lebih dari separuh kasus perceraian di Indonesia melibatkan keluarga dengan anak di bawah usia 18 tahun, menunjukkan dampak dalam skala besar yang dapat dirasakan oleh generasi muda.

Meningkatnya angka perceraian ini tidak terlepas dari berbagai faktor kompleks yang melatarbelakanginya. Transformasi sosial yang terjadi di masyarakat modern turut mengubah pandangan terhadap institusi pernikahan, di mana perceraian tidak lagi dianggap sebagai sesuatu yang tabu namun menjadi pilihan untuk menyelesaikan konflik rumah tangga yang berkepanjangan (Schulz & Siuda, 2020). Namun, keputusan untuk bercerai ini seringkali tidak mempertimbangkan secara mendalam dampak psikologis jangka panjang yang akan dialami oleh anak-anak, khususnya remaja yang berada dalam fase kritis perkembangan identitas dan emosional mereka.

Silakan kutip artikel ini sebagai: Afifah, L. K. N., Rahman, A., & Effendi, N. P. (2025). Intervensi Psikologis pada Remaja Pasca Konflik Orang Tua dan Perceraian. *Jurnal Sosial Humaniora (JSH)*, 2(1), 50- 57. <https://doi.org/10.70214/6qn6db56>

Perceraian orang tua merupakan salah satu pengalaman hidup yang paling berpengaruh bagi remaja, terutama ketika perceraian tersebut disertai dengan konflik yang berkepanjangan. Dampak perceraian orang tua tidak hanya terbatas pada perubahan struktur keluarga, tetapi juga mempengaruhi kesejahteraan psikologis anak dan remaja. Penelitian Danarti (2018) menyoroti bahwa anak-anak dari keluarga yang bercerai memiliki risiko lebih tinggi terhadap stres, kecemasan, dan depresi dibandingkan dengan anak-anak dari keluarga utuh. Remaja berada pada tahap perkembangan di mana mereka membutuhkan kestabilan emosional dan dukungan dari keluarga, sehingga perubahan besar dalam struktur keluarga dapat mengganggu proses adaptasi remaja.

Penelitian menunjukkan bahwa konflik dalam keluarga yang terjadi sebelum, selama, atau setelah perceraian berkontribusi pada peningkatan risiko masalah kesehatan mental pada remaja. Hal ini didukung oleh temuan (Dianovinina et al., 2023), yang menemukan bahwa peristiwa perceraian memicu gejala depresi dan ketidakstabilan emosional pada remaja, terutama jika mereka tidak mendapatkan dukungan emosional yang memadai dari lingkungan sekitarnya.

Fakta lain yang mengkhawatirkan adalah bahwa dampak perceraian sering kali tidak hanya bersifat jangka pendek tetapi juga memiliki konsekuensi jangka panjang pada perkembangan remaja. (Azizah, 2017) mencatat bahwa perceraian dapat menyebabkan penurunan harga diri pada remaja, yang kemudian mempengaruhi kemampuan mereka untuk menjalin hubungan sosial yang sehat. Hal ini berpotensi memunculkan perilaku negatif, seperti pemberontakan, penyalahgunaan zat, hingga isolasi sosial.

Namun, tidak semua remaja bereaksi terhadap perceraian dengan cara yang sama. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa resiliensi menjadi salah satu faktor kunci yang membantu anak dan remaja mengelola dampak psikologis akibat perceraian orang tua. (Hermansyah et al., 2020) menegaskan bahwa resiliensi memungkinkan remaja untuk tetap bertahan dan beradaptasi di tengah tekanan emosional yang berat. Mereka menemukan bahwa remaja dengan tingkat resiliensi yang baik mampu menghadapi konflik keluarga dengan lebih baik, mengurangi kemungkinan mengalami gangguan psikologis serius. Ramadhani (2025) juga menyatakan bahwa resiliensi menjadi faktor penentu dalam cara remaja mengatasi tantangan emosional dan sosial yang muncul akibat perceraian. Namun, kemampuan ini sering kali tidak berkembang secara alami sehingga memerlukan intervensi psikologis yang tepat.

Berbagai pendekatan telah dikembangkan untuk mengatasi dampak psikologis akibat perceraian. *Gratitude Cognitive Behavior Therapy* (CBT), seperti yang dijelaskan oleh (Sari, 2022), menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan self-esteem remaja dengan cara membantu mereka fokus pada hal-hal positif dalam hidup. Demikian pula, pelatihan zikir yang diuraikan oleh Golshiri (2023) mampu memberikan ketenangan batin bagi remaja, meningkatkan kesejahteraan subjektif mereka di tengah gejolak emosional. Pendekatan lainnya, seperti forgiveness therapy (Aristawati et al., n.d.) dan psikodrama (Ratmilia Cahyani & Siti Suminarti Fasikhah, 2024) juga terbukti efektif dalam membantu remaja mengatasi perasaan negatif terhadap orang tua mereka yang bercerai.

Dengan meningkatnya angka perceraian dan kompleksitas dampaknya terhadap perkembangan yang luas pada anak-anak dan remaja, diperlukan eksplorasi mendalam mengenai dinamika intervensi psikologis yang efektif dan kontekstual. Kajian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman komprehensif mengenai pendekatan-pendekatan intervensi yang mampu mendukung adaptasi psikologis remaja setelah konflik perceraian orang tua, sekaligus menjadi rujukan bagi praktisi dan lembaga pendidikan dalam merancang program pemulihan psikologis yang berkelanjutan.

## **Metode**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur (*library research*). Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menelaah secara mendalam berbagai hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan intervensi psikologis pada remaja pasca konflik perceraian orang tua. Melalui analisis literatur, penelitian ini berfokus pada pengumpulan, penelaahan, dan sintesis data yang bersumber dari berbagai publikasi ilmiah, seperti jurnal nasional dan internasional, buku akademik, serta hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan tema penelitian.

Pengumpulan data dilakukan dengan menyeleksi literatur yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu penelitian yang membahas dampak psikologis perceraian terhadap remaja, bentuk intervensi psikologis yang digunakan, serta efektivitas dari terapi atau pendekatan intervensi tersebut. Seluruh data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis isi tematik (*thematic content analysis*). Langkah analisis meliputi identifikasi tema-tema utama, seperti dinamika emosional remaja, bentuk intervensi yang diterapkan, dan hasil yang dicapai dari masing-masing pendekatan. Hasil analisis tersebut kemudian disintesis untuk menghasilkan pemahaman yang komprehensif mengenai efektivitas intervensi psikologis dalam meningkatkan kesejahteraan remaja pasca perceraian orang tua.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Intervensi Psikologis & Dinamika intervensi psikologis remaja pasca konflik orang tua bercerai**

Intervensi psikologis merupakan suatu upaya sistematis yang bertujuan untuk membantu individu atau kelompok dalam mengatasi permasalahan psikologis yang mereka alami (Ningrum, 2013). Tujuan utama dari intervensi ini adalah untuk meningkatkan kesejahteraan mental, mengurangi gejala stres atau gangguan psikologis, serta meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan kehidupan. Pendekatan dalam intervensi psikologis mencakup berbagai metode, seperti terapi individu maupun kelompok, serta asesmen psikologis yang mendalam. Konsep utama dari intervensi psikologis meliputi pengembangan strategi yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik individu, penerapan teknik berbasis bukti, serta fokus pada hubungan terapeutik yang suportif (Maulana et al., 2023). Remaja yang mengalami konflik akibat perceraian orang tua sering kali menghadapi tantangan emosional dan psikososial yang signifikan.

Dalam konteks ini, dinamika intervensi psikologis mencakup beberapa aspek penting. Pertama, intervensi berfokus pada pemulihan emosi, digunakan untuk membantu remaja

mengidentifikasi, menerima, dan mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang sehat (Hidayah et al., 2023). Kedua, intervensi bertujuan memperkuat resiliensi remaja melalui pengembangan strategi coping yang positif dan peningkatan rasa percaya diri (Azzahra, 2017). Ketiga, pencegahan konflik internal menjadi elemen penting, terutama dalam membantu remaja mengelola perasaan terjebak antara kedua orang tua atau ketidakpastian peran mereka dalam struktur keluarga yang baru (Kusumaputra, 2021). Selain itu, fasilitasi komunikasi antara remaja dan kedua orang tua juga dilakukan untuk mengurangi ketegangan serta memperbaiki hubungan keluarga. Dalam praktiknya, pendekatan multidisiplin sering diterapkan dengan melibatkan psikolog, konselor sekolah, dan pekerja sosial untuk mendukung kebutuhan psikososial remaja secara komprehensif (Laurenzi et al., 2021). Pendekatan ini memerlukan sensitivitas tinggi terhadap latar belakang budaya, konteks keluarga, serta tahapan perkembangan remaja agar hasil yang dicapai optimal.

### **Dampak Konflik Orang Tua yang Bercerai Pada Remaja**

Dampak perceraian terhadap remaja terlihat pada berbagai aspek, mulai dari psikologis, sosial, hingga akademik. Secara psikologis, remaja sering menunjukkan gejala kehilangan, kesedihan, kemarahan, dan rasa bersalah atas perpisahan orang tuanya (Siregar et al., 2024). Kondisi ini menyebabkan mereka sulit berkonsentrasi dan berisiko mengalami gangguan mental jangka panjang. Penurunan self-acceptance dan kepercayaan diri juga sering muncul karena remaja merasa tidak berharga dan menilai dirinya sebagai penyebab konflik keluarga (Wang et al., 2020). Secara sosial, mereka kerap mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan dengan teman sebaya karena rasa malu, tidak percaya diri, dan ketakutan terhadap penolakan sosial (Siregar et al., 2024). Dampak lain yang tidak kalah serius adalah penurunan prestasi akademik dan munculnya perilaku menyimpang akibat stres emosional yang tidak terkelola (Santoso et al., 2023).

Trauma perceraian juga berdampak pada pandangan remaja terhadap hubungan dan pernikahan di masa depan. Triyani (2020) mengemukakan bahwa individu dewasa muda yang berasal dari keluarga bercerai cenderung memiliki pandangan negatif terhadap komitmen dan lebih berhati-hati dalam menjalin hubungan. Mereka juga mengalami kesulitan dalam mengelola emosi (Schaan et al., 2019) dan penurunan kesejahteraan subjektif (Sorek, 2019). Ketegangan emosional berkepanjangan dapat menyebabkan gangguan fisik seperti kelelahan, gangguan tidur, serta penurunan imunitas tubuh (Untari et al., 2018). Semua faktor ini memperlihatkan pentingnya intervensi psikologis yang terencana untuk membantu remaja pulih dari dampak emosional perceraian.

### **Pendekatan intervensi psikologis untuk remaja**

Dalam konteks ini, intervensi psikologis menjadi langkah penting untuk membantu remaja menata kembali keseimbangan emosional dan sosialnya. Menurut Fitria (2019), intervensi psikologis merupakan upaya sistematis yang dirancang untuk mengatasi tekanan emosional serta membangun kembali kemampuan adaptasi individu. Salah satu pendekatan yang terbukti efektif adalah *Gratitude Cognitive Behavioral Therapy (G-CBT)*. Pendekatan ini menekankan pada perubahan pola pikir negatif menjadi positif dengan menumbuhkan rasa syukur. (Sari, 2022) menunjukkan bahwa G-CBT dapat

meningkatkan harga diri dan kesejahteraan psikologis remaja korban perceraian melalui refleksi terhadap pengalaman positif dan penerimaan diri.

Selain G-CBT, Forgiveness Therapy juga menjadi pendekatan penting dalam membantu remaja melepaskan beban emosional akibat konflik orang tua (Aristawati et al., n.d.) menyatakan bahwa terapi ini mendorong individu untuk memahami, menerima, dan memaafkan pihak yang melukai. Proses pemaafan membantu menurunkan kemarahan dan meningkatkan kebahagiaan subjektif. Pendekatan lain seperti Terapi Filial yang dikembangkan oleh (Soemarmi et al., 2024) fokus pada memperkuat hubungan anak dan orang tua melalui kegiatan bermain yang penuh makna. Terapi ini memberi ruang bagi anak untuk mengekspresikan emosinya, sekaligus melatih orang tua agar lebih peka terhadap kebutuhan psikologis anak.

Selain terapi individu, pendekatan kelompok dan komunitas juga sangat penting. (Fauzia & Arieffiani, 2020) menjelaskan bahwa dukungan berbasis komunitas membantu remaja merasa tidak sendirian dan memperkuat keterikatan sosial. Program *support group* memungkinkan mereka berbagi pengalaman, saling memberi dukungan emosional, dan belajar dari individu lain dengan situasi serupa. Pendekatan berbasis sekolah seperti konseling kelompok dan kegiatan ekstrakurikuler juga memiliki peran signifikan dalam memperkuat hubungan interpersonal dan mengembangkan keterampilan sosial remaja.

Sementara itu, Psikodrama menjadi salah satu teknik yang efektif dalam konteks terapi kelompok. (Ratmilia Cahyani & Siti Suminarti Fasikhah, 2024) menyebutkan bahwa psikodrama membantu individu memahami diri dan emosinya melalui permainan peran, yang memicu proses katarsis atau pelepasan emosi negatif. Melalui kegiatan ini, remaja dapat menyalurkan perasaan marah, kecewa, atau takut secara aman dan konstruktif. Selain itu, pendekatan modern seperti pelatihan *mindfulness* juga mulai banyak diterapkan. Pelatihan ini membantu remaja mengelola stres dan kecemasan melalui kesadaran penuh terhadap pikiran dan emosi (Rahma et al., 2022). Teknik meditasi dan pernapasan dalam *mindfulness* mampu menenangkan pikiran serta meningkatkan fokus dan penerimaan diri.

Pendekatan berbasis keluarga juga tidak kalah penting. Triyani & Udin (2020) menekankan bahwa komunikasi yang positif antara orang tua pasca perceraian berperan besar dalam menjaga stabilitas emosional anak. Oleh karena itu, terapi keluarga sistemik perlu diterapkan untuk membantu setiap anggota memahami perannya dan membangun kembali pola komunikasi yang sehat. Pelatihan keterampilan pengasuhan bagi orang tua tunggal juga menjadi bagian penting dari intervensi, karena orang tua berperan langsung dalam menciptakan lingkungan yang aman, penuh kasih, dan stabil bagi anak (Suroso & Arsanti, 2023).

Di era digital, pemanfaatan teknologi dalam intervensi psikologis juga semakin berkembang. Platform *online counseling*, aplikasi kesehatan mental, dan program berbasis daring memungkinkan remaja untuk mendapatkan dukungan kapan saja, terutama mereka yang tinggal di daerah dengan keterbatasan akses psikolog. Teknologi tidak hanya meningkatkan efisiensi layanan, tetapi juga mempermudah remaja untuk berpartisipasi aktif dalam proses pemulihan.

Implementasi intervensi psikologis yang efektif memerlukan tahapan sistematis, mulai dari asesmen awal menggunakan alat ukur seperti *Depression Anxiety Stress Scale (DASS)* atau *Children's Impact of Event Scale (CRIES)* untuk mengetahui tingkat stres dan trauma remaja (Aulia & Panjaitan, 2019). Setelah itu dilakukan perencanaan program yang mencakup psikoedukasi, pelatihan regulasi emosi, terapi individu berbasis CBT, serta pelatihan mindfulness. Intervensi semacam ini akan lebih optimal apabila dilakukan dengan dukungan tenaga profesional seperti psikolog, konselor sekolah, dan pekerja sosial yang memahami konteks sosial-budaya remaja.

Secara keseluruhan, hasil kajian menunjukkan bahwa pendekatan intervensi psikologis harus bersifat komprehensif dan berkelanjutan, mencakup aspek individu, keluarga, sekolah, dan komunitas. Dengan penerapan berbagai bentuk terapi seperti G-CBT, Forgiveness Therapy, Terapi Filial, Psikodrama, serta dukungan komunitas, remaja diharapkan mampu mengembangkan resiliensi, mengelola emosi secara adaptif, dan membangun kesejahteraan psikologis yang lebih baik pasca perceraian orang tua. Penelitian lanjutan perlu dilakukan untuk menilai efektivitas setiap intervensi secara empiris, sehingga dapat dijadikan dasar dalam pengembangan program intervensi psikologis yang sesuai dengan kebutuhan remaja Indonesia.

### **Kesimpulan**

Perceraian orang tua merupakan fenomena sosial yang memiliki dampak signifikan terhadap anak-anak dan remaja, baik dalam jangka pendek maupun panjang. Data dari DP3A (2022) dan penelitian lainnya menunjukkan bahwa perceraian tidak hanya mempengaruhi stabilitas keluarga tetapi juga berdampak pada kesejahteraan psikologis remaja, termasuk peningkatan risiko stres, kecemasan, dan depresi. Di tengah tantangan ini, kemampuan resiliensi remaja menjadi kunci untuk bertahan dan beradaptasi, meskipun seringkali memerlukan intervensi psikologis untuk dikembangkan. Pendekatan seperti *Gratitude Cognitive Behavior Therapy*, pelatihan zikir, *Mindfulness*, *forgiveness therapy*, dan psikodrama terbukti efektif dalam membantu remaja mengatasi dampak emosional perceraian. Dengan meningkatnya angka perceraian, perhatian yang lebih besar terhadap intervensi berbasis bukti, baik melalui pendekatan psikologis maupun dukungan institusional, sangat diperlukan.

Pendekatan intervensi yang melibatkan berbagai pihak, termasuk orang tua, tenaga ahli, dan lingkungan sosial remaja, sangat diperlukan untuk menciptakan perubahan yang berkelanjutan. Dengan implementasi yang tepat, intervensi ini tidak hanya mampu mengurangi dampak negatif konflik keluarga, tetapi juga mendukung remaja dalam menghadapi tantangan kehidupan dengan lebih percaya diri.

Penelitian dan pengembangan lebih lanjut mengenai program intervensi psikologis untuk remaja pasca konflik orang tua bercerai sangat penting dilakukan agar dapat memastikan bahwa program yang dilakukan dapat disesuaikan dengan kebutuhan individu serta mempertimbangkan konteks budaya dan sosial yang ada. Dukungan semua pihak akan menjadi kunci dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja dan membantu mereka menjalani transisi kehidupan keluarga dengan lebih baik.

## Referensi

- Aristawati, A. R., Putri, A., & Pratikto, H. (n.d.). Forgiveness Therapy untuk Meningkatkan Self Acceptance dan Happiness pada Korban Orangtua Bercerai. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 7(1 SE-Articles), 16–33. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v7i1.5396>
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. <https://doi.org/10.26714/Jkj.7.2.2019.127-134>
- Azizah, R. N. (2017). Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Perkembangan psikologis Anak. *Al-Ibrah : Jurnal Pendidikan Dan Keilmuan Islam*, 2(2 SE-Articles), 152–172. <https://ejournal.stital.ac.id/index.php/alibrah/article/view/34>
- Azzahra, F. (2017). *Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologis Pada Mahasiswa*. 5, 80–96. <https://doi.org/10.22219/JIPT.V5I1.3883>
- Danarti, N. K., Sugiarto, A., & Sunarko, S. (2018). Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Depresi, Cemas, Dan Stres Pada Remaja Di Panti Rehabilitasi Sosial Psm Antasena Magelang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*. <https://doi.org/10.32584/JIKJ.V1I1.27>
- Dianovinina, K., Surjaningrum, E. R., & Wulandari, P. Y. (2023). Kejadian hidup yang menekan bagi remaja yang memiliki gejala depresi pasca perceraian orang tua. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 10, 151–166. <https://doi.org/10.24854/jpu581>
- Fauzia, B. I. R., & Arieffiani, D. (2020). Partisipasi Masyarakat Dalam Pengelolaan Sampah (Studi Pada Bank Sampah Kota Surabaya). *Aplikasi Administrasi: Media Analisa Masalah Administrasi*, 51–60. <https://doi.org/10.30649/aamama.v23i2.121>
- Fitria, N., Saragih, S., & Fausiah, F. (2019). Intervensi Kelompok untuk Mengatasi Reaksi Stres PascaTrauma pada Remaja Akhir yang Mengalami Perceraian Orang Tua. *Syifa' MEDIKA: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 3(2), 104. <https://doi.org/10.32502/sm.v3i2.1432>
- Golshiri, P., Mostofi, A., & Rouzbahani, S. (2023). The effect of problem-solving and assertiveness training on self-esteem and mental health of female adolescents: a randomized clinical trial. *BMC Psychology*, 11. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01154-x>
- Hermansyah, M. T., Hadjam, M. N. R., Psikologi, F., Mada, U. G., Psikologi, F., & Mada, U. G. (2020). Resiliensi Pada Remaja Yang Mengalami Perceraian Orang Tua : Studi Literatur Resilience In Adolescents Who Experienced Parental Divorce. *Jurnal Psikologi*, 3(2), 52–57.
- Hidayah, N., Florensa, F., Seprian, D., & Turnundo, V. K. (2023). Pemberdayaan Remaja dalam Melakukan Deteksi Dini Gangguan Mental Emosional sebagai Pertolongan Pertama pada Remaja Korban Bencana dan Trauma. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i8.10472>

- Kusumaputra, A. (2021). Dekonstruksi Pembangunan Berkelanjutan Melalui Otonomi Daerah Dalam Pengelolaan Sumber Daya Air Pasca Omnibus Law. *Litra: Jurnal Hukum Lingkungan, Tata Ruang, Dan Agraria*. <https://doi.org/10.23920/litra.v1i1.590>
- Laurenzi, C., Toit, S., Ameyan, W., Melendez-Torres, G., Kara, T., Brand, A., Chideya, Y., Abrahams, N., Bradshaw, M., Page, D., Ford, N., Sam-Agudu, N., Mark, D., Vitoria, M., Penazzato, M., Willis, N., Armstrong, A., & Skeen, S. (2021). Psychosocial interventions for improving engagement in care and health and behavioural outcomes for adolescents and young people living with HIV: a systematic review and meta-analysis. *Journal of the International AIDS Society*, 24. <https://doi.org/10.1002/jia2.25741>
- Maulana, I., Febrianti, S., & Nugraha, B. A. (2023). Intervensi Terapi Dukungan Psikologis pada Korban Terdampak Bencana yang Mengalami PTSD (Literature Review). *Malahayati Nursing Journal*. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i3.8019>
- Ningrum, P. R. (2013). Perceraian Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja Studi Pada Remaja Sekolah Menengah Atas/Kejuruan Di Kota Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 39–44. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i1.3278>
- Rahma, N. N., Nashori, F., & Rumiani, R. (2022). Pelatihan Kebersyukuran Untuk Meningkatkan Kesejahteraan. *Proyeksi*, 17(1), 100–111.
- Ramadhani, A. F., & Jatnika, D. C. (2025). Dinamika Interaksi Sosial Remaja Di Era Digital Dan Peran Pekerja Sosial. *Share : Social Work Journal*. <https://doi.org/10.24198/share.v14i2.59963>
- Ratmilia Cahyani, & Siti Suminarti Fasikhah. (2024). Penerapan psikodrama untuk meningkatkan kompetensi emosi pada remaja dengan orang tua bercerai. *Cognicia*, 12(1 SE-Articles), 31–38. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v12i1.30468>
- Santoso, M. F., Hidayati, N., & Hayani, H. (2023). Dampak Perceraian Orangtua Terhadap Kondisi Psikologis Remaja. *Jurnal Humanistik; Vol 10 No 2 (2022): Jurnal Psikologi Humanistik* 45. <https://doi.org/10.30640/humanistik%2045.v10i2.411>
- Sari, D. S. (2022). Gratitude Cognivite Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Harga Diri Remaja Korban Perceraian. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 8(1), 128. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.59591>
- Savitri, W. C., & Listiyandini, R. A. (2017). *Mindfulness dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja*. 2, 43–59. <https://doi.org/10.21580/PJPP.V2I1.1323>
- Schaan, V., Schulz, A., Schächinger, H., & Vögele, C. (2019). Parental divorce is associated with an increased risk to develop mental disorders in women. *Journal of Affective Disorders*, 257, 91–99. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.071>
- Schulz, B., & Siuda, F. (2020). Marriage and Divorce: The Role of Labor Market Institutions. *CESifo Working Paper Series*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3682006>
- Siregar, Fiahzia, M., Gultom, S. B., Maesarah, S., & Medan, U. N. (2024). Analisis Dampak Perceraian Orang Tua terhadap Psikologis Remaja. *Jurnal Kajian Ilmiah Interdisiplinier*, 8(6), 13–20.

- Soemarmi, S., Ariyanti, M. P., & Sunarmi, F. R. (2024). Filial Therapy untuk Meningkatkan Regulasi Emosi dan Empati Anak Korban KDRT dan Perceraian Orang tua. *Journal of Education Research*, 5(4 SE-Articles), 4746–4752. <https://doi.org/10.37985/jer.v5i4.1648>
- Sorek, Y. (2019). Children of divorce evaluate their quality of life: The moderating effect of psychological processes. *Children and Youth Services Review*, 107, 104533. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104533>
- Suroso, U., & Arsanti, M. (n.d.). Perceraian dan Perkembangan Psikologis Anak: Analisis Tematis Temuan Tinjauan Literatur. *Legitima : Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 5(2 SE-Articles), 331–346. <https://doi.org/10.33367/legitima.v5i2.3315>
- Triyani, L., & Udin, T. (2020). *Pengaruh Pola Asuh Demokratis Orang Tua Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa Kelas V Di Mi Al-Hidayah Guppi Kota Cirebon*. 2. <https://consensus.app/papers/pengaruh-pola-asuh-demokratis-orang-tua-terhadap-udin-triyani/b4f2bbf1f0f85aefabc2de10d58c50bb/>
- Untari, I., Putri, K., & Hafiduddin, M. (2018). Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Kesehatan Psikologis Remaja. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 15, 106. <https://doi.org/10.26576/profesi.272>
- Wang, Y., Tian, L., Guo, L., & Huebner, E. (2020). Family dysfunction and Adolescents' anxiety and depression: A multiple mediation model. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 66, 101090. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2019.101090>
- www.bps.go.id. (2024). Jumlah Perceraian Menurut Provinsi dan Faktor, 2023. In *Statistik Indonesia 2024* (pp. 277–282). <https://webapi.bps.go.id/download.php?f=3MdUJwxmT5ISF3sMX5JZVxBH/P1CJ0gLQWJwiFKXXCwLD44y9DrOQV3du4vjepqhd7oZKPev+nw7YLN0t2mdlbKhGuL40b3jsJgqNTag5Nq4ytA6xuNpWKHfLL+WZyzpanjQmA1KtY0TMej52mc//PkVlXrXv7pXksWY1HCfLYTc5EUt1S2iuyMlsPtNtgy2v/vUfvbg7GDdtUj3TmY+8Wq>