

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Adaptasi Sosial

1. Definisi Adaptasi Sosial

Adaptasi sosial pada dasarnya merupakan proses penyesuaian yang dilakukan oleh individu, kelompok, maupun suatu unit sosial terhadap aturan, perubahan, atau kondisi tertentu yang muncul dalam lingkungan (Asrini, 2013). Proses ini tidak bersifat statis, melainkan berlangsung secara terus-menerus seiring dengan dinamika yang terjadi di sekitar individu. Adaptasi merupakan bentuk perubahan yang terjadi ketika individu memberikan respons yang tidak hanya memengaruhi kondisi psikologis seseorang, tetapi juga dapat berdampak pada aspek fisiologis (Herdiani dkk., 2021). Selain itu, proses adaptasi sering kali menghasilkan variasi perilaku sebagai bentuk penyesuaian individu terhadap situasi yang dihadapinya (Andriani & Jatiningih, 2015).

Proses penyesuaian tersebut, individu tidak dapat dilepaskan dari lingkungan sosial tempat ia berada. Interaksi dengan lingkungan menjadi bagian penting dalam membentuk cara individu menyesuaikan diri. Hal ini sejalan dengan pemaparan (Lendriyono, 2017) yang mengacu pada teori konstruksi sosial, bahwa individu tidak dapat berkembang dalam keterisolasian, melainkan berada dalam suatu struktur sosial yang saling memengaruhi. Dalam konteks mahasiswa yang berasal dari keluarga tidak utuh, proses adaptasi sosial cenderung

berlangsung lebih kompleks. Mahasiswa tidak hanya dituntut menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik yang baru, tetapi juga membawa pengalaman relasi keluarga yang kurang stabil ke dalam kehidupan sosial mereka di kampus.

Kondisi tersebut dapat memengaruhi cara individu memandang hubungan interpersonal, terutama dalam hal membangun rasa percaya terhadap orang lain. Konflik keluarga yang berkepanjangan maupun keterbatasan dukungan emosional sejak awal kehidupan sering kali memengaruhi pola interaksi sosial mahasiswa. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang berasal dari keluarga tidak utuh lebih rentan mengalami perasaan kesepian serta menghadapi berbagai kesulitan dalam relasi sosial. Di sisi lain, pengalaman tersebut juga membuat mereka cenderung lebih berhati-hati ketika membangun hubungan dengan orang lain (Horunnurmalasari dkk., 2024).

Selain itu, dalam menghadapi keterbatasan dukungan dari keluarga, mahasiswa kerap membentuk sumber dukungan alternatif di lingkungan sosialnya. Teman sebaya, komunitas kampus, maupun kelompok pertemanan sering kali berperan sebagai pengganti sebagian fungsi keluarga yang tidak terpenuhi. Dukungan emosional dari lingkungan sekitar terbukti dapat membantu individu mempertahankan semangat serta membangun harapan terhadap masa depan, meskipun mereka berasal dari latar belakang keluarga yang kurang harmonis (Wulandari & Fauziah, 2019a). Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan jaringan

sosial yang suportif memiliki peran penting dalam proses penyesuaian diri mahasiswa.

Di sisi lain, kemampuan individu dalam beradaptasi juga berkaitan erat dengan tingkat resiliensi yang dimiliki. Resiliensi menggambarkan kemampuan seseorang untuk bertahan sekaligus bangkit ketika menghadapi tekanan atau kesulitan. Penelitian yang dilakukan oleh (Westi Cahyanti dkk., 2024) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi seseorang, maka semakin baik pula kemampuan penyesuaian sosial yang dapat ditunjukkan dalam kehidupan bermasyarakat. Adaptasi sosial pada mahasiswa yang berasal dari keluarga tidak utuh tidak hanya berkaitan dengan penerimaan dalam lingkungan kampus, tetapi juga mencakup proses membangun kembali rasa aman melalui hubungan sosial yang baru. Relasi tersebut kemudian menjadi salah satu fondasi penting bagi mahasiswa dalam menjalankan peran akademiknya secara lebih stabil.

Dengan demikian, adaptasi sosial merupakan proses yang menyeluruh, di mana individu berusaha menata kembali cara berpikir, merasakan, dan bertindak agar dapat tetap berfungsi secara optimal dalam lingkungan sosial yang terus berubah (Andriani & Jatningsih, 2015). Proses ini tidak hanya berkaitan dengan upaya bertahan dalam situasi tertentu, tetapi juga melibatkan penyesuaian pada aspek kognitif, emosional, serta perilaku. Oleh karena itu, konsep adaptasi sosial digunakan untuk melihat bagaimana mahasiswa mampu menyesuaikan

diri secara kognitif, emosional, dan perilaku dalam menghadapi dinamika kehidupan kampus, khususnya bagi mereka yang berasal dari keluarga tidak utuh.

2. Faktor yang Mempengaruhi Adaptasi Sosial

Pada dasarnya, adaptasi sosial merujuk pada kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat ia berada sehingga dapat diterima serta mampu membangun relasi yang berjalan secara selaras. Proses ini tidak hanya berkaitan dengan bagaimana seseorang berperilaku di lingkungan sosial, tetapi juga mencerminkan upaya individu dalam memahami norma, nilai, serta pola interaksi yang berlaku di sekitarnya.

Mahasiswa dengan latar belakang keluarga tidak utuh mengalami proses adaptasi yang lebih kompleks, karena dipengaruhi oleh pengalaman keluarga, kondisi emosional, serta dinamika sosial di lingkungan kampus. Adaptasi tersebut tidak hanya bergantung pada individu, tetapi juga pada pengalaman hidup dan dukungan sosial (Hidayah dkk., 2025)

Adapun beberapa faktor yang termasuk dalam proses adaptasi sosial dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) Pengalaman dan Kondisi Keluarga

Keluarga sering di artikan sebagai lingkungan sosial pertama yang memperkenalkan individu pada berbagai nilai, norma, serta pola hubungan antarindividu (Hyoscyamina, 2011). Melalui

interaksi dalam keluarga, seseorang mulai belajar memahami cara berkomunikasi, bekerja sama, maupun merespons situasi sosial di sekitarnya. Schneiders (1964) menyatakan bahwa proses penyesuaian diri memiliki keterkaitan yang erat dengan pengalaman awal yang diperoleh dalam keluarga, termasuk pola pengasuhan yang diterapkan serta stabilitas hubungan di antara anggota keluarga.

Mahasiswa yang tumbuh dalam situasi keluarga dengan konflik berkepanjangan atau perceraian orang tua sering kali membawa pengalaman tersebut ke dalam kehidupan sosialnya (Budiman & Widyastuti, 2022). Pengalaman tersebut dapat memengaruhi cara individu membangun rasa percaya terhadap orang lain maupun keterlibatannya dalam kelompok sosial. Hal ini menunjukkan bahwa dinamika yang terjadi di dalam keluarga memiliki peran dalam membentuk cara seseorang berinteraksi di lingkungan yang lebih luas. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Sabbilla & Subroto, 2024a) juga menunjukkan adanya keterkaitan antara kondisi keluarga asal dengan kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri pada lingkungan baru. Dengan demikian, latar belakang keluarga dapat dipahami sebagai fondasi awal yang turut membentuk pola interaksi sosial individu (Kusumawati dkk., 2024)

2) Dukungan Sosial

Selain faktor keluarga, dukungan sosial juga memiliki peran yang tidak kalah penting dalam proses adaptasi sosial. Lingkungan pertemanan serta komunitas di kampus sering kali menjadi ruang bagi mahasiswa untuk memperoleh pengakuan, rasa diterima, serta dukungan emosional. Hurlock (2002) menjelaskan bahwa penerimaan dari kelompok sebaya merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap keberhasilan penyesuaian diri pada masa dewasa awal.

Sejalan dengan pandangan tersebut, (Simanjuntak dkk., 2021) menemukan bahwa mahasiswa yang berasal dari keluarga tidak utuh cenderung lebih mampu beradaptasi ketika memperoleh dukungan dari teman maupun lingkungan kampus. Dukungan tersebut dapat menumbuhkan rasa memiliki terhadap kelompok sosial tempat mereka berinteraksi. Di sisi lain, keterbatasan dukungan dari lingkungan sekitar justru berpotensi memunculkan perasaan terasing atau terisolasi. Dengan demikian, kualitas hubungan sosial yang terjalin di lingkungan kampus menjadi salah satu aspek yang turut menentukan keberhasilan proses adaptasi.

3) Ketahanan dalam Menghadapi Situasi Sosial

Kemampuan individu untuk tetap menjalankan peran sosial meskipun memiliki latar belakang keluarga yang kurang harmonis juga menjadi faktor yang penting dalam proses adaptasi. (Sabbilla &

Subroto, 2024b) menjelaskan bahwa individu yang mampu memandang pengalaman sulit secara lebih terbuka cenderung tetap terlibat aktif dalam kehidupan sosialnya.

Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman keluarga yang kurang menyenangkan tidak selalu menjadi hambatan yang bersifat permanen. Di sisi lain, sebagian mahasiswa justru mampu mengelola pengalaman tersebut sebagai bagian dari proses pembelajaran hidup. Mereka tetap berupaya menjalin relasi sosial secara wajar dan berpartisipasi dalam berbagai aktivitas di lingkungannya. Dengan demikian, ketahanan individu dalam menghadapi berbagai situasi sosial dapat menjadi salah satu faktor pendukung yang memperkuat proses adaptasi.

4) Strategi Pengelolaan Diri

Selain faktor eksternal, cara individu mengatur sikap serta perilakunya dalam lingkungan sosial juga turut memengaruhi keberhasilan penyesuaian diri. (Rahma, 2024) menjelaskan bahwa mahasiswa dari keluarga tidak utuh sering kali mengembangkan strategi tertentu untuk menghadapi tekanan sosial yang mereka alami. Strategi tersebut dapat berupa memilih lingkungan pergaulan yang dirasa lebih nyaman maupun membangun hubungan sosial secara bertahap.

Hal ini menunjukkan bahwa adaptasi sosial tidak terjadi secara instan, melainkan melalui proses yang berlangsung secara bertahap

dan berkelanjutan(Wulandari & Fauziah, 2019a). Individu perlu waktu untuk memahami lingkungan barunya, menilai situasi sosial yang dihadapi, serta menentukan cara yang paling sesuai untuk berinteraksi dengan orang lain(Fitriani dkk., 2020). Dengan demikian, kemampuan dalam mengelola diri dalam konteks sosial menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari keberhasilan proses adaptasi sosial.

B. Konsep Keluarga Tidak Utuh (*Broken Home*)

1) Definisi Keluarga Tidak Utuh

Menurut Gooden (1983) keluarga adalah institusi sosial di masyarakat dan berperan penting dalam membentuk kepribadian serta pola perilaku individu. Melalui keluarga, seseorang mulai mengenal nilai, norma, dan cara berinteraksi dengan orang lain (Andriyani, 2016). Namun demikian, tidak semua keluarga mampu mempertahankan keutuhan dan keharmonisan hubungan antaranggota di dalamnya. Dalam beberapa situasi, konflik yang berkepanjangan dapat memicu kondisi yang dikenal sebagai *broken home* (Marpaung & Novitasari, 2017). Istilah ini digunakan untuk menggambarkan keadaan keluarga yang mengalami disfungsi, keretakan hubungan, atau melemahnya peran anggota keluarga akibat persoalan internal yang berlangsung dalam waktu lama.

Keluarga *broken home* merupakan keluarga yang kehilangan keharmonisan karena hubungan antara orang tua mengalami perpecahan (Muttaqin & Sulistyono, 2019). Kondisi tersebut dapat muncul akibat perceraian, pertengkaran yang terjadi secara terus-menerus, maupun hubungan yang tidak lagi berjalan secara harmonis sehingga fungsi keluarga tidak dapat dijalankan secara optimal (Sigiro dkk., 2023). Selain itu, penting dipahami bahwa keadaan *broken home* tidak selalu berkaitan langsung dengan perceraian secara hukum.

Di sisi lain, sebuah keluarga dapat tetap dikategorikan sebagai *broken home* meskipun kedua orang tua masih tinggal dalam satu rumah, tetapi tidak menjalankan tanggung jawab emosional dan sosial terhadap anggota keluarga lainnya (Tiyas & Permatasari, 2025). Dengan demikian, yang menjadi penentu utama bukan hanya struktur keluarga, melainkan bagaimana fungsi keluarga tersebut dijalankan dalam kehidupan sehari-hari (Lestari, 2012).

Kondisi keluarga yang tidak harmonis sering kali berdampak pada pemenuhan kebutuhan emosional anak (Maslahah dkk., 2023). Ketika keluarga tidak mampu menyediakan lingkungan yang aman dan suportif, anak dapat mengalami kebingungan, perasaan tidak aman, serta kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat, karena kondisi keluarga yang bermasalah berdampak pada perkembangan emosional dan sosial anak. (Wulandari & Fauziah, 2019b).

2) Ciri-Ciri Keluarga Broken Home

Berdasarkan teori sistem keluarga yang dikemukakan oleh Bowen (1978), keluarga broken home dapat dipahami sebagai keluarga yang tidak mampu menjalankan fungsi-fungsi utamanya secara optimal, terutama dalam hal pemberian dukungan emosional, ekonomi, dan sosial kepada para anggotanya. Menurut (S & Willis, 2008) *Broken home* dapat dilihat dari 5 aspek:

1) Keluarga tidak utuh akibat perceraian orang tua.

Anak biasanya tinggal bersama salah satu orang tua setelah perceraian terjadi. Ketidakhadiran orang tua karena kematian tidak termasuk dalam kategori broken home, selama fungsi pengasuhan tetap berjalan dengan baik (Lestari, 2012).

2) Keluarga tetap utuh tetapi bersifat disfungsional.

Kedua orang tua masih hidup bersama, namun hubungan yang terjalin tidak berjalan secara sehat. Misalnya, salah satu orang tua jarang berada di rumah atau kurang memberikan perhatian dan kasih sayang kepada anggota keluarga lainnya.

3) Komunikasi antaranggota keluarga tidak berjalan dengan baik.

Kurangnya komunikasi terbuka dalam keluarga juga menjadi salah satu ciri yang sering muncul. Anggota keluarga jarang melakukan dialog yang konstruktif, konflik tidak diselesaikan secara tuntas, dan anak merasa tidak nyaman untuk mengungkapkan perasaan atau pendapatnya.

4) Konflik orang tua yang berlangsung secara berkepanjangan.

Pertengkaran yang terjadi berulang kali dapat menciptakan suasana rumah tangga yang tidak kondusif. Dalam banyak kasus, anak sering kali menjadi pihak yang ikut merasakan dampak emosional dari konflik tersebut.

5) Minimnya kehangatan emosional dalam keluarga.

Lingkungan rumah yang seharusnya menjadi tempat yang memberikan rasa aman justru tidak lagi menghadirkan kenyamanan secara psikologis bagi anggota keluarga.

Secara keseluruhan, kondisi broken home tidak selalu identik dengan perceraian orang tua. Sebuah keluarga yang secara struktur masih utuh pun dapat mengalami keadaan tersebut apabila fungsi emosional di dalamnya terganggu (Lestari, 2012). Hal ini menunjukkan bahwa aspek yang paling menentukan adalah terganggunya fungsi emosional dan relasional dalam keluarga, sehingga unit keluarga tidak lagi mampu memberikan rasa aman serta dukungan psikologis yang dibutuhkan oleh para anggotanya (Rismi dkk., 2022).

3) Faktor Penyebab Broken Home

Kondisi keluarga broken home pada umumnya tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, baik yang berasal dari dalam keluarga seperti konflik dan permasalahan ekonomi, maupun dari luar lingkungan keluarga

(Ramadhani & Krisnani, 2019). Dengan demikian, munculnya kondisi broken home sering kali merupakan akumulasi dari berbagai persoalan yang tidak terselesaikan dalam hubungan keluarga (Mamuly & Paunno, 2021).

Berikut beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya broken home (Muttaqin & Sulistyono, 2019):

1) Dominasi Ego (Egosentrisme)

Sikap egosentris yang dimiliki orang tua dapat memengaruhi stabilitas hubungan dalam keluarga. Selain itu, sikap tersebut juga berperan dalam proses pembentukan kepribadian anak. Menurut Jean Piaget (1954), egosentrisme adalah kecenderungan individu untuk lebih mengutamakan kepentingan pribadi dan menganggap pandangannya paling benar, sehingga sulit menerima sudut pandang orang lain. Akibatnya, individu dengan karakter tersebut cenderung mengalami kesulitan dalam menerima sudut pandang orang lain. Kondisi ini dapat memengaruhi hubungan dalam keluarga serta berdampak pada pembentukan kepribadian anak (Dariyo, 2004).

Apabila suami dan istri sama-sama mempertahankan sikap tersebut tanpa adanya upaya untuk saling memahami, konflik dalam rumah tangga cenderung mudah muncul (Naim, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa ketidakmampuan mengendalikan ego dapat memperbesar potensi keretakan dalam hubungan keluarga. Bahkan, pertengkaran yang terjadi di hadapan anak tidak hanya merusak

hubungan antara pasangan, tetapi juga dapat memengaruhi kondisi psikologis anak secara negatif.

2) Gangguan komunikasi

Komunikasi memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan keluarga karena menjadi sarana utama untuk bertukar informasi serta mengenali berbagai persoalan yang muncul dalam rumah tangga (Rahmawati, 2021). Melalui komunikasi yang terbuka, setiap anggota keluarga dapat memahami situasi yang sedang terjadi. Selain itu, komunikasi juga membantu membangun rasa saling percaya antar anggota keluarga (S & Willis, 2008).

Sebaliknya, ketika komunikasi tidak berjalan dengan baik, aliran informasi menjadi terbatas dan hubungan antar anggota keluarga sering kali dipenuhi prasangka. Kondisi ini dapat memunculkan rasa takut, perilaku manipulatif, bahkan kebohongan sebagai bentuk perlindungan diri (Rahmawati, 2021). Pada keluarga yang berfungsi secara sehat, interaksi biasanya berlangsung intens, harmonis, dan melibatkan komunikasi dua arah. Di sisi lain, dalam keluarga yang mengalami konflik, komunikasi justru kerap menjadi sumber pertentangan karena rendahnya tingkat saling pengertian dan kepercayaan. Secara konseptual, komunikasi keluarga merupakan bentuk komunikasi antarpribadi yang kompleks dan berlangsung secara simbolik serta transaksional untuk membangun makna bersama (Galvin dalam Arwani, 2003). Dengan demikian,

terhambatnya komunikasi dapat menjadi salah satu pemicu awal terjadinya disintegrasi keluarga.

3) Kesibukan

Kesibukan sering kali menjadi alasan ketika seseorang tidak dapat terlibat secara penuh dalam kehidupan keluarga (Ardian dkk., 2024). Dalam konteks rumah tangga, aktivitas pekerjaan yang padat misalnya kebiasaan pulang larut setiap hari dapat memengaruhi kualitas hubungan antar anggota keluarga. Anak sering kali menjadi pihak yang paling merasakan dampaknya karena berkurangnya perhatian, kedekatan emosional, serta kasih sayang dari orang tua (Dewi Solehatin & Qoni'ah Nur Wijayani, 2024).

Selain itu, keterbatasan waktu bersama pasangan juga dapat memicu permasalahan dalam komunikasi. Kurangnya interaksi yang berkualitas secara perlahan dapat menciptakan jarak emosional antara anggota keluarga (Rizky, 2025). Jika kondisi ini terus berlangsung tanpa adanya upaya memperbaiki hubungan, maka situasi tersebut berpotensi berkembang menjadi konflik yang lebih serius dalam rumah tangga.

4) Tekanan Ekonomi

Kondisi ekonomi memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap keharmonisan keluarga (Mistiani, 2020). Keterbatasan finansial sering kali menjadi sumber perselisihan antara suami dan istri. Dalam beberapa kasus, konflik yang bermula dari persoalan

ekonomi dapat berkembang menjadi pertikaian yang berkepanjangan(Rohman, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa tekanan ekonomi yang tidak dikelola dengan baik dapat mengganggu stabilitas hubungan keluarga.

Di sisi lain, permasalahan ekonomi sebenarnya dapat muncul baik dalam kondisi kekurangan maupun kelebihan. Namun demikian, keterbatasan finansial cenderung lebih sering memicu ketegangan dalam rumah tangga. Kemiskinan juga berkaitan dengan faktor lain, seperti rendahnya tingkat pendidikan dan terbatasnya kesempatan kerja(Kuncoro, 2000). Selain itu, pengangguran diketahui memberikan kontribusi terhadap meningkatnya angka kemiskinan.

Dengan demikian, stabilitas ekonomi dapat dipandang sebagai salah satu fondasi penting dalam menjaga keberlangsungan kehidupan rumah tangga.

5) Gangguan Pihak Ketiga

Adanya pihak ketiga dapat menjadi salah satu faktor yang memicu munculnya krisis dalam rumah tangga. Pihak ketiga yang dimaksud merujuk pada individu lain yang, baik secara langsung maupun tidak, menimbulkan gangguan dalam hubungan pasangan suami istri (Kartono, 2014)Situasi ini sering memunculkan berbagai persoalan, seperti menurunnya tingkat kepercayaan, munculnya

kecemburuan, serta ketegangan dalam hubungan personal maupun ekonomi keluarga.

Selain itu, campur tangan orang tua dalam kehidupan anak yang telah berkeluarga juga dapat memperumit situasi. Intervensi yang berlebihan berpotensi menghambat kemandirian pasangan dalam mengambil keputusan terkait kehidupan rumah tangga mereka(Lestari, 2012). Dengan demikian, adanya batasan yang jelas dalam hubungan dengan pihak luar menjadi hal yang penting untuk menjaga stabilitas serta keharmonisan keluarga.

6) Rendahnya Pemahaman dan Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang dapat memengaruhi cara individu memahami peran serta tanggung jawab dalam kehidupan keluarga. Suami atau istri yang memiliki latar belakang pendidikan terbatas sering kali belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai kewajiban dan dinamika dalam rumah tangga(S & Willis, 2008). Selain itu, keterbatasan dalam memahami situasi juga dapat menghambat proses saling mengerti antara pasangan.

Di sisi lain, rendahnya tingkat pemahaman tersebut tidak hanya berkaitan dengan kemampuan akademik semata, tetapi juga berhubungan dengan kematangan berpikir serta cara seseorang menghadapi persoalan(Muhammad Gemilang dkk., 2025). Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan memiliki peran penting dalam membantu individu mengelola konflik secara lebih bijak. Tanpa

adanya sikap saling memahami, perbedaan pendapat dapat muncul secara berulang dan berpotensi berujung pada berakhirnya hubungan perkawinan Psikologi Komunikasi(Rakhmat, 2012).

4) Dampak Broken Home

Terdapat beberapa dampak *broken home* menurut (Mistiani, 2020):

1) *Academic problem* (permasalahan akademik)

Anak yang tumbuh dalam keluarga broken home sering mengalami penurunan motivasi belajar. Kondisi emosional yang tidak stabil membuat mereka kurang fokus terhadap kegiatan akademik. Akibatnya, minat untuk belajar menjadi menurun dan prestasi di sekolah dapat ikut terpengaruh.

2) *Behavioral problem*

Selain memengaruhi aspek akademik, kondisi keluarga yang tidak harmonis juga dapat berdampak pada perilaku anak. Dalam beberapa kasus, anak menunjukkan sikap memberontak, mudah marah, atau bersikap kasar. Bahkan, sebagian anak mulai terlibat dalam kebiasaan yang kurang baik seperti merokok, mengonsumsi minuman keras, maupun perilaku menyimpang lainnya.

3) *Spiritual problem*

Tidak sedikit anak yang mengalami kebingungan secara spiritual ketika menghadapi kondisi keluarga yang retak. Selain menyalahkan situasi yang mereka alami, sebagian dari mereka juga mempertanyakan keadilan Tuhan karena merasa hidupnya diperlakukan secara tidak adil.

4) *Sleeper effect*

Fenomena *sleeper effect* umumnya lebih sering ditemukan pada anak perempuan. Dalam kondisi ini, anak cenderung kesulitan mengekspresikan emosi yang dirasakan. Mereka memilih memendam rasa sakit atau kesedihan seolah-olah tidak terjadi apa-apa. Namun, ketika memasuki usia dewasa, emosi yang lama terpendam tersebut dapat muncul kembali secara tiba-tiba.

5) Sulit bergaul

Kurangnya perhatian dan dukungan emosional dari keluarga dapat memengaruhi rasa percaya diri anak. Kondisi ini membuat mereka merasa kurang berharga sehingga mengalami kesulitan dalam menjalin pergaulan. Selain itu, anak juga cenderung lebih sulit membangun kepercayaan kepada orang lain.

6) Gangguan mental/ emosional

Tekanan psikologis akibat konflik keluarga dapat menimbulkan berbagai gangguan emosional. Tidak jarang anak yang berasal dari keluarga broken home mengalami kecemasan yang berkepanjangan. Dalam kondisi tertentu, tekanan tersebut bahkan dapat berkembang menjadi depresi.

7) Membenci orang tua

Sebagian anak mengalami kesulitan menerima perceraian orang tua mereka. Perasaan tersebut dapat memunculkan kemarahan atau kebencian kepada salah satu pihak yang dianggap sebagai penyebab

perpisahan. Hal ini menunjukkan bahwa konflik orang tua dapat meninggalkan luka emosional yang cukup mendalam bagi anak.

8) Mengasihani diri dan merasa hidupnya sia-sia

Dalam beberapa situasi, anak merasa kehidupannya tidak berjalan sebagaimana yang diharapkan. Mereka cenderung mengasihani diri sendiri dan memandang hidupnya sebagai sesuatu yang tidak berarti. Perasaan tersebut muncul sebagai bentuk respon terhadap pengalaman keluarga yang menyakitkan.

9) Memiliki psikis yang lebih matang dibanding teman sebayanya

Di sisi lain, pengalaman hidup dalam keluarga yang tidak utuh juga dapat membuat sebagian anak menjadi lebih tangguh dan dewasa dibandingkan teman sebayanya. Situasi yang mereka hadapi mendorong anak untuk belajar memahami masalah sejak usia yang relatif muda.

C. Mahasiswa ☆

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan tinggi dan berada pada fase dewasa awal. Fase ini ditandai dengan tuntutan kemandirian, pengambilan keputusan, serta kemampuan menjalankan peran akademik dan sosial. Masa dewasa awal merupakan masa transisi penting, di mana individu mulai mengurangi ketergantungan pada keluarga dan belajar mengelola kehidupannya secara mandiri (Dariyo, 2004).

Dalam menjalani perannya, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik seperti mengikuti perkuliahan, menyelesaikan tugas,

mempertahankan prestasi, hingga menyusun skripsi (Jannah, 2024). Selain itu, mahasiswa juga dituntut untuk mampu membangun relasi sosial, terlibat dalam kegiatan organisasi, serta mengembangkan keterampilan diri sebagai bekal memasuki dunia kerja. Lingkungan perguruan tinggi yang menuntut kemandirian menjadikan kemampuan adaptasi sosial sebagai aspek penting dalam keberhasilan studi (Najmi, 2025). Mahasiswa perlu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, mengelola tekanan, serta menjaga keseimbangan antara tuntutan akademik dan kehidupan sosial.

Bagi mahasiswa yang berasal dari keluarga broken home, proses tersebut cenderung lebih kompleks. Kondisi keluarga yang kurang stabil dapat memengaruhi aspek emosional, motivasi belajar, serta keterlibatan sosial di lingkungan kampus (Horunnurmalasari dkk., 2024). Oleh karena itu, pemahaman mengenai karakteristik dan tuntutan peran mahasiswa menjadi penting dalam mengkaji proses adaptasi sosial yang mereka alami.

D. Teori yang Relevan

1) Teori Adaptasi Sosial Schneiders (1964)

Dalam memahami bagaimana mahasiswa menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus, terutama mereka yang berasal dari keluarga *broken home*, teori adaptasi sosial yang dikemukakan oleh Alexander A. Schneiders dalam bukunya "*Personal Adjustment and Mental Health*" (1964) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai proses mental dan perilaku individu dalam merespon tuntutan internal seperti ketegangan, frustrasi, dan

konflik batin, sekaligus merespon tuntutan eksternal yang berasal dari lingkungan sosial.

Menurut Schneiders, penyesuaian diri yang berhasil ditandai dengan tiga hal: kemampuan merespon secara sehat terhadap tuntutan lingkungan, bersikap realistis dan fleksibel, serta tercapainya keseimbangan antara individu dengan lingkungannya. Schneiders mengidentifikasi tiga kategori faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri.

Pertama, faktor internal yang meliputi kondisi fisik, perkembangan psikologis (emosi, motivasi, konsep diri), dan pengalaman masa lalu. **Kedua**, faktor eksternal yang mencakup lingkungan keluarga, sekolah/kampus, dan masyarakat. **Ketiga**, faktor perkembangan, di mana setiap tahap kehidupan memiliki tantangan adaptasi yang berbeda. Catatan pentingnya adalah bahwa pengalaman dalam keluarga merupakan fondasi utama yang membentuk pola adaptasi seseorang di masa dewasa. Keluarga yang harmonis membekali individu dengan kemampuan adaptasi sehat, sementara keluarga disfungsional berpotensi menghambat penyesuaian diri (Qasanah, 2012).

Untuk menilai penyesuaian diri yang sehat, Schneiders merumuskan tujuh kriteria: tidak mengalami ketegangan emosional berlebihan, tidak mengalami frustrasi mengganggu, mampu berpikir rasional, mampu belajar dari pengalaman, memanfaatkan pengalaman masa lalu secara positif, bersikap realistis, dan mampu membangun relasi sosial harmonis.

Sementara itu, dalam praktiknya Schneiders membedakan penyesuaian diri menjadi dua bentuk. Penyesuaian adaptif ditandai dengan kemampuan menghadapi masalah secara langsung dan menggunakan koping konstruktif. Penyesuaian maladaptif terbagi menjadi reaksi bertahan (rasionalisasi, proyeksi), reaksi menyerang (agresivitas), dan reaksi melarikan diri (regresi, fantasi).

Teori Schneiders relevan dengan penelitian ini karena beberapa alasan. Pertama, teori ini menjelaskan bagaimana pengalaman keluarga *broken home* mempengaruhi kemampuan adaptasi mahasiswa di lingkungan kampus. Kedua, teori ini membantu menganalisis faktor-faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi proses adaptasi mahasiswa. Ketiga, kategori penyesuaian adaptif dan maladaptif dapat digunakan untuk memetakan strategi yang dilakukan mahasiswa *broken home* dalam menyelesaikan studi. Keempat, tujuh kriteria penyesuaian sehat menjadi indikator untuk menilai keberhasilan adaptasi mahasiswa.

Dengan demikian, teori Schneiders menjadi landasan yang tepat untuk mengkaji proses adaptasi sosial mahasiswa dari keluarga *broken home* (Sandra dkk., 2020). Teori ini tidak hanya menjelaskan mengapa mereka mungkin mengalami kesulitan, tetapi juga menyediakan kerangka untuk menganalisis strategi adaptasi yang mereka lakukan selama menyelesaikan studi (Daulay & Rahmawati, 2017).

Berdasarkan teori adaptasi sosial Schneiders, penelitian ini akan mengkaji bagaimana mahasiswa dari keluarga broken home menunjukkan bentuk penyesuaian diri, baik yang bersifat adaptif maupun maladaptif, dalam menghadapi tuntutan akademik dan sosial. Teori ini digunakan sebagai kerangka analisis untuk memahami strategi yang dilakukan mahasiswa serta faktor yang mempengaruhi proses adaptasi tersebut dalam menyelesaikan studi.

2) Teori Keberfungsian Sosial (Social Functioning)

Teori Keberfungsian sosial merupakan konsep inti dalam praktik dan teori pekerjaan sosial. Blakely dan Dziadosz (2007) dalam *The Journal of Sociology & Social Welfare* menjelaskan bahwa konsep ini diambil dari *Social Role Theory* (SRT) dan menjadi hasil atau *outcome* dari intervensi pekerjaan sosial. Artikel tersebut menegaskan bahwa keberfungsian sosial dapat menjadi landasan bersama (*common base*) untuk praktik pekerjaan sosial secara umum. Dengan kata lain, apapun pendekatan yang digunakan, tujuan akhirnya adalah meningkatkan keberfungsian sosial klien.

Menurut pendapat Suharto (2009) yang menyatakan bahwa keberfungsian sosial berkaitan dengan kemampuan individu dalam menjalankan peran dan beradaptasi dengan lingkungannya. Manusia sebagai makhluk bio-psiko-sosio-spiritual senantiasa berinteraksi dengan lingkungannya, dan keberfungsian sosial yang optimal tercapai ketika individu mampu menjalankan peran sosialnya sesuai dengan harapan

lingkungan (Fahrudin, 2018). Misalnya, seorang mahasiswa dikatakan berfungsi sosial dengan baik jika ia mampu menjalankan perannya sebagai pembelajar, seperti mengikuti perkuliahan, mengerjakan tugas, dan menyelesaikan studi tepat waktu.

Menurut Zastrow (2017) dalam *Introduction to Social Work and Social Welfare*, gangguan keberfungsian sosial dapat terjadi karena tiga hal. Pertama, ketika individu tidak mampu memenuhi tuntutan peran sosialnya. Kedua, ketika lingkungan tidak menyediakan sumber daya yang memadai. Ketiga, ketika terjadi ketidaksesuaian antara kebutuhan individu dengan apa yang tersedia di lingkungan. Dalam konteks mahasiswa dari keluarga *broken home*, gangguan keberfungsian sosial dapat terlihat pada beberapa aspek. Misalnya, mereka mungkin kesulitan memenuhi kebutuhan emosional karena kurangnya dukungan keluarga, mengalami hambatan dalam menjalin relasi sosial karena trauma masa lalu, atau kesulitan menjalankan peran sebagai mahasiswa di tengah tekanan psikologis dan finansial (Wulandari & Fauziah, 2019b).

Payne (2014) dalam *Modern Social Work Theory* menambahkan bahwa keberfungsian sosial yang optimal tercapai ketika individu mampu memenuhi tiga hal: kebutuhan dasarnya, menjalankan peran sosial sesuai harapan, serta berinteraksi secara harmonis dengan lingkungan. Dalam praktik pekerjaan sosial, peningkatan keberfungsian sosial menjadi tujuan utama dari setiap intervensi, baik pada level mikro (individu), mezzo (kelompok), maupun makro (kebijakan). Artinya, ketika seorang

mahasiswa *broken home* mengalami kesulitan, intervensi tidak hanya ditujukan pada dirinya, tetapi juga pada lingkungan kampus dan kebijakan yang mendukung.

Teori keberfungsian sosial relevan dengan penelitian ini karena memberikan kerangka untuk menganalisis sejauh mana mahasiswa dari keluarga *broken home* mampu menjalankan perannya sebagai mahasiswa, terutama dalam menyelesaikan studi, meskipun menghadapi keterbatasan dukungan dari keluarga. Teori ini juga membantu melihat bagaimana mereka berinteraksi dengan lingkungan kampus dan mencari sumber-sumber dukungan alternatif, seperti teman, dosen, atau layanan kampus, untuk mempertahankan keberfungsian sosialnya di tengah tekanan yang dialami.

