

Perilaku Mencari Perhatian pada Remaja Akhir dengan Latar Belakang Keluarga *Broken Home*

Alifia Syahrani¹, Sara Palila²

^{1,2}Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
e-mail: ²sara.palila@uin-suka.ac.id

ARTICLE INFO

Article history

Received: February 2024

Revised: April 2024

Accepted: April 2024

Abstract. Different challenges are faced by teenagers who live in problematic families which are often called broken homes. One of them is how they tend to seek more attention from the people around them. The aim of this research is to explore the attention-seeking behavior of teenagers in broken home. This research uses a qualitative method with a phenomenological approach. Data was collected through interview and documentation techniques from three informants with different broken home family conditions. The research showed that attention-seeking behavior of the informants varied, both in negative forms such as self-harm and positive ones in the form of encouragement for learning and high achievement. Factors that may have an influence are the form of broken home experienced, surrounding environment, and internal condition of the teenager themselves. It is hoped that the result of this research can be the basis for developing intervention designs that can help adolescents living from broken families manage the urge to seek attention thus it manifests in more adaptive behavior.

Keywords: Attention Seeking, Broken Home, Late Adolescents

Abstrak. Tantangan yang berbeda dihadapi oleh remaja yang hidup dalam keluarga bermasalah yang sering disebut dengan keluarga broken home. Satu di antaranya adalah bagaimana mereka cenderung lebih banyak mencari perhatian dari orang sekitar. Tujuan penelitian ini adalah ingin melihat bagaimana gambaran perilaku mencari perhatian pada remaja yang berada dalam keluarga broken home. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Data dikumpulkan melalui teknik wawancara dan dokumentasi terhadap tiga orang informan dengan kondisi keluarga broken home yang berbeda. Penelitian memberikan hasil bahwa perilaku mencari perhatian pada informan beragam, baik yang bentuknya negatif seperti menyakiti diri maupun positif yang berwujud pada dorongan belajar dan berprestasi yang tinggi. Hal yang mungkin berpengaruh adalah bentuk broken home yang dialami, pengaruh lingkungan sekitar, maupun kondisi internal dari remaja itu sendiri. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk mengembangkan rancangan modul intervensi yang dapat membantu remaja yang hidup dari keluarga broken mengelola dorongan mencari perhatian agar termanifestasi dalam perilaku yang lebih adaptif.

Kata kunci: Perilaku Mencari Perhatian, Broken Home, Remaja Akhir

Unit lembaga terkecil dalam sistem masyarakat yang memiliki peran aktif dan penting dalam mempengaruhi dan membentuk pola perilaku anak adalah keluarga. Di samping pengertian tersebut, keluarga juga memiliki arti sekumpulan atau sekelompok orang yang hidup bersama karena ada ikatan darah atau diikat oleh hubungan sakral yaitu pernikahan (Darmawant, 2023). Sedangkan Latipun (2019) mengemukakan bahwa sebagai lingkungan sosial, keluarga muncul dan terikat secara kuat dan mendalam karena adanya sekelompok orang yang hidup di satu tempat yang sama, membentuk pola pikir dan budaya melalui interaksi, dan memiliki fungsi sebagai penengah dan penghubung antara anak dan lingkungannya.

Ada delapan fungsi keluarga menurut Herawati et al., (2020), yaitu fungsi agama, cinta dan kasih, sosial budaya, reproduksi, perlindungan, sosialisasi dan pendidikan, pembinaan lingkungan serta ekonomi. Idealnya, keluarga dapat memenuhi seluruh fungsi tersebut. Namun kenyataannya, tidak semua keluarga mampu memenuhi semua fungsi tersebut karena berbagai sebab dan hal tersebut berpengaruh pada anggota di dalamnya terutama anak yang berada dalam tahap remaja. Rochaniningsih (2014) mengemukakan beberapa dampak dari ketidakberfungsian keluarga terhadap remaja. Beberapa di antaranya adalah kemunculan perilaku yang menyimpang seperti pergaulan bebas, tawuran, kriminalitas, dan banyak perilaku lainnya. Selain itu, keluarga yang gagal menjalankan fungsinya akan membawa dampak negatif dan melahirkan kondisi tidak kondusif seperti hubungan antar anggota keluarga yang kurang kondusif, kendali orang tua yang minim terhadap tingkah laku anak remaja, kurangnya kasih sayang, dan kurangnya kehangatan dan dukungan di antara anggota keluarga (Herawati et al, 2020). Istilah yang sering digunakan untuk menggambarkan keluarga yang tidak mampu menjalankan fungsinya adalah *broken home*.

Broken home sering diartikan sebagai hubungan keluarga yang retak atau bahkan pecah dikarenakan berbagai hal, sehingga tidak adanya perhatian dan limpahan kasih sayang dari orang tua. Ada dua bentuk dari *broken home*, yaitu keluarga yang memiliki struktur yang tidak utuh karena perceraian atau meninggalnya salah satu orang tua dan keluarga yang tidak mengalami perceraian namun tidak harmonis karena orang tua yang sibuk dan sering meninggalkan rumah, atau sudah tidak adanya lagi perhatian dan kasih sayang antara orang tua dan anak (Wulandri & Fauziah, 2019). Kondisi *broken home* ini akan berdampak secara luas dan menyeluruh bagi setiap anggotanya (Cholid, 2021).

Seluruh tugas perkembangan yang ada pada masa remaja dipusatkan pada pengendalian sikap dan pola perilaku yang kekanakan dan setelah itu memulai untuk menghadapi masa dewasa

(Hurlock, 2004). Soejtiningsih (2010) mengemukakan bahwa ada tugas perkembangan yang harus dilalui oleh remaja sebelum memasuki tahap dewasa, seperti misalnya perubahan dari egosentrisme (fokus pada diri sendiri) menjadi dapat mengelola keseimbangan antara keperluan diri sendiri dan orang lain, serta munculnya pembatas antara diri sendiri (*private self*) dengan orang di luar diri.

Anak akan merekam memori yang dia peroleh di masa kecil sampai kapanpun. Ingatan tentang relasi yang kurang harmonis antar kedua orangtuanya serta minimnya waktu dalam menjalin kedekatan antara orangtua dan anak akan menimbulkan masalah dan menyebabkan diri anak remaja dalam kondisi keluarga yang rusak atau *broken home*. Remaja juga akan menghadapi persoalan lain di lingkungan luar selain permasalahan di dalam rumah. Persoalan tersebut mungkin muncul dalam bentuk tekanan dari sekolah, teman sebaya, maupun tetangga. Permasalahan-permasalahan ini yang kemungkinan dapat memunculkan gangguan terhadap kondisi psikis, mental, dan penyelesaian tugas perkembangan remaja tersebut (Hastuti & KIrana, 2021)

Lebih lanjut, kondisi *broken home* dapat menjadi pencetus dan sumber tekanan yang dapat memunculkan banyak dampak negatif lainnya. Beberapa di antaranya adalah munculnya perilaku bermasalah, kecenderungan untuk melanggar aturan, dan adanya rasa marah pada diri remaja. Remaja juga sering merasa kehilangan tuntunan serta perhatian dari orang tua, sehingga remaja akan sibuk mencari perhatian di luar lingkungan keluarga (Amalia & Rositawati, 2020). Perilaku mencari perhatian adalah sebuah tingkah laku yang muncul dengan cara yang terkesan menarik perhatian (Sung et al., 2016). Perilaku ini bertujuan untuk memperoleh validasi konsep diri dan penegasan melalui persetujuan dari orang lain. Selain itu, DSM-V (American Psychiatric Association, 2013) mengemukakan beberapa ciri lain yang merupakan tanda kecenderungan perilaku mencari perhatian, seperti tidak merasa nyaman jika tidak menjadi pusat perhatian, provokatif dan senang menggoda, bersikap dramatis, memiliki kondisi emosi yang mudah naik turun, sangat memperhatikan penampilan fisik, suka berusaha memperoleh persetujuan, mudah dipengaruhi, peka terhadap kritik, cepat bosan, berpikir pendek, membuat keputusan yang tidak jelas, hanya memikirkan diri sendiri, tidak dapat mempertahankan hubungan dengan orang lain bahkan bersikeras melakukan hal yang berlebihan seperti mengancam bunuh diri agar mendapat perhatian.

Remaja yang hidup dalam keluarga *broken home* biasanya merasa kasih sayang yang diperoleh dari orang tua cenderung sedikit sehingga mereka terdorong untuk berperilaku yang bertujuan agar semua orang menyayangi mereka. Oleh sebab itu, mereka biasanya berusaha menarik perhatian melalui beragam cara baik yang normal maupun yang berlebihan seperti menyakiti diri sendiri, menderita luka, ataupun meletakkan diri mereka sebagai korban agar mendapat simpati dan perhatian dari lingkungan sekitar (Grossman et al., 2007).

Pemaparan di atas menjadi alasan ketertarikan peneliti untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran perilaku mencari perhatian pada remaja akhir yang hidup dalam keluarga *broken home*?

Metode

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif fenomenologi yang menggali, menjabarkan, dan menjelaskan tentang masalah-masalah yang ada berdasarkan pengalaman dari informan penelitian. Penelitian fenomenologi adalah jenis penelitian kualitatif yang mencoba melihat dan mendengar secara detail penjelasan serta pemahaman tentang pengalaman individu (Sugiyono, 2014). Fokus perhatian fenomenologi tidak hanya pada fenomena yang dialami, tetapi juga pada pengalaman sadar pada orang pertama atau individu yang mengalaminya secara langsung.

Fokus Penelitian

Penelitian ini berfokus pada bagaimana gambaran perilaku mencari perhatian pada remaja akhir yang hidup dalam keluarga *broken home*.

Informan & Setting Penelitian

Penelitian ini melibatkan informan yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu sebuah teknik pemilihan sampel dengan menggunakan beberapa pertimbangan berdasarkan kriteria atau ciri tertentu yang diinginkan agar dapat menentukan jumlah informan yang akan diteliti. (Sugiyono, 2014). Ada dua kriteria yang digunakan sebagai dasar pemilihan informan dalam penelitian ini, yaitu: 1) Memiliki rentang usia remaja akhir (18 – 21 tahun), 2) Hidup dalam keluarga yang termasuk dalam definisi *broken home* (salah satu orang tua meninggal, orangtua bercerai, atau adanya hubungan buruk antar orangtua atau antara orangtua dan anak)

Penelitian ini melibatkan tiga orang informan remaja akhir yaitu NA, MIN, dan IH. NA memiliki latar belakang orangtua yang bercerai, ia tinggal bersama dengan nenek dan adiknya.

MIN berasal dari keluarga yang tidak harmonis, di mana orangtuanya sering bertengkar dan memiliki komunikasi yang buruk. Sedangkan IH hidup dalam keluarga yang tidak lengkap, di mana salah satu orang tuanya sudah meninggal.

Adapun data demografi informan dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Demografi Informan

	Informan 1	Informan 2	Informan 3
Nama	NA	MIN	IH
Usia	21	20	21
Gender	Wanita	Laki-laki	Wanita
Jenis <i>broken home</i> yang dialami	Orang tua berpisah (<i>divorce</i>)	Hubungan buruk antara orang tua dan anak	Salah satu orang tua meninggal

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan wawancara yang mendalam (*in-depth interview*) dan dokumentasi dalam bentuk rekaman suara, foto, dan bukti chat. Teknik wawancara yang digunakan adalah semi terstruktur. Panduan wawancara disusun berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Ferguson & Negy (2014) mengenai aspek perilaku mencari perhatian. Selain itu, wawancara juga diarahkan untuk mengungkap ciri perilaku mencari perhatian berdasarkan teori dari Sung et al (2016) dan DSM V (American Psychiatric Association, 2013). Pertanyaan yang mengungkap faktor yang mempengaruhi perilaku mencari perhatian menggunakan teori yang dikemukakan oleh Kessik & Taftazani (2021).

Metode dokumentasi digunakan terhadap data yang diperoleh dalam bentuk rekaman suara, chat tertulis maupun foto yang mengandung informasi tentang perilaku mencari perhatian. Selain itu jejak digital informan juga digunakan seperti status WA maupun Instagram. Adapun rincian proses pengambilan data dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 2. Rincian Proses Pengambilan Data

Inf	Kegiatan	Tanggal Pelaksanaan	Tempat	Durasi
NA	Wawancara pertama	Kamis, 16 Maret 2023	Kedai makan	40 menit
	Wawancara kedua	Sabtu, 27 Mei 2023	Online (Gmeet)	35 menit
MIN	Wawancara pertama	Senin, 20 Maret 2023	Warung kopi	35 menit
	Wawancara kedua	Senin, 15 Mei 2023	Warung kopi	1 jam 15 menit

IH	Wawancara pertama	Senin, 03 April 2023	Kafe	20 menit
	Wawancara kedua	Selasa, 16 Mei 2023	Kafe	45 menit

Teknik Analisis & Interpretasi Data

Proses analisis data dimulai dengan mencerna dan menelaah seluruh data yang tersedia dari berbagai sumber, baik data dari wawancara, pengamatan yang dilakukan peneliti terhadap subjek, dokumen pendukung, dan sebagainya hingga pada paparan hasil (Almanshur & Ghony, 2012). Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui proses transkripsi data, koding, kategorisasi, reduksi data, analisis ulang data, *member checking*, dan penarikan kesimpulan.

Keabsahan Data Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua teknik triangulasi untuk uji keabsahan data, yaitu yaitu: 1) Triangulasi sumber, yaitu usaha menggali kebenaran suatu informasi melalui banyak sumber. Sumber yang digunakan dalam penelitian ini adalah sumber primer (semua jenis data dan informasi dari subjek) dan sumber sekunder (dokumentasi jejak digital subjek), 2) Triangulasi waktu, yaitu pengecekan data dengan metode wawancara di waktu dan situasi yang berbeda dan dilakukan secara berulang hingga ditemukan kepastian data. Waktu yang digunakan peneliti yaitu berselang kurang lebih satu bulan dari wawancara pertama.

Hasil

Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa gambaran perilaku mencari perhatian pada masing-masing informan penelitian (NA, MIN, IH) berbeda-beda tergantung dari bentuk kondisi *broken home* yang dialami dimana dalam penelitian ini ada tiga tipe/kondisi *broken home*, pengaruh lingkungan sekitar, dan beragam faktor penyebab *attention seeking* lainnya.

Bentuk Attention Seeking

Perilaku *attention seeking* yang ditunjukkan oleh informan pertama yaitu NA adalah perilaku dramatis yakni melukai diri sendiri (*self harm*). NA menilai bahwa dirinya sudah hebat karena bisa bertahan sampai dengan saat ini meskipun terkadang muncul pikiran-pikiran negatif termasuk dorongan untuk bunuh diri. Ada kalanya informan tidak mampu menahan pikiran negatif seperti ketika orang tua sedang bertengkar, maka ia akan berujung melakukan *self harm*.

“Kalau aku memandang diri sendiri mungkin aku udah hebat, udah bisa bertahan sejauh ini. Selama 21 tahun ini hidup kan ngga mudah ya, walaupun kadang keinginan buat yaudah lah. Aku mikir kalau ngga ada aku di dunia bakalan lebih enak buat orang

sekitar aku juga, kadang si mikir gitu. Tapi ya Alhamdulillah sejauh ini masih bisa bertahan.” (N/W1:259-264).

“Self harm. Cukup sering kalau misal orang tua sedang bertengkar dan ada masalah. Cutting sama paling benturin kepala ke tembok si. Kan jadi pusing gitu kepala nya. Itu sering dilakuin kalau orang tua lagi ada masalah aja si. Lainnya ngga sampai segitunya.” (N/W1:283-285)

NA mengatakan bahwa sudah beberapa kali ia melakukan *self-harm* karena masalah orangtuanya. Ia merasa dapat menghentikan hal tersebut apabila ada orang di sekitarnya. NA melakukan *self harm* sebagai pelampiasan emosi dan juga sebagai cara agar diperhatikan oleh orang-orang di sekitarnya seperti teman dan pacarnya. Oleh karena itu, NA tidak berusaha menyembunyikan atau menutupi luka bekas *self harm* yang ia melakukan.

Berbeda dengan NA, informan kedua yakni MIN menunjukkan *attention seeking* dalam bentuk perilaku pamer seperti sering mengunggah status melalui WhatsApp dan membagikan prestasi yang diraihnya di Instagram. MIN berpendapat bahwa prestasi yang telah ia raih harus disombongkan dan ditunjukkan kepada orang lain agar tidak dipandang sebelah mata dan meningkatkan harga diri sehingga ia merasa bersinar di mata orang lain. MIN memiliki keinginan orang lain melihat bahwa ia mampu berprestasi.

“Kalau untuk upload story lebih banyak di WA karena yang melihat pun hanya orang yang dikenal dan kita simpan nomornya.” (M/W1:295-297).

“Pasti nya post di sosial media. Bahkan akan aku taruh di highlight Instagram. Iya pasti harus sombong. Untuk apa berprestasi tapi tidak disombongkan. Lantas untuk apa bersusah-susah. Kembali lagu untuk push harga diri dan menjadi bersinar. Aku ingin orang lain melihat bahwa aku bisa dan aku mampu berprestasi.” (M/W1:308-316).

“Di saat tertentu saja. Ada beberapa waktu yang memang mengharuskan aku untuk mendominasi dan menunjukkan kelebihan yang aku miliki ke orang lain agar tidak dipandang rendah dan sebelah mata. Aku ingin menunjukkan kalau aku bisa dan punya ide yang baik.” (M/W1:319-323)

MIN menambahkan bahwa ia akan mencari dukungan melalui media sosial jika ia tidak mendapat dukungan atau validasi secara langsung sesuai keinginannya. dan sejauh ini ia selalu mendapatkan validasi dan juga atensi dari orang lain. Kadang ia juga melakukan upaya romantisasi sebuah pencapaian untuk memperoleh sensasi baru agar mendapatkan perhatian dari orang lain. Lebih lanjut, MIN menambahkan bahwa sebenarnya ia membutuhkan banyak teman untuk memperluas jejaring dan masa depan yang lebih cerah. Ia lebih suka bepergian ke tempat

yang sepi namun tidak sendiri. Selain itu, ia juga menyukai situasi di mana ia menjadi pusat perhatian dari lingkungan sosial dan pertemanan karena menyenangkan. Dalam berteman, MIN lebih memilih orang yang usianya lebih tua darinya agar ia lebih banyak dimanja dan mendapat perhatian. Sedangkan di kalangan teman sebaya, ia merasa lebih menjadi sosok yang menghibur teman-teman yang lain.

Informan ketiga, yakni IH tidak menunjukkan indikasi yang nyata tentang adanya perilaku *attention seeking*. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada informan IH dapat ditemukan bahwa perilaku yang ditunjukkan cenderung normal dan tidak berlebihan. Informan IH memang membutuhkan perhatian dan validasi, namun terhitung masih wajar dan normal. Justru ada beberapa hal yang mana informan IH merasa bahwa ia belum memiliki kemampuan sebaik teman-temannya yang lain.

“Dari dulu saya memang lebih senang dengan kegiatan di luar rumah ataupun kegiatan lapangan daripada di dalam. Bikin jenuhnya itu karena ketemu orang yang sama dan itu aja, yang akhirnya bikin saya jenuh dan ngga bisa beraktifitas lebih.” (I/W2:9-12). “Karena saya butuh pengalaman dan aktivitas yang lain jadi lebih pilih di luar rumah.” (I/W2:14-15). “Lebih membaur saja semuanya, hanya dasar saja tidak dekat.” (I/W1:73). “Hm, tidak juga. Terkadang lebih senang sendiri.” (I/W1:152)

Faktor Penyebab Perilaku Attention Seeking

Lebih lanjut, terkait faktor penyebab para informan memiliki perilaku *attention seeking*, beberapa faktor yang ditemukan pada informan NA, MIN, dan IH yaitu perasaan takut kehilangan. NA merasa takut kehilangan dan akhirnya berusaha menarik perhatian orang lain agar ia tidak mengalami kembali rasa kehilangan. NA mengatakan bahwa saat ini hanya satu harapan bagi diri sendiri, keluarga maupun teman, yaitu keinginan agar semua orang tetap bertahan bersamanya dan tidak ada yang pergi lagi. Hal ini dikarenakan NA merasa masih banyak yang ingin ia capai bersama dengan orang lain.

Faktor selanjutnya adalah pola asuh orang tua. Orangtua NA masih memiliki konflik sehingga tak jarang membuat ia merasa tertekan. Saat ini, NA tinggal terpisah dengan kedua orang tua dan ia tinggal bersama dengan nenek dan adiknya. Ia hampir tidak pernah bepergian dengan orang tua dan tidak memiliki waktu untuk *family time*. NA menambahkan bahwa sejak kecil ia dididik dengan keras oleh orang tua terutama Ibunya. Ketika menginginkan sesuatu, ia harus berusaha dengan keras agar tercapai dan tidak dimanja. NA merasa lebih sering dididik

menggunakan emosi daripada afeksi. Ia juga pernah dididik dengan keras secara fisik yaitu ditampar oleh ibunya ketika ia membuat kesalahan yang dianggap besar atau menyinggung.

NA mengungkapkan bahwa ia lebih nyaman berada di luar rumah daripada di dalam rumah. Ia menjelaskan bahwa dirinya memang tidak terlalu suka di dalam rumah dan ingin jalan-jalan ke luar, dan bergaul dengan orang lain karena berada di luar membuat ia tertawa lebih bebas.

“Ikutan ngobrol sama keluarga kadang. Tapi kalau emang dirasa ngga ada obrolan ya udah ngga ngobrol, di kamar aja.” (N/W2:10-12).

“Kalau kumpul dalam artian pergi bareng itu malah hampir ngga pernah sih, jarang banget malahan ngga pernah. Cuma kalau untuk sekedar makan-makan paling di rumah si sama eyang sama adek. Jadi ngga pernah ada waktu yang benar-benar untuk family time.” (N/W2:15-19)

Informan MIN merasakan ia mendapatkan didikan yang cukup keras dari dari orangtua sejak kecil. Ia juga cenderung merasa diabaikan dan jarang diajak berkomunikasi. Informan MIN mengatakan bahwa komunikasinya dan orang tua tidak ada yang spesial. Hampir tidak ada obrolan yang dalam (*deeptalk*) dengan alasan bahwa ia tidak mendapat respon yang baik dari orang tua dan sering diabaikan. Komunikasi yang terjalin antara MIN dan orangtua hanya terjadi untuk membicarakan hal-hal sepele dan bukan untuk hal yang besar dan mendalam. MIN juga merasa waktu berkumpul dengan keluarga terbatas hanya pada saat tertentu saja perayaan hari besar.

“Ngga deeptalk, males juga sih. Karena ngga direspon dengan baik juga si, jadi ya lebih baik ngga usah ngobrol. Kalau dulu kan main hp terus, apalagi waktu HP dipegang orang tua pertama kali. Terus sering scroll tiktok, kalau udah capek kerja pasti emosinya tinggi, males ngomong sama aku. jadi kek, yaudah lah biarin aja.” (M/W2:47-53).

“Untuk interaksi dan komunikasi ya ngga ada waktu khusus. lebih ke random aja si. Kalau keluarga lain kan bisa ngobrol di meja makan atau ngga keluar cari makan bareng. Kalau keluargaku ngga nentu. Misal nih lagi di dapur, tiba-tiba ngobrol. Mah, besok minta duit ada tes kesehatan. Jadi random aja. Misal jam 12 malem, mamah baru balik kerja ya udah ngobrolnya disitu. Ngga ada momen khusus untuk ngobrol.” (M/W2:56-62)

MIN menilai bahwa orangtuanya menerapkan pola asuh pengabaian. Ia merasa bahwa ia diberikan kebebasan yang terlalu besar oleh orang tua dan tidak ada perubahan pola asuh yang ia rasakan sejak dulu hingga sekarang. MIN menilai bahwa orangtuanya kurang memberi aturan

yang tegas tentang benar dan salah. Ia tidak dididik untuk meminta maaf ketika melakukan kesalahan. Tidak ada cara khusus yang diajarkan oleh keluarga dalam hal penyelesaian masalah, sehingga banyak masalah yang cenderung dilupakan dan ia tidak diajari untuk meminta maaf setelah pertengkaran. Kerenggangan yang sudah terbentuk antara MIN dan keluarga membuatnya mencari perhatian di luar. Ia menilai tidak ada lagi kondisi keluarganya yang perlu diperbaiki untuk kedepannya.

Hasil wawancara yang diperoleh dari informan IH menunjukkan bahwa ia berkomunikasi dengan keluarganya seperlunya saja. Ia mengungkapkan bahwa orangtua jaeang menanyakan kabar, ketika berkomunikasi justru salah faham dan tidak adanya komunikasi yang intens. Ia mendeskripsikan bahwa berkumpul dengan keluarga merupakan momen yang jarang terjadi, ia juga merasa mereka selalu sibuk sehingga mereka bukanlah orangtuanya.

“Kebetulan kan ini saya kuliah dibiayai oleh keluarga dari ibu. Jadi ya kalau mau komunikasi sepeentingnya saja dan tidak terlalu bertele-tele. Sekedar bertanya kabar pun jarang. Terkadang malah hampir misscom. Ngga, sejauh ini belum ada komunikasi intens.” (I/W2:29-34).

“Ya mungkin karena itu dari diri saya juga. Saya berpikir bahwa mereka bukan orang tua saya terus juga dari keluarga sana tidak ada waktu, selalu sibuk.” (I/W2:36-38).

“Kalau di rumah itu, lebih ke jarang si. Paling ngga kalau hari raya, baru semua kumpul. Selain dari kesibukan, jaraknya yang saling berjauhan. Kalau kumpul bersama biasanya di rumah pusaka, rumah peninggalan bapak ibu.” (I/W2:41-47)

Diskusi

Penelitian yang dilakukan pada remaja akhir yang hidup dalam keluarga *broken home* menunjukkan adanya beberapa temuan. **Temuan pertama** dari penelitian ini adalah remaja akhir yang berasal dari latar belakang keluarga *broken home* memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari orang-orang yang ada di sekitarnya. Perilaku *attention seeking* dari orang lain yang dilakukan adalah dampak apabila perhatian tersebut tidak didapatkan di rumah. Cara untuk mendapatkan perhatian dapat diwujudkan dalam berbagai tindakan, beberapa di antaranya cenderung negatif dan merugikan diri sendiri maupun orang lain seperti *self harm*, *spam chat*, dan juga perilaku pamer di media sosial. Informan yang lebih cenderung melakukan *attention seeking* adalah informan yang berasal dari keluarga dengan latar belakang perceraian dan juga hubungan anak dengan orang tua yang tidak terjalin dengan baik.

Sedangkan pada informan yang hidup dengan orang tua tunggal tidak menunjukkan perilaku *attention seeking* yang menonjol.

Perilaku *attention seeking* yang dilakukan para informan dapat dipahami sebagai penyaluran emosi agar terhindar dari rasa kosong (*emptiness*), depresi, stress, ketidakmampuan menghadapi kenyataan, mengurangi rasa tertekan, dan dorongan untuk diakui keberadaannya oleh orang lain. Romas (2012) mengemukakan bahwa individu yang kurang memiliki kemampuan mekanisme koping yang adaptif akan memilih strategi perilaku yang maladaptif dalam penyaluran emosi. Satu di antara perilaku maladaptif tersebut adalah menyakiti diri sendiri (*self injury*).

Penjelasan tersebut sejalan dengan pendapat Walsh (2012) yang mengungkapkan bahwa perilaku menyakiti diri sendiri adalah perilaku yang kuat dan bersifat candu (adiksi). Secara umum, perilaku tersebut disebabkan oleh konflik yang terjadi dalam keluarga. Di samping itu, tindakan menyakiti diri merupakan bentuk ekspresi perasaan seseorang, di mana rasa kosong dan merasa sulit dipahami oleh orang lain adalah kondisi yang paling umum ditemui (Karimah, 2021)

Hal di atas sesuai dengan pendapat yang diungkapkan oleh Walsh (2012) bahwa perilaku menyakiti diri sendiri merupakan perilaku yang kuat dan sifatnya berulang (adiksi). Penyebab umum dari perilaku tersebut adalah konflik yang terjadi dengan keluarga. Selain itu, tindakan seseorang untuk menyakiti diri sendiri adalah bentuk ungkapan dari perasaan mereka. Umumnya, mereka yang senang menyakiti diri sendiri merupakan orang-orang yang merasa kosong dan merasa sulit dipahami oleh orang lain (Karimah, 2021).

Ada banyak cara lain yang dilakukan oleh para informan untuk mendapatkan perhatian dari orang lain. Sebagaimana yang telah dilakukan oleh informan NA dengan tindakan *self-harm*, mereka juga melakukan tindakan lain untuk mendapatkan perhatian. Misalnya, untuk informan NA ia merasa senang untuk bertingkah manja dan terkesan seperti anak kecil terhadap teman dekat dan juga pasangan. Karena informan NA tidak ingin kehilangan seseorang lagi, ia merasa sudah cukup banyak merasa kehilangan. Lain halnya dengan informan MIN yang mengatakan bahwa ia mencari perhatian dengan membuat keramaian sendiri ketika bersama teman-teman, sering membagikan kegiatan keagamaannya di tempat ibadah lain untuk menarik perhatian orang, dan juga berteman dengan yang lebih tua agar dimanja.

Menurut Sung et al., (2016), perilaku mencari perhatian memiliki beberapa ciri atau indikator tertentu, seperti berusaha menarik perhatian dari lingkungan sekitar terutama lawan jenis, rasa percaya diri yang diperoleh dari respon orang lain, keinginan untuk terkenal dan diketahui orang lain, memiliki dorongan yang cukup besar untuk dapat diakui oleh orang lain, dan senang memamerkan hal yang ada pada dirinya.

Hal tersebut diperjelas oleh DSM-V (American Psychiatric Association, 2013) yang juga menyebutkan beberapa ciri kecenderungan perilaku mencari perhatian, yaitu: merasa tidak nyaman jika tidak menjadi pusat perhatian, senang menggoda dan bersikap provokatif, bersikap dramatis dan emosi bersifat fluktuatif, sangat mengutamakan penampilan fisik, senang mencari persetujuan dan validasi dari orang lain, mudah terpengaruh, sensitif terhadap kritik, cepat bosan akan hal yang ia lakukan, cenderung berpikiran pendek, membuat keputusan yang tidak jelas, bersikap egois, dan tidak bisa mempertahankan suatu hubungan, bahkan nekad melakukan hal ekstrem seperti mengancam bunuh diri agar mendapatkan perhatian.

Remaja yang hidup dalam keluarga *broken home* biasanya sangat peka terhadap pertanyaan yang muncul dari teman atau orang lain, mereka juga sangat mengapresiasi suatu hubungan baik antar dirinya dengan pasangan atau teman. Mereka sangat pemilih dalam hal teman atau pasangan karena tidak ingin mengalami rasa kehilangan lagi (Adristi, 2021). Remaja akhir memiliki kejelasan ingatan terhadap masa lalunya. Ingatan tentang bagaimana keluarganya berpisah akan terbawa meskipun kejadian tersebut terjadi saat anak masih berusia kecil (Adristi, 2021). Meskipun luka yang timbul karena perpisahan tersebut tidak lagi dirasakan oleh anak namun kenangan masa lalu itu akan tetap membekas dengan jelas

Temuan kedua yaitu mengenai faktor penyebab perilaku mencari perhatian pada remaja akhir yang hidup dalam keluarga *broken home*. Faktor paling utama yaitu pola asuh keluarga. Ketegangan yang terjadi antar kedua orangtua dalam keluarga *broken home* akan mengakibatkan anak merasa tidak memperoleh kasih sayang dan perlindungan. Hal ini penting sekali untuk perkembangan normal seorang anak. Kedua orangtua berperan dalam sosialisasi anak sebab setiap orangtua akan menafsirkan aturan dalam masyarakat bersamaan dengan pertumbuhan anak, sehingga anak dalam kondisi keluarga tidak harmonis condong ingin menyakiti diri sendiri (Karimah, 2021)

Temuan ketiga yang didapatkan dari penelitian adalah perilaku informan dengan latar belakang keluarga *broken home* tidak hanya bersikap negatif saja. Biasanya, remaja dengan

keluarga *broken home* cenderung merasa sedih, malu, dan minder karena kondisi keluarganya. Kondisi ini ditambah dengan adanya tekanan yang mengharuskan mereka mampu beradaptasi dengan situasi yang dihadapi. Namun, dalam penelitian ini ditemukan bahwa mereka juga memiliki sikap positif seperti motivasi belajar yang kuat dan mendapatkan prestasi. Meskipun demikian, alasan mereka mendapatkan prestasi adalah untuk menjadi *spotlight*, mendapat pengakuan dan validasi dari orang lain. Selain itu, banyak hal lain yang dapat mereka lakukan sebagai cara mereka untuk mendapat perhatian.

Stigma yang masih melekat di masyarakat mengenai remaja yang berasal dari keluarga *broken home* cenderung buruk. Hal ini perlu diubah karena banyak anak yang hidup dalam *broken home* mampu mengukir prestasi di sekolah. Remaja dari keluarga *broken home* mungkin dapat tumbuh menjadi anak yang kuat dan mandiri. Kondisi dan suasana yang tidak harmonis dalam keluarga memacu agar anak dapat bertahan dalam situasi yang tidak mudah.

Masa lalu yang buruk berupa kehilangan keutuhan keluarga membuat anak menjadi lebih tabah saat menghadapi beragam masalah di masa yang akan datang. Hal ini akan mengubah anak menjadi individu yang lebih tahan banting dalam keadaan apapun, meskipun respon yang muncul dapat positif seperti kemampuan mengontrol emosi maupun negatif di mana anak akan mendapat kesan buruk dari masyarakat (Adristi, 2021).

Sulit untuk diingkari bahwa salah satu masalah paling berat yang mungkin dihadapi anak adalah kondisi keluarga yang sudah tidak utuh lagi adalah perolehan prestasi akademik anak di sekolah. Siswa yang berasal dari keluarga *broken home* pada umumnya mendapat prestasi akademik yang rendah. Meskipun demikian, masih ada anak yang hidup dalam keluarga bercerai yang tidak menunjukkan perilaku yang buruk. Hal ini tergantung juga dari motivasi berprestasi yang mereka miliki. Motivasi dapat diperoleh dari dalam diri maupun dari orang lain. Jadi tidak dapat digeneralisasikan bahwa motivasi berprestasi mereka buruk (Ermayani et al., 2021).

Lebih lanjut, Baskoro (2008) mengemukakan bahwa kondisi keluarga yang *broken home* dapat mendorong anak ke arah yang positif di mana anak menjadi lebih optimis dalam menghadapi masa depannya. Dalam hal ini, anak dapat memiliki prestasi yang bagus dalam bidang akademiknya, serta memiliki kemampuan dalam berorganisasi. Pendapat tersebut menjadi bukti bahwa sebenarnya latar belakang *broken home* tidak selalu memiliki dampak buruk bagi remaja. Justru sebaliknya, latar belakang *broken home* dapat menjadi dorongan positif

bagi remaja salah satunya yakni untuk terus berprestasi dan mendapat hidup lebih baik lagi di masa depan.

Ada beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Pertama, karena tema yang diteliti berkonotasi negatif, maka informan yang diperoleh cenderung terbatas. Keterbatasan informan menyebabkan dinamika yang diperoleh tentang perilaku mencari perhatian juga kurang mendalam dan bervariasi. Keterbatasan kedua adalah kajian pustaka tentang perilaku mencari perhatian pada remaja yang masih belum banyak. Sejauh ini, perilaku mencari perhatian yang sering diteliti adalah pada anak-anak. Akibatnya, pembahasan dalam penelitian ini masih belum maksimal secara teoritis.

Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa informan melakukan berbagai macam cara untuk memperoleh perhatian. Ada cara negatif yang cenderung merugikan diri sendiri dan orang lain, ada juga cara positif yaitu dorongan untuk meraih prestasi, meskipun hal tersebut dilatarbelakangi oleh kebutuhan akan pengakuan. Beberapa bentuk perilaku mencari perhatian yang muncul adalah keinginan untuk dikenal, diketahui, diakui dan bersikap pamer kepada orang lain. Keinginan tersebut terwujud dalam berbagai bentuk tingkah laku skala kecil seperti menyombongkan prestasi yang diperoleh, *spam chat*, dan *upload story* secara berlebihan sampai dengan skala besar seperti menyakiti diri sendiri (*self-harm*) dengan tujuan memperoleh perhatian dan pengakuan dari orang lain. Walaupun demikian, perilaku mencari perhatian yang muncul pada remaja akhir yang hidup dalam keluarga *broken home* tidak selalu mengarah pada hal yang negatif. Di balik seluruh hal yang mereka lakukan untuk memperoleh pengakuan dan terlihat di mata orang lain, ada hal positif yakni berusaha mendapat prestasi terlepas dari apapun tujuannya.

Salah satu faktor yang memunculkan perilaku mencari perhatian pada remaja akhir tersebut adalah perasaan kekurangan perhatian dan kasih sayang dari orang tua. Kondisi ini yang berpengaruh terhadap kehidupan dan perilaku remaja, sehingga membawa remaja pada hal lain yang bertujuan untuk memperoleh perhatian yang belum pernah ia peroleh sebelumnya. Faktor lain yang menjadi penyebab kemunculan perilaku mencari perhatian pada remaja adalah pola asuh yang diterapkan dalam keluarga, pengaruh lingkungan, dan juga faktor internal pada diri remaja itu sendiri.

Saran

Berdasarkan keterbatasan penelitian ini, maka beberapa saran yang dapat diberikan adalah; 1) Informan diharapkan memperoleh pengetahuan dan pemahaman yang mendalam tentang dinamika perilaku mencari perhatian. Pengetahuan tersebut akan menjadi langkah awal untuk mencegah dan mengantisipasi kerugian yang mungkin terjadi akibat dari perilaku yang muncul dari dorongan mencari perhatian karena kondisi keluarga broken home, 2) Bagi keluarga dan orangtua, hasil penelitian ini diharapkan menjadi tambahan referensi dan sudut pandang baru bagi orangtua sebagai pihak terdekat anak, sehingga dapat memberikan pendampingan dan dukungan bagi anak sesuai dengan tahap perkembangannya selain juga memantau tumbuh kembang anak secara lebih baik, 3) Bagi masyarakat atau khalayak umum, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi yang menambah dan memperkaya wawasan sehingga meningkatkan kesadaran agar berempati terhadap remaja akhir yang hidup dalam keluarga *broken home* serta kemungkinan munculnya perilaku mencari perhatian pada mereka, dan 4) Bagi peneliti selanjutnya diharapkan menyempurnakan penelitian ini dengan menerapkan batasan yang lebih jelas terhadap konteks broken home yang akan diteliti agar mendapat gambaran yang lebih jelas dan mendetail. Selain itu, peneliti selanjutnya juga diharapkan memperbanyak studi pustaka sehingga dapat lebih cermat dalam membuat rumusan permasalahan terkait kondisi *broken home* dan perilaku mencari perhatian. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi tambahan referensi atau temuan baru yang dapat dikembangkan menjadi teori yang terkait dengan perilaku mencari perhatian maupun keluarga *broken home*.

Bibliography

- Adristi, S. P. (2021). *Peran Orang Tua pada Anak dari Latar Belakang Keluarga Broken Home*. 1(2).
- Amalia, & Rositawati, S. (2020). Studi Deskriptif Self-Compassion Anak yang Orangtuanya Bercerai Saat Remaja pada Anggota Komunitas Broken Home Bandung. *Jurnal Psikologi*, 6(1), 52–56.
- Baskoro, A.K. 2008. *Hubungan Antara Persepsi Terhadap Perceraian Orang Tua Dengan Optimisme Masa Depan Pada Remaja Korban Perceraian*. Surakarta : Universitas Muhammadiyah
- Cholid, N. (2021). *Pengaruh Broken Home terhadap Anak*. 6(1), 1–14.

- Darmawant, R. R. (2023). Pola Asuh Orangtua Dalam Membentuk Karakter Anak. *Jurnal Elementary*, 2(2), 72–82.
- Ermayani, N., Nurhasela, N., & Marleni, L. (2021). Analisis Perbedaan Belajar Terhadap Siswa yang Berasal Dari Keluarga Broken Home. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 3(1), 110–116. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v3i1.1446>
- Fauzan, A., Djunaidi, G. (2012). *Metodologi Penelitian kualitatif*. JogJakarta: Ar-Ruzz Media
- American Psychiatric Association. (2013). DSM-5 Diagnostic Classification. In *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*.
<https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596.x00diagnosticclassification>
- Grossman, T. M. and S., Millon, C., Meagher, S., & Ramnath, R. (2007). *Personality Disorders in Modern Life Second Edition*. 1–627.
- Hastuti, I. B., & Kirana, D. (2021). Kesejahteraan Psikologis Pada Individu Yang Mengalami Broken Home. *JIKI Vol 14 No.2*.
- Herawati, T., Pranaji, D. K., Pujihavuty, R., & Latifah, E. W. (2020). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Pelaksanaan Fungsi Keluarga di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 13(3), 213–227. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.3.213>
- Hurlock E.B. (2000). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Karimah, K. (2021). Kesepian dan Kecenderungan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Remaja dari Keluarga Tidak Harmonis. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 367. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i2.5978>
- Krisdayanti, V., & Maryani, N. (2021). Optimalisasi Peran Keluarga Dalam Pengembangan Psikologi Anak Era New Normal DI Desa Jaya Mekar Kota Sukabumi Jawa Barat. *Educivilia: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(1),51. <https://doi.org/10.30997/ejpm.v2i1.3616>
- Kuhlenschmidt, S. L., & Layne, L. E. (1999). Strategies for dealing with difficult behavior. *New Directions for Teaching and Learning*, 1999(77), 45–57. <https://doi.org/10.1002/tl.7705>
- Latipun. (2019). *Kesehatan Mental* . Malang: UMM Press.
- Mellor, N. (2012). *Attention Seeking: A Practical Solution for the Classroom*. <https://doi.org/10.4135/9781446214107>
- Mellor, N. (2020). *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8>

- Rochaniningsih, N. S., & Rochaniningsih, N. S. (n.d.). *The Impact Of The Sift Of Family Role And Function On Teenager's Deviant Behaviors*. 59–71
- Romas, M. Z. (2012). Self-Injury Remaja Ditinjau Dari Konsep Dirinya. *Jurnal Psikologi* (Vol. 8, Issue 1, pp. 40–51).
- Soetjningsih. 2010. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Sung, Y., Lee, J. A., Kim, E., & Choi, S. M. (2016). Why we post selfies: Understanding motivations for posting pictures of oneself. *Personality and Individual Differences*, 97, 260–265. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.032>
- Walsh, B. W. (2012). *Treating self-injury, second edition: a practical guide*. New York: The Guilford Press.
- Wulandri, D., & Fauziah, N. (2019). Pengalaman Remaja Korban Broken Home (Studi Kualitatif Fenomenologis). *Empati*, 8(1), 1–9.