

PENERIMAAN DIRI PADA MAHASISWA *BROKEN HOME* DI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

Azzahra Anggun Salsabila¹, Faqih Purnomosidi², Sri Ernawati³

^{1,2}Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora dan Seni, Universitas Sahid Surakarta
azahraanggun157@gmail.com

ABSTRACT

Students from broken homes are likely to experience various psychological dynamics that influence their self-acceptance. Self-acceptance is a crucial aspect of mental health, adjustment, and academic and social functioning. This study aims to explore the self-acceptance process among students from broken homes at Sahid University, Surakarta, and to identify the influencing factors and their impact on their daily lives. This study employed a qualitative approach with a case study method. The subjects were seven active students aged 18–23 from broken homes, selected using a purposive sampling technique. Data were collected through in-depth semi-structured interviews, observation, and documentation. Data validity was strengthened by triangulation of sources and methods, while data analysis employed the Miles and Huberman model. The results indicate that self-acceptance among students from broken homes is a gradual process that begins with self-awareness, followed by acceptance of the past, the development of a positive attitude toward oneself, and the ability to establish more adaptive social relationships. Internal factors such as self-understanding and emotional maturity, as well as external factors such as social support from peers and the campus environment, play an important role in shaping self-acceptance. Good self-acceptance positively impacts students' resilience, self-confidence, and academic and social adaptability.

Keywords: *self-acceptance, students, broken homes, mental health.*

ABSTRAK

Mahasiswa yang berasal dari keluarga broken home berpotensi mengalami berbagai dinamika psikologis yang memengaruhi proses penerimaan diri. Penerimaan diri merupakan aspek penting dalam menunjang kesehatan mental, penyesuaian diri, serta keberfungsian akademik dan sosial mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi proses penerimaan diri pada mahasiswa broken home di Universitas Sahid Surakarta, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi dan dampaknya dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Subjek penelitian berjumlah tujuh mahasiswa aktif berusia 18–23 tahun yang berasal dari keluarga broken home, dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur, observasi, dan dokumentasi. Keabsahan data diperkuat dengan teknik triangulasi sumber dan metode, sedangkan analisis data menggunakan model Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerimaan diri pada mahasiswa broken home merupakan proses bertahap yang diawali dengan kesadaran diri, diikuti penerimaan terhadap masa lalu, berkembangnya sikap positif terhadap diri sendiri, serta kemampuan menjalin hubungan sosial yang lebih adaptif. Faktor internal seperti pemahaman diri dan kematangan emosional, serta faktor eksternal berupa dukungan sosial teman sebaya dan lingkungan kampus, berperan penting dalam membentuk penerimaan diri. Penerimaan diri yang baik berdampak positif terhadap peningkatan resiliensi, kepercayaan diri, serta kemampuan adaptasi akademik dan sosial mahasiswa.

Kata kunci: *penerimaan diri, mahasiswa, broken home, kesehatan mental.*

A. Pendahuluan

Keluarga merupakan institusi sosial pertama yang memiliki peran fundamental dalam membentuk perkembangan psikologis individu. Sejak masa kanak-kanak, keluarga menjadi ruang utama tempat individu belajar mengenai kasih sayang, regulasi emosi, nilai moral, serta pola interaksi sosial. Kualitas relasi dalam keluarga berkontribusi besar terhadap pembentukan konsep diri, rasa aman, dan identitas personal. Lingkungan keluarga yang harmonis umumnya ditandai dengan komunikasi yang terbuka, dukungan emosional yang konsisten, serta adanya rasa saling menghargai antaranggota keluarga. Kondisi tersebut memungkinkan individu tumbuh dengan rasa percaya diri dan stabilitas psikologis yang memadai.

Namun demikian, realitas sosial menunjukkan bahwa tidak semua individu tumbuh dalam keluarga yang utuh dan berfungsi optimal. Perubahan sosial, tekanan ekonomi, konflik interpersonal, serta dinamika relasi suami-istri dapat menyebabkan disfungsi keluarga. Salah satu bentuk disfungsi keluarga yang cukup banyak ditemukan adalah kondisi *broken home*. Istilah *broken home* merujuk pada

situasi ketika struktur dan fungsi keluarga mengalami gangguan, baik karena perceraian, konflik berkepanjangan, ketidakhadiran salah satu orang tua secara fisik maupun emosional, maupun kegagalan keluarga dalam menjalankan fungsi pengasuhan secara efektif (Willis, 2010). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada struktur keluarga, tetapi juga memengaruhi perkembangan emosi dan pembentukan identitas anak.

Anak yang tumbuh dalam keluarga *broken home* berpotensi menghadapi pengalaman emosional yang kompleks, seperti perasaan kehilangan, kekecewaan, kemarahan, ketidakamanan, hingga rasa bersalah. Pada beberapa kasus, pengalaman tersebut dapat memunculkan penurunan harga diri, kesulitan dalam mempercayai orang lain, serta hambatan dalam menjalin relasi interpersonal yang sehat. Dampak psikologis ini tidak selalu berhenti pada masa remaja, tetapi dapat terbawa hingga masa dewasa awal, termasuk ketika individu memasuki dunia perkuliahan.

Mahasiswa sebagai individu yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal (sekitar usia 18–25 tahun)

memiliki tugas perkembangan yang cukup menantang. Pada fase ini, individu dituntut untuk membangun kemandirian emosional, menentukan arah hidup, memperjelas identitas diri, serta mengembangkan relasi sosial yang lebih matang. Menurut teori perkembangan psikososial, fase dewasa awal berkaitan erat dengan pembentukan identitas yang stabil dan kemampuan menjalin hubungan intim yang sehat. Bagi mahasiswa yang berasal dari keluarga broken home, proses ini dapat menjadi lebih kompleks karena mereka harus berhadapan dengan pengalaman emosional masa lalu yang belum sepenuhnya terselesaikan.

Dalam konteks tersebut, kemampuan penerimaan diri (*self-acceptance*) menjadi aspek psikologis yang sangat penting. Penerimaan diri bukan sekadar sikap pasrah terhadap kondisi hidup, melainkan kemampuan individu untuk mengakui, memahami, dan menerima dirinya secara utuh, termasuk pengalaman masa lalu yang tidak menyenangkan. Ryff dan Keyes (2020) menempatkan penerimaan diri sebagai salah satu dimensi utama kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik cenderung

menunjukkan kestabilan emosi, harga diri yang sehat, serta kemampuan beradaptasi terhadap tekanan hidup.

Secara konseptual, penerimaan diri mengandung unsur pengakuan realistis terhadap kelebihan dan kekurangan pribadi. Individu yang menerima dirinya tidak menolak sisi negatif yang dimiliki, tetapi juga tidak membiarkan kekurangan tersebut mendominasi identitas diri. Willis (2014) menjelaskan bahwa penerimaan diri berkaitan dengan kemampuan individu untuk hidup berdampingan dengan karakteristik dirinya sendiri tanpa terus-menerus merasa terancam atau tertekan oleh standar sosial yang tidak realistis. Dalam konteks mahasiswa broken home, penerimaan diri berarti kemampuan untuk berdamai dengan latar belakang keluarga dan tidak menjadikannya sebagai sumber stigma atau penghambat perkembangan diri.

Aspek pertama dalam penerimaan diri adalah kesadaran diri (*self-awareness*). Kesadaran diri mencerminkan kemampuan individu untuk mengenali kondisi internalnya, termasuk emosi, nilai, kekuatan, dan keterbatasan yang dimiliki. Santrock (2011) menyatakan bahwa kesadaran diri merupakan fondasi penting dalam pembentukan identitas pada masa

dewasa awal. Individu yang memiliki kesadaran diri cenderung lebih reflektif dan mampu mengevaluasi pengalaman hidupnya secara lebih objektif. Dalam situasi broken home, kesadaran diri membantu mahasiswa memahami bagaimana pengalaman keluarga memengaruhi cara berpikir dan berperilaku mereka.

Aspek kedua adalah penerimaan terhadap masa lalu. Penerimaan ini melibatkan proses integrasi pengalaman hidup ke dalam struktur identitas diri. Pengalaman konflik keluarga, perceraian, atau ketidakhadiran orang tua sering kali meninggalkan jejak emosional yang mendalam. Jika pengalaman tersebut tidak diolah secara adaptif, individu dapat mengalami penolakan diri atau menyalahkan diri atas kondisi keluarga. Ryff (2020) menekankan bahwa penerimaan diri mencakup kemampuan untuk memandang masa lalu secara seimbang, tanpa terjebak dalam rasa dendam atau penyesalan berkepanjangan. Dalam konteks mahasiswa broken home, penerimaan masa lalu menjadi titik krusial dalam membangun keseimbangan psikologis.

Aspek ketiga adalah sikap positif terhadap diri sendiri. Sikap ini berkaitan erat dengan konsep harga diri (*self-*

esteem) dan welas asih terhadap diri (*self-compassion*). Neff (2016) menjelaskan bahwa individu yang memiliki welas asih terhadap diri mampu memperlakukan dirinya dengan penuh pengertian ketika menghadapi kegagalan atau kesulitan. Mahasiswa broken home yang mampu mengembangkan sikap positif terhadap diri cenderung tidak lagi memandang latar belakang keluarga sebagai kelemahan, melainkan sebagai bagian dari perjalanan hidup yang membentuk ketangguhan mereka.

Selain faktor internal, penerimaan diri juga dipengaruhi oleh faktor eksternal, khususnya dukungan sosial. Dukungan sosial dari teman sebaya, dosen, maupun lingkungan kampus dapat menjadi faktor protektif yang membantu mahasiswa mengembangkan pandangan positif terhadap diri. Lingkungan yang inklusif dan suportif memungkinkan individu merasa diterima tanpa stigma terhadap latar belakang keluarganya. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya berperan signifikan dalam meningkatkan penerimaan diri mahasiswa yang memiliki pengalaman keluarga tidak utuh (Lestari & Suryani, 2018). Dukungan sosial membantu individu

membangun rasa memiliki (*sense of belonging*) yang penting dalam pembentukan identitas.

Kendati demikian, tidak semua mahasiswa broken home memiliki dinamika psikologis yang sama. Sebagian individu mampu menunjukkan resiliensi tinggi dan menjadikan pengalaman keluarga sebagai motivasi untuk berkembang. Mereka melihat pengalaman sulit sebagai pembelajaran yang memperkuat karakter. Di sisi lain, terdapat pula mahasiswa yang mengalami hambatan berupa perasaan minder, kesulitan membangun kepercayaan dalam relasi, atau kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Perbedaan ini menunjukkan bahwa proses penerimaan diri sangat dipengaruhi oleh interaksi antara faktor internal dan eksternal.

Dalam kerangka teoritis yang lebih luas, penerimaan diri dapat dipahami sebagai bagian dari proses integrasi identitas. Individu yang mampu mengintegrasikan pengalaman positif dan negatif ke dalam konsep diri yang utuh akan memiliki struktur identitas yang lebih stabil. Integrasi ini memungkinkan individu untuk memandang dirinya sebagai pribadi

yang bernilai, terlepas dari latar belakang keluarga. Dengan demikian, penerimaan diri berfungsi sebagai mekanisme psikologis yang membantu individu mengurangi konflik internal dan meningkatkan kesejahteraan emosional.

Kajian terhadap mahasiswa broken home menjadi penting karena populasi ini berada pada fase perkembangan yang strategis. Perguruan tinggi tidak hanya berfungsi sebagai institusi pendidikan akademik, tetapi juga sebagai ruang perkembangan psikososial. Lingkungan kampus dapat menjadi ruang yang mendukung pembentukan identitas yang sehat apabila menyediakan sistem dukungan yang memadai. Oleh karena itu, pemahaman mengenai dinamika penerimaan diri mahasiswa broken home memiliki implikasi praktis bagi pengembangan layanan konseling dan kebijakan kesejahteraan mahasiswa.

Meskipun sejumlah penelitian telah mengkaji penerimaan diri pada remaja atau mahasiswa, masih terbatas penelitian yang secara mendalam mengeksplorasi bagaimana mahasiswa broken home memaknai pengalaman hidupnya dalam proses pembentukan penerimaan diri. Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada

hubungan antara dukungan sosial dan penerimaan diri secara kuantitatif. Pendekatan tersebut memberikan gambaran umum, tetapi belum sepenuhnya menggali pengalaman subjektif mahasiswa dalam menghadapi dinamika psikologis yang kompleks.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini berupaya mengeksplorasi secara mendalam proses penerimaan diri pada mahasiswa yang berasal dari keluarga broken home. Fokus kajian meliputi bagaimana mahasiswa membangun kesadaran diri, memaknai pengalaman masa lalu, mengembangkan sikap positif terhadap diri, serta membangun relasi sosial yang sehat. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan literatur psikologi perkembangan dan kesejahteraan psikologis, serta memberikan rekomendasi praktis bagi institusi pendidikan tinggi dalam mendukung mahasiswa dengan latar belakang keluarga broken home.

Secara keseluruhan, penerimaan diri dapat dipandang sebagai proses aktif yang melibatkan refleksi, integrasi pengalaman, serta interaksi dengan lingkungan sosial. Mahasiswa broken home yang mampu mencapai

penerimaan diri yang matang cenderung memiliki ketahanan mental yang lebih kuat, adaptasi akademik yang lebih baik, serta hubungan interpersonal yang lebih sehat. Dengan demikian, kajian mengenai penerimaan diri tidak hanya relevan dalam ranah akademik, tetapi juga memiliki nilai praktis dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis. Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada upaya memahami pengalaman subjektif mahasiswa yang tumbuh dalam keluarga broken home, khususnya dalam proses membangun penerimaan diri. Fenomenologi memungkinkan peneliti menggali makna pengalaman hidup sebagaimana dirasakan dan dimaknai oleh individu yang mengalaminya secara langsung.

Penelitian kualitatif tidak bertujuan untuk menggeneralisasi temuan secara statistik, melainkan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai dinamika psikologis yang terjadi pada partisipan. Dengan demikian, desain ini dianggap paling relevan untuk mengeksplorasi proses internal seperti

refleksi diri, pengolahan pengalaman masa lalu, serta pembentukan makna atas kondisi keluarga.

Subjek	Usia	Jenis Kelamin	Program Studi
ZK	23 Thn	Perempuan	Psikologi
AP	22 Thn	Perempuan	Farmasi
ID	22 Thn	Perempuan	Perawat
BM	22 Thn	Perempuan	DKV
HS	22 Thn	Perempuan	Psikologi
F	21 Thn	Perempuan	AB
FL	23 Thn	Perempuan	Ilkom

Tabel 1. Identitas informan utama

C. Hasil Penelitian Dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis proses penerimaan diri pada mahasiswa yang berasal dari keluarga broken home di Universitas Sahid Surakarta. Berdasarkan wawancara mendalam terhadap tujuh informan, ditemukan bahwa penerimaan diri berkembang secara bertahap melalui empat dimensi utama, yaitu: (1) kesadaran diri, (2) penerimaan terhadap masa lalu, (3) sikap positif terhadap diri sendiri, dan (4) hubungan sosial sebagai faktor protektif. Keempat dimensi tersebut saling berkaitan dan membentuk dinamika psikologis yang kompleks.

Kesadaran Diri sebagai Fondasi Penerimaan Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh informan memiliki kemampuan refleksi diri yang cukup baik. Informan mampu mendeskripsikan karakter

pribadi, mengenali kekuatan serta kelemahan diri, dan memahami pengaruh kondisi keluarga terhadap pembentukan identitasnya. Salah satu informan menyatakan:

“Saya jadi diri saya yang apa adanya, nggak memaksa buat jadi orang lain demi diterima.” (ZK)

Pernyataan ini menunjukkan adanya penerimaan terhadap identitas personal tanpa tekanan konformitas sosial berlebihan. Secara teoretis, Santrock (2011) menjelaskan bahwa masa dewasa awal merupakan fase penting dalam pembentukan identitas diri. Dalam konteks mahasiswa broken home, pengalaman konflik keluarga mendorong individu melakukan refleksi diri lebih awal dan lebih mendalam.

Temuan ini mengindikasikan bahwa broken home tidak secara otomatis menyebabkan disfungsi identitas, melainkan dapat memicu proses eksplorasi diri yang lebih intensif. Kesadaran diri berperan sebagai mekanisme regulasi awal yang memungkinkan individu memahami posisinya secara realistis sebelum mencapai penerimaan diri yang lebih matang.

Penerimaan terhadap Masa Lalu sebagai Proses Rekonstruksi Makna
Seluruh informan mengungkapkan

bahwa pengalaman broken home menimbulkan emosi negatif seperti marah, sedih, kecewa, dan perasaan kehilangan. Namun, sebagian besar menyatakan bahwa mereka telah sampai pada tahap berdamai dengan masa lalu.

“Saya menerima rasa sakitnya sampai saya berdamai dengan semua itu.” (ZK)

“Saya sadar orang tua saya juga manusia yang punya salah.” (AP)

Temuan ini menunjukkan adanya proses rekonstruksi makna (meaning reconstruction) terhadap pengalaman keluarga. Menurut Ryff dan Keyes (2020), self-acceptance mencakup kemampuan menerima seluruh pengalaman hidup sebagai bagian dari identitas diri. Individu yang mampu melakukan integrasi pengalaman masa lalu menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih stabil.

Proses ini juga dapat dipahami sebagai bentuk cognitive reappraisal, yaitu perubahan cara individu memaknai pengalaman negatif sehingga mengurangi tekanan emosional. Dengan demikian, penerimaan diri pada mahasiswa broken home bukan sekadar penerimaan pasif, melainkan proses aktif restrukturisasi kognitif dan emosional.

Sikap Positif terhadap Diri dan Perkembangan Resiliensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah melalui proses refleksi dan penerimaan masa lalu, informan mulai mengembangkan sikap positif terhadap diri sendiri. Mereka merasa bangga mampu bertahan dan menyelesaikan pendidikan meskipun berasal dari keluarga yang tidak utuh.

“Saya bangga karena saya masih bertahan hingga saat ini.” (HS)

“Aku sedang belajar mencintai diri sendiri.” (F)

Temuan ini menunjukkan adanya peningkatan self-worth dan self-compassion. Neff (2016) menyatakan bahwa penerimaan diri melibatkan kemampuan untuk tidak menghakimi diri secara berlebihan dan memperlakukan diri dengan welas asih. Dalam penelitian ini, informan menunjukkan pergeseran dari self-blame menuju *self-understanding*. Selain itu, temuan ini sejalan dengan penelitian Putra (2021) yang menyatakan bahwa penerimaan diri berkorelasi positif dengan resiliensi dan adaptasi akademik mahasiswa. Mahasiswa yang mampu menerima dirinya cenderung memiliki ketahanan mental yang kuat dalam menghadapi tekanan sosial maupun akademik.

Dengan demikian, penerimaan diri berfungsi sebagai mediator antara pengalaman keluarga yang tidak harmonis dan kemampuan individu untuk beradaptasi secara psikologis.

Perasaan Minder dan Strategi Coping

Meskipun informan menunjukkan penerimaan diri yang relatif baik, seluruhnya pernah mengalami perasaan minder, terutama ketika membandingkan kondisi keluarganya dengan teman yang berasal dari keluarga utuh.

“Dulu saya merasa ada yang kurang dari saya.” (AP)

Namun, informan mengembangkan strategi coping adaptif seperti berbagi cerita dengan teman terpercaya, refleksi diri, aktivitas spiritual, dan keterlibatan dalam kegiatan positif. Strategi ini membantu mereka mengelola emosi negatif dan memperkuat proses penerimaan diri.

Temuan ini menunjukkan bahwa perasaan rendah diri bukanlah kondisi permanen, melainkan fase dalam proses penerimaan diri yang dapat diatasi melalui dukungan sosial dan regulasi emosi yang adaptif.

Dukungan Sosial sebagai Faktor Protektif

Salah satu temuan penting penelitian ini

adalah peran dukungan teman sebaya dalam memperkuat penerimaan diri. Informan cenderung selektif dalam membangun relasi, tetapi ketika menemukan lingkungan yang suportif, mereka merasa lebih diterima dan dihargai.

“Dukungan teman itu bisa jadi keluarga baru.” (AP)

Temuan ini sejalan dengan penelitian Lestari dan Suryani (2018) yang menegaskan bahwa dukungan sosial berkontribusi signifikan terhadap pembentukan self-acceptance pada mahasiswa broken home. Dalam konteks ini, lingkungan kampus berfungsi sebagai ruang sosial kompensatoris yang membantu individu memperoleh validasi emosional.

Dengan demikian, penerimaan diri terbentuk melalui interaksi antara faktor internal (refleksi diri dan regulasi emosi) dan faktor eksternal (dukungan sosial).

Sintesis Dinamika Penerimaan Diri

Berdasarkan integrasi hasil penelitian, dinamika penerimaan diri mahasiswa broken home dapat dirumuskan sebagai berikut: Broken home → Konflik emosional → Refleksi diri → Rekonstruksi makna → Sikap positif terhadap diri → Resiliensi → Adaptasi sosial yang sehat

Model ini menunjukkan bahwa

penerimaan diri berperan sebagai proses transformasional yang memungkinkan individu bergerak dari pengalaman luka menuju pertumbuhan psikologis.

Implikasi

Secara teoretis, penelitian ini menegaskan bahwa kondisi broken home tidak bersifat deterministik terhadap rendahnya penerimaan diri. Persepsi individu terhadap pengalaman keluarga dan kualitas dukungan sosial menjadi faktor yang lebih menentukan.

Secara praktis, hasil penelitian ini mengindikasikan pentingnya layanan konseling kampus yang berfokus pada penguatan self-awareness, emotional regulation, dan peer-support system guna mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa.

D. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerimaan diri pada mahasiswa yang berasal dari keluarga broken home merupakan proses psikologis yang dinamis dan bertahap. Proses tersebut dimulai dari munculnya kesadaran diri, dilanjutkan dengan penerimaan terhadap pengalaman masa lalu, berkembang menjadi sikap positif terhadap diri sendiri, dan diperkuat oleh dukungan sosial sebagai faktor

protektif.

Hasil penelitian menegaskan bahwa kondisi broken home tidak secara deterministik menyebabkan rendahnya penerimaan diri. Sebaliknya, mahasiswa yang mampu melakukan refleksi diri dan rekonstruksi makna terhadap pengalaman keluarganya menunjukkan tingkat penerimaan diri yang lebih baik. Kemampuan untuk berhenti menyalahkan diri sendiri maupun orang tua, serta memandang pengalaman masa lalu sebagai bagian dari proses pembelajaran hidup, menjadi titik balik penting dalam pembentukan kesejahteraan psikologis.

Selain itu, dukungan teman sebaya dan lingkungan kampus berperan signifikan dalam memperkuat proses penerimaan diri. Relasi sosial yang suportif memberikan validasi emosional dan rasa diterima yang membantu mahasiswa membangun identitas diri yang lebih stabil. Dengan demikian, penerimaan diri terbentuk melalui interaksi antara faktor internal (kesadaran diri dan regulasi emosi) dan faktor eksternal (dukungan sosial).

Secara konseptual, penelitian ini memperlihatkan bahwa penerimaan diri berfungsi sebagai mekanisme transformasional yang memungkinkan mahasiswa bergerak dari pengalaman

luka emosional menuju pertumbuhan psikologis dan resiliensi.

SARAN

1. Implikasi Praktis

Perguruan tinggi disarankan untuk memperkuat layanan bimbingan dan konseling yang berfokus pada pengembangan self-awareness, regulasi emosi, dan pembentukan dukungan sosial sebaya (peer support). Program pengembangan diri berbasis refleksi dan resilience training dapat menjadi strategi preventif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa dengan latar belakang keluarga broken home.

Selain itu, penting bagi lingkungan kampus untuk menciptakan budaya akademik yang inklusif dan suportif agar mahasiswa merasa aman dalam mengekspresikan pengalaman personalnya tanpa stigma.

2. Implikasi Teoretis dan Penelitian Lanjutan

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi penerimaan diri mahasiswa broken home dengan pendekatan kuantitatif guna menguji hubungan antara penerimaan diri, resiliensi, dan kesejahteraan psikologis secara lebih luas. Studi longitudinal juga diperlukan untuk melihat dinamika penerimaan diri

dalam jangka waktu yang lebih panjang. Selain itu, penelitian dapat dikembangkan dengan mempertimbangkan variabel moderasi seperti jenis kelamin, tingkat religiusitas, atau pola asuh pasca perceraian untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi penerimaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnett, J. J. (2016). *Emerging Adulthood*. Oxford University Press.
- Aziz, M. (2015). Perilaku Sosial Anak Remaja Korban *Broken home* dalam Berbagai Perspektif (Suatu Penelitian di SMPN 18 Kota Banda Aceh). *Jurnal Al-Ijtima'iyah*, 1, 32.
- Azizah, A. N., Suryaningrum, C., & Prasetyaningrum, S. (2024). The effect of family function on the self-acceptance of the *broken home* adolescent. In Arifin, M., dkk. (Eds.), *Families Mental Health and Challenges in the 21st Century* (pp. 150-153). The Author(s).
- Budiono. (2008). *Keluarga Harmonis Indikator Menuju Sejahtera*. Tabloid Jubi.
- Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13(2), 99–125.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2017). *Psychological Well-Being*. Annual Review of Psychology.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
- Furchan, A. (2009). *Transformasi*

-
- Pendidikan di Perguruan Tinggi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hartaji, D. A. (2012). *Psikologi Mahasiswa: Dinamika Belajar di Perguruan Tinggi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education* (3rd ed.). David McKay Co Inc.
- Hesly, P. (2005). Konsep Diri dan Self Disclosure Remaja *Broken home* di Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah*.
- Lestari, S., & Suryani, N. (2018). Peran Dukungan Teman Sebaya dan Aktivitas Spiritual terhadap Penerimaan Diri Mahasiswa *Broken home*. *Jurnal Riset dan Konsep Psikologi*, 4(1), 1–10.
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551–558.
- Mahendra, R. (2021). *Pengaruh Keluarga Broken home terhadap Kesehatan Mental Remaja*. *Jurnal Psikologi Sosial*.
- Neff, K. D. (2016). *Self-Compassion and Self-Acceptance*. *Journal of Personality*.
- Ndari, P. T. W. (2016). Dinamika Psikologis Siswa Korban *Broken Home* Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 5 Sleman. 9(2), 118–131.
- Nurjanah, M. (2019). Teori Keluarga : Studi Literatur Mitha Nurjanah. *Teori Keluarga*, 1(July), 1–19.
- Putra, I G. A. P. Y. K. (2021). Hubungan Penerimaan Diri dengan Adaptasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(2), 240-247.
- Putri, N., & Zulkarnain, I. (2019). *Struktur Keluarga dan Adaptasi Mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Ulayat*.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (2020). *The Structure of Psychological Well-Being Revisited*. *Journal of Health Psychology*.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sarafino, E. P. (2006). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (5th ed.). John Wiley & Sons.
- Sarason, I. G. (1983). The measurement of life stress, social support, and outcome. In *Stress and coping* (pp. 289–311). Springer, Boston, MA.
- Siswoyo, D. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Syamsu, Y. (2006). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT Remaja Rosdakarya.
- Takwin, B. (2008). *Psikologi Perkembangan dan Pendidikan*. Jakarta: UI Press.
- Taylor, S. E. (2017). *Health Psychology* (10th ed.). McGraw-Hill.
- Universitas Diponegoro. (2004). *Buku Pedoman Universitas Diponegoro Tahun 2004/2005*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Widyastuti, A., & Nugroho, M. A. (2021). *Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri Mahasiswa Broken home*. *Jurnal Psikologi Klinis*.
- Willis, S. S. (2009). *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Alfabeta.
- Willis, S. S. (2011). *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Alfabeta.
- Yuliana, L., & Lestari, F. (2020). *Gangguan Emosi pada Mahasiswa dari Keluarga Broken home*. *Jurnal Psikologi Pendidikan*.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Yusuf, S., & Rahmawati, T. (2019). Hubungan dukungan sosial dan penerimaan diri pada mahasiswa yang mengalami *broken home*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 5(2), 89–97.
-