



Separation Anxiety memediasi Hubungan antara Psychological Distress dan Insomnia pada Orang Tua yang Tidak Mendapatkan Hak Asuh Anak akibat Perceraian

Tsania Marwa^{1*}, Monty. P. Satiadarma^{2*}, Roswiyani Roswiyani^{3*} 

^{1,2} Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:

25 Maret 2024

Kata Kunci:

perceraian, hak asuh, *psychological distress*, gangguan insomnia, *separation anxiety*.

Keywords:

divorce, *custody*, *psychological distress*, *insomnia disorder*, *separation anxiety*.

DOI:

<https://doi.org/10.23887/bisma.v6i3>

ABSTRAK

Fenomena perceraian sering menimbulkan masalah psikologis baik bagi anak maupun orang tua. Banyak kajian ilmiah lebih terfokus pada dampak perceraian dari sisi anak saja, bukan pada dampak perceraian yang dialami orang tua. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara *psychological distress* dengan gangguan insomnia yang dimediasi oleh *separation anxiety* pada orang tua yang tidak mendapatkan hak asuh anak akibat perceraian. Partisipan dalam penelitian ini adalah 74 orang tua yang telah bercerai dan tidak mendapatkan hak asuh anak dengan rentang umur 20- 40 tahun. Alat ukur yang digunakan adalah *The Depression Anxiety Stress Scale – 42* (The DASS-42) untuk mengukur *psychological distress*, *Insomnia Severity Index* (ISI) untuk mengukur insomnia, dan *Adult Separation Anxiety – 27* (ASA-27) untuk mengukur *separation anxiety*. Dengan menggunakan analisis regresi linear berganda, penelitian ini menemukan bahwa *separation anxiety* berperan dalam memediasi hubungan antara *psychological distress* dan insomnia secara parsial. Hal ini berarti semakin tinggi *separation anxiety*, maka semakin tinggi pula *psychological distress* dan insomnia pada orang tua yang tidak mendapatkan hak asuh akibat perceraian. Selain itu, *separation anxiety* terbukti lebih tinggi pada orang tua yang tidak bekerja dibandingkan orang tua yang bekerja.

ABSTRACT

The divorce phenomenon often poses psychological problems for both the children and the parents. Most scientific studies are more focused on the impact of the divorces merely from the children's side, not on the impact of divorce experienced by parents. Therefore, the objective of this study is to determine the relationship between psychological distress and insomnia disorder mediated by separation anxiety in parents who do not get child custody due to divorce. There are 74 parents as participants in this study who were divorced and losing custody with the age range of 20-40 years old. The measuring instruments used are The Depression Anxiety Stress Scale – 42 (The DASS-42) to measure psychological distress, insomnia severity index (ISI) to measure insomnia, and Adult Separation Anxiety – 27 (ASA-27) to measure separation anxiety. Using multiple linear regression analysis, this study found that separation anxiety plays a role in partially mediating the relationship between psychological distress and insomnia. This means that the higher the separation anxiety level, the higher the psychological distress and insomnia are experienced by the parents without custody. In addition, separation anxiety is proven more affecting the non-working parents compared to the working ones.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



1. PENDAHULUAN

Angka perceraian di Indonesia cenderung mengalami peningkatan sejak beberapa tahun terakhir. Pada tahun 2015 angka perceraian di Indonesia mencapai 353.843 kasus, sedangkan tahun 2018 meningkat hingga menjadi 419.268 kasus (Supratman, 2020). Tingginya angka perceraian dapat menjadi sumber stres bagi banyak keluarga (Tein et al., 2000). Dalam penelitiannya Schindler dan Coley (2012) mengungkapkan konflik pernikahan dan komitmen yang rendah terhadap pernikahan adalah merupakan prediktor kuat terjadinya perceraian.

Perceraian yang terjadi di Indonesia sampai tahun 2021, masih didominasi oleh individu yang berada pada rentang usia antara 20 – 40 tahun (Kurnia, 2021). Rentang usia 20 – 40 tahun ini termasuk dalam usia dewasa awal (Papalia., et al., 2008). Papalia dan Martorell (2014) mengatakan bahwa pada masa dewasa awal, sifat dan gaya individu berada dalam kondisi yang cukup stabil, namun, kepribadian individu pada tahap ini mungkin dapat berubah karena dipengaruhi oleh tahap kehidupan dan peristiwa-peristiwa yang dialami. Menurut teori Havighurst, tugas perkembangan pada masa dewasa awal yang harus dipenuhi, antara lain: memilih pasangan hidup,

membangun rumah tangga, mengasuh anak, dan membangun karir dalam pekerjaan (Monks, Knoers, & Haditono, 2014). Sedangkan berdasarkan teori Erik Erikson, tahap perkembangan psikososial pada dewasa awal adalah intimacy vs isolation. Pada tahap psikososial Erikson ini, individu dewasa awal dituntut untuk membentuk hubungan pertemanan dan asmara yang kuat serta dalam jangka waktu yang lama, atau akan terancam terisolasi. Adanya perceraian yang terjadi dapat memicu rasa terisolasi pada dewasa muda.

Perceraian itu sendiri terbukti berhubungan dengan risiko terhadap kesehatan psikologis dan fisik yang buruk, termasuk penurunan kepuasan hidup, dan peningkatan kecemasan dan *psychological distress* (Bourassa et al., 2019). Hal ini dapat terjadi karena dalam kasus perceraian bagi pasangan yang sudah memiliki anak, konflik perebutan anak dapat terjadi (Mulyadi, 2016). Keterpisahan antar anggota keluarga jika berlangsung lama dan tak teratasi dapat berpotensi menimbulkan *separation anxiety* (DSM V, 2013). *Separation anxiety* sendiri adalah rasa ketakutan atau kecemasan mengenai pemisahan dari individu yang melekat, yang berlebihan, tidak pada tempatnya, dan terus berkembang (DSM V, 2013). Individu dengan *separation anxiety* dapat mengalami kecemasan ekstrim tentang ketakutan pemisahan dari figur *attachment* (pasangan, anak-anak atau orang tua) dan ketakutan bahwa bahaya akan menimpa figur *attachment*, sehingga mereka merasa perlu selalu ada di dekat figur *attachment* (Pini, S., et al, 2010). Sebuah penelitian dari Manicavasagar (1997) menemukan bahwa orang dewasa terbukti mengalami *separation anxiety* setelah peristiwa traumatis seperti perceraian atau kehilangan. Selain itu, *separation anxiety* juga terbukti berkaitan dengan *psychological distress* karena ditemukan komorbid dengan kecemasan (Pini, S., et al, 2010).

Peristiwa kehidupan negatif seperti perceraian dan pengalaman traumatis dalam hidup, sangat terkait dengan *psychological distress*, baik di antara pria maupun wanita (Thapa & Hauff, 2005). *Psychological distress* adalah keadaan mental yang ditandai dengan kombinasi gejala gangguan mental, mulai dari gejala depresi dan gejala kecemasan umum, yang ditunjukkan pada ciri-ciri kepribadian, gangguan fungsi mental, masalah perilaku, dan gejala-gejala ini dapat dikaitkan dengan gejala somatik, salah satunya gangguan insomnia (Drapeau et al., 2012). Dampak perceraian akan mengakibatkan *psychological distress* yang ditunjukkan dengan meningkatnya rasa kesusahan, depresi, rasa kesepian, rasa penyesalan, kurangnya kontrol diri, rasa ketidakberdayaan, dan kemarahan; terutama pada ibu (Clarke et al., 2000). Bagi orang tua yang tidak mendapat hak asuh anak dan memiliki keterbatasan untuk bisa bertemu dengan anak dapat mengalami *separation anxiety* yang mengarah pada *psychological distress* yang ditunjukkan dengan meningkatnya depresi, rasa kesepian, rasa penyesalan, kurangnya kontrol diri, rasa ketidakberdayaan, dan kemarahan (Clarke et al., 2000). Konflik antar pasangan termasuk perceraian terbukti berhubungan dengan *psychological distress* karena meningkatkan depresi dan rasa ketidakamanan dengan pasangan (Shelton dan Harold, 2008).

Selain berkaitan dengan *psychological distress*, *separation anxiety* juga ditandai dengan adanya gejala gangguan insomnia yang ditunjukkan dengan ketakutan untuk tertidur karena rasa khawatir yang berlebihan (DSM V, 2013). Gangguan insomnia adalah keluhan subjektif dari kesulitan untuk tidur atau tetap tertidur dan memiliki kualitas tidur yang buruk (DSM V, 2013). Gangguan insomnia juga terbukti memiliki prevalensi lebih tinggi pada orang yang bercerai dibandingkan dengan orang yang tidak bercerai dan lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki (Ohayon MM, 2002). Menurut Hajak (2001) gangguan insomnia yang parah lebih sering terjadi pada mereka yang hidup sendiri setelah perceraian atau perpisahan. Penelitian dari Li dan Li (2021) menyelidiki gaya koping pada pasien dengan gangguan insomnia dan memeriksa hubungan antara gangguan tidur dengan *psychological distress*. Hasil studi menunjukkan bahwa *psychological distress* lebih tinggi pada pasien dengan gangguan insomnia daripada kelompok kontrol yang sehat dan penderita insomnia terbukti menggunakan gaya koping yang lebih negatif. Penelitian lain dari Dudek dan Shahr (2009) menunjukkan bahwa *psychological distress* dan peningkatan stres hidup ditemukan dapat memprediksi perubahan dalam pola tidur umum dari waktu ke waktu.

Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa keterpisahan anak dengan orang tua menimbulkan dampak distress yang berpotensi menimbulkan serangkaian masalah psikologis lebih lanjut. Pada penelitian-penelitian sebelumnya, belum banyak penelitian yang memfokuskan keterpisahan antara orang tua dengan anak. Jika diamati lebih lanjut, sebagian besar kajian psikologis lebih menitikberatkan topik masalah pada hal-hal yang terkait dengan perkembangan anak, sedangkan kondisi orang tua yang terpisah dari anak masih kurang memperoleh perhatian. Novo et al. (2019), dalam penelitiannya menemukan bahwa perceraian memberikan efek negatif pada kesehatan mental, bukan hanya pada anak, tetapi juga pada orang tua.

Oleh karena itu, penelitian ini mengkaji lebih dalam mengenai hubungan antara *psychological distress* dan gangguan insomnia yang dimediasi oleh *separation anxiety* pada orang tua yang mengalami perceraian dan tidak mendapatkan hak asuh. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan teoretis khususnya dalam bidang psikologi keluarga, terutama yang terkait dengan masalah perceraian dan keterpisahan antara orang tua dan anak. Diharapkan pula bahwa hasil penelitian ini dapat membantu pemerintah dalam menentukan aturan hukum yang tegas mengenai hak-hak orang tua terhadap anaknya.

2. METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan teknik non-probability sampling. Penelitian ini melibatkan 74 partisipan dengan kriteria yaitu orang tua yang mengalami perceraian dan tidak mendapatkan hak asuh anak secara hukum, sehingga memiliki keterbatasan atau tidak bisa mengasuh anak secara langsung dan memiliki rentang usia dewasa awal (20 tahun – 40 tahun).

Penelitian ini menggunakan kuesioner dengan 3 (tiga) alat ukur, yaitu *The Depression Anxiety Stress Scale – 42* (The DASS – 42) (Lovibond dan Lovibond, 1995) yang digunakan untuk mengukur *psychological distress*, *Insomnia Severity Index* (ISI) (Charles M., 1993) yang digunakan untuk mengukur gejala insomnia, *Adult Separation Anxiety* (ASA-27) (Manicavasagar, V., Silove, D., Wagner, R., Drobny, J., 2003) untuk mengukur *separation anxiety*. *Blue print* mengenai instrumen alat tes dapat dilihat pada Tabel 1.

Data dianalisis dengan menggunakan aplikasi *Statistical Package for Service Solution* (SPSS). Analisis data menggunakan regresi linear berganda. Uji prasyarat yang dilakukan adalah uji normalitas, uji linearitas, *homoscedastic* dan *multicollinearity* (Field, 2009). Peneliti juga menggunakan *PROCESS* 4.0 untuk menganalisis mediasi yang terjadi pada variabel.

Tabel 1. *Blue Print* Instrumen Penelitian

<i>Variabel</i>	<i>Indicator</i>	<i>Sub Indicator</i>
<i>Psychological distress</i>	Stress	Menjadi marah karena hal-hal kecil atau sepele
	Kecemasan	Mulut terasa kering
	Depresi	Tidak dapat melihat hal yang positif dari suatu kejadian
Insomnia	Insomnia	Sulit untuk mempertahankan tidur
<i>Separation anxiety disorders</i>	<i>Separation anxiety disorders</i>	Pernahkah Anda mengalami perasaan tertekan sebelum meninggalkan seseorang yang dekat dengan Anda sewaktu akan pergi melakukan perjalanan?

3. HASIL DAN DISKUSI

3.1 Uji Asumsi

Uji asumsi meliputi uji normalitas, linearitas, heterokedasitas dan multikolinearitas. Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah distribusi data pada penelitian ini normal atau tidak. Variabel *separation anxiety disorder* berdistribusi normal menggunakan *One Sample Kormogorov- Smirnov Test* dengan Teknik *Asymptotic*. Variabel *psychological distress* dan variabel insomnia berdistribusi normal dengan Teknik *Monte Carlo*. Selain itu, uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *compare means test*. Ketiga variabel penelitian dikatakan memenuhi asumsi linearitas jika nilai $p > 0.05$. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear yang signifikan antara ketiga variabel, hal ini dikarenakan nilai $p > 0.05$.

Uji heterokedasitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui bahwa varians variabel sama atau tidak sama. Teknik pengujian menggunakan *scatter plot* dengan memperlihatkan bahwa (1) Data menyebar di atas dan di bawah atau di sekitar angka (2) Data tidak mengumpul hanya di atas atau di bawah saja (3) Penyebaran data tidak membentuk pola bergelombang melebar kemudian menyempit dan melebar kembali (4) Penyebaran data tidak berpola. Berdasarkan variabel dependen, yaitu *psychological distress* dan *separation anxiety disorder* diperoleh scatterplot yang memenuhi kriteria (1) sampai dengan (4).

Uji multikolinearitas juga dilakukan untuk melihat ada atau tidaknya korelasi yang tinggi antara variabel-variabel bebas dalam suatu model regresi linear berganda. Jika ada korelasi yang tinggi di antara variabel-variabel bebasnya, maka hubungan antara variabel bebas terhadap variabel terikatnya menjadi terganggu (Ghozali, dalam Setiwati 2021). Hasil dari uji multikolinearitas diketahui bahwa tidak terjadi multikolinearitas sesama variabel dependen.

3.2 Uji Hipotesis

3.2.1 Uji Korelasi *Psychological Distress* dan *Separation Anxiety Disorders*

Ketiga variabel dalam penelitian ini berdistribusi normal, sehingga pengujian korelasi menggunakan *Pearson Correlation*. Hasil uji korelasi antara *psychological distress* dan *separation anxiety disorder* menunjukkan bahwa $r = 0.872$, $p = 0,000 < 0.05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara variabel *psychological distress* dan *separation anxiety disorder*. Dikarenakan arah hubungan yang positif, hal ini berarti semakin tinggi *psychological distress* maka semakin tinggi pula *separation anxiety disorder*.

Tabel 2. Korelasi *Psychological Distress* dan *Separation Anxiety Disorders*

Hubungan	Koef.Korelasi (r)	Sig (2-tailed)
<i>Psychological distress</i> dengan <i>separation anxiety</i>	0.872**	0.000

Notes: ** Korelasi signifikan di level 0.01 (2-tailed)

3.2.2 Uji Korelasi *Psychological Distress* dan *Insomnia*

Peneliti juga melakukan uji korelasi antara *psychological distress* dan *insomnia*. Hasil uji korelasi antara *psychological distress* dan *insomnia* menunjukkan bahwa $r = 0.817$, $p = 0.000 < 0.05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara variabel *psychological distress* dan *insomnia*. Dikarenakan arah hubungan yang positif, hal ini berarti semakin tinggi *psychological distress* maka semakin tinggi pula *insomnia*.

Tabel 3. Korelasi *Psychological distress* dengan *Insomnia*

Hubungan	Koef.Korelasi (r)	Sig (2-tailed)
<i>Psychological distress</i> dengan <i>Insomnia</i>	0.817**	0.000

Notes: ** Korelasi signifikan di level 0.01 (2-tailed)

3.2.3 Uji Korelasi *Insomnia* dan *Separation Anxiety Disorder*

Peneliti juga melakukan uji korelasi antara *insomnia* dan *separation anxiety disorder*. Hasil uji korelasi antara *insomnia* dan *separation anxiety disorder* menunjukkan bahwa $r = 0.797$, $p = 0.000 < 0.05$. Hasil ini menjelaskan adanya hubungan positif signifikan antara *insomnia* dan *separation anxiety disorder*. Hubungan positif menandakan bahwa semakin tinggi *insomnia* maka semakin tinggi *separation anxiety disorder*.

Tabel 4. Korelasi *Insomnia* dan *Separation Anxiety*

Hubungan	Koef.Korelasi (r)	Sig (2-tailed)
<i>Insomnia</i> dan <i>Separation Anxiety</i>	0.797	0.000

3.2.4 Uji Mediasi *Separation Anxiety* terhadap Hubungan antara *Psychological Distress* dan *Insomnia*

Selanjutnya, peneliti melakukan analisis *simple mediation model 4 PROCESS v 4.1* yang dikembangkan oleh Andrew F. Hayes. Pada uji hipotesis ini, apabila nilai $p < 0,05$ berarti terdapat hubungan yang signifikan antara variabel tersebut, kemudian jika terdapat nilai koefisien (β) positif berarti terdapat hubungan positif antar variabel, dan jika nilai koefisien (β) negatif berarti terdapat hubungan yang negatif antar variabel. Berikut adalah hasil uji hipotesis yang telah dilakukan:

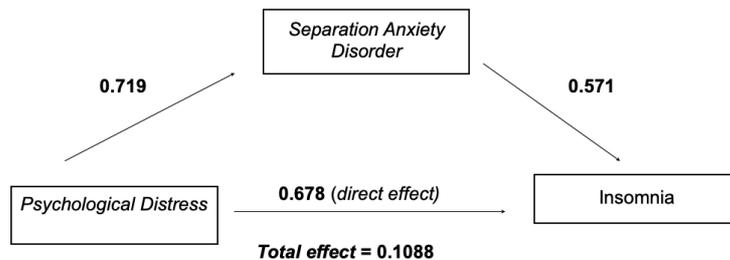
Tabel 5. Analisis Mediator

Hubungan	Koefisien	R ²	95%CI		P
			LLCI	ULCI	
Jalur a <i>Psychological distress</i> (X) ke <i>Separation Anxiety</i> (M)	0.719	0.760	0.624	0.814	0.000
Jalur b dan c' Jalur b <i>Separation Anxiety</i> (M) ke <i>Insomnia</i> (Y)	0.571	0.698	0.143	0.998	0.010
Jalur c'/direct effect <i>Insomnia</i> (Y) ke <i>Psychological distress</i> (X)	0.678		0.325	1.031	0.000
Jalur C <i>Psychological distress</i> (X) ke <i>Insomnia</i> (Y) (Total effect)	0.1088	0.668	0.908	1.268	0.000
Indirect effect	0.410		0.082	0.742	

Berdasarkan tabel 5, didapatkan hasil bahwa *psychological distress* (X) secara signifikan berpengaruh terhadap *separation anxiety disorder* (M), didapatkan hasil nilai $\beta = 0.719$, $p = 0.000 < 0.05$ Besarnya pengaruh antara *psychological distress* (X) terhadap *separation anxiety disorder* (M) sebesar 76%, $R^2 = 0.760$. Dapat disimpulkan kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang positif, yang artinya semakin tinggi *psychological distress*, maka semakin tinggi *separation anxiety disorder*. Selanjutnya, diketahui bahwa *psychological distress* (X) dapat mempengaruhi *Insomnia* (Y) secara signifikan $\beta = 0.1088$, $p = 0.000 < 0.05$. Kedua variabel tersebut memiliki pengaruh yang positif, yang artinya semakin tinggi *psychological distress* maka semakin tinggi insomnia.

Setelah variabel mediator yaitu *separation anxiety disorder* (M) dikendalikan, maka hubungan *psychological distress* (X) terhadap *Insomnia* (Y) menjadi signifikan, hal tersebut diketahui berdasarkan nilai $\beta = 0.678$, $p = 0.000 < 0.05$. Sedangkan jika *psychological distress* (X) dikendalikan, maka terjadi pengaruh yang signifikan pula antara *separation anxiety disorder* (M) terhadap insomnia (Y) $\beta = 0.571$, $p = 0.000 < 0.05$. Besarnya pengaruh resiliensi sebagai mediator dari kesepian terhadap depresi sebesar 69.8%, $R^2 = .698$, $p = 0.000 < .05$, dengan efek size sebesar 0.308.

Dikarenakan Jalur c' signifikan, maka mediasi yang terjadi adalah parsial. Hasil mediasi parsial yang didapatkan dalam penelitian ini karena pengaruh *psychological distress* terhadap insomnia sebelum dimasukkan variabel *separation anxiety* adalah signifikan, dan tetap menjadi signifikan setelah memasukkan variabel mediator (*separation anxiety*). Oleh karena itu, *psychological distress* dan insomnia tetap dapat berhubungan secara langsung tanpa melalui variabel mediasi (Suliyanto, dalam Munawaroh, Yuniarti & Hayati, 2015). Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa koefisien *separation anxiety* sebagai mediator sebesar 0.410 (indirect effect) dengan nilai LLCI 0.082 dan nilai ULCI 0,742 dikarenakan rentang BootLLCI dan BootULCI tidak mencakup nilai nol (0), maka dapat disimpulkan estimasi signifikan dan terjadi efek mediasi. Data dapat dilihat secara lengkap pada lampiran.



Gambar 1. Jalur Mediasi *Separation Anxiety Disorders* Pada Hubungan *Psychological Distress* dan *Insomnia*

Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti peran *separation anxiety* pada hubungan antara *psychological distress* dan insomnia pada orang tua yang tidak mendapatkan hak asuh anak akibat perceraian. Penelitian ini memperoleh beberapa hasil temuan. Hasil penelitian pertama adalah terdapat hubungan antara *psychological distress* dengan gangguan insomnia. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *psychological distress* maka semakin tinggi pula gangguan insomnia yang dialami individu yang bersangkutan. *Psychological distress* yang dialami akibat dampak dari perceraian sesuai dengan penelitian dari Ridner (2004) yang menemukan bahwa paparan peristiwa stres yang mengancam kesehatan mental dan ketidakmampuan untuk mengatasi stres secara efektif dapat menyebabkan *psychological distress*. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian dari Thapa dan Hauff (2005) yang menemukan bahwa peristiwa kehidupan negatif seperti perceraian dan pengalaman traumatis dalam hidup, terkait erat dengan *psychological distress*, baik pada pria maupun wanita.

Partisipan yang mengalami perceraian dan keterpisahan dari anak akibat tidak mendapatkan hak asuh terbukti mengalami *psychological distress* dan gangguan insomnia. Hasil ini sesuai dengan penelitian dari Ohayon MM (2022) yang menemukan bahwa gangguan insomnia lebih banyak ditemukan pada orang yang bercerai. Penelitian sebelumnya dari Li dan Li (2021) juga menemukan bahwa *psychological distress* lebih tinggi pada pasien dengan gangguan insomnia. Hal ini sesuai dengan penelitian dari Diaz et al. (2022) yang menemukan bahwa insomnia memang berkaitan dengan peningkatan *psychological distress*. Selain itu, hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian dari Dudek dan Shahar (2009) yang menunjukkan bahwa *psychological distress* ditemukan dapat memprediksi perubahan dalam pola tidur umum dari waktu ke waktu. Jadi, beberapa penelitian sebelumnya memang menunjukkan adanya hubungan antara *psychological distress* dengan gangguan insomnia.

Hasil penelitian kedua adalah terdapat hubungan antara *psychological distress* dengan *separation anxiety*. Adanya arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi *psychological distress* maka semakin tinggi pula *separation anxiety* yang dialami individu yang bersangkutan. Hasil penelitian ini terbukti sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya dari Manicavasagar (1997) yang menemukan bahwa orang dewasa terbukti mengalami *separation anxiety* setelah peristiwa traumatis seperti perceraian atau kehilangan.

Keterpisahan dengan anak terbukti menjadi pemicu terjadinya *separation anxiety*. Hal ini sesuai dengan teori dari DSM V (2013), yaitu anggota keluarga yang mengalami perpisahan dalam rentang waktu lama berpotensi mengalami *separation anxiety*. Kecemasan yang dialami partisipan akibat pemisahan dengan anak dan pertimbangan akan hal buruk yang akan menimpa anaknya sesuai dengan penelitian dari Pini, S. et al (2010) yang menemukan bahwa *separation anxiety* dapat membuat kecemasan ekstrim tentang ketakutan pemisahan dari figur melekat (pasangan, anak-anak atau orang tua). Penelitian dari Pini, S. et al (2010) menemukan bahwa *separation anxiety* berkaitan dengan *psychological distress* karena keduanya bersifat komorbid. Hasil kajian tersebut juga sesuai dengan hasil penelitian ini.

Hasil penelitian ketiga adalah terdapat hubungan antara *separation anxiety* dengan gangguan insomnia. Hubungan positif menandakan bahwa semakin tinggi gangguan insomnia maka semakin tinggi pula *separation anxiety*. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori dari DSM V (2013) yang menyatakan bahwa *separation anxiety* ditandai dengan adanya gejala gangguan insomnia yang ditunjukkan dengan ketakutan untuk tertidur karena adanya rasa khawatir yang berlebihan.

Hasil penelitian keempat adalah terdapat hubungan antara *psychological distress* dengan gangguan insomnia yang dimediasi oleh *separation anxiety* pada orang tua yang tidak mendapatkan hak asuh anak akibat perceraian. *Separation anxiety* terbukti menjadi mediator antara *psychological distress* dengan gangguan insomnia, artinya, semakin tinggi *separation anxiety* maka semakin tinggi juga *psychological distress* dan gangguan insomnia yang dialami oleh orang tua yang tidak mendapatkan hak asuh anak akibat perceraian. Namun pada penelitian ini yang terjadi adalah mediasi parsial, karena pengaruh *psychological distress* terhadap insomnia sebelum dimasukkan variabel *separation anxiety* adalah signifikan, dan menjadi tetap signifikan setelah memasukkan variabel mediator.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian dari Ohayon MM (2002) yang menemukan bahwa gangguan insomnia memiliki prevalensi lebih tinggi pada orang yang bercerai dan orang tua yang tidak mendapat hak asuh anak disertai keterbatasan untuk bisa bertemu dengan anak. Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan *separation anxiety* yang mengarah pada *psychological distress*, yang ditunjukkan dengan meningkatnya gejala depresi, rasa kesepian, rasa penyesalan, kurangnya kontrol diri, rasa ketidakberdayaan, dan kemarahan (Clarke et al., 2000). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian terbukti secara keseluruhan.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti peran *separation anxiety* pada hubungan antara *psychological distress* dan insomnia pada orang tua yang tidak mendapatkan hak asuh anak akibat perceraian. Penelitian ini memperoleh beberapa hasil temuan. Hasil penelitian pertama adalah terdapat hubungan yang positif antara *psychological distress* dengan gangguan insomnia, hal ini menandakan bahwa semakin tinggi *psychological distress* maka akan

semakin tinggi insomnia. Kedua, terdapat hubungan antara *psychological distress* dengan *separation anxiety*. Adanya arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi *psychological distress* maka semakin tinggi pula *separation anxiety* yang dialami individu yang bersangkutan. Ketiga, *separation anxiety* terbukti menjadi mediator antara *psychological distress* dengan gangguan insomnia, artinya, semakin tinggi *separation anxiety* maka semakin tinggi juga *psychological distress* dan gangguan insomnia yang dialami oleh orang tua yang tidak mendapatkan hak asuh anak akibat perceraian. Efek mediasi yang terjadi adalah mediasi parsial. *Psychological distress* dan insomnia memiliki hubungan yang signifikan dan tetap menjadi signifikan setelah memasukkan variabel mediator (*separation anxiety*).

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada berbagai pihak yang telah turut berkontribusi terhadap pelaksanaan penelitian ini. Peneliti mengucapkan terima kasih yang mendalam bagi pihak jurnal Bisma Indonesia yang telah membantu dalam proses penerbitan artikel yang bisa bermanfaat bagi para pembaca. Peneliti juga mengucapkan terima kasih atas bantuan organisasi dan komunitas, serta para partisipan yang telah berkontribusi dalam proses penelitian ini sehingga menghasilkan manfaat pengembangan ilmu yang bisa digunakan pada berbagai lintas pengetahuan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak terkait dalam penelitian ini yaitu Bapak Dr. Monty P. Satiadarma, MS/AT, MCP/MFCC, DCH, Psikolog dan Ibu Roswiyani, PhD., Psikolog. Selain itu, ucapan terima kasih disampaikan kepada Universitas Tarumanagara sebagai tempat peneliti menempuh pendidikan magister psikolog.

6. DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder (5th ed)*. Washington, DC: Author.
- Bourassa, K. J., Tackman, A. M., Mehl, M. R., & Sbarra, D. A. (2019). *Psychological overinvolvement, emotional distress, and daily affect following marital dissolution*. *Collabra Psychology*, 5 (1).
- Bureau, J.-F., Deneault, A.-A., Yurkowski, K., Martin, J., Quan, J., Sezlik, S., & Guérin-Marion, C. (2021). *The interaction of child–father attachment and child–mother attachment in the prediction of observed coparenting*. *Psychology of Men & Masculinities*, 22(3), 512–520.
- Clarke-Stewart, K. A., Vandell, D. L., McCartney, K., Owen, M. T., & Booth, C. (2000). *Effects of parental separation and divorce on very young children*. *Journal of Family Psychology*, 14(2), 304–326.
- Diaz, F., Cornelius, T., Bramley, S., Venner, H., Shaw, K., Dong, M., Pham, P., McMurry, C. L., Cannone, D. E., Sullivan, A. M., Lee, S. A. J., Schwartz, J. E., Shechter, A., & Abdalla, M. (2022). *The association between sleep and psychological distress among New York City healthcare workers during the COVID-19 pandemic*. *Journal of Affective Disorders*, 298(1), 618–624.
- Drapeau, A., Marchand, A., & Beaulieu-Prevost, D. (2012). *Epidemiology of Psychological Distress*. InTech. doi: 10.5772/30872
- Field, A. P. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS*. London, England : SAGE.
- Hajak, G., & SINE Study Group. Study of Insomnia in Europe (2001). *Epidemiology of severe insomnia and its consequences in Germany*. *European archives of psychiatry and clinical neuroscience*, 251(2), 49–56.
- Kurnia, D. (2021). *Kasus Perceraian Justru Didominasi Kalangan Usia Produktif*. Retrieved from : <https://www.republika.co.id/berita/r4ie52330/kasus-perceraian-justru-didominasi-kalangan-usia-produktif>
- Li, Y., Cong, X., Chen, S., & Li, Y. (2021). *Relationships of coping styles and psychological distress among patients with insomnia disorder*. *BMC Psychiatry*, 21(255).
- Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales (2nd ed.)*. Sydney: Psychology Foundation of Australia.
- Manicavasagar, V & Silove D. (1997). *Is There an Adult form of Separation anxiety disorder? A Brief Clinical Report*. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 31(2), 299-303.
- Manicavasagar, V., Silove, D & Curtis , J. (1997). *Separation anxiety in adulthood: a phenomenological investigation*. *Compr Psychiatry*, 38(5), 274-82.
- Manicavasagar, V., Silove, D. Wagner, R. & Drobney, J. (2003). *A self-report questionnaire for measuring separation anxiety in adulthood*. *Comprehensive Psychiatry*, 44(2), 146-153.
- Monks, F. J., Knoers, A. M., & Haditono, S. R. (2014). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta, INA: Gadjah Mada University Press.
- Mulyadi, Yunanto, Indira Ingg A. (2016). *Kajian Perolehan Hak Asuh Anak sebagai Akibat Putusnya Perkawinan Karena Perceraian*. *Diponegoro Law Review*, 5(2), 1-17.

- Munawaroh, Yuniarti, D., Hayati, M.N. (2015). *Analisis Regresi Variabel Mediasi dengan Metode Kausal Step (Studi Kasus: Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Perkapita di Provinsi Kalimantan Timur Tahun 2011-2013)*. Jurnal Eksponensial, 6 (2).
- Novo, M., Fariña, F., Seijo, D., Vázquez, M. J., & Arce, R. (2019). *Assessing the effects of an education program on mental health problems in separated parents*. Psicothema, 31(3), 284–291.
- Ohayon, M M. (2002). *Epidemiology of insomnia: what we know and what we still need to learn*. Sleep Med, 6(2), 97-111.
- Papalia, D. E., Olds, S. W. & Feldman, R. D. (2008). *Human development 8' edition*. New York. NY: McGraw-Hill.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2014). *Experience human development (13'ed.)*. New York, NY: McGraw-Hill Education.
- Pini, S., Abelli, M., Shear, K. M., Cardini, A., Lari, L., Gesi, C., Muti, M., Calugi, S., Galderisi, S., Troisi, A., Bertolino, A., & Cassano, G. B. (2010). *Frequency and clinical correlates of adult separation anxiety in a sample of 508 outpatients with mood and anxiety disorders*. Acta Psychiatrica Scandinavica, 122(1), 40–46.
- Ridner, S.H. (2004). *"Psychological distress : concept analysis."*. Journal of Advanced Nursing, 45, 536-545.
- Schindler, H. S., & Coley, R. L. (2012). *Predicting marital separation: Do parent-child relationships matter?*. Journal of Family Psychology, 26(4), 499–508.
- Shear, K., Jin, R., Ruscio, A. M., Walters, E. E., & Kessler, R. C. (2006). *Prevalence and correlates of estimated DSM-IV child and adult separation anxiety disorder in the National Comorbidity Survey Replication*. The American journal of psychiatry, 163(6), 1074–1083.
- Shelton, K. H., & Harold, G. T. (2008). *Interparental conflict, negative parenting, and children's adjustment: Bridging links between parents' depression and children's psychological distress*. Journal of Family Psychology, 22(5), 712–724.
- Soffer-Dudek, N., & Shahar, G. (2009). *What are sleep-related experiences? Associations with transliminality, psychological distress, and life stress*. Consciousness and Cognition: An International Journal, 18(4), 891–904.
- Supratman, L. P. (2020). *A qualitative study of teenagers viewpoint in dealing with parents' divorce in Indonesia*. Journal of Divorce & Remarriage, 61(4), 287–299.
- Tein, J.-Y., Sandler, I. N., & Zautra, A. J. (2000). *Stressful life events, psychological distress, coping, and parenting of divorced mothers: A longitudinal study*. Journal of Family Psychology, 14(1), 27–41.
- Thapa, S. B., and E. Hauff. (2005). *Gender differences in factors associated with psychological distress among immigrants from low- and middle-income countries--findings from the Oslo Health Study*. Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 40 (1), 78- 84.