

BAB V

PEMBAHASAN

Setelah melakukan pengumpulan data dan analisis data serta merumuskan temuan penelitian, untuk mencapai tujuan penelitian ini, peneliti melakukan tahap pembahasan. Pada pembahasan ini peneliti akan mendialogkan temuan penelitian di lapangan dengan teori atau pendapat para ahli. Penelitian ini dilaksanakan pada seorang janda muda yang ada di Desa Panggunguni, Kecamatan Pucanglaban, Tulungagung. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dinamika resiliensi seorang wanita yang berada di klasifikasi tingkat perkembangan pada masa dewasa awal dengan status janda cerai sebagai orang tua tunggal bagi anaknya. Maka dengan adanya hal tersebut hasil temuan penelitian akan diidentifikasi dan didialogkan dengan kajian teori tentang dinamika resiliensi.

1. Masalah yang dihadapi oleh janda muda sebagai orang tua tunggal pasca perceraian

Hidup bahagia dan bersama selamanya dalam suatu hubungan pernikahan merupakan impian besar dan harapan bagi semua orang, terlebih ini akan dirasakan oleh seorang wanita. Karena pada dasarnya masa untuk menjalin sebuah hubungan itu terjadi untuk memenuhi tahapan tugas yang ada pada perkembangan orang dewasa. Hal ini sesuai dengan teori yang telah dikemukakan oleh seorang ahli yang

mengungkapkan bahwa optimalisasi perkembangan orang dewasa awal menurut Havigurst (1953) ialah pemenuhan terhadap tugas-tugas perkembangannya, yang antara lain tercakup sebagai berikut: memilih teman (sebagai calon istri atau suami), belajar hidup bersama dengan suami atau istri, belajar hidup berkeluarga, mengelola rumah tangga, mulai bekerja dalam suatu jabatan, dan mulai bertanggung jawab sebagai warga Negara.¹

Menjadi seseorang yang sudah dikatakan dewasa, berarti ia mempunyai hak penuh akan penentuan jalan hidupnya. Hal ini serupa dengan pandangan seorang tokoh tentang apa yang dimaksud dengan dewasa. Kedewasaan menurut Kartini Kartono sebagai satu pertanggung jawaban penuh terhadap diri sendiri, seseorang harus bertanggung jawab atas nasib sendiri dan atas pembentukan dirinya sendiri.²

Menurut Havighurst (1961) tugas-tugas perkembangan itu merupakan suatu hal yang muncul pada periode tertentu dalam rentang kehidupan individu yang apabila berhasil dituntaskan akan membawa kebahagiaan dan kesuksesan untuk mencapai tugas perkembangan selanjutnya. Namun jika mengalami kegagalan akan menyebabkan ketidakbahagiaan pada individu yang bersangkutan dan bahkan ia akan mengalami kesulitan-kesulitan dalam menuntaskan tugas berikutnya.

¹Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta, Erlangga: 1980), hlm. 248

²Kartini Kartono, *Psikologi Wanita (Jilid I)*, (Bandung: Cv. Mandar Maju, 1992), hlm. 172

Kegagalan dalam suatu hubungan rumah tangga yang mengharuskan terpisahnya antara ikatan pasangan suami dan istri membawa status terbaru bagi masing-masing pelakunya. Seorang wanita disebut janda apabila ia telah resmi berpisah dengan suaminya baik karena ditinggal mati ataupun karena faktor perceraian. Hidup menjadi seorang janda bagi setiap wanita merupakan fenomena sosial yang sudah tidak asing lagi dan bahkan sering terjadi pada era saat ini. Dan hal ini tentunya membawa pengaruh dan dampak tersendiri bagi yang mengalaminya.

Hal serupa juga ditemui oleh peneliti pada saat proses pengumpulan data dalam penelitian. Ketiga subjek yang sama-sama merupakan seorang janda muda yang memiliki beban sebagai orang tua tunggal. Kisah perjalanan hidup mereka memanglah berbeda. Subjek satu dengan inisial WY ia menikah bukan karna keinginannya sendiri. Dengan kondisi usia yang tergolong masih muda ia telah menikah karna adanya ilmu gaib yang membuatnya jatuh kedalam lubang pernikahan yang masih terlalu dini. Berbeda halnya dengan kedua subjek TY dan AR mereka memutuskan untuk menikah dengan pilihannya sendiri, karena sebelum pernikahan telah terjalin suatu ikatan hubungan sebagai seorang pacar. Dengan alasan yang berbeda ketiga subjek ini menikah pada usia yang masih tergolong muda karena pada saat itu mereka menikah pada kisaran

usia kurang lebih 17-19 tahun, yang pada usia tersebut mereka tergolong pada klasifikasi remaja akhir.

Dalam rentan usia yang masih tergolong sangat muda mereka sudah terjalin dalam suatu ikatan hubungan pernikahan. Namun kehidupan pernikahan tidak selamanya akan berakhir dalam kebahagiaan. Dan hal ini juga terjadi bahkan dialami oleh ketiga subjek WY, TY dan AR. Hubungan pernikahan mereka harus kandas di tengah jalan. Mereka harus berpisah dan bercerai dengan suaminya. Dengan adanya hal tersebut mereka sekarang hidup sebagai seorang janda dan menjadi pengasuh tunggal bagi anaknya.

Menjadi seorang pengasuh tunggal bukanlah sesuatu yang mudah untuk dilakukan. Hal ini juga telah diungkapkan oleh ketiga subjek Permasalahan yang terjadi pasca perceraian yang dialami sangat kompleks dan beragam. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Hurlock (1999) dalam teorinya yang mengemukakan masalah-masalah yang ditimbulkan setelah adanya perceraian yaitu masalah ekonomi, masalah praktis, masalah psikologis, masalah sosial, masalah seksual dan perubahan konsep diri, dan masalah pengasuhan anak.³

Menurut penuturan ketiga subjek pasca perceraian mereka mengalami permasalahan dalam konteks keuangan, karena pada saat

³Era Rohma Nofi A., *Kelelahan Emosional dan Strategi Coping pada Wanita Single Parent (Studi Kasus Single Parent di Kabupaten Paser)*, eJournal Psikologi.fisip-unmul.org, 2015, hlm. 6

kehidupan pernikahan mereka selalu berpangku tangan pada nafkah suami untuk memenuhi kebutuhannya. Sehingga dengan adanya hal tersebut subjek sebagai seorang janda yang menjadi pengasuh tunggal merasa terbebani dalam masalah ekonomi untuk memenuhi kebutuhan akan dirinya dan kebutuhan anaknya.

Selain itu subjek juga mengalami permasalahan sosial. Ketiga subjek menuturkan bahwa mereka juga mengalami permasalahan akibat dari status barunya tersebut. Kondisi dari orang-orang yang berada di lingkup sekitarnya memberikan respon dan tanggapan yang sedikit tidak mengencangkan bagi subjek. Sehingga dengan adanya hal tersebut, subjek sempat mengalami rasa malu, minder dan bahkan sempat mengalami terhambat dalam interaksi sosialnya.

2. Proses resiliensi seorang janda

Dari hasil observasi dan wawancara, ketiga subjek WY, TY dan AR merupakan seorang janda yang kuat dalam menghadapi kejadian ini. Mereka berpisah dan bercerai dengan suaminya ketika ketiga subjek ini masih dalam tahap pertumbuhan dan proses usaha dalam membentuk sebuah keluarga bahagia. Pasca perceraian dengan kondisi kehidupan dan permasalahan yang terbilang bukanlah sesuatu yang mudah untuk dijalani tersebut membuat ketiga subjek melakukan daya lenting dengan bangkit dari permasalahan dan kesengsaraan hidup yang terjadi dan telah dialaminya sebagai seorang janda tersebut.

Hal ini nampak ketika subjek menceritakan usaha yang dilakukannya sesaat ketika ia ditinggal oleh suaminya. Kedua Subjek yang berinisial WY, dan AR tidak lantas berputus asa dan menyerah, mereka justru terlecut untuk tetap bertahan dan berjuang sekuat tenaga untuk melanjutkan tanggung jawabnya dengan menjadikan dirinya sebagai orang tua asuh tunggal yang memainkan dua peran dengan menjadi ibu sekaligus menjadi ayah bagi anaknya.

Berbeda halnya dengan subjek TY ia sempat mengalami kondisi yang sempat membuatnya tertekan sehingga ia mengalami down bahkan drop untuk beberapa waktu. Namun seiring dengan berjalannya waktu subjek TY mampu melakukan perubahan terhadap kondisi yang dialaminya tersebut. Subjek mulai merubah meanshetnya dengan menanamkan keyakinan pada dirinya sendiri, bahwa ia mampu menjalani kehidupan sebagai seorang janda yang menjadi orang tua asuh tunggal meskipun tanpa hadirnya seorang suami.

Dengan kondisi yang seperti ini, subjek WY, TY dan AR tergolong individu yang memiliki bentuk resiliensi yang baik, dimana mereka mampu memiliki daya pegas dan memiliki kapasitas untuk merespon secara sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan atau trauma yang diperlukan untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari.

Ketiga subjek tersebut memiliki karakteristik sebagai tanda-tanda bahwa mereka adalah seorang individu yang memiliki tingkat resiliensi

yang cukup baik. Mereka memiliki *trait* yang merupakan kapasitas yang tersembunyi yang bertugas untuk melawan kehancuran yang menyimpannya dan melindungi dirinya dari segala rintangan kehidupan. Selain itu ketiga subjek juga memiliki karakteristik *insight* untuk dapat memahami diri sendiri dan orang lain serta dapat menyesuaikan diri dalam berbagai situasi.

Hal lain yang mendukung untuk menjadi pribadi yang resilien dari ketiga subjek ini adalah mereka memiliki keinginan yang kuat untuk bertanggung jawab atas kehidupannya sendiri dan kebahagiaan untuk anaknya. Subjek mampu bersikap proaktif dan selalu berusaha memperbaiki diri dengan meningkatkan kemampuannya dalam menghadapi setiap masalah. Ketiga subjek ini tergolong seorang wanita yang kreatif, mereka mampu memikirkan berbagai pilihan, konsekuensi, dan alternatif dalam menghadapi tantangan hidup yang harus mereka jalani. Hal ini terlihat dari berbagai usaha yang ketiga subjek WY, TY, dan AR lakukan untuk bisa bertahan.

Pada dasarnya, resiliensi pada seseorang menjelaskan kompetensi dan kemampuan untuk menyesuaikan diri. Ini tak lepas bagaimana cara subjek mempunyai kepercayaan terhadap dirinya untuk menghadapi berbagai masalah atau rintangan dalam hidup dengan hati yang penuh

ketenangan sehingga subjek merasa optimis dengan kehidupan.⁴ Menurut pandangan seorang ahli terdapat tujuh aspek psikologis yang akan memunculkan resiliensi seseorang, tujuh aspek tersebut, antara lain: Regulasi emosi, Pengendalian impuls, optimis, mampu melakukan analisa terhadap masalah (Analisa Kausal), memiliki empati, *Self Efficacy*, dan mampu mencapai yang diinginkan.⁵

Dari ketujuh aspek yang dapat memunculkan resiliensi seseorang tersebut, aspek pertama yang menjadi penentu ialah Regulasi emosi. Regulasi emosi atau pengendalian emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang meskipun berada di bawah tekanan. Individu yang mempunyai resiliensi yang baik akan menggunakan kemampuan positifnya untuk membantu mengontrol emosi, memusatkan perhatian dan perilaku, mengatasi rasa cemas sedih atau marah sehingga masalah yang di alami dapat cepat diselesaikan karena situasi yang tenang.⁶ Dan hal tersebut juga sesuai dengan pendapat seorang tokoh, Pembentukan resiliensi menurut Reivich dan Shatte yaitu dengan regulasi emosi dimana seseorang mampu untuk tetap tenang di bawah kondisi tertekan.⁷

Dalam kondisi ketidak berdayaan ketika seseorang menjadi seorang janda dengan segala permasalahan yang telah dialaminya, nilai-nilai

⁴Zakiah Daradjad, *Kesehatan mental*, (Jakarta : Cv Haji Masagung, 1968), hlm. 24

⁵Reivich K. dan A. Shatte, *The Resilience Factor*, (New York: Broadway Books, 2002), hlm.

⁶Ibid., hlm. 36

⁷Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), hlm. 238

ajaran agama dapat menentramkan hati dengan cara kembali pada ajarannya. Dengan kembali pada tuntunan agama subjek berusaha menyadarkan dirinya untuk memperbaiki diri menganggap bahwa deritanya sebagai ujian dari sang pencipta dan merupakan ketentuan serta takdir sehingga harus menerimanya dengan ikhlas, berusaha untuk besabar, dan senantiasa husnuzzhan untuk bersyukur.⁸

Seperti yang di katakan oleh Reivich dan Shatte pembentukan resiliensi membutuhkan regulasi emosi yaitu kemampuan untuk tetap tenang dalam kondisi tertekan sedangkan di dalam ajaran agama islam pengembangan resiliensi dalam ajaran Islam didukung oleh beberapa faktor, antara lain: Ikhtiar, Tawakkal, Sabar, Ikhlas, Syukur dan Istiqomah oleh karena itu dalam pembentukan resiliensi sangat membutuhkan pengaruh agama yang akan menentramkan hati para umatnya. Pengaruh agama di sini adalah segala sesuatu yang merupakan petunjuk agama, Berikut ini cara menenangkan hati lewat ajaran-ajaran agama yaitu:

1. Ikhlas

Secara bahasa ikhlas bermakna bersih, suci. Secara istilah, ikhlas diartikan sebagai niat yang murni semata-mata mengharap

⁸Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta : PT Raja Grafindo persada, 1996) hlm, 169

penerimaan dari Tuhan dalam melakukan suatu perbuatan, tanpa menyekutukan Tuhan dengan yang lain.⁹

Jadi ketika seseorang mengalami masalah dan ingin mencari ketenangan hati dalam hidupnya. Maka, ia harus bisa bersikap ikhlas dengan apa yang di deritanya. Ujian dan cobaan hidup datang dari sang pencipta, maka sebagai seorang hamba muslim ketika ia mendapatkan cobaan dalam hidupnya, selayaknya ia ikhlas menerima ketetapan Allah tersebut.

2. Sabar

Kata sabar ditinjau dari segi etimologi berarti menahan diri dari nafsu, dari keluh kesah, meninggalkan keluhan atau pengaduan kepada selain Allah.¹⁰ Menurut Syaikh Muhammad bin Shalih sabar itu terbagi menjadi tiga macam:

- a. Bersabar dalam menjalankan ketaatan kepada Allah
- b. Bersabar untuk tidak melakukan hal-hal yang diharamkan Allah
- c. Bersabar dalam menghadapi takdir-takdir Allah yang dialaminya, meskipun berupa berbagai hal yang menyakitkan.¹¹

⁹Ali Abdul A, *Ikhlas, Sabar, Ridha, dan Syukur: Tak Segampang Lisan Menyebut*, <https://intsia.wordpress.com>, Diakses pada Sabtu tanggal 05/08/2017 pukul 10.00 wib

¹⁰Abu Muslih, *Pengertian Kata-kata Sabar dalam Al Qur'an dan Hadist*, <http://www.tongkronganislami.net/pengertian-kata-sabar>, Diakses pada Sabtu tanggal 05/08/2017 pukul 10.30 wib

¹¹Ari Wahyudi, S. Si, *Hakikat Sabar(1)||Muslim.Or.Id*, <https://muslim.or.id/217-hakikat-sabar>, Diakses pada Sabtu tanggal 05/08/2017 pukul 10.45 wib

Jadi sebagai individu yang memiliki keyakinan terhadap agama, meskipun ia dalam kondisi dan keadaan bagaimanapun selayaknya ia harus tetap sabar dalam menghadapi setiap problema hidup sehari-hari. Karena dengan adanya sikap sabar, hal ini juga akan membawa pengaruh positif pada setiap perilaku orang yang mendapatkan ujian atau cobaan dari Allah.

3. Ridha

Menurut Ibnu Ujaibah dalam kitab *Mi'raaj at-Tasyawwuf ila Haqaa'iq-Tashawwuf* bahwa ridha adalah sikap lapangnya hati ketika menerima pahitnya ketetapan Allah. Dalam konteks ini berarti menerima kehancuran dengan wajah tersenyum atau bagaimana hati ketika suatu ketetapan terjadi, atau tidak memilih-milih apa yang telah diatur dan ditetapkan oleh Allah, atau lapang dada.¹²

Hakikatnya ikhlas, sabar, dan ridha sangat berkaitan erat sehingga nantinya akan membawa manusia pada kebahagiaan karena bisa mencapai ketenangan. Karena pada dasarnya ketenangan akan bisa menciptakan suatu kebahagiaan, bahkan selain itu ketenangan bisa menciptakan sebuah solusi untuk setiap permasalahan.

Menindak lanjuti dengan adanya hal tersebut, dalam penelitian yang telah dilakukan. Peneliti menemukan bahwa di dalam diri ketiga

¹²Ali Abdul A, *Ikhlas, Sabar, Ridha, dan Syukur: Tak Segampang Lisan Menyebut*, <https://intsia.wordpress.com>, Diakses pada Sabtu tanggal 05/08/2017 pukul 10.00 wib

subjek WY, TY dan AR mereka memiliki kemampuan dalam mengontrol emosi untuk tetap tenang dibawah kondisi yang menekan. Ketiga subjek ini dapat mengendalikan dirinya ketika dalam kondisi yang sedang kesal, dan marah. Selain itu mereka juga mampu mengatasi rasa cemas, sedih, sumpek dan gelisah dengan cara lebih banyak menyandarkan diri pada sang pencipta dengan bersikap ikhlas, sabar, dan ridha terhadap permasalahan yang sedang dialaminya tersebut.

Selain bersandar pada Allah SWT mereka juga lebih banyak merenung dan intropeksi terhadap kejadian yang ada, dengan harapan ketika mereka menjalin hubungan rumah tangga yang baru mereka bisa memiliki kehidupan yang lebih baik dan bahagia dari sebelumnya atau dari yang pernah mereka alami ini. Ketiga subjek ini meyakini bahwa ini semua ujian dan cobaan serta takdir dari Allah, dan pasti akan ada hikmah yang indah setelah mereka mampu melewati ujian tersebut.

Maka dengan adanya hal tersebut dapat diketahui bahwa ketiga subjek ini merupakan individu yang memiliki kemampuan untuk mengendalikan implus, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dalam dirinya. Mereka adalah pribadi yang optimis, dan mampu menerawang masa depan yang cemerlang dan bahagia. Mereka memiliki keyakinan yang tinggi bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang menimpanya tersebut.

3. Faktor yang mempengaruhi pencapaian resiliensi pada seorang janda

Dari hasil wawancara dan observasi, peneliti menemukan bahwa ketiga subjek memiliki faktor untuk mencapai resiliensi secara beragam dan unik. Pada dasarnya setiap orang memiliki kemampuan untuk mengoptimalkan resiliensi yang ada dalam dirinya. Namun tingkat resiliensi tiap individu akan berbeda kuantitasnya, hal ini akan dipengaruhi oleh sejauh mana seseorang mampu dalam merealisasikan kapasitas yang ada dalam dirinya. Sumber resiliensi akan terbentuk dari tekanan internal maupun eksternal yang dijelaskan pada teori Grotberg tentang sumber pembentukan resiliensi. Di dalamnya terdapat *I have* (Aku punya), *I am* (Aku ini), *I can* (Aku dapat).¹³

I have (Aku punya merupakan sumber resiliensi terhadap besarnya dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial terhadap dirinya. Sumber *I have* ini memiliki beberapa kualitas yang memberikan sumbangan bagi pembentukan resiliensi.¹⁴ *I am* (Aku ini) merupakan sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi seseorang, yang terdiri dari perasaan, sikap dan keyakinan pribadi.¹⁵ *I can* (Aku dapat) adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan apa saja yang dapat

¹³Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014), hlm. 229

¹⁴Ibid., hlm. 229

¹⁵Ibid., hlm.229

dilakukan seseorang yang berhubungan dengan ketrampilan-ketrampilan sosial dan interpersonal.¹⁶

Resiliensi merupakan hasil kombinasi antara *I have*, *I am*, dan *I can*. Untuk menjadi seorang yang resilien, tidak cukup hanya memiliki satu faktor saja, melainkan harus ditopang oleh faktor-faktor yang lain. Misalnya seseorang mungkin dicintai (*I have*), tetapi jika ia tidak mempunyai kekuatan dalam dirinya (*I am*) atau tidak memiliki ketrampilan-ketrampilan interpersonal dan sosial (*I can*), maka ia tidak dapat menjadi resilien. Demikian juga seseorang mungkin mempunyai harga diri (*I am*), tetapi jika ia tidak mengetahui bagaimana ia berkomunikasi dengan orang lain atau memecahkan masalah (*I can*) dan tidak ada orang yang membantunya (*I have*), maka ia tidak menjadi resilien.

Dilihat dari sudut pandang psikologi, subjek 1 dan 3 dengan inisial WY dan AR, mereka adalah perempuan yang berada pada taraf dewasa awal yang memiliki tempramen yang kuat. Hal ini dapat disimpulkan sesuai dengan hasil pengamatan peneliti bahwa subjek berani menjadi seorang pengambil resiko, hal ini dibuktikan dengan perilaku subjek pada saat ia dihadapkan pada tekanan dan masalah ia segera mengambil keputusan secara tegas untuk segera bangkit dari keterpurukannya atas

¹⁶Ibid., hlm. 230

pilihan untuk mengalah dan bertahan atau melakukan pemulihan dan segera berkembang.

Berbeda halnya dengan subjek kedua, TY adalah tipe perempuan yang memiliki karakter plegmatis, dimana ia santai dalam menjalani kehidupan yang sebenarnya membutuhkan tenaga ekstra. Subjek cenderung tenang dan memilih cara termudah untuk dalam menyelesaikan masalah yang ia hadapi. Subjek kurang mampu dalam memotivasi dirinya sehingga faktor eksternal yang harus lebih banyak untuk mendukungnya. Subjek juga kurang antusias dalam menghadapi setiap permasalahan, sehingga ia cenderung menghindari konflik.

Sedangkan jika dilihat dari sisi inteligensi, memang peneliti belum pernah mengadakan tes IQ kepada subjek sehingga peneliti tidak mengetahui tingkat IQ dari ketiga subjek penelitian. Namun, dari observasi yang peneliti lakukan maka peneliti menyimpulkan bahwa ketiga subjek penelitian memiliki tingkat inteligensi yang baik. Hal ini nampak dari perilaku atau proses yang dilakukan oleh ketiga subjek dalam mengambil keputusan, menghadapi tiap kesulitan yang melilitnya, menemukan solusi atas masalahnya, memiliki penalaran yang baik, melihat aspek permasalahan secara menyeluruh, memiliki pikiran yang terbuka, dsb.

Jika dilihat dari sisi sosial, budaya yang ada disekitar lingkungan subjek tinggal, baik dari keluarga dan masyarakat sekitar subjek juga

mendukung ketiga subjek tersebut untuk tetap kuat dan bertahan. Mereka terus memberikan support kepada subjek untuk terus berjuang dalam menghadapi masalah yang dihadapi. Sedangkan secara usia, ketiga subjek ini tergolong perempuan yang memiliki usia produktif dalam berkarir. Dengan adanya hal tersebut, maka ketiga subjek relatif eksis dalam dunia kerja demi mencari kebutuhan untuk kebahagiaan anaknya.