

**PERBEDAAN PENYESUAIAN DIRI PASCA PERCERAIAN
ANTAR LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN DI PENGADILAN
AGAMA MEDAN KELAS I-A KECAMATAN TIMBANG DELI**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area

Oleh:

ARUM MUSLIMAH

14.860.0155



FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MEDAN AREA

2019

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : **Perbedaan Penyesuaian Diri Pasca Perceraian Antar Laki-laki
Dan Perempuan Di Pengadilan Agama Medan Kecamatan
Timbang Deli**

Nama : **Arum Muslimah**

NPM : **14.860.0155**

Bagian : **Psikologi Perkembangan**

Disetujui Oleh :
Komisi Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing III

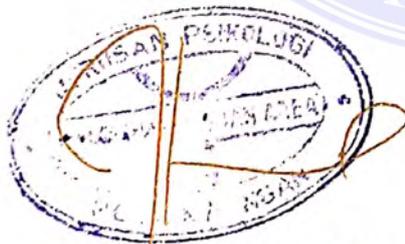
(Dra. Irna Minauli, M.Si, Psikolog)

(Annawati Dewi Purba, S.Psi, M.Si)

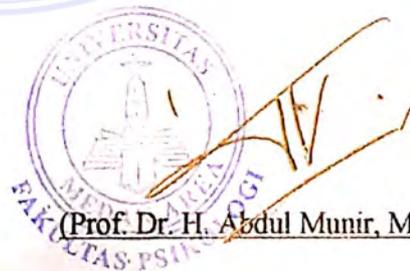
Mengetahui :

Kepala Bagian

Dekan



(Azhar Aziz, S.Psi, MA)



(Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd)

Tanggal Lulus : 14 Oktober 2019

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DITERIMA UNTUK
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT-SYARAT GUNA
MEMPEROLEH DERAJAT SARJANA (SI) PSIKOLOGI

Pada 14 Oktober 2019

MENGESAHKAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA

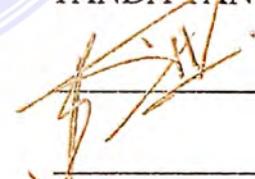
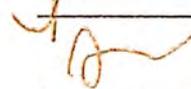
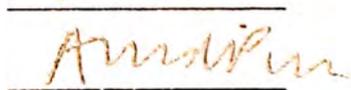
DEKAN


(Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd)

DEWAN PENGUJI

1. Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd.
2. Nini Sri Wahyuni, S.Psi, M.Pd
3. Dra. Irna Minauli, M. Si., Psikolog
4. Annawati Dewi Purba, S. Psi, M.Si

TANDA TANGAN

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 14 Oktober 2019



Arum Muslimah

NPM: 14.860.0155

**PERBEDAAN PENYESUAIAN DIRI PASCA PERCERAIAN ANTAR
LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN DI PENGADILAN AGAMA MEDAN
KELAS I-A KECAMATAN TIMBANG DELI**

Oleh:

ARUM MUSLIMAH

NPM: 14.860.0155

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan penyesuaian diri pasca perceraian antara laki-laki dan perempuan di Pengadilan Agama Medan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada perbedaan penyesuaian diri pasca perceraian antar laki-laki dan perempuan. Populasi pasangan yang bercerai pada bulan Juni 2019 berjumlah 280 orang dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 orang laki-laki dan 30 orang perempuan bercerai di Pengadilan Agama Medan. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik incidental. Metode pengambilan data adalah skala penyesuaian diri (Siswanto, 2007). Teknik analisis data yang digunakan adalah uji t-test independen. Dari hasil uji t-test independen menunjukkan ada perbedaan penyesuaian diri pasca perceraian antara laki-laki dan perempuan dengan koefisien $F = 0,620$ dengan $P = 0,001 < 0,050$. Penyesuaian diri laki-laki pasca bercerai dikategorikan baik (mean empirik=100,71 > mean hipotetik=82,5) dimana selisihnya melebihi bilangan SD 9,873. Sedangkan penyesuaian diri perempuan pasca bercerai dikategorikan sedang (nilai mean empirik=90,53 > mean hipotetik=82,5) dimana selisihnya melebihi bilangan SD (11,500).

ABSTRACT

The aim of this study is to determine differences in adjustment after divorce between men and women in Medan Religion Court. The hypothesis in this study is there are differences in adjustment after divorce between men and women. The population of couples who filed divorce during June 2019 is 280 couples and the sample for this research is 30 men and 30 women who filed for divorce. The sampling technique using incidental techniques. The data collection method using a scale of adjustment (Siswanto, 2007). The data analysis technique used in this study was the independent t-test. From the results of this independent t-test, it is concluded that there were differences in post-divorce adjustment between men and women with the coefficient $F = 0.620$ with $P = 0.001 < 0.050$. Self-adjustment of men after divorce has an empirical mean value of (100.71) > a hypothetical mean of (82.5) where the difference exceeds the SD number of 9,873, it is categorized as more adjusted. While the adjustment of women after divorce has an empirical mean value of (90.53) > a hypothetical mean of (82.5) where the difference exceeds SD 11,500 is categorized as moderate.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah mencurahkan segala rahmat dan hidayah-Nya dan tak lupa kepada Nabi Muhammad SAW sebagai panutan. Saya sangat bersyukur Alhamdulillah karena Allah telah mempermudah dan memperlancar saya dalam mengerjakan skripsi ini. Tiada henti saya panjatkan doa dan syukur kepada Allah SWT. Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “Perbedaan Komunikasi Interpersonal Ditinjau Dari Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Pada Remaja Di Universitas Medan Area”.

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Yayasan Haji Agus Salim Universitas Medan Area
2. Prof. Dr. Dadan Ramdan, M. Eng, MSc selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
4. Bapak Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, M.Psi selaku Wakil Dekan Psikologi Universitas Medan Area.
5. Bapak Azhar Azis, S.Psi, M.A selaku Kepala Jurusan Psikologi Perkembangan.
6. Ibu Dra Irna Minauli, M.si, Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang juga sabar dalam mengajarkan saya untuk mengerjakan skripsi ini meskipun saya pernah

melakukan kesalahan dalam pengerjaan skripsi ini, namun ibu tetap sabar untuk membimbing dan memberi masukan kepada saya dalam mengerjakan skripsi ini.

7. Ibu Annawati Dewi Purba S.Psi, M.si selaku Dosen Pembimbing II yang juga sabar dalam mengajarkan saya untuk mengerjakan skripsi ini meskipun saya pernah melakukan kesalahan dalam pengerjaan skripsi ini, namun ibu tetap sabar untuk membimbing dan memberi masukan kepada saya dalam mengerjakan skripsi ini
8. Ibu Nini Sri Wahyuni S.Psi, M.Pd selaku Sekretaris yang telah menyempatkan waktunya dan memberikan saran kepada peneliti.
9. Para Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan memotivasi peneliti
10. Para staf tata usaha Program Studi Psikologi Universitas Medan Area.
11. Teruntuk kedua orangtua saya Samino dan Tarmi yang paling saya sayangi yang telah membiyai saya hingga saya dapat sekolah hingga saya mencapai ke perguruan tinggi dan selalu mendoakan saya dan memberikan semangat kepada saya dan juga selalu menyayangi saya.
12. Teruntuk sahabat-sahabat saya dikampus Shela Wahyuni Tarigan dan Nola Dwigita yang juga memberi saya semangat memberi saya masukan selama kita menjalankan perkuliahan dari semester 1 hingga semester akhir, dan tetap selalu ada disisi saya ketika saya mengalami kesulitan yang bersangkutan dengan tugas kampus maupun urusan di kampus.
13. Tak lupa juga saya berterimakasih dengan teman-teman saya kelas Psikologi RegB-1 yang luar biasa. Saya bersyukur karena telah mengenal kalian dan menjadi teman

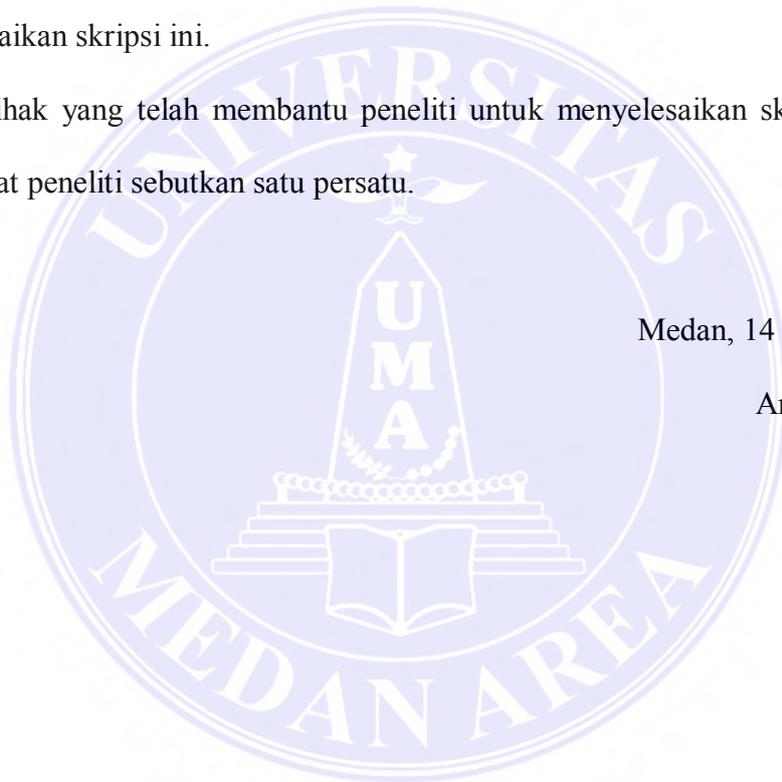
kalian sedari kita semester 1 hingga semester akhir. Saya harap pertemanan kita akan tetap terjalin.

14. Teruntuk sahabat saya juga Wenny Pratika, Amilia Utami Lubis, Diah Putri Ariyani yang selalu menyemangati saya agar tugas skripsi ini segera diselesaikan.
15. Teruntuk Putri Ariyanti dan Ayub Pradana yang telah membantu saya dalam proses perjalanan bimbingan ini, saya mengucapkan terima kasih, dan semoga Putri segera menyelesaikan skripsi ini.
16. Semua pihak yang telah membantu peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Medan, 14 Oktober 2019

Arum Muslimah

14.860.0155



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENYATAAN	iii
ABSTRAK.....	iv
MOTTO.....	vii
KATA PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Batasan Masalah	11
D. Rumusan Masalah	11
E. Tujuan Masalah	11
F. Manfaat Penelitian.....	12
1. Manfaat Teoritis	12
2. Manfaat Praktis.....	12
BAB II. KAJIAN TEORI ..	13
A. Laki-laki Dan Perempuan	
1. Pengertian laki-laki bercerai	13
2. Pengertian perempuan bercerai	14
B. Keluarga	
1. Pengertian keluarga	15
2. Fungsi keluarga	16
3. Peran laki-laki dalam keluarga	20
4. Peran istri dalam keluarga.....	21
5. Dampak laki-laki bercerai	22
6. Dampak perempuan bercerai.....	25
7. Faktor-faktor perkawinan.....	29
C. Penyesuaian diri	
1. Pengertian penyesuaian diri	34
2. Ciri-ciri penyesuaian diri	37
3. Penyesuaian diri laki-laki bercerai	46
4. Penyesuaian diri perempuan bercerai	48
D. Perbedaan penyesuaian diri pasca perceraian antar laki-laki dan perempuan ..	49
E. Kerangka konseptual	52
F. Hipotesis	52
BAB III METODE PENELITIAN	53
A. Tipe Penelitian	53
B. Identifikasi Variable Penelitian	53
C. Defisini Operasional Variable Penelitian	53
D. Subjek Penelitian.....	55
1. Populasi	55
2. Sample	55

E.	Teknik Pengumpulan Data	56
F.	Validitas dan Reliabilitas	56
	1. Validitas	56
	2. Reliabilitas	57
G.	Teknik analisis data	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		60
A.	Orientansi Kanchah Penelitian..	60
B.	Persiapan Penelitian	61
	1. Persiapan administrasi	61
	2. Persiapan alat ukur penelitian	62
	3. Pelaksanaan alat ukur penelitian	64
C.	Pelaksanaan Penelitian	65
D.	Analisis Data dan Hasil Penelitian	66
	1. Uji asumsi	66
	a. Uji normalitas	66
	b. Uji homogenitas	67
	2. Hasil perhitungan analisis	68
	3. Hasil perhitungan mean hipotetik dan mean empirik	68
	a. Mean Hipotetik	68
	b. Mean Empirik	68
	c. Kriteria	69
E.	Pembahasan	70
BAB V PENUTUP.		75
A.	KESIMPULAN	75
B.	SARAN	76
DAFTAR PUSTAKA		78
LAMPIRAN		81

DAFTAR TABEL

Tabel 1	: Distribusi Penyebaran Butir Pernyataan Skala Penyesuaian Diri Sebelum Uji Coba.....	62
Tabel 2	: Distribusi Penyebaran Butir Pernyataan Skala Penyesuaian Diri Setelah Uji Coba.....	62
Tabel 3	: Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas	67
Tabel 4	: Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Homogenitas Varians Penyesuaian Diri Pasca Perceraian.....	67
Tabel 5	: Tabel Penyesuaian Diri Dari Seluruh Laki-laki Dan Perempuan Pasca Perceraian	70



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan sepanjang siklus kehidupan keluarga terganggu, ketika pasangan yang bercerai bukan hanya satu peristiwa kehidupan juga perceraian adalah hal yang bisa dikatakan dengan sebuah perpisahan dari pasangan yang hidup bersama dari serangkaian pengalaman yang menegangkan bagi seluruh keluarga yang dimulai dengan kesulitan sebelum perceraian dan termasuk serangkaian yang kompleks dari kehidupan yang berubah ketika hubungan itu terurai dan anggota keluarga mengatur hidup mereka (Amato,2000).

Dalam kehidupan rumah tangga sering dijumpai orang (suami istri) mengeluh dan mengadu kepada orang lain ataupun kepada keluarganya, akibat tidak terpenuhinya hak yang harus diperoleh atau tidak dilaksanakannya kewajiban dari salah satu pihak, atau karena alasan lain yang dapat berakibatkan timbulnya suatu perselisihan di antara keduanya (suami istri) tersebut, tidak mustahil dari perselisihan itu akan berbuntut pada putusnya ikatan perkawinan (Anshori, 2011)

Adapun perkara yang diterima Pengadilan Agama Medan pada tahun 2018 sebanyak 3.126 perkara. Untuk jumlah perkara cerai yang putus pada tahun 2018 Pengadilan Agama Medan sebanyak 2.509 perkara dengan berbagai faktor penyebab terjadinya perceraian.

Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara mengenai penyesuaian diri pasca perceraian pada perempuan adapun seorang perempuan berinisial YM yang berusia 26 tahun sebagai mantan istri:

“Waktu hakim ketok palu, perasaan pertama kali terasa sesak di dada, sedih, merasa gak berdaya, terasa kali kehilangannya yang biasanya ada dia disamping tempat tidur mbak sekarang udah gak ada, sekarang apa-apa sendiri dulu kemana-mana berdua, kadang mbak mikir kok gini kali nasib mbak, padahal mbak pikir kami bakalan sampai kakek-kakek dan nenek-nenek tapi gak waktu awal-awal bercerai itu pikiran mbak kosong, enggak mau keluar rumah, mikir kekmna nantinya, apa bisa mbak ngelakuin sendiri tapi ya mbak berusaha untuk tegar di depan keluarga mbak.” (18 Maret 2019)

Berdasarkan observasi dan hasil wawancara di atas peneliti menarik kesimpulan bahwa penyesuaian diri pada perempuan yang bercerai mengalami perasaan sedih, tidak berdaya, kehilangan, dan kesulitan dalam berpikir. Adapun hasil wawancara mengenai penyesuaian diri pasca perceraian pada laki-laki yang berinisial YP yang berusia 29 tahun sebagai mantan suami:

“sejak berpisah dengan istri, ketidakhadirannya dirumah terasa sepi, merasa takut menjalani hubungan baru karena pernah gagal pertama, dan walaupun menikah lagi nanti ya harus lebih hati-hati caranya, banyaklah perubahan baru setelah bercerai itu yang kadang-kadang butuh penyesuaian” (19 Maret 2019)

Berdasarkan observasi dan hasil wawancara di atas peneliti menarik kesimpulan bahwa penyesuaian diri pada laki-laki yang bercerai mengalami kesepian, takut menjalani hubungan baru, dan perubahan baru setelah bercerai yang membutuhkan waktu untuk menyesuaikannya. Hal ini sejalan dengan teori Perpishahan atau perceraian secara psikis dapat menimbulkan suatu *“feeling of loose”*, yaitu perasaan kehilangan yang mendalam

yang menimbulkan kesedihan maupun penghayatan seolah-olah yang bersangkutan kehilangan pegangan (Marsiyanti dan Harahap, 2000).

Rahe (dalam Andhika, 2012) menyatakan bahwa selain kematian istri, perpisahan dapat terjadi karena perceraian. Perceraian terjadi karena ketidakmampuan pasangan suami istri dalam mempertahankan komitmen berumah tangga. perceraian merupakan stressor tertinggi kedua setelah peristiwa kematian pasangan. Bagi seorang duda, perceraian dapat memberikan dampak rasa sedih, sakit, putus asa, rasa dendam dan bahkan menyisakan trauma meskipun dalam prosesnya dilakukan secara baik-baik.

Setelah bercerai, pria yang menduda terhenti dalam melakukan hubungan seksual secara rutin, kecuali dia segera menikah lagi atau melakukan hidup serumah tanpa menikah. Hubungan seksual terkadang menjadi kebutuhan pokok bagi laki-laki. Selain untuk kepuasan secara biologis, melakukan hubungan seksual, seorang laki-laki ingin membuktikan kejantanan, kemampuan, dan kekuatannya. Oleh karena itu, mereka perlu menyalurkan keinginan tersebut dengan melakukan hubungan seks yang normal (Kertamuda, 2009).

Dariyo (2003) menyatakan bahwa setelah kehilangan pasangan, seorang pria yang menduda tidak bergantung pada mantan isterinya. Salah satunya adalah ketergantungan psikologis (*psychological dependency*) yakni kecenderungan untuk memberi perhatian dan kasih sayang kepada pasangan hidupnya selama menikah. Setelah berpisah, masing-masing bekas pasangan suami isteri tidak akan saling mencurahkan perhatian dan kasih sayang.

Clark (dalam Kertamuda, 2009) menyatakan bahwa kehilangan pasangan menimbulkan perasaan kesepian dan ketidakseimbangan emosi. Kehilangan pasangan dapat menimbulkan masalah pada identitas baru yang akan disandangnya. Pria yang kehilangan pasangannya berisiko besar mengalami gangguan kesehatan mental jangka pendek. Risiko kesehatan mental yang buruk bisa berlangsung selama bertahun-tahun, tetapi risiko itu terbatas pada mereka yang tidak menemukan pasangan baru.

Rogers dkk (2017) menyatakan bahwa perempuan yang bercerai merasakan kesal atau sedih setelah berpisah, atau kehilangan kesenangan dalam aktivitas yang biasa yang dilakukannya. Perilaku umumnya seperti pikiran, perasaan dan gejala fisik yang mungkin dialaminya sebagai berikut: tidak keluar rumah, tidak menyelesaikan pekerjaan di tempat kerja, menarik diri dari anggota keluarga dan teman dekat, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, memiliki pemikiran seperti: "Aku gagal" atau "aku tidak layak hidup", merasa kewalahan, bersalah atau mudah tersinggung, merasa frustrasi, tidak bahagia atau bimbang, kelelahan, sakit kepala dan nyeri otot, masalah pola tidur, kehilangan atau perubahan selera, merasa sakit dan tidak berdaya, penurunan atau kenaikan berat badan yang signifikan. Semua orang mengalami beberapa atau semua gejala ini dari waktu ke waktu, tetapi ketika gejalanya terjadi bersamaan dan parah atau berlangsung lama, disarankan untuk mencari bantuan profesional.

Menurut Gahler (2006) bahwa perceraian merupakan peristiwa yang sangat menekan. Selain membawa dampak buruk pada anak, perceraian berdampak besar pada kelangsungan hidup suami istri yang mengalaminya. Pasangan yang bercerai cukup banyak yang mengunjungi klinik psikiatri dan rumah sakit daripada pasangan dari keluarga

utuh. Pasangan bercerai lebih banyak yang mengalami kecemasan, depresi, perasaan marah, perasaan tidak kompeten, penolakan, dan kesepian.

Berdasarkan studi empiris, berakhirnya perkawinan juga membawa beberapa dampak sosial, misalnya: mempersempit jaringan sosial yang berdampak pada kurangnya dukungan sosial, menyebabkan pengalaman hidup negatif dan penderitaan psikologis, serta menyebabkan kesulitan ekonomi bagi perempuan (Johnson dan Wu, 2002). Sayangnya situasi ini terlalu umum, hampir 2 juta orang dewasa di Amerika Serikat memutuskan bercerai setiap tahunnya (Vera dan Sutton 2010). Adapun alasannya, perceraian akan memberikan dampak bagi yang mengalaminya atau anggota keluarga, bercerai menimbulkan berbagai konsekuensi dan risiko yang tidak ringan terutama bagi perempuan mereka dihadapkan pada serangkaian permasalahan, konflik-konflik yang ditemui dalam menjalani pernikahan merupakan hal yang wajar terjadi dalam sebuah pernikahan, namun ketidakmampuan pasangan suami istri untuk mengatasi konflik yang terjadi dalam pernikahannya dapat mengakibatkan kegagalan dalam hubungan pernikahannya (Papalia, 2004).

Secara khusus reaksi pertama yang signifikan dari kehilangan seperti perceraian adalah perasaan menolak dan syok, suami atau istri mungkin merasakan emosi mati rasa ini adalah cara mengatasi pertahanan diri untuk memberikan waktu yang dibutuhkan untuk menahan apa yang terjadi, begitu kenyataan ada dalam diri pengalaman kehilangan akan menimbulkan rasa sakit (American Psychiatric Association, 2011)

Sehubungan dengan gender, penelitian di Amerika Serikat secara konsisten menunjukkan bahwa istri lebih cenderung memulai perceraian daripada suami (Amato dan

Previti, 2003). Umumnya pasangan yang bercerai karena mereka merasa pernikahan mereka kurang komunikasi, penyelesaian emosi, kecocokkan, istri cenderung memiliki daftar keluhan yang lebih panjang daripada suami, sering dilakukan yang berkaitan dengan perpisahan (Hewitt dkk, 2006). Hilangnya suatu hubungan dapat membawa kebingungan dan rasa sakit yang luar biasa (Noller, 2006). Membandingkan perceraian laki-laki dan perempuan, laki-laki lebih tampak kesulitan atau bahkan tidak dapat mengartikulasikan perasaan terdalam mereka, kekhawatiran, takut, ketidakamanan, emosi rasa sakit dan kesedihan yang terkait dengan kehilangan akibat dari perceraian (Lai, Hsiao dkk, 2010).

Banyak penelitian membandingkan pernikahan dan perceraian orang dewasa saat ini dari berbagai dimensi kesejahteraan, secara umum penelitian dari Amerika Serikat menunjukkan bahwa individu yang bercerai membandingkan dengan individu yang menikah melaporkan kurangnya kebahagiaan, gejala depresi, isolasi sosial, peristiwa kehidupan negatif, dan masalah kesehatan (Bierman dkk, 2006). Perceraian juga berarti hilangnya manfaat terkait dengan pernikahan, untuk banyak orang pernikahan memberikan dukungan emosional, persahabatan, pasangan seksual, keamanan keuangan selain itu pasangan sering mendorong satu sama lain untuk menjaga gaya hidup yang lebih sehat dan memperkecil potensi perilaku berbahaya, seperti menggunakan alkohol berlebihan dan merokok serta hilangnya faktor positif (efek manfaat dari pernikahan) faktanya, penelitian menunjukkan bahwa secara umum kesehatan dan kesejahteraan dari perceraian (mereka lebih banyak melalui periode krisis diawal) tidak berbeda jauh dari yang tidak pernah menikah atau janda, sebuah pola yang berlaku untuk perempuan dan laki-laki (Rendall, 2011).

Individu yang bercerai menunjukkan pola berfikir, perasaan dan perilaku yang bisa meningkatkan stres untuk beberapa stres tersebut bermanifestasi dalam perilaku abnormal seperti menangis, menghindari orang lain, penyalahgunaan zat (narkoba, alkohol, narkoba) agitasi, kelelahan, kegelisahan, gangguan tidur, kesedihan, rasa bersalah, depresi, kecemasan, ketegangan, mudah marah, takut, letih, dan perubahan suasana hati bahkan pendekatan pada sebelumnya terhadap situasi yang rasional dapat menunjukkan sangsi tentang kemampuan mereka untuk mengatasi, merasakan, kecemasan, untuk alasan yang tidak diketahui, khawatir, mempunyai pandangan negatif terhadap diri sendiri dan dunia, dan merasa tak berdaya, harga diri rendah (Amato dan Previti, 2003).

Teori ekonomi tradisional memandang perceraian sebagai dasar meningkatnya risiko syok bagi individu yang menimbulkan ketidakpastian tentang penghasilan di masa depan (Cooco, 2005). Seperti yang disebutkan sebelumnya, istri lebih mungkin memulai perceraian daripada suami untuk alasan ini, mantan istri cenderung menunjukkan penyesuaian emosional yang lebih baik daripada yang dilakukan mantan suami di tahun pertama perceraian (Hetherington dan Kelly, 2002). Kebanyakan orang dewasa menangani transisinya dengan baik (Bonanno dan Clark, 2011) tetapi untuk persentase kecil dari perceraian, perpisahan perkawinan terkait dengan penurunan kesejahteraan psikologis (Lucas, 2005) dan meningkatnya risiko masalah kesehatan fisik (Portley, 2011).

Selain memahami alasan spesifik orang yang bercerai, ini juga penting untuk mengetahui apakah alasan tersebut terkait dengan penyesuaian pasca perceraian, pengalaman individu yang bercerai mengalami tingkat yang lebih tinggi pada depresi, tingkat kepuasan hidup yang rendah, dan masalah kesehatan daripada individu yang

sudah menikah (Amato, 2000). Penyesuaian pasangan yang bercerai tergantung pada beberapa faktor, teori penyesuaian perceraian sering menjelaskan melalui stres, pendekatan penyesuaian perceraian menyarankan bahwa akumulasi dari stres (sesuatu yang bisa membuat stres) ditambah dengan sumber daya individu (misalnya: diri sendiri, ekonomi, agama) untuk mengatasi stres menentukan efek dari perceraian pada mereka (Amato, 2000). Kemudian kegagalan individu untuk menyesuaikan diri terhadap perceraian akan menimbulkan efek negatif seperti pengalaman yang penuh stres, meningkatnya emosi dan perilaku negatif, kesehatan yang semakin memburuk, ketidakmampuan berfungsi dengan baik dalam keluarga yang baru, pekerjaan, ketidakmampuan mengembangkan identitas, dan gaya hidup yang masih terikat dengan pernikahan sebelumnya Morgan (dalam Amato, 2000).

Menurut Emery (2012) bahwa mereka yang tidak siap untuk bangkit mungkin membutuhkan lebih banyak waktu untuk meratapi hilangnya pasangan dari pernikahan, karena manusia itu kompleks variasi penyesuaian diri dapat sampai minggu, bulan atau tahun, penelitian menyarankan secara umum individu yang menghubungkan penyebab dengan faktor-faktor eksternal (misalnya: perselingkuhan) memerlukan waktu untuk menyesuaikan diri dari perceraian daripada mereka yang menghubungkan penyebab dalam hubungannya (misalnya: tidak memiliki komunikasi) individu yang mengartibisikan perceraian ke faktor eksternal atau mereka sendiri juga memiliki tingkat keterikatan yang tinggi pada mantan pasangan yang bisa berkontribusi terhadap penyesuaian yang buruk dan mereka menganggap kehidupan menjadi lebih negatif.

Hetherington dan Kelly (2003) menyatakan bahwa mereka yang bertemu dengan pasangannya atau faktor-faktor intrinsik terhadap hubungan tersebut akibat dari

perceraian mereka cenderung menyebabkan penyesuaian yang lebih cepat pada perubahan keadaan mereka dengan cara yang lebih positif, pentingnya bagi seluruh budaya dalam membentuk dukungan yang berpengaruh pada hubungan baru tersebut dalam bentuk (misalnya; hidup bersama sebagai suami istri, menikah kembali) dikaitkan dengan penyesuaian diri pasca perceraian yang lebih baik untuk laki-laki dan perempuan karena sebagian dari mereka merasa dihargai dan diinginkan. Menurut Saffrey dan Ehrenberg (2007) bahwa fase awal sangat sulit pada penyesuaian perceraian tetapi mereka harus bangkit dan melalui kesulitan dengan teratur untuk mencapai penyesuaian yang lebih baik. Penyesuaian perceraian yang buruk telah dijelaskan sebagai kontinuitas dari pengaruh negatif yang tinggi, variabilitas tinggi dalam diri seseorang atau penyatuan dua faktor (Sbarra dan Emery, 2005).

Keadaan stres yang terkait dengan perceraian pernikahan cenderung berkurang dengan berlalunya waktu bagi kebanyakan orang dewasa, dari penyesuaian yang berhasil sering membutuhkan peran baru (Hetherington dan Kelly, 2002). Beberapa mantan istri memutuskan untuk meningkatkan kualifikasi pendidikan setelah perceraian, beberapa mantan istri yang lain kembali untuk bekerja, kebanyakan individu yang bercerai akhirnya menjalin pertemanan baru, dan membentuk hubungan baru yang romantis, penyesuaian yang berhasil juga membutuhkan orang-orang untuk mengembangkan identitas baru tidak lagi terikat dengan mantan pernikahan (Amato, 2000). Berdasarkan studi pendahuluan dan data di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Perbedaan penyesuaian diri pasca perceraian antar laki-laki dan perempuan”

B. Identifikasi Masalah

Ketidakmampuan pasangan suami istri untuk mengatasi konflik yang terjadi dalam pernikahannya dapat mengakibatkan kegagalan dalam hubungan pernikahan. Setelah perempuan atau laki-laki yang melakukan gugat cerai maka masalah yang muncul adalah kesulitan ekonomi, perasaan sedih, merasa tidak berdaya, kehilangan, kesulitan dalam berpikir, kesulitan dalam perubahan baru setelah bercerai yang membutuhkan waktu untuk menyesuaikan diri yang diakibatkan dari pengalaman perceraian.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Fashihatin Nisa (2009) yang menggunakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif melalui metode wawancara dan observasi dengan jumlah sample dalam penelitian ini sebanyak 2 perempuan yang bercerai dan hasil dari penelitian ini adalah penyesuaian trauma emosional terhadap perceraian berbeda diantara kedua partisipan, perceraian yang dialaminya membuat partisipan I merasa lega dan tidak sedih namun sesekali merasa trauma jika teringat dengan perilaku mantan suami yang menyakitinya. Partisipan II merasakan kesedihan dan stres namun seiring berjalannya waktu mulai menerima perceraian dan saat ini dia sudah jarang mengingat mantan suaminya.

Dalam penelitian ini peneliti tidak hanya fokus pada penyesuaian diri pada perempuan saja tetapi peneliti juga tertarik untuk meneliti bagaimana penyesuaian diri antar laki-laki yang bercerai. Berdasarkan identifikasi dari uraian di atas peneliti akan melakukan penelitian terkait dengan perbedaan “penyesuaian diri pasca perceraian antar Laki-laki dan Perempuan”.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah disebutkan diatas maka peneliti membatasi masalah pada penyesuaian diri pasca perceraian antar Laki-laki dan Perempuan.

D. Rumusan Masalah

Setelah perempuan melakukan gugat cerai atau laki-laki melakukan cerai talak, maka perempuan dan laki-laki menjalani fungsi keluarga dengan sendiri, kemudian masalah utama yang dihadapi oleh perempuan dan laki-laki setelah bercerai adalah penyesuaian kembali terhadap masing-masing peran. Berdasarkan latar belakang di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut “Bagaimana perbedaan penyesuaian diri pasca perceraian antar laki-laki dan perempuan”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian yang sudah dikemukakan maka tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana perbedaan penyesuaian diri pasca perceraian antar laki-laki dan perempuan.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk menambah wawasan keilmuan di bidang Psikologi khususnya mengenai penyesuaian diri pasca perceraian dan dapat menambah wawasan tentang penyesuaian diri pada laki-laki dan perempuan sehingga sebagai sarana bagi pasangan suami istri untuk mengantisipasi dan mewujudkan keluarga yang bahagia dan harmonis.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan sebagai masukan untuk dijadikan gambaran kehidupan setelah mengalami perceraian dan diharapkan dapat membantu memecahkan masalah yang muncul dalam perkawinan yang ditimbulkan dari adanya perceraian antara pihak laki-laki dan perempuan sehingga dapat ditemukan solusi untuk pengurangan masalah yang timbul.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Laki-laki dan Perempuan Bercerai

1. Pengertian Laki-laki Bercerai

Hilangnya pasangan akibat putusnya ikatan perkawinan yang sah membuat status bagi pria yang pernah menikah, yakni duda. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia istilah duda didefinisikan sebagai laki-laki yang kematian istri atau yang kematian istri atau yang telah bercerai dari istrinya (Ali, 2000).

Menurut Hasjir (2000) mendefinisikan duda adalah seorang suami yang istrinya sudah meninggal atau bercerai dan dia belum menikah lagi. Sedangkan menduda adalah keadaan pria yang istrinya meninggal atau telah bercerai dengan istrinya dan belum menikah lagi.

Perceraian menurut hukum Islam dalam pasal 38 dan 39 undang-undang Nomor 1 tahun 1974 tentang perkawinan yang telah dijabarkan dalam implementasi hukum perkawinan nasional mencakup perceraian dalam pengertian talaq yaitu perceraian yang diajukan permohonan cerainya oleh dan atas inisiatif suami kepada Pengadilan Agama yang dianggap terjadi dan berlaku beserta segala akibat hukumnya sejak saat perceraian itu dinyatakan di depan sidang Pengadilan Agama.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa laki-laki bercerai adalah putusnya ikatan perkawinan lahir dan bathin antara suami dan istri.

2. Pengertian Perempuan Bercerai

Istilah perceraian terdapat dalam pasal 38 Undang-undang Nomor 1 tahun 1974 yang memuat ketentuan bahwa perkawinan dapat putus karena kematian, perceraian, dan atas putusan pengadilan. Jadi istilah perceraian secara yuridis berarti putusnya perkawinan yang mengakibatkan putusnya hubungan suami istri atau berhenti statusnya suami dan istri sebagaimana yang terdapat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI).

Perceraian menurut hukum Islam dalam pasal 38 dan 39 Undang-undang Nomor 1 tahun 1974 dalam pengertian cerai gugat yaitu perceraian yang diajukan gugatan cerainya oleh dan atas inisiatif istri kepada Pengadilan Agama yang dianggap terjadi dan berlaku beserta segala akibat hukumnya sejak jatuhnya putusan Pengadilan Agama yang telah mempunyai kekuatan hukum yang tetap.

Menurut Undang-undang perceraian dalam pasal 38 UU Nomor 1 tahun 1974 adalah putusnya perkawinan, adapun yang dimaksud dengan perkawinan adalah ikatan lahir bathin antara seorang laki-laki dengan seorang perempuan sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan ketuhanan yang Maha Esa.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa perempuan bercerai putusnya hukum perkawinan antara istri dan suami dihadapan Pengadilan Agama yang mengakibatkan berhentinya status suami dan istri dan berakhirnya hubungan rumah tangga antara suami dan istri.

B. Keluarga

1. Pengertian Keluarga

Menurut Kertamuda (2009) mendefinisikan keluarga adalah dua orang atau lebih yang saling berinteraksi dan mempunyai ikatan darah, pernikahan, atau pengapdosian serta tinggal bersama-sama. Keluarga merupakan perkumpulan dua orang atau lebih individu yang hidup bersama dalam keterikatan, emosional dan setiap individu memiliki peran masing-masing yang merupakan bagian dari keluarga (Fatimah, 2010).

Menurut Mubarak (2009) keluarga adalah perkumpulan dua atau lebih individu yang terikat oleh hubungan perkawinan, hubungan darah, ataupun adopsi dan setiap anggota keluarga saling berinteraksi satu dengan lainnya. Sedangkan menurut Undang-undang Nomor 52 Tahun 2009 mendefinisikan keluarga sebagai unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari suami, istri, dan anaknya, atau ayah dan anaknya, atau ibu dan anaknya.

Ali (2010) menyatakan bahwa keluarga adalah dua atau lebih individu yang bergabung karena hubungan darah, perkawinan, dan adopsi dalam satu rumah tangga, yang berinteraksi satu dengan lainnya dalam peran dan menciptakan serta mempertahankan suatu budaya.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari suami, istri dan anak yang memiliki keterikatan emosional dan memiliki peran masing-masing.

2. Fungsi Keluarga

Menurut Kertamuda (2009) keluarga tentu memiliki fungsi dan peran, fungsi dari keluarga yakni diantaranya:

a. Mengatur aktivitas seksual

Setiap masyarakat mempunyai norma dan aturan dalam hubungan seksual. Keluarga menjadi lembaga pokok yang mengorganisasi dan mengatur pemuasan keinginan-keinginan seksual. Jadi keluarga merupakan wadah yang sah baik ditinjau dari segi agama maupun masyarakat dalam hal pengaturan dan pemuasan keinginan-keinginan seksual.

b. Tempat anak bersosialisasi

Keluarga merupakan tempat pertama anak belajar bersosialisasi. Anak menyerap banyak hal dari keluarga seperti sikap, keyakinan, serta nilai-nilai dalam keluarga, dan anak juga belajar kemampuan dalam berinteraksi yang kelak dapat bermanfaat dalam kehidupannya di masa mendatang. Bila dalam suatu keluarga mengalami perceraian atau pernikahan kembali hal ini tentu saja dapat memunculkan peran baru yang mungkin lebih membingungkan anak sehingga dapat terjadi perselisihan antara anak dan orang tua kandung, atau anak dengan ayah atau ibu tiri. Hal tersebut menimbulkan pertentangan dan ketidakharmonisan dalam keluarga tersebut.

c. Jaminan dan keamanan secara ekonomi

Keluarga sangat berperan dalam pemenuhan baik itu keamanan dan stabilitas finansial, kebutuhan pokok untuk kelangsungan hidup.

d. Pemberi dukungan emosional

Keluarga adalah kelompok utama yang penting karena keluarga memberikan dukungan, cinta, dan kebutuhan emosional yang membuat anggota keluarga terpenuhi kebutuhannya, sehingga membuat mereka bahagia, sehat, dan aman.

e. Tempat status sosial

Kelas sosial dapat dikategorikan sama dengan tingkat dalam kemasyarakatan yang terkait kekayaan, pendidikan, kekuatan, prestise, dan sumber nilai-nilai. Kelas sosial dapat mempengaruhi kehidupan keluarga misalnya, dari mana asal keluarga, berapa jumlah anak, bagaimana hubungan orang tua dengan anaknya, hingga bagaimana pasangan saling berinteraksi yang mencerminkan kelas dan status sosial keluarga.

Menurut Wirdhana (2013) terdapat delapan fungsi keluarga dan berikut penjelasannya.

a. Keagamaan

Tempat pertama seorang anak mengenal, menanamkan dan menumbuhkan serta mengembangkan nilai-nilai agama, sehingga menjadi insan-insan yang agamis, berakhlak baik dengan keimanan dan ketaqwaan yang kuat kepada tuhan yang Maha Esa.

b. Sosial budaya

Memberikan kesempatan kepada seluruh anggota keluarganya dalam mengembangkan kekayaan sosial budaya bangsa yang beraneka ragam dalam satu kesatuan.

c. Cinta dan kasih sayang

Memberikan landasan yang kokoh terhadap hubungan suami dengan istri, orang tua dengan anak-anaknya, anak dengan anak, serta hubungan kekerabatan antara generasi sehingga keluarga menjadi tempat utama bersemainya kehidupan yang penuh cinta kasih lahir dan bathin.

d. Perlindungan

Sebagai tempat perindung keluarganya dalam menumbuhkan rasa aman dan tenang serta kehangatan bagi setiap anggota keluarganya.

e. Reproduksi

Perencanaan untuk melanjutkan keturunannya yang sudah menjadi fitrah manusia sehingga dapat menunjang kesejahteraan umat manusia secara universal.

f. Sosialisasi dan pendidikan

Memberikan peran dan arahan kepada keluarganya dalam mendidik keturunannya sehingga dapat menyesuaikan kehidupannya di masa mendatang.

g. Ekonomi

Sebagai unsur pendukung kemandirian dan ketahanan keluarga.

h. Pembinaan lingkungan

Memberi kemampuan kepada setiap anggota keluarga sehingga dapat menempatkan diri secara serasi, selaras dan seimbang sesuai dengan aturan dan daya dukung alam dan lingkungan yang setiap saat selalu berubah secara dinamis.

Menurut Sudiharto (2010) fungsi keluarga terdapat lima bagian yaitu:

- a. Fungsi afeksi: berhubungan dengan fungsi internal keluarga, untuk pemenuhan kebutuhan psikososial, saling mengasuh dan memberikan cinta kasih, saling menerima dan mendukung.
- b. Fungsi sosialisasi: proses perkembangan dan perubahan individu keluarga, tempat anggota berinteraksi.
- c. Fungsi reproduksi: meneruskan kelangsungan keturunan dan menambah sumber daya manusia.
- d. Fungsi ekonomi: keluarga untuk memenuhi kebutuhan keluarga seperti sandang, pangan, dan papan.
- e. Fungsi perawatan kesehatan: kemampuan keluarga melakukan asuhan keperawatan atau pemeliharaan kesehatan.

Berdasarkan fungsi keluarga di atas dapat disimpulkan yaitu keagamaan, sosial budaya, cinta dan kasih sayang, perlindungan, reproduksi, sosialisasi dan pendidikan, ekonomi, pembinaan lingkungan.

3. Peran laki-laki dalam keluarga

Menurut Istiati (2010) bahwa laki-laki memiliki peran sebagai seorang suami dari istri dan ayah dari anak-anaknya, ayah berperan sebagai kepala keluarga, pendidik, pelindung, mencari nafkah, serta pemberi rasa aman bagi anak dan istrinya dan juga sebagai anggota masyarakat di lingkungan dimana dia tinggal. Marsiyanti dan Harahap (2000) mengemukakan bahwa peran pria dalam keluarga meliputi:

- a. Peran pria sebagai suami yakni pria berperan sebagai kepala keluarga dimana seorang pria mempunyai banyak hak dan kewajiban dalam keluarganya. Dalam hal ini pria berperan dalam memelihara, memimpin, dan membimbing keluarga serta menyelamatkan rumah tangga. Dalam hal pendidikan anak, pria berperan membantu istri dalam memberikan tauladan yang baik kepada istri dan anak.
- b. Peran pria sebagai ayah yakni pria berperan dalam pendidikan dan pemeliharaan anak, bertanggung jawab atas perkembangan kepribadian anak, ayah berperan sebagai tempat perlindungan anak-anak.
- c. Peran pria sebagai anggota masyarakat, dalam hal ini peran pria adalah berperan dalam keanggotaan di masyarakat.

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga peran laki-laki dalam keluarga yaitu: peran pria sebagai suami, peran pria sebagai ayah, peran pria sebagai anggota masyarakat.

4. Peran istri dalam keluarga

Menurut Istiati (2010) peran seorang istri dan ibu dari anak-anaknya, dimana peran ibu sangat penting dalam keluarga antara lain sebagai pengasuh, dan pendidik anak-anaknya, sebagai pelindung dari anak-anak saat ayahnya sedang tidak ada dirumah, mengurus rumah tangga, serta dapat juga berperan sebagai pencari nafkah, selain itu ibu juga berperan sebagai salah satu anggota kelompok dari peranan sosial serta sebagai anggota masyarakat dimana dia tinggal.

Menurut Asraf (2006) menyatakan bahwa peran istri dalam pengelolaan sumberdaya keluarga adalah posisi tawar yang dimiliki oleh istri karena keterlibatannya dalam merencanakan, mengatur, dan mengelola sumberdaya keluarga serta mencakup penguasaannya terhadap faktor-faktor ekonomi baik materi maupun non-materi. Selanjutnya Duflo dan Rangel (2005) berpendapat bahwa peningkatan pada kontribusi ekonomi istri diartikan sebagai meningkatnya peran istri dalam pengelolaan dan penguasaan sumberdaya keluarga yang akhirnya akan membawa tingkat kepuasan yang lebih baik dari perspektif istri. Namun, perlu diperhatikan bahwa pendapatan yang lebih tinggi saja tidak cukup untuk membuat istri merasa lebih sejahtera. Hal yang terpenting adalah memberikan akses yang memadai kepada istri dalam mengatur pendapatan dan meningkatkan peran istri dalam mengelola sumberdaya materi dan non-materi.

Berdasarkan pengertian peran perempuan dalam keluarga di atas dapat disimpulkan bahwa peran istri merupakan mengurus rumah tangga.

5. Dampak Perceraian Pada Laki-laki

Dalam diri pria akan muncul berbagai perubahan dalam hidupnya yang disebabkan karena tidak adanya istri yang menjadi partner hidupnya. Goode (2004) mengemukakan berbagai perubahan yang dialami pria setelah perpisahan dengan istrinya seperti di bawah ini:

- a. Penghentian kepuasan seksual.
- b. Hilangnya persahabatan, kasih atau rasa aman.
- c. Hilangnya model peran orang dewasa untuk diikuti anak-anak.
- d. Penambahan dalam beban rumah tangga terutama dalam menangani anak-anak.
- e. Penambahan dalam persoalan ekonomi.
- f. Pembagian kembali tugas-tugas rumah tangga dan tanggung jawabnya.

Undang-undang perkawinan Nomor 1 tahun 1974 pasal 41 (Walgito, 2000) menyebutkan akibat putusnya perkawinan karena perceraian adalah:

- a. Bapak yang bertanggung jawab atas semua biaya pemeliharaan dan pendidikan yang diperlukan anak bilamana bapak dalam kenyataan tidak dapat memberi kewajiban tersebut pengadilan dapat menentukan bahwa ibu ikut memikul biaya tersebut.
- b. Pengadilan dapat mewajibkan kepada bekas suami untuk memberikan biaya penghidupan dana atau menentukan sesuatu kewajiban bagi bekas suami.

Menurut Krantzler (dalam Ihromi, 2004) bahwa ketika bercerai seorang pria menduda kemungkinan mengalami kesulitan untuk mengatasi beragam perasaan yang seringkali mendampingi peristiwa yang mengubah

kehidupannya, perceraian bagi kebanyakan orang sebagai masa transisi yang penuh kesedihan, masa transisi ini dirasakan sebagai masa-masa sulit bila dikaitkan dengan harapan-harapan masyarakat tentang perceraian.

Dariyo (2003) bahwa setelah bercerai, mantan suami tidak mempunyai kewajiban menyokong keuangan mantan istrinya. Namun, biasanya anak-anak masih mempunyai hak memperoleh pemeliharaan dari ayahnya. Orang tua yang mendapatkan hak asuh anak membiayai anak-anak mereka seorang diri. kenyataannya ini mengakibatkan seseorang yang menjadi orang tua tunggal menjadi kesulitan dalam hal ekonomi setelah berpisah dengan mantan suami atau istrinya. Hal ini sejalan dengan teori Hurlock (2002) Ketika di keluarga kehadiran istri tidak ada, pria harus menggantikan posisi istri baik dalam pengeluaran ekonomi rumah tangga maupun dalam pendidikan anak, pemenuhan kebutuhan diri dan anak serta kegiatan atau tugas yang lazim dilakukan oleh istri. Walaupun sebelum perceraian melakukan beberapa pekerjaan rumah tangga tetapi setelah perceraian maka pria yang menduda harus mengerjakan sendiri seluruh pekerjaan rumah tangga tersebut. Contoh pekerjaan rumah tangga yang dikerjakan sehari-hari adalah memasak, mencuci pakaian, dan sebagainya.

Menurut Marsiyanti dan Harahap (2000) menyatakan bahwa secara sosial perceraian menimbulkan situasi krisis. Status duda membuat sikap masyarakatpun akan berubah, seolah-olah kepercayaan dan penghargaan yang tadinya ada menjadi berkurang. Para duda harus mencari cara-cara baru untuk memenuhi perannya di tengah kehidupan sosial. Tidak jarang masyarakat

mencurigai dan mencemooh tindakan mereka atau menyalahartikan tindakan-tindakan tertentu secara tidak adil.

Menurut Papalia dan Olds (2008) bahwa pria menduda yang dapat menyesuaikan diri dengan amat baik adalah mereka yang tetap sibuk mengambil peran baru (seperti pekerjaan berbayar/sukarelawan baru), atau amat terlibat dalam aktivitas berkelanjutan. Mereka sering bertemu dengan teman-teman dan mereka bisa mungkin bergabung dengan kelompok support atau self-help. Selanjutnya menurut Tifani (2013) pemenuhan variasi kebutuhan fisiologis seorang pria yang duda diantaranya makan, waktu istirahat, pemenuhan kebutuhan seks, keinginan untuk menikah kembali, dan pria yang telah bercerai pada umumnya akan melangsungkan pernikahan kembali.

Berdasarkan dampak perceraian laki-laki yang bercerai dapat disimpulkan bahwa pria menduda mengalami kesulitan dalam mengatasi beragam perasaan, sebagian besar pria menduda cenderung merasa kesepian dan menganggap status kesendiriannya dianggap tidak menyenangkan oleh karena itu mereka memutuskan untuk menikah kembali atau hidup bersama tanpa menikah.

6. Dampak Perceraian Pada Perempuan

Menurut Rogers, Pettenden, dkk (2017) perpisahan diantara keduanya adalah pengalaman yang paling berat yang pernah ada, wanita melaporkan berbagai perasaan intens pada berbagai tahap perpisahan termasuk perasaan:

- a. Takut mengenai kewajiban untuk masa depan ekonomi anak
- b. Sedih tentang putusnya unit keluarga
- c. Gugup mengenai bagaimana mereka akan menangani pekerjaan dan komitmen keluarga
- d. Kesal mengenai pengorbanan karir yang mungkin mereka putuskan dalam berumah tangga
- e. Kebencian terhadap mantan pasangan mereka
- f. Pahit mengenai keadaan baru mereka
- g. Khawatir berurusan dengan birokrasi dan sistem hukum
- h. Takut membuat kesalahan yang sama dalam hubungan yang baru
- i. Khawatir bahwa hubungan dengan mantan pasangan mungkin tetap ada konflik
- j. Kebebasan bahwa segala sesuatu di tempat terbuka

Menurut Rogers, Pattenden, dkk (2017) dampak dari perpisahan dan perceraian bagi perempuan adalah:

- a. Perempuan lebih mungkin mengalami kesulitan keuangan setelah perceraian daripada pria.

- b. Setelah berpisah atau bercerai perempuan mengalami penurunan 21% dalam rumah tangga, pendapatan dibandingkan dengan pendapatan pra perceraian mereka
- c. Perpisahan dan perceraian diakui sebagai faktor yang berkontribusi terhadap kecemasan dan depresi

Hurlock (2002) menyatakan bahwa masalah umum masa menjanda adalah sebagai berikut:

- a. Masalah ekonomi

Beberapa janda mempunyai situasi keuangan yang lebih baik daripada waktu mereka masih hidup berkeluarga, tetapi mereka ini merupakan pengecualian karena diluar kenyataan umum kecuali pria yang telah meningkatkan kehidupannya, sedangkan janda menemukan dirinya dalam lingkungan ekonomi yang jauh berkurang pada waktu pendapatan suaminya karena suatu sebab terhenti, karena inflasi yang terus meningkat apa yang diterima oleh janda secara turun temurun jauh kurang memadai untuk memenuhi kebutuhan mereka. Walaupun seorang janda memulai untuk bekerja pada usia madya biasanya dia tidak dapat memperoleh pendapatan yang cukup memenuhi kebutuhan hidup yang biasa dilakukan.

- b. Masalah sosial

Karena kehidupan sosial diantara orang yang berusia madya adalah sama seperti kehidupan orang dewasa muda yaitu berorientasi pada pasangan, seorang janda segera akan menemukan dirinya bahwa tidak ada tempat untuknya apabila dia ada diantara pasangan yang menikah kecuali hal itu

terjadi karena ada undangan dari para janda atau duda untuk bergabung dalam kegiatan sosial dan untuk berpasangan dengan mereka, kegiatan sosial seorang janda pada umumnya adalah berkisar diantara kegiatan yang berhubungan dengan wanita-wanita lain, apabila kemampuan ekonominya rendah seorang janda tidak dapat berpartisipasi dalam berbagai kegiatan sosial yang ada dalam bermasyarakat contohnya perkumpulan-perkumpulan sosial.

c. Masalah keluarga

Apabila masih mempunyai anak yang tinggal serumah, maka seorang janda harus memainkan peran ganda yaitu sebagai ayah dan ibu dan harus menghadapi berbagai masalah yang timbul dalam keluarga tanpa pasangan. Masalah ini telah dijelaskan pada uraian terdahulu, disamping itu janda juga sering menghadapi masalah yang berhubungan dengan anggota keluarga dari pihak suami, khususnya anggota yang tidak menyenangnya menjadi istri suaminya semasa masih hidup.

d. Masalah praktisi

Mencoba untuk menjalankan hidup rumah tangga sendirian, setelah terbiasa dibantu oleh suami dalam hal membetulkan peralatan rumah tangga yang rusak, memangkas rumput di halaman, membersihkan salju, dan sebagainya menjadikan banyak masalah rumah tangga yang harus dihadapi oleh seorang janda, terkecuali dia mempunyai anak yang dapat membantu mengatasi berbagai masalah tersebut atau memang dia mempunyai kemampuan untuk mengatasinya, karena itu mau tidak mau dia harus mengupah orang luar yaitu dengan demikian berarti menambah ketegangan

terhadap ketegangan yang sudah ada yang disebabkan oleh pendapatan yang terbatas.

e. Masalah seksual

Karena keinginan seksual tidak terpenuhi selama usia madya, janda yang terbiasa menikmati kenikmatan seksual selama hidup dalam tahun-tahun perkawinannya, sekarang dia merasa frustrasi dan tidak terpakai. Beberapa janda mencoba mengatasi masalah kebutuhan seksual ini dengan melakukan hubungan gelap dengan pria bujangan atau pria yang sudah menikah, hidup bersama tanpa nikah atau dengan menikah lagi, sedang sebagian lagi tetap tenggelam dalam perasaan frustrasi atau melakukan masturbasi.

f. Masalah tempat tinggal

Dimana seorang janda akan tinggal, biasanya tergantung pada dua kondisi. Pertama, status ekonominya dan kedua apakah dia mempunyai seseorang yang bisa diajak tinggal bersama. Kebanyakan janda terpaksa harus merelakan rumahnya karena kondisi ekonominya tidak memungkinkan untuk merawatnya. Dalam kasus seperti ini mereka harus pindah kebagian rumah yang lebih kecil atau tinggal bersama anaknya yang sudah menikah. Apabila kondisi kesehatannya tidak memungkinkan untuk tinggal sendirian, maka dengan terpaksa harus pindah ke asrama panti jumbo.

Berdasarkan dampak psikologis perempuan bercerai maka dapat disimpulkan bahwa perempuan lebih mengalami perasaan intens terhadap perceraian dan berbagai masalah setelah perceraian.

7. Faktor-faktor Perkawinan

Faktor-faktor perkawinan menurut Walgito (2000):

a. Peranan faktor fisiologis dalam perkawinan

1. Kesehatan pada umumnya

Dalam perkawinan tidak hanya menyangkut kematangan fisiologis, tetapi juga berkaitan dengan keadaan kesehatan pada umumnya. Hal tersebut disebabkan karena dalam perkawinan bila keadaan kesehatan pada umumnya terganggu, akan dapat menimbulkan permasalahan dalam keluarga. Untuk dapat mengetahui hal ini dengan tepat, maka apabila seseorang akan melaksanakan perkawinan disarankan untuk memeriksakan kesehatannya pada dokter. Dengan pemeriksaan akan dapat diketahui kelemahan-kelemahannya sehingga dengan demikian akan dapat dicari cara-cara untuk mengatasinya.

2. Masalah keturunan

Dari undang-undang perkawinan dapat dilihat bahwa masalah keturunan ini juga mendapatkan perhatian yang cukup kuat, dan hal ini yang memungkinkan suami beristri lebih dari seorang bila ternyata istri tidak dapat melahirkan keturunan, dalam kehidupan perkawinan barang tentu sudah keluarga atau suami istri menginginkan memperoleh keturunan yang baik, yang sehat, keturunan yang tidak mengalami cacat. Walaupun belum ada alat yang cukup tangguh untuk mengetes bagaimana keadaan anak yang akan lahir, namun secara umum dapat dinyatakan bahwa bila ayah dan ibu, pasangan suami istri dalam keadaan sehat, tidak mengandung bibit penyakit

yang dapat diturunkan kepada anaknya, maka anak yang akan dilahirkan dapat juga diharapkan dalam keadaan sehat pula.

3. Kemampuan mengadakan hubungan seksual

Dalam perkawinan masalah hubungan seksual antara suami istri merupakan hal tidak dapat diabaikan, maka seyogyanya bagi pasangan yang ingin menikah disarankan untuk memeriksakan ke dokter untuk dapat diketahui sampai sejauh mana seseorang mampu mengadakan hubungan seksual. Pemeriksaan medis sebelum perkawinan yang meliputi kesehatan pada umumnya, mengenai alat-alat reproduksi normal atau tidak, apakah alat reproduksi itu dapat memberikan keturunan atau tidak merupakan hal yang disarankan.

b. Peranan faktor psikologis dalam perkawinan

1. Kematangan emosi dan pikiran

Kematangan emosi dan pikiran akan saling kait mengait. Bila seseorang telah matang emosinya, telah dapat mengendalikan emosinya, maka individu akan dapat berfikir secara matang, berfikir secara baik, berfikir secara obyektif. Dengan kematangan emosi individu akan dapat berpikir dengan secara baik, melihat persoalan dengan obyektif. Kalau tindakan hanya berdasarkan emosi maka tindakan tersebut sulit untuk dipertanggungjawabkan dan tindakan atas dasar emosi secara psikologis individu itu belum matang benar.

2. Sikap toleransi

Dengan adanya sikap bertoleransi ini berarti antara suami dan istri ini mempunyai sikap saling menerima dan saling memberi, saling tolong-menolong, tidak hanya suami saja yang memberi dan istri menerima atau sebaliknya. Perlu dimengerti dengan baik, bahwa pada tahun-tahun pertama dalam perkawinan pada umumnya masih saling mengadakan penyesuaian satu dengan yang lain, suami menyesuaikan dengan istri dan istri menyesuaikan dengan suaminya. Dalam penyesuaian ini masing-masing harus rela berkorban dari kepentingan pribadinya untuk kepentingan bersama yaitu keluarga yang dibentuk.

3. Sikap saling antara suami dan istri

Sikap saling ini dapat dilaksanakan kalau masing-masing pihak, yaitu suami dan istri dapat menyadari sepenuhnya tentang keadaan masing-masing. Kalau salah satu pihak berkorban, dan akan tetap mempertahankan egonya seperti sebelum perkawinan, hal tersebut akan mengandung persoalan. Kalau ini terjadi, berarti bahwa individu tersebut sebenarnya belum masuk untuk jenjang perkawinan masing-masing individu harus sudah siap bahwa adanya sesuatu yang kadang-kadang perlu dikorbankan untuk menjaga kelangsungan hidup keluarga.

4. Sikap saling pengertian antara suami istri

Masing-masing anggota dalam keluarga mempunyai hak dan kewajibannya sendiri-sendiri, mempunyai status dan peranan sendiri-sendiri oleh karena itulah diperlukan sikap saling pengertian satu dengan

yang lain. Dengan adanya saling pengertian ini masing-masing pihak saling mengerti akan kebutuhan-kebutuhannya, saling mengerti kedudukan dan peranannya masing-masing. Demikian pula pasangan suami istri harus dapat juga saling mengerti akan kebutuhan dari masing-masing pihak, baik yang bersifat fisiologis maupun bersifat sosial. Suami mengerti apa yang dibutuhkan istri, demikian sebaliknya istri mengerti apa yang dibutuhkan suami.

5. Sikap saling dapat menerima dan memberikan cinta kasih

Rasa cinta kasih, kasih sayang seorang remaja mungkin di ekspresikan dalam berbagai-bagai pernyataan, baik dengan lisan misalnya saya cinta kepadamu, maupun dengan perbuatan misalnya saling berpegangan, saling berpelukan dan pernyataan lain yang menggambarkan curahan cinta kasih dari seseorang untuk orang lain. Demikian pula pasangan suami istri rasa cinta kasih, kasih sayang dapat diekspresikan dalam berbagai macam bentuk, yang kadang-kadang dimanifestasikan dalam bentuk adanya *attention* dari masing-masing pihak. Karena itu sering disarankan ada baiknya pada suatu waktu pasangan yang sudah mempunyai anak atau cucu, pada waktu tertentu suami istri perlu pergi berdua tanpa anak-anak untuk mengenang kembali peristiwa yang telah lalu, untuk menimbulkan kembali kenangan-kenangan yang dapat mengokohkan hubungan suami istri.

6. Sikap saling percaya dan mempercayai

Bila tidak ada unsur kepercayaan dalam keluarga, maka yang ada hanyalah rasa curiga, rasa syak wasangka, yang ke semuanya itu akan menimbulkan rasa tidak tenang dalam kehidupan keluarga. Khususnya bagi pasangan baru, hal ini perlu mendapatkan perhatian yang khusus karena pada tahun-tahun pertama masih merupakan waktu untuk mengadakan penyesuaian, waktu untuk mengadakan orientasi yang lebih mendalam dari masing-masing pihak karena itu pula sering pada pasangan baru nampak adanya rasa cemburu, rasa khawatir, rasa kurang percaya, yang sebenarnya sikap demikian kadang-kadang tidak perlu ada.

Berdasarkan faktor-faktor perkawinan diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor perkawinan terbagi dua yaitu fisiologis dan psikologis, fisiologis yaitu keadaan kesehatan yang apabila terganggu, akan dapat menimbulkan permasalahan dalam keluarga, dan juga masalah keturunan dan hal ini yang memungkinkan suami beristri lebih dari seorang bila ternyata istri tidak dapat melahirkan keturunan, dalam kehidupan perkawinan barang tentu sudah keluarga atau suami istri menginginkan memperoleh keturunan yang baik, yang sehat, keturunan yang tidak mengalami cacat, kemampuan mengadakan hubungan seksual sedangkan psikologis meliputi kematangan emosi dan pikiran, sikap toleransi, sikap saling antara suami dan istri, sikap saling pengertian antara suami dan istri, sikap saling dapat menerima dan memberikan cinta kasih, sikap saling percaya dan mempercayai.

C. Penyesuaian Diri

1. Pengertian penyesuaian diri

Menurut Lazarus (dalam Harahap dan Kartika, 2005) *adjustment* (penyesuaian diri) dikembangkan dari kata *adaptation* (adaptasi) yaitu istilah biologi yang banyak digunakan Darwin dalam teori evolusinya. Adaptasi lebih menekankan pada ketahanan fisik (*physical survival*), sedangkan penyesuaian diri berfokus pada ketahanan psikologis (*psychological survival*). Penyesuaian diri adalah reaksi individu terhadap tuntutan atau tekanan internal atau eksternal secara fisik, sosial maupun antar individu yang mempengaruhi struktur dan fungsi psikologis seseorang.

Menurut Chaplin (2002) berpendapat bahwa penyesuaian diri adalah variasi dalam kegiatan organisme untuk mengatasi suatu hambatan dan memuaskan kebutuhan-kebutuhan serta menegakkan hubungan yang harmonis dengan lingkungan fisik dan sosial. Misalnya kebutuhan untuk diterima orang lain maka individu berusaha menjalin relasi sesuai dengan norma masyarakat, mengurangi perilaku seperti mudah marah, agresif. Bila individu dapat menyelaraskan kebutuhannya dengan tuntutan lingkungan yaitu orang lain maka akan tercipta penyesuaian diri yang baik. Individu yang mampu memuaskan kebutuhan-kebutuhannya dengan cara yang dapat diterima baik oleh dirinya sendiri maupun oleh masyarakat disebut “dapat menyesuaikan diri” (*adjusted*), sebaliknya jika individu tidak mampu memenuhi suatu kebutuhan tertentu, atau mampu memenuhinya dengan cara yang tidak dapat diterima oleh masyarakat disebut “tidak dapat menyesuaikan diri”.

Menurut Hurlock (2008) penyesuaian diri adalah seberapa jauh kepribadian individu berfungsi secara efisien dalam masyarakat. Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai penguasaan, yaitu memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sedemikian rupa, sehingga bisa mengatasi segala macam konflik, kesulitan dan frustrasi-frustrasi secara efisien (Sunarto dan Hartono, 2002).

Adjustment adalah adaptasi atau penyesuaian diri, kemampuan untuk dapat mempertahankan eksistensinya atau bisa *survive* dan memperoleh kesejahteraan jasmani dan rohani juga dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan-tuntutan sosial (Kartini, 2000). Menurut Mc Clelland (2002) mengemukakan bahwa manusia mempunyai motif penyesuaian diri yakni kemampuan untuk selalu berhubungan dengan perubahan dari lingkungan yang melalui proses penyesuaian tertentu dari dalam diri individu.

Ali dan Asrori (2005) menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat didefinisikan sebagai suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada.

Individu yang menangani stres dan masalah hidupnya dengan baik dan berhasil mempertemukan tuntutan yang berasal dari lingkungan dengan dirinya, dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik. Sementara individu yang tidak mampu mempertemukan tuntutan-tuntutan dari lingkungan dengan dengan

tuntutan-tuntutan dalam dirinya dikatakan gagal dalam penyesuaian diri, kegagalan individu dalam penyesuaian diri akan menimbulkan perasaan tidak tenang dan menimbulkan gangguan keseimbangan dalam dirinya (Novi, 2007).

Gunarsa (2004) menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia sehingga penyesuaian diri dalam hidup harus dilakukan supaya terjadi keseimbangan dan tidak ada tekanan yang dapat mengganggu suatu dimensi kehidupan. Selanjutnya menurut Sunarto dan Hartono (2002) menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai penguasaan, yaitu memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sedemikian rupa, sehingga bisa mengatasi segala macam konflik, kesulitan dan frustrasi-frustrasi secara efisien. Sundari (2005) mendefinisikan penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk bereaksi karena tuntutan dalam memenuhi dorongan atau kebutuhan dan mencapai ketentraman batin dalam hubungannya dengan sekitar.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan proses individu dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan lingkungan sekitar.

2. Ciri-ciri Penyesuaian Diri

Schneiders (dalam Ichwanul, 2004) penyesuaian diri yang baik adalah seseorang yang dapat berespon matang, bermanfaat, efisien, dan memuaskan. Ciri-ciri penyesuaian diri yang normal menurut Schneiders (dalam Ichwanul, 2004) adalah sebagai berikut:

a. Tidak Ada Emosi Yang Berlebihan

Penyesuaian diri yang baik atau normal ditandai dengan adanya emosi yang tidak berlebihan atau tidak adanya gangguan dalam emosinya individu yang mengendalikan emosinya dengan baik dapat mengatasi situasi, sebaliknya individu yang kurang tanggap atau terlalu berlebihan dalam mengatasi masalah yang dihadapi tidak dapat mengendalikan emosinya dengan baik yang akan mengarahkan kepada penyesuaian diri yang sulit.

b. Tidak Ada Mekanisme Psikologis Yang Berlebihan

Artinya individu dapat memberikan reaksi secara normal terhadap situasi yang dihadapinya, dimana seseorang mampu menunjukkan secara alami atau apa adanya. Apabila seseorang mengalami reaksi psikologis yang berlebihan dalam mengatasi masalah yang dihadapinya maka individu tidak akan menunjukkan reaksi secara normal dengan baik dan akan membuat individu tersebut menjadi sulit dalam penyesuaian.

c. Tidak Ada Perasaan Frustrasi

Adanya perasaan frustrasi membuat individu mengalami kesulitan untuk bereaksi secara normal terhadap situasi yang dihadapinya. Jika individu mengalami frustasi maka akan sulit baginya untuk mengolah

perkiraan perasaan, motif, atau tingkah lakunya secara efisien dalam menghadapi situasi yang dihadapinya. Individu normal adalah individu yang mampu mengelolah baik pikiran maupun perasaan tanpa menimbulkan frustrasi.

d. Mempertimbangkan Masalah Secara Rasional

Pertimbangan rasional tidak dapat berjalan dengan baik jika disertai dengan emosi yang berlebihan sehingga individu tidak dapat mengarahkan dirinya. Kemampuan dasar yang penting bagi individu adalah berfikir. Individu yang tidak mampu memecahkan masalah secara rasional maka akan mengalami kesulitan dalam penyesuaian dirinya.

e. Kemampuan Untuk Belajar

Proses penyesuaian diri yang normal ditandai dengan sejumlah perkembangan yang berhubungan dengan cara individu menyelesaikan situasi yang menimbulkan konflik, frustrasi maupun stress, mulai belajar secara terus-menerus. Individu dapat mengembangkan kualitas dirinya terutama dalam menghadapi tuntutan sehari-hari.

f. Kemampuan Memanfaatkan Pengalaman Masa Lalu

Di dalam proses pengembangan manusia ada kesediaan individu untuk belajar dari pengalamannya dan kemampuan memanfaatkan pengalaman dengan baik, kemampuan ini merupakan hal yang paling penting bagi terciptanya penyesuaian diri yang normal. Jika individu tidak mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu dia akan tetap mengalami kesulitan dalam situasi yang sama.

g. Bersikap Realistis dan Objektif

Sikap yang realistis dan objektif di dasari oleh proses belajar adanya pemanfaatan pengalaman masa lalu dan pikiran yang rasional dengan cara individu dapat menilai situasi atau kekurangan yang dimilikinya secara objektif. Adanya kegagalan menilai kualitas diri tidak terlepas dari adanya prasangka buruk sehingga akan mempersulit individu dalam bereaksi secara rasional terhadap tuntutan dari situasi yang dihadapinya.

Schneiders (dalam Yusuf dan Nurihsan, 2006) membagi kriteria penyesuaian yang baik sebagai berikut:

- a. Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebihan seperti merugikan, tidak mampu mengontrol diri.
- b. Terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis seperti rasionalisasi, agresi, kompensasi, dan sebagainya.
- c. Terhindar dari perasaan frustrasi atau kecewa karena tidak terpenuhinya kebutuhannya.
- d. Memiliki pertimbangan rasional yaitu mampu memecahkan masalah berdasarkan pertimbangan yang matang dan mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang diambil.
- e. Mampu belajar, mampu mengembangkan dirinya dalam upaya memenuhi kebutuhan atau mengatasi masalah.

- f. Mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu, bercermin ke masa lalu baik yang terkait dengan keberhasilan maupun kegagalan untuk mengembangkan kualitas hidup yang lebih baik.

Menurut Siswanto (2007) yang menjelaskan bahwa ciri-ciri individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik diantaranya:

- a. Memiliki persepsi yang akurat terhadap realita

Orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik memiliki persepsi yang relatif objektif dalam memahami realita. Persepsi yang objektif ini adalah bagaimana orang mengenali konsekuensi-konsekuensi tingkah lakunya dan mampu bertindak sesuai dengan konsekuensi tersebut. Sebaliknya, orang yang penyesuaian dirinya buruk, dicirikan dengan adanya kesenjangan antara persepsinya dengan realita yang aktual sehingga ini membuatnya kurang bisa melihat akibat dari tingkah lakunya. Akibatnya individu seringkali mengalami masalah karena kurang mampu mengenali berbagai akibat dari tingkah laku yang ditimbulkannya.

- b. Kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan atau stres dan kecemasan

Orang yang mampu menyesuaikan diri tidak selalu menghindari munculnya tekanan dan kecemasan. Kadang individu belajar untuk mentoleransi tekanan dan kecemasan yang dialami dan mau menunda pemenuhan kepuasan selama itu diperlukan demi mencapai tujuan tertentu yang lebih penting sifatnya.

- c. Mempunyai gambaran diri yang positif tentang dirinya

Pandangan individu terhadap dirinya dapat menjadi indikator dari kualitas penyesuaian diri yang dimiliki. Pandangan tersebut lebih mengarah pada apakah

individu bisa melihat dirinya secara harmoni atau sebaliknya dia melihat adanya berbagai konflik yang berkaitan dengan dirinya. Individu yang banyak melihat pertentangan-pertentangan dalam dirinya, ini bisa menjadi indikasi adanya kurang-mampuan dalam penyesuaian diri (*maladjusted*). Gambaran diri positif juga mencakup apakah individu yang bersangkutan bisa melihat dirinya secara realistis, yaitu secara seimbang atau kelebihan dan kekurangan diri sendiri dan mampu menerimanya sehingga memungkinkan yang bersangkutan untuk dapat merealisasikan potensi yang dimiliki secara penuh.

d. Kemampuan untuk mengekspresikan perasaannya

Orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik dicirikan memiliki kehidupan emosi yang sehat. Orang tersebut mampu menyadari dan merasakan emosi atau perasaan yang saat itu dialami serta mampu untuk mengekspresikan perasaan dan emosi tersebut dalam spektrum yang luas. Selain itu, orang yang memiliki kehidupan emosi yang sehat mampu memberikan reaksi-reaksi emosi yang realistis dan tetap dibawah kontrol sesuai dengan situasi yang dihadapi. Sebaliknya penyesuaian diri yang buruk ditandai dengan adanya kecenderungan untuk mengekspresikan emosi secara berlebihan (*over*) atau sebaliknya, terlalu menekan/mengontrol emosi secara berlebihan.

e. Relasi interpersonal yang baik

Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik mampu mencapai tingkat keintiman yang tepat dalam suatu hubungan sosial. Seseorang mampu bertindak laku secara berbeda terhadap orang yang berbeda karena kedekatan relasi

interpersonal antar mereka yang berbeda pula. Individu mampu menikmati disukai dan dihormati oleh orang lain.

Seimun (2006) menyatakan bahwa kriteria penyesuaian diri menjadi tiga kelompok yaitu:

a. Kriteria yang berkenaan dengan diri sendiri

Yaitu pemahaman dan pengetahuan tentang diri sendiri, kriteria ini berarti bahwa mengetahui kapabilitas dan kekurangan diri sendiri. Kriteria penyesuaian diri yang baik adalah pengendalian diri sendiri yang berarti orang mengatur impuls-impuls, pikiran-pikiran, kebiasaan-kebiasaan, emosi-emosi, dan tingkah laku berkaitan dengan prinsip-prinsip yang dikenakan pada diri sendiri atau tuntutan-tuntutan yang dikenakan masyarakat.

b. Kriteria yang berkenaan dengan orang lain

Salah satu kriteria yang sangat penting adalah perasaan tanggung jawab. Orang yang menyesuaikan diri dengan baik, yang menikmati semangat hidup walaupun segi-segi hidup yang sedikit berat. Tetap menerima tanggung jawab. Kesadaran sosial merupakan kriteria dasar untuk penyesuaian diri yang adekuat. Bergaul dengan orang lain berarti mengembangkan hubungan yang sehat dan ramah, senang bersahabat dengan orang lain, dan terutama sangat menghargai integritas pribadi dan nilai sesama manusia.

c. Kriteria dengan pertumbuhan pribadi

Banyak kualitas penyesuaian diri yang baik mengandung implikasi-implikasi yang khas bagi pertumbuhan pribadi. Ide ini terkandung dalam perkembangan diri yang berarti pertumbuhan kepribadian yang terus-menerus kearah tujuan. Pertumbuhan kepribadian ditingkatkan oleh banyaknya minat terhadap pekerjaan dan kegemaran. Kriteria yang terakhir adalah sikap terhadap kenyataan. Penyesuaian yang baik memerlukan sikap yang sehat dan realistik yang meyanggupi seseorang untuk menerima kenyataan sebagai adanya bukan sebagaimana diharapkan atau diinginkan.

Sundari (2005) menyatakan bahwa penyesuaian diri yang negatif sebagai berikut:

- a. Tidak dapat mengendalikan emosi, bila menghadapi masalah menjadi panik, sehingga tindakannya tidak sesuai dengan kenyataan.
- b. Menggunakan pertahanan diri yang berlebihan, karena berulang kali merupakan kebiasaan yang menyimpang dari kenyataan.

Menurut Yusuf dan Nurihsan (2006) bahwa penyesuaian secara negatif merupakan proses pemenuhan kebutuhan atau upaya pemecahan masalah dengan cara-cara tidak wajar atau bertentangan dengan norma yang dijunjung tinggi oleh masyarakat. Sedangkan bentuk reaksi dalam penyesuaian negatif sebagai berikut:

- a. Reaksi bertahan (*defense reaction*) Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak menghadapi kegagalan.

Individu selalu berusaha untuk menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kegagalan. Bentuk reaksi ini antara lain:

1. Rasionalisasi, yaitu bertahan dengan mencari alasan-alasan (dalam) untuk membenarkan tindakan-tindakannya. Dalam hal ini, individu menerka-nerka alasan untuk menutupi suasana emosional yang tidak nyaman, tidak dapat diterima, atau merusak keutuhan pribadi atau status.
 2. Represi, yaitu berusaha untuk menekan pengalamannya yang dirasakan kurang enak ke alam tidak sadar, individu berusaha melupakan pengalamannya yang kurang menyenangkan.
 3. Proyeksi, yaitu melemparkan sebab kegagalan dirinya kepada pihak lain untuk mencari alasan yang dapat diterima.
 4. *Sour grapes* (anggur kecut), yaitu dengan memutarbalikkan kenyataan. Sikap *sour grapes* ini merupakan indikasi ketidakmampuan, dan kelemahan pribadi karena mendistorsi kenyataan.
- b. Reaksi menyerang (*aggressive reaction*) Agresi dapat diartikan sebagai sebuah bentuk respon untuk mereduksi ketegangan dan frustrasi melalui media tingkah laku yang merusak, berkuasa, atau mendominasi. Reaksi-reaksi tampak dalam tingkah laku: selalu membenarkan diri sendiri, mau berkuasa dalam setiap situasi, mau memiliki segalanya, bersikap senang mengganggu orang lain, menggertak baik dengan ucapan maupun perbuatan, menunjukkan permusuhan secara terbuka, menunjukkan sikap

menyerang dan merusak, keras kepala dalam perbuatannya, bersikap balas dendam, mengambil hak orang lain, tindakan yang serampangan, dan marah secara sadis.

c. Reaksi melarikan diri (*escape reaction*)

Dalam reaksi ini orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah akan sebagai berikut: berfantasi, banyak tidur, minum-minuman keras, bunuh diri, menjadi pecandu ganja, narkoba, dan regresi yaitu kembali kepada tingkah laku yang semodel dengan tingkat perkembangan yang lebih awal.

Menurut Hartinah (2008) mereka tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai hal-hal sebagai berikut:

- a. Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional.
- b. Tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis.
- c. Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi.
- d. Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri.
- e. Mampu dalam belajar.
- f. Menghargai pengalaman.
- g. Bersikap realistis dan objektif

Berdasarkan ciri-ciri di atas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri yang baik yaitu: memiliki persepsi yang akurat terhadap realita, kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan atau stress dan kecemasan, mempunyai gambaran diri yang positif tentang dirinya, kemampuan untuk mengekspresikan perasaannya, relasi interpersonal yang baik. Sebaliknya penyesuaian diri yang buruk yaitu reaksi bertahan, rasionalisasi, represi, proyeksi, *sour grapes*, reaksi menyerang, reaksi melarikan diri.

3. Penyesuaian Diri Laki-laki Bercerai

Ihromi (2004) menyatakan bahwa masalah utama yang dihadapi pria yang menduda setelah perceraian adalah masalah penyesuaian kembali terhadap peranan dalam keluarga serta hubungan dengan lingkungan sosial. Penyesuaian diri pada pria menduda ditinjau dari aspek kognitif, yang termasuk gejala pengalaman (kognitif) antara lain ialah: pengamatan, tanggapan, persepsi, fantasi, asosiasi, berfikir, kecerdasan kognitif. (Fauzi 2004) menyatakan bahwa kognitif adalah istilah umum yang mencakup segenap modal pemahaman yakni persepsi, Imajinasi, penangkapan makna, penilaian dan penalaran. Kognitif adalah bagaimana seseorang beradaptasi dan menginterpretasikan objek dan kejadian-kejadian sekitarnya (Piaget dalam Suparno, 2001).

Dari kedua pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa kognitif merupakan istilah untuk menjelaskan semua aktivitas mental yang berhubungan dengan persepsi, pikiran, ingatan, dan pengolahan informasi yang memungkinkan seseorang beradaptasi dan menginterpretasikan objek dan kejadian-kejadian disekitarnya. Perceraian atau kematian istri dapat mempengaruhi kognitif pria yang menduda. Selama proses penyesuaian diri berbagai gejala kognitif dalam menerima perpisahan akan muncul. Dilihat dari faktor penyebab pria menduda karna bercerai dengan istri, pada awal-awal perceraian dapat menimbulkan rasa tidak percaya dimana mungkin secara mental lumpuh dan cenderung untuk tidak mengakui bahwa perkawinannya retak. Seseorang akan menolak mempercayai bahwa telah berpisah selamanya dalam kondisi ini, ada harapan untuk pagi hari dan menganggapnya semua hanya mimpi buruk. Bahkan berfikir bagaimana

mengubah suatu kejadian yang akan mengakibatkan hubungannya tidak seperti sekarang (Ann, 2000).

Sulitnya penyesuaian kembali digambarkan oleh Waller (dalam Ihromi, 2004) sebagai masa dimana mantan pasangan suami istri merasakan ada sesuatu yang kurang dan hilang dalam kehidupan pribadi mereka. Pada masa-masa ini seseorang mempunyai perasaan ambivalen dengan berharap bahwa perceraian akan memberikan kebahagiaan dan kebebasan baginya, namun tanpa disadari muncul rasa sedih bila teringat akan kebersamaan pada masa-masa indah dulu. Berbagai perasaan yang dialami seseorang setelah perceraian yaitu antara lain: rasa takut dan keprihatinan terhadap anak, kesedihan dan kesepian, amarah dan kecemburuan (Stahl, 2004).

Menurut Dariyo (2003) menyatakan bahwa individu merasakan kekhawatiran dalam menghadapi berbagai kemungkinan masalah yang sulit. Apakah mampu menghadapi kehidupan ini tanpa pasangan hidupnya lagi, seperti memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga, membesarkan dan mendidik anak-anak, menyesuaikan diri dalam lingkungan pekerjaan maupun di masyarakat, dan termasuk bagaimana memberi tanggapan (respon) orang lain terhadap kegagalan perkawinannya.

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri laki-laki bercerai adalah kekhawatiran dalam menghadapi berbagai kemungkinan masalah yang muncul.

4. Penyesuaian Diri Perempuan Bercerai

Dalam penelitian Cohen dan Savaya (2003) wanita Indian yang bercerai memiliki pandangan stigma negatif masyarakat terhadap perceraian yang menyebabkan konsekuensi perceraian yang dialami menjadi sangat sulit jika dibandingkan dengan wanita Amerika yang bercerai. Bukan hanya sikap masyarakat, sikap individu yang bercerai juga mempengaruhi penyesuaian perceraian yang dialaminya setelah bercerai. Bagi individu yang menganggap bahwa perceraian merupakan suatu kegagalan moral akan lebih mudah merasakan stress dan depresi (Stewart dan Brentano, 2006).

Kondisi sosiodemografis seperti, pendidikan, pekerjaan dan pendapatan mempengaruhi penyesuaian seorang wanita dalam melakukan penyesuaian terhadap perceraian (Amato, 2000). Menurut Sudarto (2000) bahwa perempuan biasanya lebih mengalami kesulitan dalam melakukan berbagai aktivitasnya setelah masa perceraian. Bagi seorang perempuan, perubahan status dari seorang istri menjadi seorang janda khususnya karena perceraian tidaklah mudah. Disamping kecerdasan, dibutuhkan juga kepribadian yang kuat, rasa percaya diri, dan keberanian untuk mampu bertahan hidup. Hal tersebut berakibat pada kesulitan penyesuaian diri pada perempuan yang bercerai terhadap lingkungan sekitarnya (Nurseha dalam Sudarto, 2000).

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri pada perempuan mengalami kesulitan karena adanya stigma negatif terhadap status kesendiriannya, perubahan status membutuhkan kepribadian yang kuat untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan.

D. Perbedaan Penyesuaian Diri Pasca Pasca Perceraian Antar Laki-laki dan Perempuan

Bagi pria yang menduda, setelah beberapa periode waktu mempunyai alasan yang dapat diterima untuk tetap hidup sendiri, namun bagaimanapun juga sebagian besar cenderung merasa kesepian dan merasa bahwa status kesendiriannya tidak menyenangkan, oleh karena itu mereka memutuskan untuk menikah lagi atau hidup bersama tanpa menikah (Hurlock, 2002).

Menurut Hurlock (2011) bahwa kehilangan pasangan yang disebabkan karena perceraian dan kematian akan menimbulkan masalah tersendiri bagi kedua belah pihak. Khususnya bagi wanita yang dicerai oleh suaminya akan mengalami kesepian yang mendalam. Wanita yang dicerai oleh suaminya akan mengalami kesepian yang mendalam. Wanita yang dicerai juga cenderung dikucilkan dari kegiatan sosial, sedangkan untuk pria yang menduda akan mengalami kekacauan pola hidup. Namun tidak sedikit wanita dan pria yang bercerai merasa beruntung atas perceraian tersebut karena mereka merasa punya kesempatan untuk memulai hidup yang baru.

Kertamuda (2009) menyatakan bahwa setelah bercerai, pria yang menduda terhenti dalam melakukan hubungan seksual secara rutin, kecuali dia segera menikah lagi atau melakukan hidup serumah tanpa menikah. Hubungan seksual terkadang menjadi kebutuhan pokok bagi laki-laki. Selain untuk kepuasan secara biologis, melakukan hubungan seksual seorang laki-laki ingin membuktikan kejantannya, kemampuan dan kekuatannya oleh karena itu mereka perlu menyalurkan keinginan tersebut dengan melakukan hubungan seks yang normal.

Hurlock (2002) menyatakan setelah bercerai, seorang pria yang menduda mengalami kurangnya pendapatan keluarga karena penghasilannya harus mendukung dua rumah tangga. Dalam hal ini segala pembiayaan anak baik biaya pendidikan dan pemeliharaan juga harus ditanggung oleh pria yang menduda. Walaupun sebelum perceraian pria sebagai suami biasa melakukan beberapa pekerjaan rumah tangga tetapi setelah perceraian maka pria yang menduda harus mengerjakan sendiri seluruh pekerjaan rumah tangga yang biasanya dilakukan oleh istri.

Selanjutnya Murniati (2004) mengatakan bahwa perceraian akan berpengaruh pada perempuan (mantan istri). Setelah mengalami perceraian, pihak perempuan merupakan orang yang menanggung beban lebih banyak. Keadaan ini dapat digambarkan dari situasi perempuan setelah perceraian yaitu adanya masalah keuangan, menanggung beban moral, dan bentuk rasa kesepian atau stigmatisasi status janda di masyarakat. Selanjutnya Santrock (2002) juga menyatakan bahwa individu yang mengalami perpisahan dengan pasangan hidupnya pendapatannya akan menurun. Adanya penurunan ekonomi akan berdampak pada pemenuhan kebutuhan individu tersebut, apalagi jika individu sebelumnya bergantung pada penghasilan pasangannya.

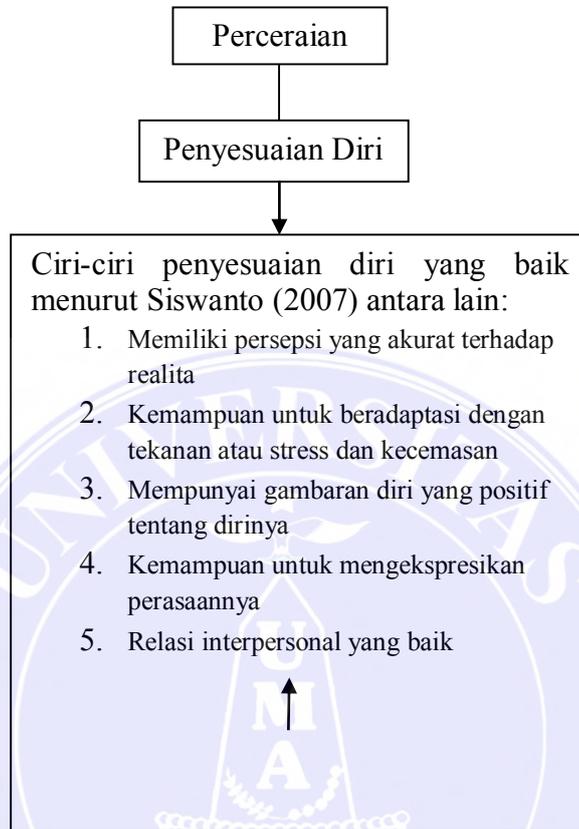
Menurut Stewart dan Brentano (2006) mengemukakan bahwa perceraian juga membawa perubahan yang radikal dalam peran sebagai orang tua dan menjadi sulit khususnya pada wanita yang menganut sistem tradisional dimana lelaki yang menjadi sumber perekonomian keluarga. Masalah keuangan merupakan hal yang

berisiko, khususnya pada wanita setelah bercerai wanita umumnya mengalami penurunan pendapatan yang serius (Brteberg dan Tjotta, 2005).

Sudarto (2000) menyatakan bahwa perceraian cenderung dihindari mengingat konotasinya yang negatif karena merupakan suatu hal yang memalukan dan menjatuhkan martabat keluarga. Sedangkan Wirawan (2000) menyatakan bahwa setelah bercerai individu akan mengalami masalah perubahan status dan peran. Dari seorang istri menjadi seorang janda, apalagi karena perceraian, jauh lebih sulit diterima oleh masyarakat daripada janda karena kematian. Hal ini karena adanya anggapan umum yang mengatakan bahwa istri yang meninggalkan hubungan pernikahan (apapun alasannya) adalah perempuan yang gagal dalam memelihara keutuhan rumah tangganya dan gagal dalam memenuhi tanggung jawabnya serta membuat malu keluarga, dan akibatnya banyak perempuan yang menjadi tertekan dan cenderung menyalahkan dirinya atas seluruh kejadian yang ada serta mempercayai dirinya sebagai perempuan yang gagal.

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri laki-laki bercerai lebih cenderung merasa kesepian dan merasa bahwa status kesendiriannya tidak menyenangkan oleh sebab itu mereka memutuskan untuk menikah kembali sedangkan penyesuaian diri perempuan bercerai menanggung beban lebih banyak dan stigma status janda di masyarakat yang menyulitkan perempuan untuk penyesuaian diri.

E. Kerangka Konseptual



Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan pada bagian sebelumnya, maka dapat diajukan hipotesis sebagai berikut: “Ada perbedaan penyesuaian diri pasca perceraian antar laki-laki dan perempuan”. Dengan asumsi bahwa laki-laki lebih mudah menyesuaikan diri dibandingkan perempuan.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang ditetapkan (Sugiyono, 2010).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2003). Variabel-variabel penelitian antara lain:

Variabel Bebas (X) : Laki-laki dan Perempuan

Variabel Terikat (Y) : Penyesuaian Diri Pasca Perceraian

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Adapun definisi operasional dari variabel penelitian ini yaitu penyesuaian diri. Penyesuaian diri adalah variasi dalam kegiatan organisme untuk mengatasi suatu hambatan dan memuaskan kebutuhan-kebutuhan serta menegakkan hubungan yang harmonis dengan lingkungan fisik dan sosial. Misalnya kebutuhan untuk diterima orang lain maka individu berusaha menjalin relasi sesuai dengan norma

masyarakat, mengurangi perilaku seperti mudah marah, agresif. Bila individu dapat menyalurkan kebutuhannya dengan tuntutan lingkungan yaitu orang lain maka akan tercipta penyesuaian diri yang baik. Individu yang mampu memuaskan kebutuhan-kebutuhannya dengan cara yang dapat diterima baik oleh dirinya sendiri maupun oleh masyarakat disebut “dapat menyesuaikan diri” (*adjusted*), sebaliknya jika individu tidak mampu memenuhi suatu kebutuhan tertentu, atau mampu memenuhinya dengan cara yang tidak dapat diterima oleh masyarakat disebut “tidak dapat menyesuaikan diri”.

Masalah utama yang dihadapi pria yang menduda setelah perceraian adalah masalah penyesuaian kembali terhadap peranan dalam keluarga serta hubungan dengan lingkungan sosial. Penyesuaian diri pada pria menduda ditinjau dari aspek kognitif, yang termasuk gejala pengalaman (kognitif) antara lain ialah: pengamatan, tanggapan, persepsi, fantasi, asosiasi, berfikir, kecerdasan kognitif. Perceraian akan berpengaruh pada perempuan (mantan istri). Sedangkan pada perempuan setelah mengalami perceraian, merupakan orang yang menanggung beban lebih banyak. Keadaan ini dapat digambarkan dari situasi perempuan setelah perceraian yaitu adanya masalah keuangan, menanggung beban moral, dan bentuk rasa kesepian atau stigmatisasi status janda di masyarakat.

Hilangnya pasangan akibat putusnya ikatan perkawinan yang sah membuat status bagi pria yang pernah menikah disebut duda sedangkan perempuan yang pernah menikah disebut janda yang berarti putusnya perkawinan yang mengakibatkan putusnya hubungan suami istri atau berhenti statusnya suami dan istri.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2003) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang menjadi kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini di Pengadilan Agama Medan Kecamatan Timbang Deli berjumlah 280.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2011). Sampel yang diambil pada penilaian ini sebanyak 60 orang. Dengan demikian sampel adalah sebagian dari populasi yang karakteristiknya hendak diselidiki, dan bisa mewakili keseluruhan populasinya sehingga jumlahnya lebih sedikit dari populasi. Menghitung ukuran sampel dilakukan dengan cara menggunakan teknik *sampling incidental*. Menurut Sugiyono (2017) *sampling incidental* yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dan dapat digunakan sebagai sampel bila dipandang orang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data.

1. Sudah berpisah dan usia perpisahan tidak lebih dari 3 tahun
2. Wanita dan laki laki yang berusia 21-40 tahun
3. Laki-laki bekerja dan perempuan tidak bekerja

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang digunakan untuk mengungkapkan penyesuaian diri dalam penelitian ini diungkap menggunakan skala ukur. Penelitian ini menggunakan Skala ukur yang digunakan dengan memakai Skala Likert berupa 4 pilihan jawaban yang berisikan pernyataan-pernyataan positif (*favorabel*) dan pernyataan negatif (*unfavorabel*) menurut Sugiyono (2010). Penilaian yang diberikan pada masing-masing jawaban subjek pada setiap pernyataan *favorabel* adalah: Sangat setuju (SS) nilai 4, Setuju (S) nilai 3, Tidak setuju (TS) nilai 2, Sangat tidak setuju (STS) nilai 1. Untuk item berbentuk *unfavorabel* adalah: Sangat setuju (SS) nilai 1, Setuju (S) nilai 2, Tidak setuju (TS) nilai 3, Sangat tidak setuju (STS) nilai 4.

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas merupakan suatu standar atau dasar ukuran yang menunjukkan ketetapan (*appropriateness*), kemanfaatan (*usefulness*) dan kesahihan yang mengarah pada ketepatan interpretasi suatu prosedur evaluasi sesuai dengan tujuan pengukurannya. Sudjana (2004) validitas adalah ketepatan alat penilaian terhadap konsep yang dinilai sehingga betul-betul menilai apa yang harus dinilai. Arikunto (2002) validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kesalihan suatu tes. Suatu tes dikatakan valid apabila tes tersebut mengukur apa yang hendak diukur. Tes memiliki validitas yang tinggi jika hasilnya sesuai dengan kriteria, dalam arti memiliki kesejajaran antara tes dan kriteria. Dalam penelitian ini digunakan teknik uji validitas internal dengan mengkorelasikan nilai tiap butir

dengan nilai totalnya. Korelasi yang digunakan adalah teknik korelasi product moment dari Pearson. Penggunaan teknik ini adalah untuk melihat hubungan diantara variable-variabel dalam penelitian dengan rumus sebagai berikut:

$$R_{bt} = (r_{xy})(SB_y) - SB_x$$

$$\sqrt{\{(v_y + v_x) - 2r_{xy}(SB_y)(SB_x)\}}$$

Keterangan:

- Rbt: Part Whole Correlation
 Rxy: korelasi moment tangkar
 Sby: Simpangan Baku Total (komposit)
 SBx: Simpangan Baku Bagian (Butir)
 Vx: Varian Total

2. Reliabilitas

Reliabilitas yaitu suatu konsistensi sebuah tes dalam mengukur atau mengamati sesuatu yang menjadi objek ukur. Pengertian reliabilitas menurut Sugiono (2013) adalah serangkaian pengukuran atau serangkaian alat ukur yang memiliki konsistensi jika pengukuran yang dilakukan dengan alat ukur itu dilakukan secara berulang. Reliabilitas tes, merupakan tingkat konsistensi suatu tes, adalah sejauh mana tes dapat dipercaya untuk menghasilkan skor yang konsisten, relatif tidak berubah meskipun diteskan pada situasi yang berbeda. Pengertian reliabilitas menurut Arikunto (2002) adalah kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan jika fakta atau kenyataan hidup tadi diukur atau

diamati berulang kali dalam waktu yang berlainan. Salah satu teknik analisis yang populer adalah yang dikemukakan oleh Boyt (dalam Sari, 2009) dan menggunakan skor bersifat dikotonomi. Butir pernyataan disajikan dalam bentuk pernyataan *favourabel* dan *unfavourabel*. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$r \pi = 1 - \frac{MKi}{Mks}$$

Keterangan:

- $r \pi$ = Reliabilitas alat ukur.
 1 = Bilangan konstanta.
 Mki = Mean kuadrat antara butir dengan soal.
 Mks = Mean kuadrat antara subjek

G. Analisis Data

Metode analisis data dalam penelitian ini adalah uji t-test independen, dimana dalam penelitian ini yang menjadi jalur atau klasifikasinya adalah penyesuaian diri. Penyesuaian diri (Y), sedangkan laki-laki dan perempuan bercerai (X). Dalam penelitian ini Y merupakan variabel terikat dan X variabel bebas. Adapun bagian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Y1	Y1
X1	X2

Keterangan:

- Y1: penyesuaian Diri
 X1: laki-laki Bercerai
 X2: perempuan Bercerai

Sebelum dilakukan uji analisis data dengan menggunakan metode anova 1 jalur, maka dilakukan asumsi terhadap data penelitian antara lain:

1. Uji normalitas sebaran yaitu untuk mengetahui apakah data penelitian (penyesuaian diri pasca bercerai) menyebar mengikuti prinsip.
2. Uji homogenitas varians yaitu melihat atau menguji apakah data-data yang telah diperoleh berasal dari sekelompok subjek yang dalam beberapa aspek psikologis yang bersifat sama.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berpedoman pada hasil-hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, maka kesimpulan yang dapat diambil adalah sebagai berikut:

1. Ada perbedaan penyesuaian diri pasca perceraian antar laki-laki dan perempuan. Hal ini dikarenakan nilai atau koefisien perbedaan uji $t = 0,702$ dengan $p = 0,001 < 0,050$. Dengan demikian maka hipotesis yang berbunyi ada perbedaan penyesuaian diri pasca perceraian antar laki-laki dan perempuan, dinyatakan diterima.
2. Selanjutnya dengan melihat nilai rata-rata diketahui bahwa penyesuaian diri yang tinggi memiliki nilai rata-rata 100,71. Selanjutnya penyesuaian diri yang sedang memiliki nilai rata-rata 90,53 yaitu pada penyesuaian diri perempuan
3. Berdasarkan hasil nilai rata-rata di atas maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri laki laki bercerai memiliki nilai rata-rata hipotetik 82,5 lebih besar dari nilai empirik 100,71 selanjutnya penyesuain diri perempuan bercerai memiliki nilai rata-rata hipotetik 82,5 lebih besar dari nilai empirik 90,53 yang tergolong sedang.

Daftar Pustaka

- Amato, P.R. (2000). *The consequences of divorce for adult and children*. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1269-1287.
- Amato, P.R., & Previti, D. (2003). *People's reason for divorcing: gender, social class, the life course and adjustment*. *Journal of Family Issues*, 24(5), 602-626.
- American Psychiatric Association. (2011). *Coping With Divorce or Separation*. Washington, DC.
- Andhika, C (2012). *7 penyebab stres yang tinggi*. Diakses dari <http://female.kompas.com/> pada tanggal 11 Agustus 2018, jam 08.46 Wib.
- Anshori, AG. (2011). *Hukum Perkawinan Islam (Perspektif Fikih dan Hukum Positif)*. Yogyakarta: UII Press.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2000). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bierman, A., Fazio, E., & Milkie, M. (2006). *A Multifaceted Approach to The Mental Health Advantage of The Marriage*. *Journal of Family Issue*, 27, 554-582.
- Chaplin, J.P. (2002). *Kamus Lengkap Psikologi: cetakkan keenam*. Penerjemah: Kartiko, K. Jakarta: PT. Raja Grafindra Persada.
- Cocco, J. F., Gomes, F. J., and Maenhout, P. J. (2005). *"Consumption and portfolio choice over the life cycle."* *Review of Financial Studies* 18.2: 491-533.
- DeGenova, M.K. (2008). *Intimate relationships, marriage & families (7th ed)*. McGraw-Hill, Inc New York.
- Dariyo, A. (2004). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: PT. Gramedia
- Fashihatun, Nisa. 2009. *Penyesuaian Perceraian Wanita Desa Yang Bercerai*. (Skripsi) : Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- Fatchiah Kertamuda. (2009). *Konseling Pernikahan Untuk Keluarga Indonesia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Fatimah, Enung. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Bandung. CV Pustaka Setia.
- Fauzi, A. (2004). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Gahler, M. (2006). *A Longitudinal Study of Marital Disruption and Psychological Distress Among Swedish Women and Men*. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couple and Families*, 14(4), 372-382
- Hadi, S. (2004). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Hasibuan, J.J (2010). *Perkembangan Dewasa*. Jakarta ;Erlangga
- Hetherington, E. M., & Kelly, J. (2002). *For Better or For Worse: Divorce Reconsidered*. NEW York: Norton & Company
- Hewitt, B. Western, C.M. Baxter. J. (2006). *Marriage Breakdown in Australia: The Sosial Correlates of Separation and Divorce*. *Journal of Sociology*.
- Ichwanul S, 2004. *Penyesuaian diri istri yang berstatus single parent*. (tidak diterbitkan) : Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Ihromi. (2004). *Bunga Rampai Sosiologi Keluarga*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Johnson, D. R., & Wu, J. (2002). *An Empirical Test of Crisis, Social Selection, and Role explanation of the Relationship Between Marital Disruption and Psychological Distress : A Pooled Time-Series Analysis of Four wave Panel Data*. *Journal of Marriage and The Family*, 64, 211-224.

- Lai, Y., Hsiao, F. & Chen, Y. (2010). *Somatization of Loss of Fatherhood: a case study of a chinese man with major depression, illness, crisis & loss*, 18(2): 163-171.
- Lucas, R. E. (2005). *Time does not heal all wounds: A longitudinal study of reaction and adaptation to divorce*. *Psychological Science*, 16, 946-950.
- Maryam, R. Siti, dkk. 2008. *Mengenai Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika
- Murniati, NP. (2004). *Getar Gender: Perempuan Indonesia Dalam Perspektif Sosial, Politik, Ekonomi, Hukum, dan HAM*. Indonesiatara, Magelang.
- Marsiyanti, T dan Harahap, F. (2000). *Psikologi Keluarga*. Yogyakarta: Unit Percetakan dan Penerbitan UNY.
- Papalia, D.E, Olds, S.W., & Fieldman, R.D. (2004), *Human Development* (9th ed) New York: McGraw Hill.
- Rogers, M., Rosalie, P., Julia, P., & Andrew, B. (2017). *Woman and separation. Relationships*. Australia Victoria and beyondblue.
- Santrock. (2003). John W. Adolescence. *Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.
- Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental: Konsep, cakupan Dan Perkembangannya*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Stahl, Philip M. (2004). *Parenting After Divorce*. Jakarta: PT Gramedia Widia Sarana Indonesia.
- Sundari, S (2005). *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Administratif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Pendidikan Pendekatan Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Washfi, M (2005). *Mencapai Keluarga Barokah*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.

LAMPIRAN



LAMPIRAN A
SKALA PENYESUAIAN DIRI PASCA PERCERAIAN



Nama :

Umur :

Usia Perceraian :

Jenis Kelamin : **Pria / Wanita (Lingkari Sesuai Jenis Kelamin Anda)**

Bekerja () Tidak Bekerja ()

Petunjuk Pengisian Angket

1. Bacalah pernyataan di bawah ini dengan teliti.
2. Berikanlah jawaban sesuai dengan kondisi anda secara jujur dan objektif dengan memberi tanda ceklis (√) pada salah satu pernyataan.
3. Pilihan jawaban yang tersedia yaitu :
SS: Sangat Setuju
S: Setuju
TS: Tidak Setuju
STS: Sangat Tidak Setuju
4. Contoh Bekerja () Tidak Bekerja (√)
5. Hasil pengisian jawaban pada angket ini hanya untuk memberikan bantuan penyelesaian pendidikan saya dan diharapkan menjadi sumbangan pemikiran untuk memecahkan masalah yang muncul dalam perkawinan sehingga dapat ditemukan solusi untuk pengurangan masalah yang timbul.

Atas bantuan dan kesediaan anda untuk memberikan jawaban pada angket ini, saya ucapkan terima kasih

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya tidak malu dengan status janda atau duda				
2	Saya merasa hidup harus berjalan terus walaupun tanpa pasangan				
3	Setelah berpisah, saya berhak bahagia dengan cara menikah kembali				
4	Saya tidak mengalami kesulitan dalam menangani masalah keuangan				
5	Kegagalan pernikahan saya, membuat saya takut untuk menikah kembali				
6	Saya menikah kembali agar dapat memenuhi kebutuhan biologis saya				
7	Setelah bercerai saya berpikir untuk menikah kembali agar tidak merasa kesepian				
8	Saya tidak memikirkan perkataan orang lain mengenai perceraian saya				
9	Saya merasa benci ketika mengingat mantan pasangan saya				
10	Saya mudah tersinggung ketika orang lain berbicara mengenai perceraian saya				
11	Setelah bercerai saya sanggup mengerjakan sendiri seluruh pekerjaan rumah				
12	Saya tidak perlu menikah kembali hanya karena kebutuhan biologis saya				
13	Saya malu dengan status janda atau duda				
14	Kegagalan rumah tangga saya tidak membuat saya kesulitan menjadi orang tua tunggal				
15	Saya tidak sanggup mengerjakan pekerjaan rumah sendirian				
16	Setelah bercerai saya kesulitan dalam menangani masalah keuangan				
17	Saya dapat berkumpul dengan teman saya tanpa harus menikah kembali				
18	Kegagalan pernikahan saya membuat saya kesulitan menjadi orang tua tunggal				

19	Saya tidak merasa benci dengan mantan pasangan saya				
20	Saya khawatir tidak bisa menjadi orang tua tunggal bagi anak				
21	Ketika saya merasa kesepian saya akan berkumpul dengan teman saya				
22	Ketika saya sudah bercerai saya tidak menginginkan siapapun berada didekat saya				
23	Saya tidak ingin bertemu kembali dengan mantan pasangan saya				
24	Saya merasa minder pergi ke pesta dengan status janda atau duda				
25	Saya berusaha memenuhi kebutuhan anak saya				
26	Setelah saya bercerai saya menceritakan pengalaman saya kepada orang lain				
27	Ketika saya memutuskan bercerai keluarga tidak mendukung keputusan saya				
28	Saya berhubungan baik dengan mantan pasangan saya				
29	Setelah berpisah dengan mantan pasangan saya mulai bertegur sapa dengan tetangga				
30	Setelah berpisah saya sering terlibat perselisihan dengan tetangga				
31	Saya takut tidak bisa memenuhi kebutuhan anak				
32	Setelah bercerai saya mengurung diri di rumah				
33	Teman dapat menghibur disaat saya terpukul dengan perceraian saya				
34	Bagi saya menjadi orang tua tunggal adalah hal yang menyenangkan				
35	Ketika saya kesepian saya menghindari interaksi dengan teman				
36	Ketika saya memutuskan bercerai keluarga mendukung keputusan saya				
37	Saya merasa biasa saja pergi ke pesta tanpa pasangan saya lagi				
38	Saya sedih mengenai putusnya unit keluarga				

39	Setelah menjadi janda atau duda saya merasa malu ketika ada kegiatan sosial				
40	Walaupun saya janda atau duda saya tidak malu bergabung dalam kegiatan sosial				





LAMPIRAN B
BLUEPRINT PENYESUAIAN DIRI

BLUEPRINT PENYESUAIAN DIRI

No	Ciri-ciri	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1	Memiliki persepsi yang akurat terhadap realita.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Setelah bercerai, saya berpikir untuk menikah kembali agar tidak kesepian. 2. Saya menikah kembali agar dapat memenuhi kebutuhan biologis saya. 3. Setelah berpisah, saya berhak bahagia dengan cara menikah kembali. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kegagalan pernikahan saya, membuat saya takut untuk menikah kembali. 2. Saya tidak perlu menikah kembali, hanya karena kebutuhan biologis saya. 3. Saya dapat berkumpul dengan teman saya tanpa harus menikah kembali. 	8
2	Kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan atau stres dan kecemasan.	<ol style="list-style-type: none"> 4. Setelah bercerai, saya sanggup mengerjakan pekerjaan rumah. 	<ol style="list-style-type: none"> 4. Saya tidak sanggup mengerjakan pekerjaan rumah sendirian. 	8
3	Mempunyai gambaran yang positif tentang dirinya.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya tidak malu dengan status janda atau duda. 2. Setelah berpisah dengan mantan pasangan, saya mulai bertegur sapa dengan tetangga. 3. Saya tidak mengalami kesulitan dalam menangani masalah keuangan. 4. Walaupun saya janda atau duda saya tidak malu bergabung dalam kegiatan sosial. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya malu dengan status janda atau duda. 2. Setelah berpisah saya sering terlibat perselisihan dengan tetangga. 3. Setelah bercerai, saya kesulitan dalam menangani masalah keuangan. 	8
4	Kemampuan untuk mengekspresikan perasaannya.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kegagalan rumah tangga saya tidak membuat saya kesulitan menjadi orang tua tunggal. 	<ol style="list-style-type: none"> 4. Setelah menjadi janda atau duda saya merasa malu ketika ada kegiatan sosial. 1. Kegagalan pernikahan saya, membuat saya 	8
5				

	<p>Relasi interpersonal yang baik.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 2. Saya tidak memikirkan perkataan orang lain mengenai perceraian saya. 3. Saya tidak merasa benci dengan mantan pasangan saya. 4. Saya berhubungan baik dengan mantan pasangan saya. <ol style="list-style-type: none"> 1. Saya merasa biasa saja mengenai putusnya unit keluarga. 2. Saya sanggup memenuhi kebutuhan anak saya dengan status janda atau duda. 3. Bagi saya menjadi orang tua tunggal adalah hal yang menyenangkan. 4. Saya merasa biasa saja pergi ke pesta tanpa pasangan saya lagi. <ol style="list-style-type: none"> 1. Ketika saya memutuskan bercerai, keluarga mendukung keputusan saya. 2. ketika saya merasa kesepian saya akan berkumpul dengan teman saya. 3. Setelah saya bercerai, saya menceritakan pengalaman saya kepada orang lain. 4. Teman dapat menghibur disaat 	<p>kesulitan menjadi orang tua tunggal.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Saya mudah tersinggung ketika orang lain berbicara mengenai perceraian saya. 3. Saya merasa benci ketika mengingat mantan pasangan saya. 4. Saya tidak ingin bertemu kembali dengan mantan pasangan saya. <ol style="list-style-type: none"> 1. Saya sedih mengenai putusnya unit keluarga. 2. Saya takut tidak bisa memenuhi kebutuhan anak. 3. Saya khawatir tidak bisa menjadi orang tua tunggal bagi anak. 4. Saya merasa minder pergi ke pesta dengan status janda atau duda. <ol style="list-style-type: none"> 1. Ketika saya memutuskan bercerai, keluarga tidak mendukung keputusan saya. 2. Ketika saya kesepian, saya menghindari interaksi dengan teman. 3. Ketika saya sudah bercerai, saya tidak menginginkan 	<p>8</p>
--	--	--	---	----------

		saya terpukul dengan perceraian saya.	siapapun berada didekat saya. 4. Setelah bercerai, saya mengurung diri di rumah.	
--	--	---------------------------------------	---	--





LAMPIRAN C
UJI VALIDITAS & RELIABILITAS PENYESUAIAN DIRI

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,878	40

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
pd1	3,49	,674	60
pd2	3,49	,674	60
pd3	3,54	,765	60
pd4	2,49	,722	60
pd5	3,39	,585	60
pd6	3,10	,597	60
pd7	2,67	,569	60
pd8	2,79	,487	60
pd9	3,03	,682	60
pd10	3,44	,592	60
pd11	2,69	,696	60
pd12	3,23	,783	60
pd13	2,75	,767	60
pd14	3,28	,777	60
pd15	3,74	,444	60
pd16	3,64	,578	60
pd17	3,31	,647	60
pd18	3,64	,517	60
pd19	3,36	,549	60
pd20	3,33	,569	60
pd21	2,95	,561	60
pd22	2,97	,632	60
pd23	3,20	,628	60
pd24	3,38	,522	60
pd25	3,52	,536	60
pd26	2,87	,670	60
pd27	3,23	,824	60
pd28	2,62	,711	60
pd29	2,93	,873	60
pd30	3,11	,733	60
pd31	3,82	,500	60
pd32	3,07	,727	60

pd33	3,41	,588	60
pd34	3,74	,545	60
pd35	3,48	,504	60
pd36	3,13	,618	60
pd37	2,46	,721	60
pd38	3,52	,536	60
pd39	3,57	,590	60
pd40	3,00	,816	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
pd1	124,90	110,023	,391	,875
pd2	124,90	108,323	,516	,872
pd3	124,85	109,728	,355	,876
pd4	125,90	115,623	-,009	,883
pd5	125,00	111,833	,310	,876
pd6	125,30	110,045	,447	,874
pd7	125,72	111,838	,320	,876
pd8	125,61	111,943	,372	,875
pd9	125,36	109,701	,409	,874
pd10	124,95	108,781	,557	,872
pd11	125,70	108,645	,474	,873
pd12	125,16	107,173	,507	,872
pd13	125,64	107,601	,491	,873
pd14	125,11	105,670	,609	,870
pd15	124,66	116,396	-,061	,881
pd16	124,75	110,122	,458	,874
pd17	125,08	109,310	,465	,873
pd18	124,75	111,855	,355	,876
pd19	125,03	111,432	,369	,875
pd20	125,07	109,029	,560	,872
pd21	125,44	106,851	,763	,869
pd22	125,43	108,515	,539	,872
pd23	125,20	107,394	,632	,870
pd24	125,02	111,716	,365	,875
pd25	124,87	110,549	,459	,874

pd26	125,52	112,354	,326	,878
pd27	125,16	116,606	-,072	,885
pd28	125,77	110,580	,329	,876
pd29	125,46	111,852	,184	,880
pd30	125,28	110,004	,356	,875
pd31	124,57	111,349	,418	,875
pd32	125,33	110,491	,326	,876
pd33	124,98	106,983	,713	,869
pd34	124,66	109,796	,518	,873
pd35	124,92	113,243	,334	,877
pd36	125,26	113,697	,146	,879
pd37	125,93	108,696	,452	,874
pd38	124,87	114,216	,132	,879
pd39	124,82	111,384	,343	,876
pd40	125,39	113,709	,094	,882

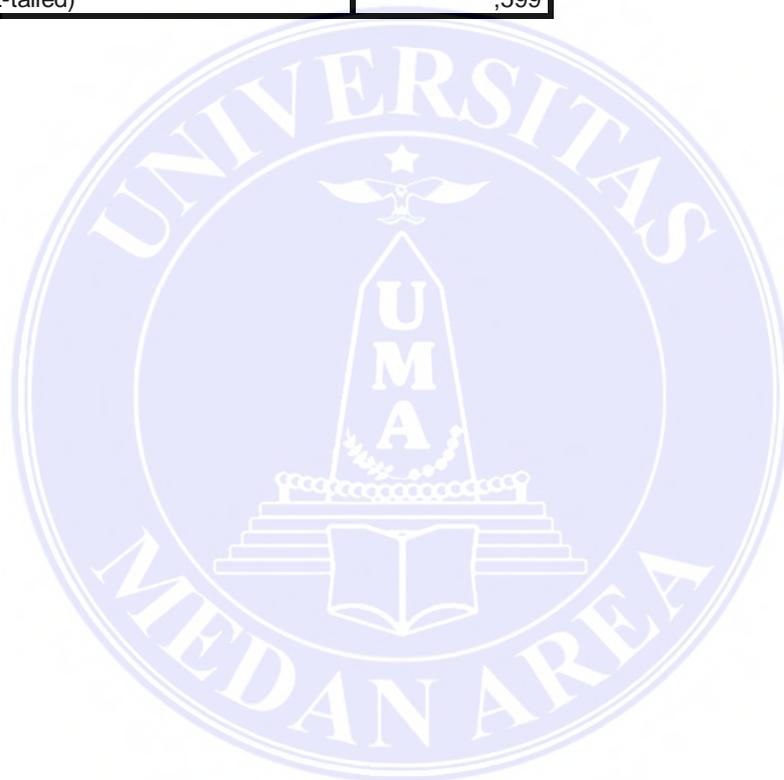
mean hipotetik : $(33 \times 1) + (33 \times 4) : 2 = 82,5$

LAMPIRAN D
KOLMOGOROV SMIRNOV TEST



One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		PenyesuaianDiri
N		60
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	102,66
	Std. Deviation	10,658
	Absolute	,098
Most Extreme Differences	Positive	,098
	Negative	-,091
Kolmogorov-Smirnov Z		,767
Asymp. Sig. (2-tailed)		,599



LAMPIRAN E UJI NORMALITAS, HOMOGENITAS DATA

1. Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran

Variabel	RERATA	K-S	SD	Sig	Keterangan
Penyesuaian Diri	109,66	0,767	10,,658	0,599	Normal

Kriteria P (sig) > 0.05 maka dinyatakan sebaran normal

2. Hasil Perhitungan Uji Homogenitas

Variabel	Uji Homogen	F	P	Keterangan
Burnout Syndrom	Levene Statistic	0,620	0,434	Homogen

Kriteria : P > 0.05 maka dinyatakan homogen



LAMPIRAN F UJI T-TEST



T-Test

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Penyesuaian Diri	Equal variances assumed	,620	,121	,702	59	,001	1,924	2,741	-3,562	7,409
	Equal variances not assumed			,700	57,062	,001	1,924	2,748	-3,579	7,427

Group Statistics

	Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
PenyesuaianDiri	Laki-laki	30	100,71	9,873	2,100
	Perempuan	30	90,53	11,500	1,773