

# **RESILIENSI PADA WANITA YANG BERCERAI**

## **SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Universitas Medan Area**

**Oleh :**

**DWI YUNITA NASUTION  
09.860.0172**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2013**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

## LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL SKRIPSI** : RESILIENSI PADA WANITA YANG BERCERAI  
**NAMA MAHASISWA** : DWI YUNITA NASUTION  
**NO. STAMBUK** : 09.860.0172  
**BAGIAN** : PSIKOLOGI ANAK DAN PERKEMBANGAN

**MENYETUJUI :**  
**Komisi Pembimbing**

**Pembimbing I**

(DR. Nefi Darmayanti, M.Si)

**Pembimbing II**

(Hj. Anna WD Purba, S.Psi,MSi)

**MENGETAHUI :**

**Kepala Bagian**



(Laili Alfita, S.Psi, MM)

**Dekan**



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

**Tanggal Lulus:**  
**28 November 2013**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA  
DAN DITERIMA UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN  
DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH  
DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI

Pada Tanggal

28 November 2013

MENGESAHKAN  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA

DEKAN

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

DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

1. **Dra. Irna Minauli, M.Si**
2. **DR. Nefi Darmayanti, M.Si)**
3. **Hj. Anna WD Purba, S.Psi,MSi**
4. **Rahma Fauzia, S.Psi, M.Psi**
5. **Laili Alfita, S.Psi, MM**



## RESILIENSI PADA WANITA YANG BERCERAI

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengetahui Resiliensi Pada Wanita Yang Bercerai. Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan dan tidak menyerah pada keadaan-keadaan yang sulit dalam hidupnya, serta berusaha untuk belajar dan beradaptasi dengan keadaan tersebut dan kemudian bangkit dari keadaan tersebut dan menjadi lebih baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hal-hal yang dapat digunakan beresiliensi dalam teori Reivich & Shatte (2002) dan faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi dalam teori Grotberg (1999). Hasil menemukan bahwa ada perbedaan penyebab perceraian, dampak perceraian baik pengalaman traumatis pada istri, pada anak dan ketidakstabilan kehidupan pekerjaan. Ada perbedaan dan persamaan resiliensi yang para responden jalani yang pada dasarnya mereka berjuang demi masa depan anak tanpa suami. Ada perbedaan faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi (*I have* dan *I can*) disebabkan perbedaan latar belakang pendidikan, keluarga, dan lingkungan, serta persamaan faktor *I am* yang disebabkan adanya motivasi untuk meraih kesuksesan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif karena dengan menggunakan metode kualitatif dapat dipahami gambaran sebagaimana subjek mengalaminya. Penelitian ini menggunakan teknik wawancara mendalam sebagai pengambilan data dan observasi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah lima orang yang memiliki karakteristik mengalami perceraian yang sudah bisa beresiliensi, memiliki anak, serta berjenis kelamin wanita.

Kata Kunci: Resiliensi, Wanita Yang Bercerai.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>MOTTO</b> .....	iv
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Fokus Penelitian .....	11
C. Signifikansi dan Keunikan Penelitian .....	11
D. Tujuan Penelitian .....	13
E. Manfaat Penelitian.....	14
1. Manfaat Teoritis.....	14
2. Manfaat Praktis.....	14
<b>BAB II TINJAUAN TEORI</b> .....	15
A. Wanita .....	15
1. Pengertian Wanita .....	15
B. Perceraian .....	16
1. Pengertian Perceraian .....	16

2. Hal-hal Yang Melatarbelakangi Perceraian .....	17
3. Dampak Perceraian .....	21
4. Masalah-masalah Yang Dihadapi Wanita Yang Telah Bercerai.....	23
C. Resiliensi .....	25
1. Pengertian Resiliensi .....	25
2. Fungsi Resiliensi .....	26
3. Aspek-aspek Resiliensi .....	29
4. Sumber-sumber Resiliensi .....	38
D. Kerangka Konseptual .....	42
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>43</b>
A. Metode Penelitian Kualitatif.....	43
B. Unit Analisis .....	44
C. Subjek Penelitian .....	45
D. Teknik Pengumpulan Data .....	46
E. Teknik Pengorganisasian dan Analisis Data.....	53
F. Teknik Pemanjapan Kredibilitas Penelitian.....	56
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>59</b>
A. Identitas .....	59
B. Analisa Intrapersonal .....	61
C. Analisa Interpersonal.....	133
D. Pembahasan.....	159
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b> .....	<b>168</b>
A. Kesimpulan.....	168
B. Saran.....	172
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>174</b>

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Pernikahan merupakan pintu bagi bertemunya dua hati dalam naungan pergaulan hidup yang berlangsung dalam jangka waktu lama yang di dalamnya terdapat berbagai hak dan kewajiban yang harus dilaksanakan oleh masing-masing pihak untuk mendapatkan kehidupan yang layak, bahagia, harmonis serta mendapatkan keturunan. Pernikahan itu merupakan ikatan yang kuat yang didasari oleh perasaan cinta yang sangat mendalam dari masing-masing pihak untuk hidup bergaul guna memelihara kelangsungan kehidupan manusia di bumi. Pernikahan adalah bertemunya dua manusia yang berbeda dalam hal karakter, kepribadian, prinsip, dan tujuan hidup, serta keinginan dan harapannya, maka dalam perjalanan pernikahan itu sendiri akan sulit menemukan jalan lurus tanpa ada belokan-belokan dan hambatan-hambatan yang menghadang. Perjalanan pernikahan itu akan selalu menemui hambatan-hambatan yang akan membuat orang yang menempuhnya selalu waspada.

Penyebab perceraian yaitu ketidakharmonisan dalam rumah tangga. Ketidakharmonisan bisa disebabkan oleh berbagai hal antara lain, krisis keuangan, krisis akhlak, dan adanya orang ketiga. Persoalan ekonomi rata-rata menjadi primadona dalam kasus gugat cerai di pengadilan agama. Di samping itu, tidak setia pada pasangan juga cukup menjadi alasan perceraian dan masih banyak lagi yang lainnya. Padahal, islam telah membimbing umatnya agar tidak memecah-

belah persaudaraan di antara sesama muslim. Pernikahan adalah salah satu sunah Rasulullah SAW yang akan mendapat pahala jika melakukannya. Perceraian sendiri adalah suatu hal yang halal untuk dilakukan. Namun dibenci oleh Allah SWT. Adapun faktor perceraian disebabkan banyak hal, mulai dari selingkuh, ketidak harmonisan, sampai karena persoalan ekonomi. Faktor ekonomi merupakan penyebab terbanyak dan yang unik adalah 70 % yang mengajukan cerai adalah istri, dengan alasan suami tidak bisa memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga.

Perceraian ini sendiri dapat menimbulkan masalah dalam lingkungan sosial karena pasangan yang bercerai dianggap telah melanggar norma sosial yang ada di masyarakat, pengaruhnya terhadap anak dan trauma pasca perceraian yang sangat mungkin terjadi, terutama bagi perempuan.

Perceraian bukan saja akan merugikan beberapa pihak namun perceraian juga sudah jelas dilarang oleh agama. Namun pada kenyataannya walaupun dilarang tetapi tetap saja perceraian di kalangan masyarakat terus semakin banyak bahkan dari tahun ketahun terus meningkat terutama contoh yang lebih konkrit yaitu terjadi kalangan para artis, dimana mereka dengan mudah kawin-cerai dengan tidak memperhitungkan akibat psikis yang di timbulkan dari perceraian tersebut, masalah kecilnya biaya perceraian mereka tidak jadi permasalahan. Pandangan seseorang terhadap perceraian merupakan jalan terakhir yang terbaik. Tapi apa mereka melihat dampak yang diberikan kepada anak bila perceraian itu terjadi. Mereka mementingkan ego mereka sendiri tanpa memperdulikan nasib



dan mental anak mereka. Dari masalah inilah, saya ingin mengangkat masalah perceraian dengan mengaitkannya terhadap penyakit sosial di masyarakat.

Masalah perceraian tersebut akan terwujud jika masing-masing selalu melakukan kritik yang intinya menyalahkan pasangan, penghinaan, pembelaan diri, dan membangun tembok pembatas untuk tidak berhubungan lagi. Hal itu juga bisa bertambah parah jika diawali dengan rasa sesak dan usaha perbaikan yang gagal (Gottman,2004).

Ada beberapa yang memicu pasangan suami istri untuk bercerai, dijelaskan bahwa salah satu akibatnya dikarenakan masalah antara mertua dan menantu, cemburu buta yang didominasi pada istri yang cemburu kepada suaminya, pembagian peran dirumah tangga yang tidak adil, pengelolaan keuangan yang tidak baik dan sifat jenuh yang dialami pasangan suami istri (Bachtiar,2004). Salah satu istri yang bercerai dengan suaminya dikarenakan masalah keuangan dan istri memutuskan bekerja sebagai kasir di PT SBM sebagai tambahan uang belanja, ditempat kerjanya dia mengalami kasus, inilah hasil kutipan wawancara dengan sang isteri:

“Saya memang tak pernah menceritakan masalah kantor ke suami, apalagi dia sibuk kerja. Saya kerja, kan, demi keluarga. Saya toh tidak keluar malam untuk dugem dan sebagainya. Saya keluar rumah, ya, untuk kerja. Semula saya ingin mempertahankan rumah tangga demi El (anak). Saya berjanji, bila memang ada yang salah, saya minta maaf dan tak akan mengulangi lagi. Tapi suami tetap ngotot”. (Tabloid Nova, 17-23 Desember 2012).

Dari kutipan wawancara ini, pasangan suami istri ini memiliki masalah keuangan yang memicu mereka untuk bercerai, istri tidak menginginkan

perceraian ini dikarenakan telah memiliki anak bernama El namun suami tetap ingin bercerai.

Menurut Hurlock (1990), perceraian merupakan akhir dari penyesuaian perkawinan yang buruk, dan terjadi bila antara suami dan istri sudah tidak mampu lagi mencari cara penyesuaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak. Perceraian tidak hanya sebagai cara untuk menyelesaikan ketidaksesuaian dalam rumah tangga namun ternyata perceraian dapat memberikan dampak negatif tidak hanya untuk orang yang menjalankannya tetapi juga pada keluarga terutama anak-anak. Menurut Hurlock (1990), anak-anak yang memiliki orang tua yang bercerai akan merasa malu karena mereka merasa berbeda dan hal ini dapat merusak konsep diri anak, kecuali apabila mereka tinggal di lingkungan di mana sebagian besar dari teman bermainnya berasal dari keluarga yang bercerai juga. Selain itu, bagi individu yang melakukan perceraian, terutama wanita akan cenderung memperoleh dampak yang biasanya lebih besar dari pada dampak yang disebabkan oleh kematian pasangan, karena wanita yang bercerai akan merasakan efek traumatik yang akan mereka rasakan sebelum dan sesudah perceraian sehingga timbul rasa sakit dan tekanan emosional. Tidak hanya itu bagi sebahagian wanita kehidupan yang dijalani pasca perceraian akan dirasa berat karena mereka diharapkan dapat menjadi ibu dan ayah yang baik bagi anak-anaknya (Dwiyani, 2009). Tidaklah mudah buat seorang ibu yang harus bercerai dengan suaminya karena suaminya tidak bertanggung jawab. Ia harus membesarkan anak yang harus mendapatkan kasih sayang sebagai ibu dan ayah

yang dijalani termasuk omongan teman-teman sekolah anaknya, inilah hasil wawancara dengan seorang ibu yang telah bercerai:

“Berat memang menjalankan rutinitas baru bukan hanya sebagai mama tapi papa buat anak saya, tapi ini semua sudah takdir dari ALLAH dan saya yakin semua akan ada hikmahnya. Awalnya saya harus membesarkan hati anak saya karena papa dan mamanya tidak mungkin tinggal serumah bersama tapi anak saya tidak boleh membenci papanya karena gimapun itu papanya. Menguatkan hati anak saya yang sudah sekolah juga bukan hal mudah tapi saya cuma mengatakan kepada anak saya, kamu buktikan pada papa dan orang-orang kalau kamu bisa jadi orang sukses suatu saat nanti dengan rajin belajar”. (Wawancara personal Kamis, 9 Mei 2013).

Dari wawancara personal itu, istri harus melaksanakan tugas bukan hanya sebagai ibu tapi juga sebagai ayah. Walaupun masalah perceraian membuat istri stress karena ia harus menguatkan hati anaknya ditengah omongan tidak enak yang akan mengejek anak yang tidak memiliki orang tua lengkap.

Pada tahun 2008 angka perceraian mencapai sekitar 200.000 kasus per 2 juta pasangan menikah. Angka ini meningkat pada tahun 2009, menjadi sekitar 250.000 kasus. Menurut Data dari Kementerian Departemen Agama RI, dari Direktorat Bimas Islam, pada tahun 2010, ada 285.184 perkara perceraian per 2 juta pasangan yang menikah. Terbanyak adalah pihak istri yang mengajukan gugat cerai, yaitu sekitar 70%, dengan alasan penyebab perceraian terbesar adalah masalah ekonomi. Rata-rata menyebutkan bahwa perceraian dipicu lantaran suami tidak dapat memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga ([www.bimasislam.kemenag.go.id](http://www.bimasislam.kemenag.go.id)).

Berdasarkan data yang dihimpun dari PA Klas 1A Medan, dominan perkara yang ditangani adalah perkara cerai. Tak tanggung sebanyak 382 gugatan

telah masuk kedalam administrasi pada pengadilan hanya dalam kurun waktu Januari-Februari 2013 ([www.matatelinga.com](http://www.matatelinga.com)).

Di berbagai daerah juga menunjukkan fenomena hal yang sama. Di Kabupaten Malang, misalnya, pada tahun 2007, terjadi 2629 perkara gugat cerai dari 4625 kasus. Penggugat terbanyak adalah para istri yang menjadi Tenaga Kerja Wanita atau Buruh Migran di luar negeri ([www.bimasislam.kemenag.go.id](http://www.bimasislam.kemenag.go.id)).

Dari 250 warga Surabaya yang bercerai setiap harinya, ternyata ranking tertinggi didominasi oleh guru. Ini fenomena yang cukup mengejutkan. Data ini diungkapkan oleh Walikota Surabaya, Bambang DH, saat memberikan pembekalan terhadap para CPNS. Bambang DH mengakui mendapatkan data-data ini dari Pengadilan Agama. Di Kabupaten Bantul, tren perceraian juga meningkat dari tahun ke tahun. Menurut data dari Pengadilan Agama setempat, hingga bulan Mei 2008 ada 336 kasus, sementara sepanjang tahun 2007 ada 699 kasus. Rata-rata kasus yang ditangani perbulan ada 60 buah. Alasan terbesar adalah pengakuan para istri bahwa mereka ditelantarkan secara ekonomi oleh suami-suami mereka. Hal yang sama juga dinyatakan sebagai penyebab tertinggi dari kasus-kasus perceraian di daerah Sidoarjo, Pontianak, Tegal, Slawi, dan beberapa daerah lain ([www.bimasislam.kemenag.go.id](http://www.bimasislam.kemenag.go.id)).

Sebuah fakta yang terungkap menyebutkan bahwa pasangan yang paling banyak bercerai adalah pasangan usia produktif yaitu 30-40 tahun. Rata-rata pada usia tersebut, mereka sudah menikah selama 5-20 tahun ([www.bimasislam.kemenag.go.id](http://www.bimasislam.kemenag.go.id)).

## UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From repository.uma.ac.id 30/8/24

Beberapa wanita yang memilih untuk bercerai ada yang berhasil mengatasi tantangan tersebut dengan merubahnya menjadi energi positif dan tetap dapat menjalankan kehidupannya yang sehat. Namun tidak sedikit wanita yang gagal bertahan dari situasi negatif sehingga mereka tidak bisa keluar dari situasi yang tidak menguntungkan, karena hal ini disebabkan oleh kehidupan manusia yang tidak jauh dari tantangan, kesulitan dan cobaan hidup yang datang silih berganti dan harus mereka hadapi. Tantangan dan cobaan hidup tersebut dapat berupa kesulitan sehari-hari, peristiwa yang tidak terduga hingga peristiwa traumatis. Kemampuan seseorang untuk dapat bertahan dalam menghadapi cobaan serta untuk mempertahankan kehidupan yang baik dan seimbang setelah ditimpa kemalangan atau setelah mengalami tekanan yang berat dikenal dengan istilah resiliensi (Tugade & Frederikson, 2004).

Wolin (1999) juga menyebut resiliensi sebagai keterampilan *coping* saat dihadapkan pada tantangan hidup atau kapasitas wanita untuk tetap sehat dan terus memperbaiki diri. Wanita yang resilien adalah wanita yang tidak memunculkan simtom-simtom patologis pada situasi-situasi yang cenderung negatif atau mengancam. Siebert (2005) juga menjelaskan bahwa wanita yang resilien dapat mengatasi perasaan dengan baik saat ditimpa masalah bahkan sulit untuk diterima. Saat sakit dan stres wanita tersebut dapat kembali dan menemukan cara untuk keluar dengan baik dari masalah yang dihadapi serta bangkit kembali setelah terjatuh dan tidak putus asa sehingga dapat menjadi lebih baik dari sebelumnya. Bagi wanita yang memiliki kemampuan resiliensi akan memiliki kehidupan yang lebih kuat, artinya resiliensi akan membuat seseorang

wanita berhasil menyesuaikan diri saat berhadapan dengan kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan seperti perkembangan sosial atau bahkan tekanan hebat yang akan melekat dalam kehidupannya (Desminta, 2005).

Menurut Reivich dan Shatte yang dituangkan dalam bukunya “*The Resiliency Factor*” menjelaskan resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya (Reivich & Shatte, 2002). Penelitian tentang resiliensi hanya mencakup bidang yang kecil dan digunakan oleh beberapa profesional seperti psikolog, psikiater, dan sosiolog. Penelitian mereka berfokus pada anak-anak, dan mengungkapkan tentang karakteristik orang dewasa yang resilien (Reivich & Shatte, 2002).

Sebuah penelitian telah menyatakan bahwa manusia dapat menggunakan resiliensi untuk hal-hal berikut ini (dalam Reivich & Shatte, 2002) seperti *Overcoming*, dapat dilakukan dengan cara menganalisa dan mengubah cara pandang menjadi lebih positif dan meningkatkan kemampuan untuk mengontrol kehidupan individu sendiri. *Steering through*, menunjukkan bahwa unsur esensi dari *steering through* dalam stres yang bersifat kronis adalah *self-efficacy* yaitu keyakinan terhadap diri sendiri bahwa individu dapat menguasai lingkungan secara efektif dapat memecahkan berbagai masalah yang muncul. *Bouncing back*, orang yang resiliensi biasanya menghadapi trauma dengan tiga karakteristik untuk menyembuhkan diri. Mereka menunjukkan *task-oriented coping style* dimana mereka melakukan tindakan yang bertujuan untuk mengatasi kemalangan

tersebut, mereka mempunyai keyakinan kuat bahwa mereka dapat mengontrol hasil dari kehidupan mereka, dan orang yang mampu kembali ke kehidupan normal lebih cepat dari trauma mengetahui bagaimana berhubungan dengan orang lain sebagai cara untuk mengatasi pengalaman yang mereka rasakan. *Reaching out*, orang yang berkarakteristik seperti ini melakukan tiga hal dengan baik, yaitu: tepat dalam memperkirakan risiko yang terjadi, mengetahui dengan baik diri mereka sendiri, dan menemukan makna dan tujuan dalam kehidupan mereka. Seorang ibu yang sudah bercerai dengan suaminya dan memiliki satu anak, dia harus menghidupi anaknya seorang diri karena suaminya sudah tidak menafkahi anaknya. Ibu tersebut menunjukkan kemampuannya dalam memenuhi tanggung jawab terhadap anak dan berusaha bangkit dari keterpurukan setelah perceraian.

“Kakak sekarang hanya berjuang buat anak kakak, dia butuh perhatian penuh dari kakak, kakak harus menafkahi anak kakak. Kakak sekarang pun kerja karna kakak mau anak kakak mendapatkan hidup dan pendidikan yang layak, fokus kakak buat anjani (anak) dan masalah sosok suami yang mendampingi kakak dan ayah buat anjani biarlah waktu yang akan menjawab”. (Wawancara personal Minggu, 19 Mei 2013).

Dari wawancara personal tersebut dijelaskan bahwa istri yang memiliki anak namun ia telah bercerai dari suaminya haruslah bangkit dan mampu beradaptasi secepat mungkin. Ia harus menghidupi anaknya dengan bekerja karena hidup terus berjalan dan masalah pendamping hidup ia yakin akan indah pada waktunya.

Menurut Grotberg (1999) ada beberapa yang dapat menjadikan seseorang untuk beresiliensi yang didukung oleh beberapa factor-faktor yaitu *I Have*

(sumber dukungan eksternal), *I Have* merupakan dukungan dari lingkungan sekitar individu berupa hubungan baik dengan keluarga, lingkungan yang menyenangkan ataupun hubungan dengan orang lain diluar keluarga. Seorang seperti ini memiliki hubungan penuh kepercayaan yang diperoleh dari orang tua, anggota keluarga lain, guru, dan teman-teman yang mencintai dan menerima mereka. *I Am* (kemampuan individu), *I Am* merupakan kekuatan yang berasal dari diri sendiri yang meliputi perasaan, tingkah laku, dan kepercayaan yang ada dalam dirinya. Mereka yang beresiliensi mempunyai karakteristik yang menarik dan penyayang sesama, usaha yang mereka lakukan dengan selalu dicintai dan mencintai orang lain, mereka juga sensitif terhadap perasaan orang lain dan mengerti yang diharapkan orang lain terhadap dirinya. *I Can* (kemampuan sosial dan interpersonal), *I Can* pada orang yang beresiliensi merupakan kemampuan untuk mengendalikan perasaan dan dorongan dalam hati, mereka mampu menyadari perasaan mereka dan mengekspresikan dalam kata perilaku yang tidak mengancam perasaan dan hak orang lain. Mampu untuk mengendalikan dorongan untuk memukul, melarikan diri dari masalah, atau melampiaskan keinginan mereka pada hal-hal yang tidak baik. Seorang janda yang memiliki anak, dia menghidupi dirinya sendiri dengan melakukan berbagai macam usaha, yang terpenting adalah kehidupan layak bagi anaknya.

“Saya memang seorang janda, saya juga harus menghidupi anak saya dan diri saya sendiri. Gimanaapun anak saya harus sekolah yang layak, usaha apapun akan saya lakukan demi anak saya yang penting halal. Dorongan dari teman-teman membuat saya menjadi wanita yang tegar sampai sekarang.” (Wawancara personal, Sabtu, 31 Agustus 2013).



Hal diatas inilah yang menyebabkan peneliti tertarik untuk meneliti mengenai kemampuan resiliensi pada wanita yang bercerai secara lebih mendalam agar hal-hal positif dari kemampuan resiliensi dapat diaplikasikan dalam kehidupan setiap wanita yang khususnya mengalami perceraian.

## **B. Fokus Penelitian**

Untuk memudahkan penelitian, maka perlu dirumuskan masalah apa yang menjadi fokus penelitian. Dalam hal ini peneliti mencoba merumuskan masalah penelitian dalam bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut, yaitu bagaimana gambaran resiliensi pada wanita yang bercerai, yang mencakup:

1. Apa dampak psikologi perceraian?
2. Bagaimana resiliensi wanita setelah bercerai?
3. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi pada wanita yang bercerai?

## **C. Signifikansi dan Keunikan Penelitian**

Penelitian resiliensi pada wanita yang bercerai tergolong unik karena peneliti akan meneliti resiliensi pada wanita yang bercerai yang didalamnya terdapat berbagai masalah yang dihadapi oleh wanita yang bercerai antara lain masalah ekonomi, masalah sosial, masalah keluarga, masalah praktis, masalah seksual, dan masalah tempat tinggal. Masalah itu yang dihadapi wanita setelah bercerai dan wanita harus mampu bangkit dari masalah perceraian yang ia harus lakukan demi dirinya sendiri dan orang-orang disekitarnya yang menyayangnya

seperti orang tua dan anak jika ia telah memiliki anak. Adapun penelitian resiliensi masih seputar korban bencana alam, penyandang cacat fisik, masalah pendidikan, dan korban luka bakar.

Beberapa penelitian tentang resiliensi yang telah dilakukan sebagai perbandingan dengan penelitian yang akan peneliti laksanakan, misalnya: Penelitian Novatika (2011) tentang resiliensi pada penderita tunadaksa pasca gempa. Adapun penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan tujuan penelitian untuk melihat gambaran resiliensi pada penderita tunadaksa pasca gempa yang menggunakan metode wawancara dan observasi. Peneliti menggunakan dua responden. Responden pertama mengalami operasi sebanyak lima kali dan belajar berjalan seperti anak bayi pasca kejadian gempa yang menimpanya, sedangkan responden kedua mengalami patah tulang yang menjadikan tubuh terasa sakit. Penelitian ini menggunakan dasar teori Wolin (1999), Reivich dan Shatte, serta teori Grotberg yaitu faktor dukungan eksternal, kemampuan individu, dan kemampuan sosial dan interpersonal, dan hasilnya bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi tersebut dapat terwujud dengan baik karena responden mendapat dukungan dari berbagai pihak. Penelitian Johanna (2012) yang meneliti tentang resiliensi pada penderita luka bakar. Penelitian ini menggunakan dua responden yang berjenis kelamin perempuan. Adapun penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran *adversity* pada penderita luka bakar, dan faktor-faktor apa yang menciptakan resiliensi pada penderita luka bakar tersebut. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan melakukan wawancara dan observasi. Pada kedua responden memiliki persamaan penyebab

## UNIVERSITAS MEDAN AREA

luka bakar dan memiliki perbedaan kesengsaraan psikologis yang mereka alami. Dan kedua responden ini memiliki resilien untuk bangkit meraih masa depan mereka walaupun banyak hambatan dan kurang dukungan dari keluarganya. Penelitian ini menggunakan teori dari Schoon (2006) dan teori dari Reivich dan Shatte (2002) mengenai faktor-faktor resiliensi. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah meneliti tentang resiliensi pada wanita yang bercerai. Penelitian ini menggunakan lima responden yang berjenis kelamin perempuan. Adapun penelitian ini bertujuan untuk melihat dampak psikologi dari perceraian, bagaimana resiliensi wanita setelah bercerai, dan faktor-faktor apa yang mempengaruhi resiliensi tersebut. Penelitian akan menggunakan metode kualitatif dengan melakukan wawancara dan observasi. Responden yang akan diteliti adalah wanita yang bercerai baik yang sudah memiliki anak maupun yang belum memiliki anak untuk melihat bagaimana mereka untuk bangkit dari masalah yang mereka alami untuk meraih masa depan yang lebih baik. Penelitian ini menggunakan dasar teori dari Reivich dan Shatte (2002) mengenai fungsi dan Grotberg (1999) mengenai factor-faktor yang mempengaruhi resiliensi.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui dampak psikologi dari perceraian.
2. Mengetahui cara resiliensi wanita yang telah bercerai.
3. Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi wanita yang bercerai.

## **E. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini memiliki manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dalam memberikan informasi dan perluasan teori dibidang psikologi klinis, yaitu mengenai resiliensi pada wanita yang bercerai. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya sumber kepustakaan penelitian mengenai psikologi klinis, sehingga hasil penelitian nantinya diharapkan dapat dijadikan sebagai penunjang untuk bahan penelitian lebih lanjut.

### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pada wanita yang bercerai untuk mampu menggalikemampuan seseorang untuk bertahan dan tidak menyerah pada keadaan-keadaan yang sulit dalam hidupnya, serta berusaha untuk belajar dan beradaptasi dengan keadaan tersebut dan kemudian bangkit dari keadaan tersebut dan menjadi lebih baikdalam menjalani kehidupannya pasca perceraian.

## BAB II

### TINJAUAN TEORI

#### A. Wanita

##### 1. Pengertian Wanita

Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (Tim Penyusun Kamus, 1997) disebutkan bahwa wanita adalah orang yang dianugerahi untuk dapat hamil, melahirkan anak dan menyusui. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pengertian isteri adalah wanita (perempuan) yang telah menikah atau bersuami. (Tim Penyusun Kamus, 1997).

Menurut Sumiami (2004), Wanita (isteri) adalah ibu, pengasuh dan pendidik anak yang betah dan tabah mengasuh anak, siang dan malam yang membutuhkan kasih sayang dengan perasaan halus dan keikhlasan jiwa nurani yang bijaksana. Wanita adalah isteri yang dianugerahi sebagai wadah untuk mengandung keturunan. Dari susunan psikologis, fisiologi dan biologi telah menganugerahkan fungsi khusus bagi isteri sebagai makhluk yang dikarunia rasa emosional yang mempersiapkan dirinya sanggup melakukan tugas yang menuntut ketabahan dalam melakukan pemeliharaan yang susah payah sebagai “keibuan” yang menuntut segala kehalusan perasaan, kesabaran, dan penderitaan serta kecermatan yang teliti.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa wanita orang yang dianugerahi wadah untuk mengandung keturunan, hamil, melahirkan anak dan menyusui.

## B. Perceraian

### 1. Pengertian Perceraian

Menurut Spanier dan Thompson (1984) perceraian adalah suatu reaksi terhadap hubungan pernikahan yang tidak berjalan dengan baik dan bukan merupakan suatu ketidaksetujuan terhadap lembaga perkawinan, sedangkan Ahrons dan Rodgers (dalam Carter & Mc Goldrick, 1981) perceraian adalah gangguan pada daur kehidupan keluarga, dimana dapat menimbulkan perasaan yang mendalam dan kehilangan anggota keluarga.

Perceraian merupakan putusnya hubungan perkawinan secara hukum dan permanen. Tindakan hukum ini akan mempengaruhi hak asuh atas anak, hak kunjungan dari orang tua, pembagian harta benda, dan tunjangan anak. Perceraian yang biasanya didahului oleh konflik antar pasangan suami istri merupakan suatu proses kompleks yang mengawali berbagai perubahan emosi, psikologis dan lingkungan (King, 1992).

Menurut Handoko (dalam Anas, 2004) perceraian bagi anak adalah “tandakematian” keutuhan keluarganya, rasanya separuh “diri” anak telah hilang, hidup tak akan sama lagi setelah orang tua mereka bercerai dan mereka harus menerima kesedihan dan perasaan kehilangan yang mendalam. Fitzgerald, dkk (dalam Dagun, 2002), mengartikan perceraian sebagai sebuah perubahan struktur



organisasi kelompok yang kompleks dan proses yang beraneka ragam. Hurlock (1999) berpendapat bahwa perceraian merupakan kulminasi dari penyesuaian perkawinan yang buruk, dan terjadi bila antara suami dan isteri sudah tidak mampu lagi mencari cara penyelesaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak.

Menurut Su'adah (2003), perceraian merupakan suatu proses yang di dalamnya menyangkut banyak aspek seperti emosi, ekonomi, sosial dan pengakuan secara resmi oleh masyarakat melalui hukum yang berlaku. Sementara Krantzler (dalam Su'adah, 2003), menyebutkan bahwa perceraian merupakan berakhirnya hubungan antara dua orang yang pernah hidup bersama sebagai pasangan suami istri. Menurut Prawirohamidjojo dan Pohan (1995), perceraian adalah salah satu cara pembubaran perkawinan karena suatu sebab tertentu, melalui keputusan hakim yang didaftarkan pada catatan sipil.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan pengertian perceraian sebagai putusnya hubungan perkawinan secara hukum yang disebabkan pada hubungan pernikahan yang tidak berjalan dengan baik yang biasanya didahului oleh konflik antar pasangan suami istri yang pada akhirnya mengawali berbagai perubahan emosi, psikologis, lingkungan dan anggota keluarga serta dapat menimbulkan perasaan yang mendalam. Wanita yang mengalami pembubaran perkawinan yang buruk akan mengakibatkan suatu proses seperti emosi, ekonomi, sosial karena suatu sebab tertentu, dan akan mendapat pengakuan secara resmi oleh masyarakat melalui hukum yang berlaku.

## 2. Hal-Hal Yang Melatarbelakangi Perceraian

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From repository.uma.ac.id/30/8/24

Hal-hal yang memicu perceraian ada beberapa menurut (Aziz Bachtiar,2004) antara lain adalah :

a. Masalah Mertua dan Menantu

Masalah mertua dan menantu sudah menjadi masalah yang tidak akan pernah habisnya untuk diperbincangkan. Hal itu sangat berkaitan dengan sifat orangtua yang belum rela untuk melepaskan anaknya mandiri, atau orangtua yang selalu ikut campur dan melakukan intervensi terhadap keluarga anaknya sampai kepada hal-hal yang sangat prinsipil. Hal itu tentu akan memunculkan kesan negatif terhadap keluarga anaknya. Kesan negatif tersebut akan menjadi masalah atau konflik yang bila tidak ditangani secara serius akan sangat berbahaya bagi kehidupan rumah tangga. Ini biasa disebabkan karena sang ibu masih merasa lebih bertanggung jawab atas anaknya, lebih tahu keperluannya, lebih mengasihinya, dan ingin terus melindunginya. Sementara sang istri atau suami pun mengembangkan kepribadiannya sebagai seorang istri dan suami dalam keluarga yang baru. Mereka merasa berhak mengatur rumah tangganya sendiri. Tak seorang pun boleh turut campur, termasuk mertua.

b. Cemburu Buta

Masalah lain dalam kehidupan rumah tangga adalah rasa cemburu yang membabi buta. Kalau cemburu biasa tidak masalah, itu pertanda bahwa adalah orang yang sangat mencintai pasangan. Rasa cemburu biasa dialami setiap pasangan. Ada juga pasangan yang merasa cemburu terhadap orang yang tidak



dikenalnya, bahkan tidak dikenal oleh suaminya sendiri, seperti ketika membicarakan kecantikan para aktris yang sering muncul di layar kaca.

Sikap cemburu buta yang banyak terjadi adalah pada diri perempuan. Adakalanya kecemburuan wanita datang setiap kali sang suami menceritakan perempuan lain, tidak peduli dia itu temannya sendiri. Rasa cemburu yang membabi buta itu, meskipun ia tahu suaminya tidak mengkhianatinya, setiap hari dia memeriksa pesan yang ada di telpon genggam milik suami, atau memeriksa benda-benda atau berbagai hal lain yang bisa dihubungkan dengan kegiatan suami. Dia sadar bahwa tindakannya ini bila diketahui sang suami bisa saja membuatnya marah. Namun kenyataan itu tidak bisa menghentikan kebiasaannya untuk terus mengamati tindak tanduk suami.

#### c. Pembagian Peran

Pembagian peran yang tidak adil antara suami dan istri akan mengakibatkan salah satu pihak akan menjadi iri dan merasa dijadikan masalah keluarga. Hal ini bisa saja terjadi jika antara hak dan kewajiban masing-masing pihak tidak seimbang dan ada sebuah dominasi didalamnya. Biasanya, yang menjadi masalah adalah pada pihak suami yang biasanya merasa menjadi pemimpin dan berhak untuk memerintahkannya dan melakukan apa saja sesuai keinginannya. Kadang juga suami mempunyai ego yang sangat tinggi, sehingga istri tidak biasa berbuat apa-apa. Tentu hal itu akan sangat mengganggu kehidupan rumah tangga.

#### d. Masalah Pengelolaan Keuangan

## UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber  
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area  
Access From (repository.uma.ac.id)30/8/24

Masalah keuangan dalam rumah tangga, akan menjadi masalah yang sangat besar bila tidak diperhatikan secara serius. Kelihatanya ini masalah sepele, namun bila tidak hati-hati akan mengakibatkan kondisi rumah tangga akan berantakan. Indikasinya adalah, bila antara suami dan istri sudah tidak ada rasa saling percaya lagi tentang pengelolaan keuangan. Masing-masing saling menyalahkan mengapa uang dalam sebulan atau dalam jangka waktu tertentu sudah habis dan tidak tahu dipergunakan untuk apa saja. Bisa saja suami menuduh istrinya belanja terlalu boros atau membeli barang yang tidak penting sekali. Atau bahkan suami menuduh istrinya telah memberikan uangnya kepada keluarganya. Ia mungkin sangat sayang kepada keluarga. Hal itu bisa saja terjadi sebaliknya pada suami. Semua itu tentu akan menyebabkan retaknya hubungan suami istri tersebut kalau tidak dibicarakan dan dikelola dengan baik.

#### e. Sifat Jenuh

Sifat jenuh, didalam kehidupan rumah tangga sering merasakan jenuh terhadap tugas sehari-hari. Tugas yang harus diselesaikan rasanya banyak sekali. Kalau sudah selesai, badan terasa penat, inginnya istirahat, sementara sejumlah pekerjaan yang tertunda telah menunggu. Semua sama-sama menuntut uluran tangan dan perhatian. Merasa telah berbuat banyak, tetapi yang didapat hanya letih. Seolah-olah tak seorang pun yang tahu kelelahan. Pekerjaan masih menumpuk, seolah-olah tak kunjung selesai. Kondisi ini sering membuat pasangan gampang tersinggung, suka cemberut, atau bahkan mudah marah. Keberhasilan suatu pernikahan merupakan usaha bersama, dan kegagalannya merupakan dari akibat andil bersama pula.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber  
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From repository.uma.ac.id 30/8/24

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan perceraian itu disebabkan oleh beberapa hal antara lain seperti masalah mertua dan menantu yang sifat orangtua yang belum rela untuk melepaskan anaknya mandiri, atau orang tua yang selalu ikut campur dan melakukan intervensi terhadap keluarga anaknya sampai kepada hal-hal yang sangat prinsipil. Sikap cemburu yang berlebihan dialami lebih dominan pada wanita, kecemburuan wanita itu muncul ketika suaminya menceritakan tentang wanita lain selain dirinya. Pembagian peran yang dapat menjadi masalah adalah ketika suami merasa menjadi pemimpin dan berhak memerintahkan dan melakukan apa saja yang membuat istri tidak bisa berbuat apa-apa karena keegoisan suami. Keuangan didalam rumah tangga merupakan masalah yang harus serius diatasi karena apabila sudah tidak ada lagi rasa percaya dalam pengelolaan uang bulanan maka akan mengakibatkan retaknya hubungan suami istri. Perasaan jenuh kadang membuat pasangan gampang tersinggung, suka cemberut, atau bahkan mudah marah.

### 3. Dampak Perceraian

Akibat perceraian pun, bukan hanya dirasakan oleh suami-istri yang bercerai, tetapi berdampak sangat dalam pada anak dan keluarga yang mempunyai hubungan dengan keluarga yang mengalami perceraian.

Menurut Dariyo (2003) hal yang dirasakan akibat perceraian sebagai berikut:

1. Pengalaman traumatis pada salah satu pasangan hidup (laki-laki maupun perempuan).

Individu yang telah berupaya sungguh-sungguh dalam menjalankan kehidupan pernikahan dan ternyata harus berakhir dalam perceraian, akan dirasakan kesedihan, kekecewaan frustrasi, tidak nyaman, tidak tentram, tidak bahagia, stress, depresi, takut, khawatir dalam diri individu.

## 2. Pengalaman traumatis anak-anak

Anak-anak yang ditinggalkan oleh orangtua yang bercerai juga merasakan dampak yang negatif, mereka mengalami kebingungan harus ikut siapa, yaitu ayah atau ibu. Mereka tidak bisa melakukan proses identifikasi pada orangtua. Akibatnya dampak positif yang harus ditiru secara tidak langsung, mereka mempunyai pandangan yang negatif atau buruk terhadap pernikahan. Dapat menimbulkan stres dan trauma untuk memulai hubungan dengan lawan jenis.

## 3. Ketidakstabilan kehidupan dalam pekerjaan

Ketidakstabilan psikologi ditandai dengan perasaan tidak nyaman, tidak tentram, gelisah, resah, tidak damai, tidak bahagia, merasa gagal, menyalahkan diri sendiri, kecewa, sedih, stress, takut, khawatir, marah.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dampak perceraian bukan hanya dialami pada pasangan yang membuat trauma pada wanita atau pria saja tapi juga berdampak pada anak yang membuat anak menjadi memandang negatif tentang pernikahan, takut memulai hubungan dengan lawan jenis. Didalam dunia kerja sangat gampang merasa tidak nyaman karena perceraian yang terjadi.



#### 4. Masalah-Masalah Yang Dihadapi Wanita Yang Telah Bercerai

Hurlock (1990), menjelaskan bahwa menjadi wanita yang telah bercerai akan dihadapkan pada masalah-masalah seperti:

##### a. Masalah ekonomi

Bagi beberapa individu mempunyai situasi keuangan yang lebih baik ketika menjadi janda mereka tidak perlu bekerja keras untuk memenuhi kebutuhan dirinya maupun anak-anak, namun tidak sedikit dari mereka yang mengalami masalah ekonomi dimana mereka mendapat pendapatan yang kurang memadai untuk memenuhi kebutuhan mereka dibandingkan saat mereka memiliki suami, dan apabila mereka tidak mempunyai keterampilan yang memadai untuk menunjang mereka bekerja maka mereka akan sulit mendapat pekerjaan untuk menghidupi dirinya dan anak-anaknya yang masih kecil, kecuali jika mereka menerima tunjangan dari mantan suaminya.

##### b. Masalah sosial

Bagi wanita yang diceraikan, masalah sosial lebih sulit diatasi dari pada pria yang menjadi duda. Wanita yang diceraikan bukan hanya dikucilkan dari kegiatan sosial tetapi bisa lebih buruk lagi, mereka seringkali kehilangan teman lamanya atau orang disekitarnya. Menurut Goode (dalam Hurlock, 1983) masalah sosial yang dihadapi oleh seorang janda dikarenakan wanita yang diceraikan kerap kali menjadi kutukan abgi pasangan lain karena banyak dari pada istri yang curiga atau salah menafsirkan sikap dari para janda terhadap suaminya.

### c. Masalah keluarga

Apabila mempunyai anak, maka seorang janda harus memainkan peran ganda yaitu sebagai ayah dan ibu dan harus menghadapi berbagai masalah yang timbul dalam keluarga tanpa pasangan.

### d. Masalah praktis

Mencoba untuk menjalankan hidup rumah tangga sendirian, setelah terbiasa dibantu oleh suami dalam mengatasi masalah praktis seperti membetulkan peralatan rumah tangga, memangkas rumput dan sebagainya menjadikan banyak masalah rumah tangga yang harus dihadapi oleh seorang janda, terkecuali jika mereka memiliki anak yang dapat membantu menyelesaikan masalah-masalah tersebut atau memang ia memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah yang terjadi.

### e. Masalah seksual

Karena keinginan seksual yang tidak terpenuhi, beberapa janda mencoba mengatasi masalah kebutuhan seksual ini dengan melakukan hubungan gelap dengan pria bujangan atau pria yang sudah menikah, hidup bersama tanpa menikah atau dengan menikah lagi atau sebagian lagi tetap tenggelam dalam perasaan frustrasi atau melakukan masturbasi.

### f. Masalah tempat tinggal

Dimana seorang janda harus tinggal, biasanya tergantung pada dua kondisi. Pertama status ekonominya dan kedua apakah ia memiliki seseorang yang bisa diajak tinggal bersama. Kebanyakan dari mereka harus terpaksa

merelakan rumahnya karena kondisi ekonominya. Sehingga dalam kasus ini mereka harus pindah ke rumah yang lebih kecil atau tinggal dengan orang tua dan anak yang sudah menikah.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan perceraian yang terjadi pada wanita memiliki masalah-masalah yang harus ia hadapi setelah bercerai seperti masalah ekonomi, masalah sosial, masalah keluarga, masalah praktis dalam mengurus pekerjaan rumah tangga, masalah seksual, dan masalah tempat tinggal.

### C. Resiliensi

#### 1. Pengertian Resiliensi

Resiliensi merupakan gambaran dari proses dan hasil kesuksesan beradaptasi dengan keadaan yang sulit atau pengalaman hidup yang sangat menantang, terutama keadaan dengan tingkat stres yang tinggi atau kejadian-kejadian traumatis. Menurut Reivich dan Shatte yang dituangkan dalam bukunya "The Resiliency Factor" menjelaskan resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (adversity) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya (Reivich & Shatte, 2002).

Menurut Jackson (2002) resiliensi adalah dapat beradaptasi dengan baik meskipun dihadapkan dengan keadaan yang sulit. Dalam ilmu perkembangan manusia, resiliensi dalam makna yang luas dan beragam, mencakup kepulihan dari masa traumatis, mengatasi kegagalan dalam hidup, dan menahan stres agar

dapat berfungsi dengan baik dalam mengerjakan tugas sehari-hari. Dan yang paling utama, resiliensi itu berarti pola adaptasi yang positif atau menunjukkan perkembangan dalam situasi sulit (Masten & Gewirtz, 2006).

Resiliensi dipandang oleh para ahli sebagai kemampuan untuk bangkit kembali dari situasi atau peristiwa yang traumatis. Siebert (2005) dalam bukunya *The Resiliency Advantage* memaparkan bahwa yang dimaksud dengan resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dengan baik perubahan hidup pada level yang tinggi, menjaga kesehatan di bawah kondisi penuh tekanan, bangkit dari keterpurukan, mengatasi kemalangan, merubah cara hidup ketika cara yang lama dirasa tidak sesuai lagi dengan kondisi yang ada, dan menghadapi permasalahan tanpa melakukan kekerasan.

Menurut Grotberg (1999) resiliensi adalah kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, dan menjadi kuat atas kesulitan yang dialaminya. Grotberg mengatakan bahwa resiliensi tidak hanya ditemui pada orang-orang tertentu saja dan bukan pemberian dari sumber yang tidak diketahui.

Dari berbagai pengertian resiliensi yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan dan tidak menyerah pada keadaan-keadaan yang sulit dalam hidupnya, serta berusaha untuk belajar dan beradaptasi dengan keadaan tersebut dan kemudian bangkit dari keadaan tersebut dan menjadi lebih baik.

## 2. Fungsi Resiliensi

Penelitian tentang resiliensi hanya mencakup bidang yang kecil dan digunakan oleh beberapa profesional seperti psikolog, psikiater, dan

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area



sosiolog. Penelitian mereka berfokus pada anak-anak, dan mengungkapkan tentang karakteristik orang dewasa yang resilien (Reivich & Shatte, 2002).

Sebuah penelitian telah menyatakan bahwa manusia dapat menggunakan resiliensi untuk hal-hal berikut ini (dalam Reivich & Shatte, 2002):

a. *Overcoming*

Dalam kehidupan terkadang manusia menemui kesengsaraan, masalah-masalah yang menimbulkan stres yang tidak dapat untuk dihindari. Oleh karenanya manusia membutuhkan resiliensi untuk menghindar dari kerugian-kerugian yang menjadi akibat dari hal-hal yang tidak menguntungkan tersebut. Hal ini dapat dilakukan dengan cara menganalisa dan mengubah cara pandang menjadi lebih positif dan meningkatkan kemampuan untuk mengontrol kehidupan kita sendiri. Sehingga, kita dapat tetap merasa termotivasi, produktif, terlibat, dan bahagia meskipun dihadapkan pada berbagai tekanan di dalam kehidupan.

b. *Steering through*

Setiap orang membutuhkan resiliensi untuk menghadapi setiap masalah, tekanan, dan setiap konflik yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Orang yang resilien akan menggunakan sumber dari dalam dirinya sendiri untuk mengatasi setiap masalah yang ada, tanpa harus merasa terbebani dan bersikap negatif terhadap kejadian tersebut. Orang yang resilien dapat memandu serta mengendalikan dirinya dalam menghadapi masalah

sepanjang perjalanan hidupnya. Penelitian menunjukkan bahwa unsur esensi dari *steering through* dalam stres yang bersifat kronis adalah *self-efficacy* yaitu keyakinan terhadap diri sendiri bahwa kita dapat menguasai lingkungan secara efektif dapat memecahkan berbagai masalah yang muncul.

#### c. *Bouncing back*

Beberapa kejadian merupakan hal yang bersifat traumatik dan menimbulkan tingkat stres yang tinggi, sehingga diperlukan resiliensi yang lebih tinggi dalam menghadapi dan mengendalikan diri sendiri. Kemunduran yang dirasakan biasanya begitu ekstrim, menguras secara emosional, dan membutuhkan resiliensi dengan cara bertahap untuk menyembuhkan diri. Orang yang resiliensi biasanya menghadapi trauma dengan tiga karakteristik untuk menyembuhkan diri. Mereka menunjukkan *task-oriented coping style* dimana mereka melakukan tindakan yang bertujuan untuk mengatasi kemalangan tersebut, mereka mempunyai keyakinan kuat bahwa mereka dapat mengontrol hasil dari kehidupan mereka, dan orang yang mampu kembali ke kehidupan normal lebih cepat dari trauma mengetahui bagaimana berhubungan dengan orang lain sebagai cara untuk mengatasi pengalaman yang mereka rasakan.

#### d. *Reaching out*

Resiliensi, selain berguna untuk mengatasi pengalaman negatif, stres, atau menyembuhkan diri dari trauma, juga berguna untuk mendapatkan

pengalaman hidup yang lebih kaya dan bermakna serta berkomitmen dalam mengejar pembelajaran dan pengalaman baru. Orang yang berkarakteristik seperti ini melakukan tiga hal dengan baik, yaitu: tepat dalam memperkirakan risiko yang terjadi; mengetahui dengan baik diri mereka sendiri; dan menemukan makna dan tujuan dalam kehidupan mereka.

Dapat disimpulkan dari uraian di atas fungsi resiliensi itu berfokus pada anak-anak yang mengungkapkan tentang karakteristik orang dewasa yang resilien, memiliki fungsi sebagai *overcoming* dengan cara menganalisa dan mengubah cara pandang masalah menjadi lebih positif, *steering through* yang meyakinkan pada diri sendiri kalau bisa menguasai lingkungan dan efektif memecahkan masalah, *bouncing back* dengan cara mengatasi masalah trauma dengan tiga karakteristik untuk menyembuhkan diri, *reaching out* dengan cara mampu memprediksi risiko yang terjadi dan menemukan makna dan tujuan dalam kehidupan mereka.

### 3. Aspek-Aspek Resiliensi

Reivich dan Shatte (2002), memaparkan tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi, yaitu sebagai berikut :

#### a) *Emotion Regulation*

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan (Reivich & Shatte, 2002). Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang yang kurang memiliki kemampuan untuk mengatur emosi

mengalami kesulitan dalam membangun dan menjaga hubungan dengan orang lain. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai macam faktor, di antara alasan yang sederhana adalah tidak ada orang yang mau menghabiskan waktu bersama orang yang marah, merengut, cemas, khawatir serta gelisah setiap saat. Emosi yang dirasakan oleh seseorang cenderung berpengaruh terhadap orang lain. Semakin terasosiasi dengan kemarahan maka akan semakin menjadi seorang yang pemarah (Reivich & Shatte, 2002).

Tidak semua emosi yang dirasakan oleh individu harus dikontrol. Tidak semua emosi marah, sedih, gelisah dan rasa bersalah harus diminimalisir. Hal ini dikarenakan mengekspresikan emosi yang kita rasakan baik emosi positif maupun negatif merupakan hal yang konstruktif dan sehat, bahkan kemampuan untuk mengekspresikan emosi secara tepat merupakan bagian dari resiliensi (Reivich & Shatte, 2002).

Reivich dan Shatte (2002), mengungkapkan dua buah keterampilan yang dapat memudahkan individu untuk melakukan regulasi emosi, yaitu yaitu tenang (*calming*) dan fokus (*focusing*). Dua buah keterampilan ini akan membantu individu untuk mengontrol emosi yang tidak terkendali, menjaga fokus pikiran individu ketika banyak hal-hal yang mengganggu, serta mengurangi stres yang dialami oleh individu.

#### b) *Impulse Control*

Pada tahun 1970, Goleman (dalam Reivich & Shatte, 2002), penulis dari *Emotional Intelligence*, melakukan penelitian terkait kemampuan individu dalam pengendalian impuls. Penelitian dilakukan terhadap 7 orang anak

kecil yang berusia sekitar 7 tahun. Dalam penelitian tersebut anak-anak tersebut masing-masing ditempatkan pada ruangan yang berbeda. Pada masing-masing ruangan tersebut telah terdapat peneliti yang menemani anak-anak tersebut. Masing-masing peneliti telah diatur untuk meninggalkan ruangan tersebut untuk beberapa selang waktu. Sebelum peneliti pergi, masing-masing anak diberikan sebuah marshmallow untuk dimakan oleh mereka. Namun peneliti juga menawarkan apabila mereka dapat menahan untuk tidak memakan *marshmallow* tersebut sampai peneliti kembali ke ruangan, maka mereka akan mendapatkan satu buah marshmallow lagi.

Setelah sepuluh tahun, peneliti melacak kembali keberadaan anak-anak tersebut dan terbukti bahwa anak-anak yang dapat menahan untuk tidak memakan Marshmallow, memiliki kemampuan akademis dan sosialisasi yang lebih baik dibandingkan anak-anak yang sebaliknya (Goleman dalam Reivich & Shatte, 2002).

Pengendalian impuls adalah kemampuan Individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri (Reivich & Shatte, 2002). Individu yang memiliki kemampuan pengendalian impuls yang rendah, cepat mengalami perubahan emosi yang pada akhirnya mengendalikan pikiran dan perilaku mereka. Mereka menampilkan perilaku mudah marah, kehilangan kesabaran, impulsif, dan berlaku agresif. Tentunya perilaku yang ditampakkan ini akan membuat

orang di sekitarnya merasa kurang nyaman sehingga berakibat pada buruknya hubungan sosial individu dengan orang lain.

Individu dapat mengendalikan impulsivitas dengan mencegah terjadinya kesalahan pemikiran, sehingga dapat memberikan respon yang tepat pada permasalahan yang ada. Menurut Reivich dan Shatte (2002), pencegahan dapat dilakukan dengan dengan menguji keyakinan individu dan mengevaluasi kebermanfaatannya terhadap pemecahan masalah. Individu dapat melakukan pertanyaan-pertanyaan yang bersifat rasional yang ditujukan kepada dirinya sendiri, seperti 'apakah penyimpulan terhadap masalah yang saya hadapi berdasarkan fakta atau hanya menebak?', 'apakah saya sudah melihat permasalahan secara keseluruhan?', 'apakah manfaat dari semua ini?', dll.

Kemampuan individu untuk mengendalikan impuls sangat terkait dengan kemampuan regulasi emosi yang ia miliki. Seorang individu yang memiliki skor Resilience Quotient yang tinggi pada faktor regulasi emosi cenderung memiliki skor Resilience Quotient pada faktor pengendalian impuls (Reivich & Shatte, 2002).

### c) *Optimism*

Individu yang resilien adalah individu yang optimis, optimisme adalah ketika kita melihat bahwa masa depan kita cemerlang (Reivich & Shatte, 2002). Optimisme yang dimiliki oleh seorang individu menandakan bahwa individu tersebut percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan. Hal ini juga

merefleksikan *self-efficacy* yang dimiliki oleh seseorang, yaitu kepercayaan individu bahwa ia mampu menyelesaikan permasalahan yang ada dan mengendalikan hidupnya. Optimisme akan menjadi hal yang sangat bermanfaat untuk individu bila diiringi dengan *self-efficacy*, hal ini dikarenakan dengan optimisme yang ada seorang individu terus didorong untuk menemukan solusi permasalahan dan terus bekerja keras demi kondisi yang lebih baik (Reivich & Shatte, 2002).

Tentunya optimisme yang dimaksud adalah optimisme yang realistis (*realistic optimism*), yaitu sebuah kepercayaan akan terwujudnya masa depan yang lebih baik dengan diiringi segala usaha untuk mewujudkan hal tersebut. Berbeda dengan *unrealistic optimism* dimana kepercayaan akan masa depan yang cerah tidak dibarengi dengan usaha yang signifikan untuk mewujudkannya. Perpaduan antara optimisme yang realistis dan *self-efficacy* adalah kunci resiliensi dan kesuksesan (Reivich & Shatte, 2002).

#### d) *Causal Analysis*

*Causal analysis* merujuk pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi. Individu yang tidak mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi secara tepat, akan terus menerus berbuat kesalahan yang sama.

Seligman (dalam Reivich & Shatte, 2002) mengidentifikasi gaya berpikir *explanatory* yang erat kaitannya dengan kemampuan *causal*

*analysis* yang dimiliki individu. Gaya berpikir *explanatory* dapat dibagi dalam tiga dimensi: personal (saya-bukan saya), permanen (selalu-tidak selalu), dan *pervasive* (semua-tidak semua).

Individu dengan gaya berpikir “Saya-Selalu-Semua” merefleksikan keyakinan bahwa penyebab permasalahan berasal dari individu tersebut (Saya), hal ini selalu terjadi dan permasalahan yang ada tidak dapat diubah (Selalu), serta permasalahan yang ada akan mempengaruhi seluruh aspek hidupnya (Semua). Sementara individu yang memiliki gaya berpikir “Bukan Saya-Tidak Selalu-Tidak semua” meyakini bahwa permasalahan yang terjadi disebabkan oleh orang lain (Bukan Saya), dimana kondisi tersebut masih memungkinkan untuk diubah (Tidak Selalu) dan permasalahan yang ada tidak akan mempengaruhi sebagian besar hidupnya (Tidak semua).

Gaya berpikir *explanatory* memegang peranan penting dalam konsep resiliensi (Reivich & Shatte, 2002). Individu yang terfokus pada “Selalu-Semua” tidak mampu melihat jalan keluar dari permasalahan yang mereka hadapi. Sebaliknya individu yang cenderung menggunakan gaya berpikir “Tidak selalu-Tidak semua” dapat merumuskan solusi dan tindakan yang akan mereka lakukan untuk menyelesaikan permasalahan yang ada.

Individu yang resilien adalah individu yang memiliki fleksibilitas kognitif. Mereka mampu mengidentifikasi semua penyebab yang menyebabkan kemalangan yang menimpa mereka, tanpa terjebak pada salah satu gaya berpikir *explanatory*. Mereka tidak mengabaikan faktor permanen maupun





pervasif. Individu yang resilien tidak akan menyalahkan orang lain atas kesalahan yang mereka perbuat demi menjaga self-esteem mereka atau membebaskan mereka dari rasa bersalah. Mereka tidak terlalu terfokus pada faktor-faktor yang berada di luar kendali mereka, sebaliknya mereka memfokuskan dan memegang kendali penuh pada pemecahan masalah, perlahan mereka mulai mengatasi permasalahan yang ada, mengarahkan hidup mereka, bangkit dan meraih kesuksesan (Reivich & Shatte, 2002).

e) *Empathy*

Empati sangat erat kaitannya dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain (Reivich & Shatte, 2005). Beberapa individu memiliki kemampuan yang cukup mahir dalam menginterpretasikan bahasa-bahasa nonverbal yang ditunjukkan oleh orang lain, seperti ekspresi wajah, intonasi suara, bahasa tubuh dan mampu menangkap apa yang dipikirkan dan dirasakan orang lain. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif (Reivich & Shatte, 2002).

Ketidakmampuan berempati berpotensi menimbulkan kesulitan dalam hubungan sosial (Reivich & Shatte, 2002). Individu-individu yang tidak membangun kemampuan untuk peka terhadap tanda-tanda nonverbal tersebut tidak mampu untuk menempatkan dirinya pada posisi orang lain, merasakan apa yang dirasakan orang lain dan memperkirakan maksud dari orang lain.

Ketidakmampuan individu untuk membaca tanda-tanda nonverbal orang lain dapat sangat merugikan, baik dalam konteks hubungan kerja maupun hubungan personal, hal ini dikarenakan kebutuhan dasar manusia untuk dipahami dan dihargai. Individu dengan empati yang rendah cenderung mengulang pola yang dilakukan oleh individu yang tidak resilien, yaitu menyamaratakan semua keinginan dan emosi orang lain (Reivich & Shatte, 2002).

f) *Self-efficacy*

*Self-efficacy* adalah hasil dari pemecahan masalah yang berhasil. *Self-efficacy* merepresentasikan sebuah keyakinan bahwa kita mampu memecahkan masalah yang kita alami dan mencapai kesuksesan. *Self-efficacy* merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi (Reivich & Shatte, 2002). *Self efficacy* menggambarkan perasaan seseorang tentang seberapa efektifnya ia berfungsi di dunia ini. Hal itu menggambarkan keyakinan bahwa individu dapat memecahkan masalah, dapat mengalami dan memiliki keberuntungan dan kemampuan untuk sukses. Mereka yang tidak yakin tentang kemampuannya akan mudah tersesat.

g) *Reaching out*

Sebagaimana telah dipaparkan sebelumnya, bahwa resiliensi lebih dari sekedar bagaimana seorang individu memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan, namun lebih dari itu

resiliensi juga merupakan kemampuan individu meraih aspek positif dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa (Reivich & Shatte, 2002).

Banyak individu yang tidak mampu melakukan *reaching out*, hal ini dikarenakan mereka telah diajarkan sejak kecil untuk sedapat mungkin menghindari kegagalan dan situasi yang memalukan. Mereka adalah individu-individu yang lebih memilih memiliki kehidupan standar dibandingkan harus meraih kesuksesan namun harus berhadapan dengan resiko kegagalan hidup dan hinaan masyarakat. Hal ini menunjukkan kecenderungan individu untuk berlebih-lebihan (*overestimate*) dalam memandang kemungkinan hal-hal buruk yang dapat terjadi di masa mendatang. Individu-individu ini memiliki rasa ketakutan untuk mengoptimalkan kemampuan mereka hingga batas akhir.

Dapat diuraikan dari kesimpulan di atas ada tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi antara lain *emotion regulation* adalah kemampuan untuk tetap tenang dibawah kondisi yang menekan, *impulse control* adalah kemampuan untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri. *Optimism* ini saat individu melihat masa depannya dapat cerah kembali dan menganggap mampu mengatasi masalah yang terjadi di masa depan, *causal analysis* mampu mengidentifikasi secara akurat penyebab dari masalah yang dihadapi. *Empathy* mampu membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain, *self efficacy* hasil dari pemecahan masalah yang berhasil dan yakin bahwa akan mencapai kesuksesan, *reaching out* diajarkan sejak kecil

untuk menghindari kegagalan dan situasi yang memalukan membuat *reaching out* tidak mampu dilakukan.

#### 4. Sumber-Sumber Resiliensi

Menurut Grotberg (1999) ada beberapa sumber dari resiliensi yaitu sebagai berikut :

##### a. *I Have* ( sumber dukungan eksternal )

*I Have* merupakan dukungan dari lingkungan di sekitar individu. Dukungan ini berupa hubungan yang baik dengan keluarga, lingkungan sekolah yang menyenangkan, ataupun hubungan dengan orang lain diluar keluarga. Melalui *I Have*, seseorang merasa memiliki hubungan yang penuh kepercayaan. Hubungan seperti ini diperoleh dari orang tua, anggota keluarga lain, guru, dan teman-teman yang mencintai dan menerima diri anak tersebut.

Individu yang resilien juga mempunyai struktur dan aturan di dalam rumah yang ditetapkan oleh orang tua mereka. Para orang tua berharap bahwa anak-anak dapat mematuhi semua peraturan yang ada. Anak-anak juga akan menerima konsekuensi dari setiap tindakan yang mereka lakukan dalam menjalani aturan tersebut. Ketika mereka melanggar aturan, mereka butuh seseorang untuk memberi tahu kesalahan yang mereka perbuat dan jika perlu menerapkan hukuman.

Individu yang resilien juga memperoleh dukungan untuk mandiri dan dapat mengambil keputusan berdasarkan pemikiran serta inisiatifnya sendiri. Dukungan yang diberikan oleh orangtua ataupun anggota keluarga lainnya akan sangat membantu dalam membentuk sikap mandiri dalam diri seseorang.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From repository.uma.ac.id 30/8/24

Orangtua akan mendukung serta melatih anak untuk dapat berinisiatif dan “berkuasa” atas dirinya sendiri untuk mengambil keputusan tanpa harus bergantung pada orang lain.

Individu yang resilien juga akan mendapatkan jaminan kesehatan, pendidikan, dan kesejahteraan serta keamanan dari orangtua. Hal ini akan membantu mereka untuk mengembangkan rasa percaya diri dalam diri anak.

#### b. *I Am* ( kemampuan individu )

*I am*, merupakan kekuatan yang terdapat dalam diri seseorang, kekuatan tersebut meliputi perasaan, tingkah laku, dan kepercayaan yang ada dalam dirinya. Individu yang resilien merasa bahwa mereka mempunyai karakteristik yang menarik dan penyayang sesama. Hal tersebut ditandai dengan usaha mereka untuk selalu dicintai dan mencintai orang lain. Mereka juga sensitif terhadap perasaan orang lain dan mengerti yang diharapkan orang lain terhadap dirinya. Mereka juga merasa bahwa mereka memiliki empati dan sikap kepedulian yang tinggi terhadap sesama. Perasaan itu mereka tunjukkan melalui sikap peduli mereka terhadap peristiwa yang terjadi pada orang lain. Mereka juga merasakan ketidaknyamanan dan penderitaan yang dirasakan oleh orang lain dan berusaha membantu untuk mengatasi masalah yang terjadi.

Individu yang resilien juga merasakan kebanggaan akan diri mereka sendiri. Mereka bangga terhadap apa yang telah mereka capai. Ketika mereka mendapatkan masalah atau kesulitan, rasa percaya dan harga diri yang tinggi akan membantu mereka dalam mengatasi kesulitan tersebut. Mereka merasa mandiri dan cukup bertanggungjawab. Mereka dapat melakukan banyak hal dengan

kemampuan mereka sendiri. Mereka juga bertanggungjawab atas pekerjaan yang telah mereka lakukan serta berani menanggung segala konsekuensinya.

Selain itu mereka juga diliputi akan harapan dan kesetiaan. Mereka percaya bahwa akan memperoleh masa depan yang baik. Mereka memiliki kepercayaan dan kesetiaan dalam moralitas dan ke-Tuhan-an mereka.

c. *I Can* ( kemampuan sosial dan interpersonal )

*I Can* merupakan kemampuan anak untuk melakukan hubungan sosial dan interpersonal. Mereka dapat belajar kemampuan ini melalui interaksinya dengan semua orang yang ada disekitar mereka. Individu tersebut juga memiliki kemampuan untuk berkomunikasi serta memecahkan masalah dengan baik. Mereka mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan mereka dengan baik.

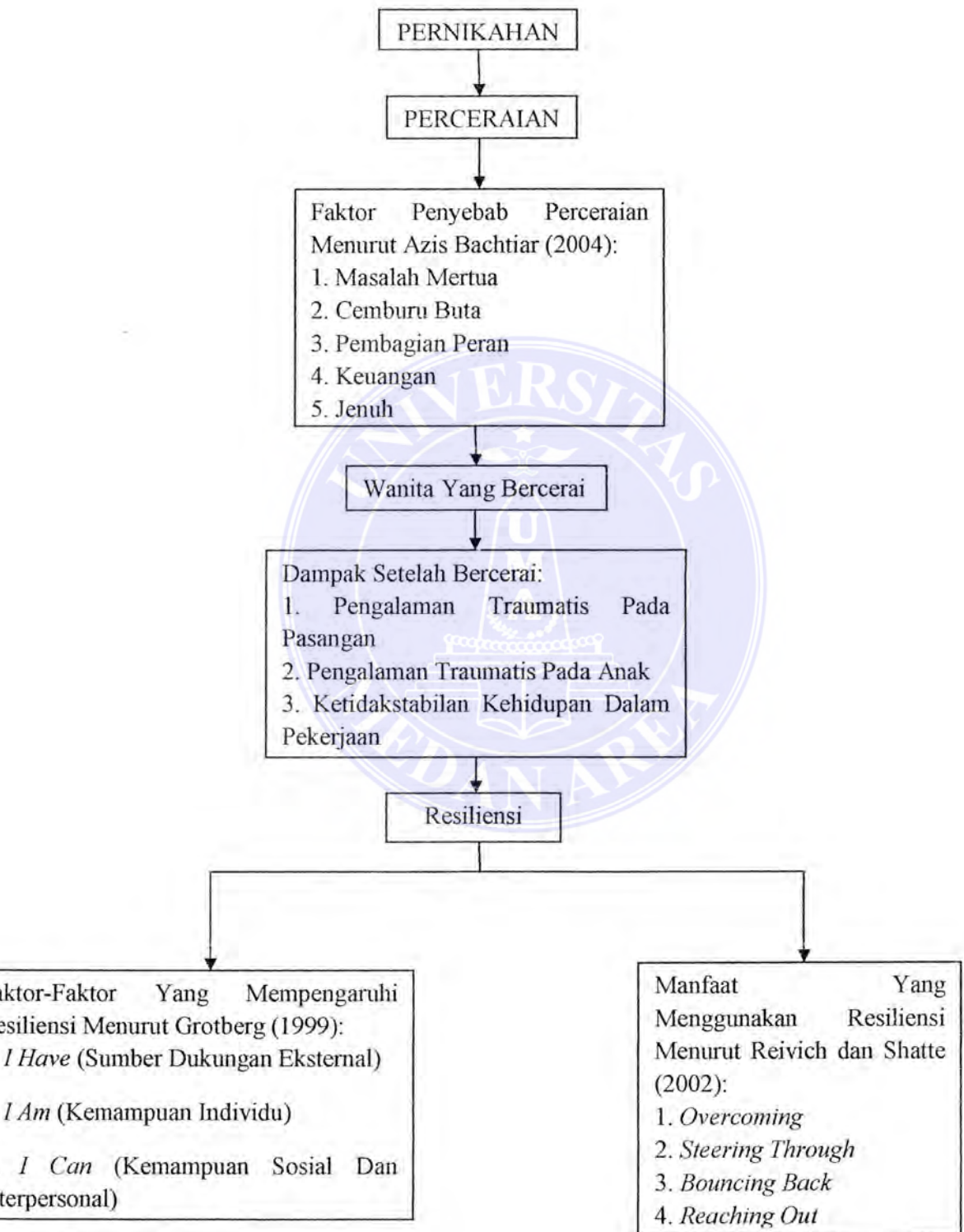
Kemampuan untuk mengendalikan perasaan dan dorongan dalam hati juga dimiliki oleh individu yang resilien. Mereka mampu menyadari perasaan mereka dan mengekspresikannya dalam kata-kata dan perilaku yang tidak mengancam perasaan dan hak orang lain. Mereka juga mampu mengendalikan dorongan untuk memukul, melarikan diri dari masalah, atau melampiaskan keinginan mereka pada hal-hal yang tidak baik.

Mereka juga dapat memahami karakteristik dirinya sendiri dan orang lain. Ini membantu individu untuk mengetahui seberapa banyak waktu yang diperlukan untuk berkomunikasi, dan seberapa banyak ia dapat menangani berbagai macam situasi. Selain itu, individu yang resilien juga dapat menemukan seseorang untuk meminta bantuan, untuk menceritakan perasaan dan masalah, serta mencari cara untuk menyelesaikan masalah pribadi dan interpersonal.

Berdasarkan faktor di atas dapat disimpulkan bahwa ada tiga kemampuan yang membentuk resiliensi, dimana *I have* merupakan dukungan eksternal dan sumber yang dalam meningkatkan daya lentur (*resilience*), *I am* merupakan kekuatan yang berasal dari diri sendiri, dan *I can* merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran dalam berkomunikasi dengan orang lain, memecahkan masalah, dan mengatur tingkah laku.



#### D. KERANGKA KONSEPTUAL





### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Metode Penelitian Kualitatif

Bogdan dan Taylor (dalam Moleong, 2006), mendefinisikan metode kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Menurut mereka, pendekatan ini diarahkan pada latar individu tersebut secara holistic (utuh). Jadi dalam hal ini tidak boleh mengisolasi individu atau organisasi ke dalam variabel atau hipotesis tetapi perlu memandangnya sebagai bagian dari suatu keutuhan.

Pendekatan kualitatif mencoba menerjemahkan pandangan dasar interpretative dan fenomenologis untuk memahami kehidupan sosial. Pendekatan kualitatif menghasilkan dan mengolah data yang bersifat deskriptif seperti transkripsi wawancara, catatan lapangan, foto, rekaman video dan sebagainya (Poerwandari, 2007)

Poerwandari (2007) mengemukakan beberapa pertimbangan untuk menentukan bahwa suatu masalah cocok menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu :

a. Bila peneliti tertarik untuk memahami manusia dalam segala kompleksitasnya dimana sebagian besar aspek psikologis manusia sangat sulit untuk direduksi ke dalam elemen atau angka dan akan lebih etis dan kontekstual bila diteliti dalam setting alamiah.

- b. Hal-hal yang membutuhkan pemahaman mendalam dan khusus serta sulit diteliti dengan pendekatan kuantitatif, misalnya : untuk meneliti resiliensi pada perempuan yang mengalami perceraian.

Apabila merujuk pada masalah yang hendak dijawab dalam penelitian, pendekatan kualitatif dipandang lebih sesuai untuk mengetahui resiliensi pada perempuan yang mengalami perceraian. Hal ini dikarenakan dengan metode kualitatif peneliti dapat mengetahui lebih jelas bagaimana perempuan untuk beresiliensi saat gagal dalam pernikahan dengan cara deskriptif dalam bentuk kata-kata, bahasa perilaku pada konteks khusus yang alamiah dan memanfaatkan berbagai metode pengambilan data.

## B. Unit Analisis

1. Resiliensi adalah kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, mendapatkan kekuatan, dan bahkan mampu mencapai transformasi diri setelah mengalami *adversity*.
2. Wanita yang bercerai adalah orang yang dianugerahi wadah untuk mengandung keturunan, hamil, melahirkan anak dan menyusui yang mengalami suatu pembubaran perkawinan yang buruk dengan suatu proses seperti emosi, ekonomi, sosial karena suatu sebab tertentu, dan mendapat pengakuan secara resmi oleh masyarakat melalui hukum yang berlaku.

## C. Subjek Penelitian

### 1. Karakteristik Responden

Dalam penelitian kualitatif, pemberian batasan pada responden merupakan suatu hal perlu dilakukan berkenaan dengan pengontrolan keabsahan dan keajegan penelitian (Banister dkk, 1994). Beberapa karakteristik responden adalah sebagai berikut:

- a. Wanita yang bercerai
- b. Berusia sekitar 25-45 tahun

### 2. Jumlah Responden

Menurut Patton (dalam Poerwandari, 2007), desain kualitatif memiliki sifat luwes, oleh sebab itu tidak ada aturan yang pasti dalam jumlah partisipan penelitian yang harus diambil untuk penelitian kualitatif. Pada penelitian ini, jumlah partisipan yang direncanakan adalah sebanyak 5 orang.

### 3. Informan Responden

Pada penelitian ini peneliti menggunakan informan, yaitu keluarga dan teman responden.

### 4. Lokasi dan Waktu Pengambilan

Menurut Poerwandari (2009) bahwa keberhasilan penelitian kualitatif terletak pada penelitiannya dan peneliti harus kontak langsung dengan subjek penelitian maka lokasi penelitian ini akan dilakukan di rumah responden dan sewaktu-waktu dapat berubah sesuai dengan keinginan responden penelitian.

## 5. Teknik Pengambilan Responden

Pada penelitian ini, teknik pengambilan responden ialah dengan *Purposive or Theoretical Sampling*, Padged (1998), yakni pengambilan responden dengan menggunakan kriteria tertentu yang telah ditetapkan maupun sesuai dengan konstruk teoritis yang digunakan oleh peneliti.

Penelitian mendasar sering menggunakan pendekatan ini. Sampel dipilih dengan kriteria tertentu, berdasarkan teori atau konstruk operasional sesuai dengan studi-studi sebelumnya atau sesuai dengan tujuan penelitian. Hal ini dilakukan agar sampel sungguh-sungguh mewakili fenomena yang dipelajari (Poerwandari, 2009).

### D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengambilan data dalam perilaku kualitatif sangat beragam, disesuaikan dengan masalah, tujuan penelitian, serta sifat objek yang diteliti. Pada penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi dan dokumentasi.

#### 1. Wawancara

Wawancara adalah proses komunikasi antara dua pihak dengan tujuan tertentu dan biasanya dalam bentuk tanya jawab. Proses interaksi dua arah dalam bentuk bertukar peran, perasaan, motivasi, proses sharing, berbagai tanggung jawab, kepercayaan, perasaan, motivasi dan informasi (stewart& cash, 2003). Menurut Banister (dalam poerwandari), wawancara adalah percakapan dan Tanya jawab yang diarahkan untuk mencapai tujuan tertentu. Wawancara kualitatif

dilakukan bila peneliti bermaksud untuk memperoleh pengetahuan tentang makna-makna subjektif yang dipahami individu berkenaan dengan topik yang diteliti dan bermaksud melakukan eksplorasi terhadap isu tersebut, suatu hal yang tidak dapat dilakukan melalui pendekatan lain.

Poerwandari (2009) menyatakan bahwa ada tiga jenis wawancara kualitatif:

- a. Wawancara informal adalah proses wawancara yang didasarkan sepenuhnya pada berkembangnya pertanyaan-pertanyaan secara spontan dalam interaksi alamiah.
- b. Wawancara dengan pedoman umum: dalam proses wawancara ini, peneliti dilengkapi dengan pedoman wawancara yang sangat umum, yang mencantumkan isu-isu yang harus diliput tanpa menentukan urutan pertanyaan. Pedoman wawancara digunakan untuk mengingatkan peneliti mengenai aspek-aspek yang harus dibahas, sekaligus menjadi daftar pengecek apakah aspek-aspek relevan tersebut telah dibahas atau ditanyakan. Tipe ini juga dapat berbentuk wawancara mendalam, dimana peneliti mengajukan pertanyaan mengenai berbagai segi kehidupan subjek secara utuh dan mendalam.
- c. Wawancara dengan pedoman terstandar yang terbuka: pedoman wawancara ditulis secara rinci, lengkap dengan set pertanyaan dan penyebarannya dalam kalimat. Peneliti diharapkan dapat melaksanakan wawancara sesuai sekuensi yang tercantum, serta menanyakannya? dengan

cara yang sama pada calon subjek penelitian yang berbeda. Keluwesan dalam mendalami jawaban terbatas, tergantung pada sifat wawancara dan keterampilan peneliti.

Wawancara merupakan pengambilan data umum dalam penelitian ini. Jenis wawancara yang akan digunakan adalah wawancara dengan pedoman umum, dimana peneliti akan mencantumkan isu-isu yang harus diliput tanpa menentukan urutan pertanyaan. Dalam penelitian ini, peneliti juga menggunakan jenis pertanyaan terbuka (*open question*) yaitu pertanyaan yang bersifat luas, mengkhususkan pada satu topik tertentu dan membebaskan responden untuk menentukan jenis dan banyaknya informasi yang akan diberikan. Dengan pertanyaan terbuka, responden akan memberikan jawaban yang panjang, sehingga terkadang informasi yang mereka berikan bisa saja tidak terpikir oleh peneliti sebelumnya.

## 2. Observasi

Wilkinson (dalam Minali, 2008) observasi adalah aspek terpenting bagi banyak ilmu pengetahuan dan telah memainkan peranan penting dalam perkembangan psikologi sebagai ilmu. Kekuatan utama dari observasi adalah karena ia dapat diamati secara langsung dan tepat. Selain itu tidak ada penundaan waktu antara munculnya respon dengan pertanyaan dan pencatatannya. Observasi juga lebih langsung dibandingkan wawancara atau angket karena subjek tidak perlu berespon dengan menyusun kata-kata atas stimulus yang disajikan dengan kata-kata.

Minauli (2008) membagi observasi menurut karakteristiknya masing-masing yaitu:

a. Observasi Terstruktur dan Tidak Terstruktur

Observasi terstruktur terdiri dari observasi-observasi yang dibuat dalam situasi yang telah diatur sebelumnya, tujuannya adalah untuk menentukan bagaimana orang biasanya berperilaku dalam situasi seperti itu. Sedangkan observasi tidak terstruktur terdiri dari observasi-observasi yang dibuat dalam situasi yang alami, tujuannya adalah untuk menentukan bagaimana orang berperilaku dalam situasi yang alami tanpa harus dibuat-buat (berpura-pura).

b. Observasi Partisipan dan Nonpartisipan

Pada observasi partisipan, *observer* menjadi bagian dari mereka yang diobservasi dan dapat memperoleh pengamatan dari tangan pertama karena dapat merasakan langsung bagaimana situasi tersebut. Sedangkan dalam observasi nonpartisipan, observasi hanya bertindak sebagai peneliti total yang tidak terlibat dalam peristiwa tersebut (Abdullah, 2002). Di sini instrumen penelitian seperti video kamera banyak digunakan guna merekam kejadian yang ada. Hampir tidak ada kontak antara *observer* dengan subjek yang ditelitinya.

c. Observasi Diri (*Self-Observation*)

*Self-Observation* (Pengamatan diri), yang kadang-kadang dilakukan seseorang *Self-Observation* (Pengamatan diri), yang kadang-kadang dilakukan seseorang adalah suatu metode pengumpulan data baik dalam

konteks penelitian maupun klinis. Hal ini adalah cara langsung untuk mendapatkan pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan pribadi pada kejadian-kejadian muncul yang pribadi sifatnya. Akan tetapi, pengamatan diri sangat mungkin menimbulkan bias dibandingkan dengan pengamatan yang dilakukan orang lain, sebab orang jarang bersikap objektif dalam menjabarkan pikiran dan perilaku mereka sendiri. Namun tentu saja orang dapat dilatih untuk menjadi lebih objektif dan sistematis dalam mengamati diri. Dengan demikian mereka dapat belajar untuk membedakan apa yang sesungguhnya mereka rasakan, pikirkan, atau lakukan (Arken, 1996).

Menurut Suparlan (dalam Patilima, 2007) ada delapan hal penting yang harus diperhatikan oleh peneliti yang menggunakan metode pengamatan, yakni:

- a. Ruang atau tempat: setiap kegiatan, meletakkan sesuatu benda, dan orang dan hewan tinggal, pasti membutuhkan ruang dan tempat. Tugas dari peneliti adalah mengamati ruang atau tempat tersebut untuk dicatat atau digambar.
- b. Pelaku: peneliti mengamati ciri-ciri pelaku yang ada diruang atau tempat. Ciri-ciri tersebut dibutuhkan untuk mengkategorikan pelaku yang melakukan interaksi.
- c. Kegiatan: pengamatan dilakukan pelaku-pelaku yang melakukan kegiatan di ruang, sehingga menciptakan interaksi antara pelaku yang satu dengan pelaku lainnya dalam ruang atau tempat.



- d. Benda-benda atau alat-alat: peneliti mencatat semua benda atau alat-alat yang digunakan oleh pelaku untuk berhubungan secara langsung atau tidak langsung dengan kegiatan pelaku.
- e. Waktu: peneliti mencatat setiap tahapan-tahapan waktu dari sebuah kegiatan. Bila memungkinkan, dibuatkan kronologi dari setiap kegiatan untuk mempermudah melakukan pengamatan selanjutnya, selain juga mempermudah menganalisis data berdasarkan deret waktu.
- f. Peristiwa: peneliti mencatat peristiwa-peristiwa yang terjadi selama kegiatan pelaku. Meskipun peristiwa tersebut tidak menjadi perhatian atau peristiwa biasa saja, namun peristiwa tersebut sangat penting dalam penelitian.
- g. Tujuan: peneliti mencatat tujuan dari setiap kegiatan yang ada. Kalau perlu mencatat tujuan dari setiap bagian kegiatan.
- h. Perasaan: peneliti perlu juga mencatatkan perubahan-perubahan yang terjadi setiap peserta atau pelaku kegiatan, baik dalam bahasa verbal maupun non verbal yang berkaitan dengan perasaan atau emosi.

Observasi dimanfaatkan sebesar-besarnya dalam penelitian seperti yang dikemukakan oleh Guba dan Lincoln (dalam Moleong, 2007) adalah karena:

- a. Teknik observasi ini didasarkan atas pengamatan secara langsung.
- b. Teknik observasi juga memungkinkan melihat dan mengamati sendiri, kemudian mencatat perilaku dan kejadian sebagaimana yang terjadi pada keadaan yang sebenarnya.

- c. Observasi memungkinkan peneliti mencatat peristiwa dalam situasi yang berkaitan dengan pengetahuan proposisional maupun pengetahuan langsung yang diperoleh dari data.

Dalam penelitian ini selanjutnya metode observasi hanya merupakan alat bantu untuk tambahan informasi dan data di lapangan. Hal yang akan diobservasi adalah gambaran umum dan kondisi lingkungan sosial selama proses wawancara berlangsung.

### 3. Alat Bantu Pengumpulan Data

#### a. *Informed Consent*

*Informed Consent* merupakan informasi yang harus disampaikan kepada responden penelitian. Dalam *informed consent* ada deskripsi singkat mengenai tujuan, prosedur, dan hal yang terkait dengan responden. Identifikasi identitas peneliti dan kontakannya, serta jaminan kesukarelaan partisipasi dan keluar dari penelitian akibat negatif, jaminan kerahasiaan, dan resiko keuntungan yang akan diperoleh.

#### b. *Tape Recorder*

Wawancara perlu direkam dan dibuat transkripnya secara verbatim. Perekam harus selalu dalam kondisi yang baik dan siap pakai.

#### c. Pedoman wawancara

Patton (dalam Moleong, 2006), membedakan tiga pendekatan dasar wawancara dalam memperoleh data kualitatif yaitu wawancara pembicaraan informal, pendekatan menggunakan petunjuk umum

wawancara dan wawancara baku terbuka. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan petunjuk umum wawancara, yaitu jenis wawancara yang mengharuskan pewawancara membuat kerangka dan garis besar pokok-pokok yang dirumuskan tidak perlu dinyatakan secara berurutan. Pedoman wawancara ini digunakan untuk mengingatkan peneliti mengenai aspek-aspek yang harus dibahas, sekaligus menjadi daftar pengecek apakah aspek-aspek tersebut telah dibahas atau ditanyakan.

#### d. Lembar Data Responden

Lembar data responden ini diberikan pada tiap responden untuk mendapatkan data-data yang bersifat umum. Adapun data yang diminta kepada responden adalah nama, usia, agama, suku bangsa, pendidikan terakhir, status, pekerjaan.

### **E. Teknik Pengorganisasian dan Analisis Data**

#### **1. Tahapan Penelitian Kualitatif**

Tahap-tahap penelitian kualitatif dengan salah satu ciri pokoknya adalah peneliti sebagai alat penelitian, menjadi berbeda dengan tahap-tahap penelitian nonkualitatif. Tahap-tahap menurut Moleong (dalam Zainab 2010), terdiri dari:

##### a. Tahap persiapan

Dalam tahap persiapan penelitian, hal-hal yang dipersiapkan pertama adalah:

##### 1. Mempersiapkan judul dan rumusan masalah penelitian.

2. Memilih subjek dari penelitian yang memenuhi kriteria sesuai tujuan penelitian.
3. Membuat pedoman wawancara yang akan dilakukan kepada subjek.
4. Mempersiapkan alat bantu yang akan digunakan.

#### b. Tahap pelaksanaan penelitian

Hal-hal yang dilakukan dalam pelaksanaan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Melakukan wawancara dengan responden maupun informan.
2. Melakukan observasi secara langsung kepada responden saat berlangsungnya wawancara dengan responden maupun observasi dalam lingkungan sosial responden.
3. Penelitian dilaksanakan di tempat yang disepakati dengan responden.

#### c. Tahap pelaksanaan data

Semua data yang diperoleh pada saat wawancara direkam dengan alat perekam dengan persetujuan subjek penelitian sebelumnya. Dari hasil rekaman ini kemudian akan ditranskripsikan secara verbatim untuk dianalisis. Selanjutnya peneliti melakukan analisis data dan menginterpretasikan data tersebut sesuai dengan langkah-langkah yang dijabarkan pada bagian metode analisis data.

## 2. Metode Analisis Data

Tahapan menganalisis data kualitatif menurut Poerwandari (2009) adalah:

a. Organisasi data

Pengolahan dan analisis data sesungguhnya dimulai dengan mengorganisasikan data dengan rapi, sistematis dan selengkap mungkin.

b. Coding dan analisis

Membubuhkan kode-kode pada materi yang diperoleh. Koding dimaksudkan untuk mengorganisasikan dan mensistematisasikan data secara lengkap dan mendetail sehingga data dapat memunculkan dengan lengkap gambaran tentang topik yang dipelajari, dengan demikian peneliti akan dapat menentukan makna dari data yang dikumpulkan.

c. Pengujian terhadap dugaan

Dugaan adalah kesimpulan sementara, dan dengan mempelajari data, maka dapat dikembangkan dugaan-dugaan yang merupakan kesimpulan sementara. Dugaan berkembang tersebut harus dipertajam dan diuji ketepatannya.

d. Hal-hal penting dalam strategi analisis

Patton (2002) menjelaskan bahwa proses analisis dapat melibatkan konsep-konsep yang muncul dari jawaban atau kata-kata dari responden sendiri (indigenous concept). Kata-kata kunci dapat diambil dari istilah yang dipakai oleh responden sendiri, yang oleh peneliti dianggap benar.

e. Tahapan interpretasi

Meskipun dalam penelitian kualitatif analisis dan interpretasi sering digunakan bergantian. Kvale mencoba membedakan keduanya.

Menurutnya, interpretasi mengacu pada upaya memahami data secara

ekstensif sekaligus mendalam. Peneliti memiliki perspektif mengenai apa yang sedang diteliti dan menginterpretasikan data melalui perspektif tersebut.

Menurut Moleong (2002), metode analisis data dalam pendekatan kualitatif adalah sebagai berikut:

1. Mencatat data dalam bentuk kata-kata atau kalimat.
2. Menelompokkan data dalam kategori tertentu sesuai dengan pokok masalah yang ingin dijawab.
3. Melakukan interpretasi awal terhadap setiap kategori data.

## **F. Teknik Pemanjapan Kredibilitas Penelitian**

Padget (1998) menyatakan bahwa tantangan ketidakpercayaan dari penelitian kualitatif dapat bersumber dari sikap reaktif dari responden, bias personal peneliti dan bias personal dari responden.

Triangulasi merupakan salah satu strategi yang bisa dilakukan untuk menurunkan semua tingkat ancaman terhadap kredibilitas penelitian kualitatif. Triangulasi berarti menggunakan pendekatan yang bermacam-macam untuk memastikan akurasi dan kejelasan hasil penelitian. Dengan menggunakan pendekatan yang bermacam-macam dalam sebuah penelitian, dapat menutupi kelemahan-kelemahan tertentu dari satu pendekatan melalui pendekatan yang lain.

Menurut Denzin (dalam Patton, 2009) triangulasi dapat dilakukan melalui empat tipe dasar, yaitu:

## 1. Triangulasi data

Triangulasi data yaitu penggunaan beragam sumber data dalam penelitian. Teknik ini menggunakan berbagai metode pengumpulan data untuk menggali data yang sejenis. Pada triangulasi dengan metode terdapat dua strategi, yaitu:

- a. Pengecekan derajat kepercayaan penemuan hasil penelitian beberapa teknik pengumpulan data.
- b. Pengecekan derajat kepercayaan sumber data dengan metode yang sama.

## 2. Triangulasi evaluator

Triangulasi evaluator menggunakan beberapa evaluator atau ilmuwan sosial yang berbeda untuk memberikan penilaian terhadap proses penelitian khususnya pengumpulan dan analisis data untuk mendapatkan pendapat pembanding mengenai hasil penelitian.

## 3. Triangulasi teori

Triangulasi teori ini menggunakan sudut pandang ataupun konsep teoritis ganda dalam menganalisis atau menafsirkan seperangkat tunggal data yang diperoleh dari lapangan.

## 4. Triangulasi metodologi

Triangulasi metodologis menggunakan beberapa metode pengumpulan data untuk mempelajari masalah penelitian, seperti wawancara, observasi, wawancara terstruktur, diskusi kelompok terarah, dan mempelajari dokumen.

Dengan demikian, dalam penelitian ini akan digunakan triangulasi data dan triangulasi evaluator. Pada triangulasi data, peneliti harus mengumpulkan data dan menggali data dari responden dengan beberapa cara, yakni melakukan

wawancara dengan proses rekaman dan pencatatan observasi serta memperoleh data dari orang yang terdekat dengan responden untuk mendapatkan penjelasan dari permasalahan yang akan diteliti. Pada triangulasi evaluator, peneliti melibatkan dosen pembimbing untuk membantu peneliti dan sebagai evaluator dalam penelitian ini.





## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

##### 1. Faktor penyebab perceraian

Faktor penyebab perceraian pada kelima responden adalah masalah ekonomi, perselisihan tentang keegoisan yang di sebabkan oleh suami, dan suamimemiliki wanita lain, KDRT, difitnah mantan suami selingkuh dengan tetangganya sendiri dan suami yang memakai narkoba.

##### 2. Dampak setelah bercerai

###### a. Pengalaman traumatis pada istri

Pengalaman traumatis pada istri dari psikologis kelima responden itu ada yang labil, bingung, gamang dalam mengasuh anak, takut jumpa dengan cowok kasar karena memiliki suami yang pernah melakukan KDRT, secara ekonomi stress karena harus membesarkan anak sendiri, kecewa karena difitnah, dan suka sedih karena harus membesarkan anak tanpa sosok seorang ayah.

###### b. Pengalaman traumatis pada anak

Pengalaman traumatis pada anak dari tiap-tiap anak responden pada umumnya anak itu menjadi kecewa, penyedih, sakit dan terkejut dengan perceraian kedua orang tuanya dan secara prestasi di sekolah anak yang memiliki orang tua bercerai ada yang menurun, banyak bermain, dan ada yang malas sekolah namun cepat di atasin ibunya dengan memberi saran.

### c. Ketidakstabilan kehidupan dalam pekerjaan

Di dalam dunia pekerjaan, mereka yang bercerai merasa suka terganggu karena masih kepikiran mantan suaminya namun sekarang sudah bisa bangkit karena memiliki teman kerja yang baik, ada juga teman yang menyayangkan mengapa sampai berhenti bekerja, dari jualan sayur sampai menjaga anak di kerjakan demi menghidupi dirinya dan anaknya.

### 3. Resiliensi pada wanita yang bercerai

#### a. Manfaat yang menggunakan resiliensi

##### 1. Overcoming

Kelima responden yang bercerai memiliki cara untuk beresiliensi, ada yang dengan mengubah cara pandang dan menganalisa dalam memecahkan masalahnya dengan mendekati diri kepada Allah dan tidak boleh terpuruk terus, tidak ingin memikirkan mantan suami dan memikirkan masa depan anak, mencari kegiatan yang menghilangkan stress dan mampu membagi rezeki buat anak dan dirinya sendiri.

##### 2. Steering through

Bagaimana cara seseorang dapat menguasai lingkungan secara efektif dan dapat memecahkan masalah dapat dilakukan dengan rutinitas shalat, mendekati diri kepada Allah, berdzikir, shalat malam, dan teleponan dengan teman yang bisa membawanya ke arah positif, terus bekerja dan tidak ingin ingat mantan suami, dan mencari celah kepada teman yang bisa menolongnya dan mampu melewati hari-harinya dengan baik.

### 3. Bouncing back

Didalam resiliensi seseorang harus mampu mengontrol hasil kehidupannya dan mampu kembali ke kehidupan normal lebih cepat dengan cara terus berusaha dan bekerja dengan gaji yang kecil tapi itu bukti kalau mau berusaha pasti ada jalan, bagi wanita yang bercerai karena memiliki mantan suami KDRT biasanya mendekati diri dengan laki-laki lain yakin bahwa mampu menghilangkan trauma itu, tidak malu dalam hal positif yang mengerjakan apapun yang bisa dikerjakan karena kelak suatu saat nanti mampu membahagiakan anaknya.

### 4. Reaching out

Resiliensi mampu memperkirakan resiko yang terjadi, mengetahui seperti apa dirinya dan memiliki tujuan hidup dengan melakukan apapun yang bisa dilakukan, tidak mau bergantung dengan orang lain, jangan malu bersosialisasi dan semua itu dilakukan demi membahagiakan anaknya dan demi masa depan anaknya.

#### b. Faktor yang menggunakan resiliensi

##### 1. I Have (sumber dukungan eksternal)

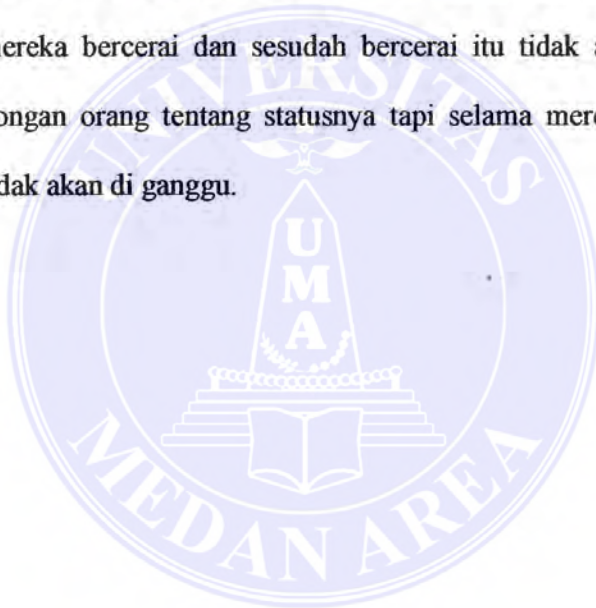
Sumber dukungan eksternal berasal dari orang tua dan teman, orang tua di sini memberikan dukungan do'a agar anak dan cucunya dapat bahagia, menjaga cucunya saat anaknya sedang bekerja, dan tidak mau menyalahkan anaknya yang tidak bersalah. Jika seorang teman yang mendukung adalah dengan terus menolong dan memback up apapun yang terjadi.

## 2. I Am (kemampuan individu)

Faktor yang kedua itu ada kemampuan individu yang pada dasarnya mereka yang beresiliensi menjaga sikap, tingkah laku, memperbaiki diri, mengkoreksi diri dan selalu berpikiran positif terhadap apapun yang terjadi di hidupnya agar kelak mendapatkan hidup yang lebih baik lagi.

## 3. I Can (kemampuan sosial dan interpersonal)

Kemampuan sosial dan interpersonal di sini kalau mereka yang beresiliensi sebelum mereka bercerai dan sesudah bercerai itu tidak ada yang berubah walaupun omongan orang tentang statusnya tapi selama mereka tidak mengganggu maka dia tidak akan di ganggu.



## B. Saran

Berdasarkan simpulan dari hasil penelitian ini, peneliti mencoba memberikan beberapa saran, sebagai berikut:

### 1. Saran kepada Responden

Diharapkan dari penelitian ini, responden bisa tetap berjuang dan bekerja keras buat menghidupi anak dan diri responden sendiri agar memiliki hidup yang layak dan mampu membesarkan anak menjadi orang sukses walaupun harus menjadi orang tua tunggal.

### 2. Saran kepada Keluarga Responden

Bagi keluarga responden agar tetap memberikan dukungan dan motivasi bagi masing-masing responden sehingga responden tetap bisa mempertahankan resiliensinya.

### 3. Saran kepada Masyarakat

Bagi masyarakat yang sedang menghadapi situasi dan kondisi yang sama atau hampir sama agar tetap memiliki semangat untuk bertahan dan tidak menyerah pada keadaan sulit di dalam hidupnya dan terus berusaha untuk belajar dan beradaptasi dengan keadaan tersebut dan kemudian bangkit dan menjadi lebih baik.

### 5. Saran kepada Peneliti selanjutnya

Diharapkan bisa meneliti kembali kasus ini dengan waktu yang lebih panjang dan menggali data dengan mendalam dan akurat sesuai dengan keluasan teori yang dipakai dan dalam kepandaian yang maksimal terhadap tipe responden dan

informannya sehingga melaporkan hasil penelitian yang handal dan valid yang jauh lebih baik dari laporan peneliti.



## DAFTAR PUSTAKA

- Bachtiar, Azis. 2004. *Menikahlah, Maka Engkau Akan Bahagia*. Saujana Jogjakarta.
- Dagun, S.M. 2002. *Psikologi Keluarga*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Desmita. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Dwiyani, V. 2009. *Jika aku harus mengasuh anakku seorang diri*. Jakarta : PT Elex Media Komputindo.
- Hurlock, E. B. 1983. *Psikologi Perkembangan : Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (edisi kelima)*. Alih Bahasa : Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta : Erlangga.
- L.Ron Hubbard. 2009. *Scientology Pandangan Baru Tentang Kehidupan*. (Dicetak Di Amerika Serikat Bridge Publications, Hal 157-159).
- Minauli, Irna. 2008. *Metode Observasi*. Universitas Medan Area.
- Moleong, Lexy. 2002. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT.Remaja Rosdakarya.
- Mulyani Nasution, Sri. 2011. *Resiliensi Daya Pegas Menghadapi Trauma Kehidupan*. Medan USU Press.
- Padgett, D. K. 1998. *Qualitative Methods in Social Work Research : Challenges*. Stage Publication inc.
- Patilima, Hamid. 2007. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung : ALFABETA.
- Patton, M.Q. 2009. *Metode Evaluasi Kualitatif*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Poerwandari, E. K. 2005. *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. URDAT Fakultas psikologi Universitas Indonesia.
- Prawirohamidjojo, R.S. dan Pohan, M. 1995. *Hukum Orang dan Keluarga*. Surabaya : Airlangga University Press.
- Reivich, K. dan Shatte, A. 2002. *The Resilience Factor. 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacle*. New York, USA : Broadway Books.
- Siebert, A. 2005. *The resiliency advantages*. San Fransisco : Berret Koehler Publisher inc.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber  
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From repository.uma.ac.id/30/8/24

- Su'adah. 2003. *Sosiologi Keluarga*. Bandung : Universitas Muhamadiyah.
- Sumiarni, E. 2004. *Kedudukan Suami Istri Dalam Hukum Perkawinan, Kajian Kesetaraan Gender Melalui Perjanjian Kawin*. Jogyakarta : Jalasutra.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa. 1997. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka.
- Tugade, M. M & Fredrickson, B. L. 2004. *Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences*. *Journal of personality and social psychology*, volume 24 no.2, (320-333)

### Sumber lain:

- Wolin,S&Wolin,S.1999.Projectresilience.[http://projectresilience.com/2008/11/rea\\_sbehavior.html](http://projectresilience.com/2008/11/rea_sbehavior.html)
- <http://ejournal.uin-malang.ac.id>
- <http://www.psychologymania.com/2012/07/akibat-perceraian.html>
- <http://www.psychologymania.com/2012/07/alasan-perceraian.html>
- <http://www.psychologymania.com/2012/07/pengertian-perceraian.html>
- <http://www.psychologymania.com/2012/08/perceraian-dalam-tinjauan-sosiologis.html>
- <http://bimasislam.kemenag.go.id/informasi/artikel/735-fenomena-meningkatnya-angka-perceraian-ketika-cinta-saja-tidak-lagi-cukup.html>
- <http://www.matatelinga.com/berita-sumut/44-beritasumut/14673-memasuki-tahun-2013-di-medan-perkara-cerai-meningkat-.html>