

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah

Kondisi dan situasi yang terjadi dalam kehidupan tidak selalu berjalan sesuai dengan harapan manusia. Dalam sebuah perkawinan, kehilangan pasangan adalah kondisi yang tidak dapat dicegah. Kehilangan pasangan merupakan hal yang menyedihkan bagi seorang individu yang ditinggalkan, dan dibutuhkan waktu yang cukup lama untuk pulih dari kesedihan yang dirasakannya tersebut.

Studi psikologi perkembangan kontemporer atau yang lebih dikenal dengan istilah perkembangan rentang hidup (*life-span development*), wilayah pembahasannya tidak lagi terbatas pada perubahan perkembangan selama masa anak-anak dan remaja saja, melainkan juga menjangkau masa dewasa, menjadi tua, hingga meninggal dunia (Desmita, 2013: 233). Meninggal dunia atau kematian merupakan salah satu realitas kehidupan manusia yang sering tidak terelakkan. Kehidupan sepeninggal pasangan merupakan peristiwa yang dapat mengganggu kehidupan emosional, menimbulkan permasalahan-permasalahan dalam kehidupan setelah ditinggalkan pasangan (Lopata dalam Aprilia, 2013: 265). Cavanaugh dan Freda (dalam Aprilia, 2013: 273) menyebutkan bahwa kehilangan pasangan hidup karena kematian dapat membawa individu kepada perasaan kehilangan atau duka cita yang mendalam, terlebih lagi jika hubungan itu telah lama dibina dan sangat dekat. Sejalan dengan pendapat tersebut, kualitas hubungan dengan suami juga berpengaruh terhadap perasaan duka cita. Hubungan

istri yang memiliki keterikatan yang sangat kuat dengan suaminya serta ketergantungan istri dengan suaminya akan menyulitkan istri untuk menyesuaikan diri dengan perasaan kehilangan suaminya.

Menurut Mitchel (dalam Aprilia, 2013: 265) Kehilangan pasangan karena kematian merupakan peristiwa yang lebih dapat menimbulkan stres daripada kehilangan pasangan karena perceraian. Hal ini dikarenakan individu yang mengalami perceraian masih mempunyai kesempatan untuk memperbaiki hubungan yang telah putus dengan pasangannya dan masih dapat mengharapkan bantuan dari pasangannya terutama dalam masalah yang berkaitan dengan keperluan sekolah anak, pertunangan atau pernikahan anak dan hal-hal lain yang berhubungan dengan kepentingan anak.

Marks dan Lambert (dalam Papalia, 2009: 470) menyebutkan kehilangan suami mungkin terutama sulit bagi perempuan yang menyusun kehidupannya dan identitasnya seputar memuaskan atau merawat suami mereka. Sejalan dengan pendapat tersebut, Lucas, Clark, Georges, dan Diener (dalam Papalia, 2009: 470) juga menyebutkan bahwa perempuan seperti itu tidak hanya kehilangan sahabat, tetapi juga peran yang penting. Stres menajanda bisa memengaruhi kesehatan fisik, dan masalah praktis lainnya. Hungerford (dalam Papalia, 2009: 471) menyebutkan para ibu tunggal yang suaminya merupakan tulang punggung keluarga bisa mengalami kesulitan ekonomi atau jatuh miskin. Ketika kedua pasangan hidup bekerja, kehilangan salah satu pendapatan dapat memberatkannya.

Pada wanita, menjalani kehidupan setelah kematian pasangan bukanlah hal yang mudah. Setelah pasangannya meninggal, pria berada dalam status ekonomi

yang lebih unggul daripada wanita. Berbanding terbalik dengan wanita, kondisi keuangan tidak berpengaruh pada pria setelah kematian pasangan. Kehilangan pasangan dapat menjadi salah satu fenomena hidup yang menyedihkan bagi seorang wanita. Umumnya wanita akan merasa lebih sulit untuk menerima perasaan kehilangan dan menerima kenyataan bahwa pasangan hidupnya telah tiada daripada pria. Perasaan sedih dan kesepian yang dirasakan saat kenangan bersama pasangan muncul pun akan menjadi hal yang mampu membuat wanita semakin terpuruk dalam rasa kehilangan, dan dibutuhkan waktu yang cukup lama untuk benar-benar pulih dari kesedihan yang dirasakan.

Menurut Utz, dkk (dalam Naufaliasari dan Andriani, 2013: 265) kondisi menjanda adalah salah satu tantangan emosional yang mungkin dihadapi manusia, khususnya wanita. Kematian suami memicu pasangan yang masih hidup untuk mengatasi tekanan kesedihan dan emosional serta mendefinisikan kembali suatu realitas sosial yang mencerminkan status baru mereka sebagai janda. Perubahan hidup yang tiba-tiba mengharuskan wanita yang kehilangan pasangannya bertanggung jawab terhadap kehidupan keluarga. Wanita dituntut menjalankan semua tugas yang dulu ia lakukan bersama pasangannya dan sejak kematian suami, seorang ibu harus pula menduduki posisi sang ayah dan bertanggung jawab dalam keluarga, kini dengan tugas yang baru diembannya itu, ia memiliki tanggung jawab yang jauh lebih sulit dan berat ketimbang sebelumnya.

Ditengah banyaknya persoalan yang terjadi pada *single mother* pascakematian pasangan yang meliputi kesulitan finansial, kesulitan dalam mengurus dan mengerjakan pekerjaan rumah tangga, maka diperlukan

kemampuan diri agar wanita *single mother* bisa bangkit dari tekanan dan cobaan hidup yang dihadapi, kemampuan untuk mengatasi kesedihan, untuk menyikapi kondisi diri dan lingkungan dibutuhkan sehingga wanita *single mother* yang kehilangan pasangannya dapat menjalani kehidupan dengan lebih baik.

Menjadi wanita *single mother* bukanlah kondisi yang mudah dijalani, apalagi wanita yang berpisah dengan pasangannya adalah wanita yang manja, dan sangat bergantung pada suami maupun orang lain. Wanita menjadi seorang *single mother* harus mampu melewati masa-masa transisi dalam kehidupan pascakematian pasangan. Wanita *single mother* harus mampu bangkit dari keadaan yang dialami, bangkit dari kesedihan dan keterpurukan pascakematian pasangan. Bangkitnya seseorang dari keterpurukan yang dialami bisa disebut dengan resiliensi.

Menurut Reivich dan Shatte (dalam Riza dan Herdina, 2012: 144) 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 yang tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya. Sagor (dalam Patilima, 2015: 53) mendefinisikan resiliensi sebagai kumpulan atribut yang ada pada seorang individu dengan kekuatan dan ketabahan untuk menghadapi hambatan besar yang mengikat kehidupannya.

Bagi mereka yang resilien, resiliensi membuat hidupnya lebih kuat. Artinya resiliensi akan membuat seseorang berhasil menyesuaikan diri dalam

berhadapan dengan kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, perkembangan sosial, akademis, kompetensi vokasional, dan bahkan dengan tekanan hebat yang inheren dalam dunia sekarang sekalipun. Resiliensi adalah suatu kemampuan yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan setiap orang. Hal ini adalah karena kehidupan manusia senantiasa diwarnai oleh *adversity* (kondisi yang tidak menyenangkan). *Adversity* ini menantang kemampuan manusia untuk mengatasinya, untuk belajar darinya, dan bahkan untuk berubah karenanya (Desmita, 2013: 228).

Dalam wawancara awal yang peneliti lakukan dengan subjek satu pada tanggal 10 Oktober 2019 di rumah makan lamper tengah, subjek satu SD berusia 51 tahun, memiliki tiga orang anak, dua yang sudah menikah, dan satu yang berkuliah di luar kota. Suami subjek meninggal pada tahun 2018 usia ke 55 tahun dikarenakan penyakit TB, kelainan darah, dan serosis pembekuan hati. Dalam wawancara subjek satu menyatakan bahwa subjek sudah menjadi *single mother* selama satu tahun lima bulan (KB/W.S1/b.58-59)). Sekarang subjek sudah bisa merelakan kematian pasangan dan bertahan karena ingin meneruskan kehidupan (KB/W.S1/b.84-88). Awal pascakematian pasangan subjek mengalami stres dan sakit dalam rentang tiga bulan sehingga subjek mengalami perubahan fisik (kurus), bahkan subjek sempat menenangkan hati dan pikiran di Pondok Pesantren (KB/W.S1/b.126-153). Subjek mengurus semua tanggung jawab rumah tangga seorang diri (KB/W.S1/b.230-231), bagi subjek tantangan menjadi *single mother* adalah subjek merasa malu karena dipanggil janda tidak ingin dipanggil janda (KB/W.S1/b.248-264). Makna hidup bagi subjek adalah bersyukur dan bersyukur,

menikmati hidup yang diberikan Tuhan, dan menjalani kehidupan ke arah yang lebih baik (KB/W.S1/b.318-326).

Sedangkan dalam wawancara awal peneliti dengan subjek kedua pada tanggal 21 April 2019 di rumah subjek (Kayumas), subjek kedua N berusia 40 tahun, suami subjek meninggal pada tahun 2018 usia ke 46 tahun dikarenakan penyumbatan otak. Dalam wawancara subjek kedua menyatakan bahwa subjek sudah menjadi *single mother* selama sepuluh bulan (KB/W.S2/b.112). Sebagai *single mother* subjek merasakan sedih, namun subjek berusaha untuk sabar (KB/W.S2/b.13-14). Subjek merupakan seorang yang tidak bekerja, dan terkadang menengok ke sawah miliknya yang merupakan peninggalan suaminya (KB/W.S2/b.40-44). Bagi subjek tantangan menjadi seorang *single mother* adalah membesarkan anak, dan saat ini subjek mempunyai tanggung jawab terhadap tiga orang anak. Dua diantaranya masih sekolah, dan yang satu bekerja serabutan, itupun tidak menentu (KB/W.S2/b.43-63). Dalam memenuhi kebutuhan pendidikan dan kebutuhan sehari-harinya subjek dibantu saudara (KB/W.S2/b.71-80). Walaupun sebagai seorang *single mother* subjek menginginkan anak-anaknya sukses dan bisa melanjutkan sekolah (KB/W.S2/b.95-109). Subjek memaknai hidup dengan bersyukur dan ikhlas (KB/W.S2/b.162-164).

Wawancara awal peneliti dengan subjek ketiga SK dilakukan pada tanggal 23 April 2019 di rumah subjek (Undaan), subjek berusia 48 tahun, memiliki tiga orang anak, satu bekerja, dan dua yang masih bersekolah. Suami subjek meninggal pada tahun 2018 di usia ke 50 tahun dikarenakan penyakit komplikasi. Dalam wawancara subjek ketiga menyatakan bahwa subjek menjadi *single mother*

baru empat bulan (KB/W.S3/b.40). Subjek merasa sedih pascakematian suami, namun subjek menerima dan ikhlas karena bagi subjek sudah merupakan takdirnya (KB/W.S3/b.11-13). Meskipun subjek merasa berat menjadi seorang *single mother*, subjek yakin Tuhan memberi kekuatan untuknya (KB/W.S3/b.48-52). Subjek bekerja menjahit untuk memenuhi kehidupan sehari-hari, dan mengisi waktu luangnya dengan membuat pesanan jajanan dari tetangga (KB/W.S3/b.20-29). Subjek memiliki tiga orang anak, dua masih sekolah dan satu yang sudah bekerja yang dapat membantu subjek dalam memenuhi kehidupan sehari-hari serta biaya sekolah untuk adik-adiknya (KB/W.S3/b.57-63). Subjek memaknai hidup dengan mensyukuri, berusaha, dan berdoa agar mencapai tujuan hidup yang diharapkannya (KB/W.S3/b.86-88).

Subjek satu sempat merasa berat pascakematian pasangan. Sampai saat ini, subjek satu masih merasa sedih ketika teringat oleh suaminya. Subjek kedua merasa bahwa tantangan terberat menjadi seorang *single mother* adalah membesarkan anak, dikarenakan subjek kedua tidak bekerja yang sebelumnya bergantung pada pasangannya. Dan subjek ketiga juga menekankan bahwa subjek merasa berat untuk menjadi seorang *single mother*, namun subjek percaya jika Tuhan akan memberikan kekuatan untuknya. Subjek satu, dua, dan tiga masih sedih ketika ingatan tentang suaminya muncul, ingatan tersebut muncul terutama ketika mereka sedang sendiri. Untuk menghilangkan rasa itu subjek satu melupakan kenangan dengan pergi keluar untuk mencari hiburan, sedangkan subjek kedua berkumpul bersama anak-anak dapat mengurangi rasa kesedihan, oleh karena itu subjek berusaha kuat dan berusaha untuk bangkit untuk anak-

anaknyanya, sedangkan subjek ketiga mengisi waktu luang dengan bekerja dan memanfaatkan hobinya untuk kerja tambahan, selain itu sisi hubungan dengan Tuhan menjadi faktor yang cukup terlihat dari subjek ketiga, subjek berusaha, dan berdoa untuk mencapai tujuan yang diharapkannya. Ketiga subjek pernah merasakan berada dititik terbawahnya dimana dengan kondisi yang menekan dan terguncang pascakematian pasangan dan beradaptasi dengan perubahan, tetapi subjek kini menerima, ikhlas dan memaknainya dengan selalu bersyukur.

Dari pernyataan subjek diatas dapat disimpulkan bahwa menjadi seorang *single mother* tidaklah mudah. Perubahan menjadi *single mother* setelah kematian pasangan adalah saat-saat yang sulit, mereka harus mengetahui peran mereka sebagai orangtua tunggal. Hal ini dirasakan oleh ketiga subjek yang tidak hanya berkewajiban untuk merawat anak-anak, tetapi juga mengerjakan pekerjaan rumah tangga yang sebelumnya dikerjakan berdua. Walaupun kematian pasangan adalah hal yang traumatis, mereka ditantang untuk segera bangkit dari kesedihan dan berhadapan dalam melaksanakan tugas dan peran baru. Bagaimanapun seorang ibu yang menjadi *single mother* mengharapkan anak-anaknya untuk sukses dan mendapat penghidupan yang lebih baik.

Berdasarkan pemaparan diatas, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana dinamika resiliensi pada *single mother* pascakematian pasangan untuk dapat bangkit dari segala persoalan yang mereka hadapi serta faktor apa saja yang mempengaruhi proses terjadinya resiliensi.

B. Perumusan masalah

Resiliensi merupakan kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Dalam sebuah perkawinan, kehilangan pasangan adalah kondisi yang tidak dapat dicegah. Kehilangan pasangan merupakan hal yang menyedihkan bagi seorang individu yang ditinggalkan, dan dibutuhkan waktu yang cukup lama untuk pulih dari kesedihan yang dirasakannya tersebut. Pada wanita, menjalani kehidupan setelah kematian pasangan bukanlah hal yang mudah. Perubahan hidup yang tiba-tiba mengharuskan wanita yang kehilangan pasangannya bertanggung jawab terhadap kehidupan keluarga. Wanita dituntut menjalankan semua tugas yang dulu ia lakukan bersama pasangannya dan sejak kematian suami, seorang ibu harus pula menduduki posisi sang ayah dan bertanggung jawab dalam keluarga, dengan tugas yang baru diembannya itu, ia memiliki tanggung jawab yang jauh lebih sulit dan berat ketimbang sebelumnya.

Ditengah banyaknya persoalan yang terjadi pada *single mother* pascakematian pasangan yang meliputi kesulitan finansial, kesulitan dalam mengurus dan mengerjakan pekerjaan rumah tangga, maka diperlukan kemampuan diri agar wanita *single mother* bisa bangkit dari tekanan dan cobaan hidup yang dihadapi, kemampuan untuk mengatasi kesedihan serta menyikapi kondisi diri dan lingkungan dibutuhkan sehingga wanita *single mother* yang kehilangan pasangannya dapat menjalani kehidupan dengan lebih baik.

Dari hasil uraian tersebut rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran proses dinamika resiliensi pada *single mother* pascakematian pasangan?
2. Apa saja faktor-faktor yang memengaruhi dinamika resiliensi pada *single mother* pascakematian pasangan?

C. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan, tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui secara mendalam bagaimana gambaran proses dinamika resiliensi pada *single mother* pascakematian pasangan dari segala persoalan yang mereka hadapi dan untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya resiliensi.

D. Manfaat penelitian

Manfaat penelitian didasarkan atas dua dasar yaitu:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan di bidang Psikologi Klinis, Psikologi Perkembangan, Psikologi Sosial dan Psikologi Kepribadian, terutama yang berkaitan dengan dinamika resiliensi pada *single mother*.

2. Manfaat praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini yaitu untuk memberikan acuan atau referensi dari pengalaman hidup sebagai seorang *single mother*.