

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Usia dewasa madya merupakan periode yang panjang dan sulit dalam rentang kehidupan manusia. Dikatakan sulit karena penyesuaian diri individu tersebut bergantung pada nilai yang terbentuk pada awal kehidupannya. Perubahan fisik terutama dalam penampilan, fungsi fisiologis dan seksual merupakan hal yang paling sulit dalam penyesuaian diri pada masa dewasa madya (Hurlock, 1999: 320). Banyak pria maupun wanita usia dewasa madya menemui kesulitan dalam berhubungan dengan pasangan pribadi, seperti pada saat berpacaran atau awal pernikahan setelah memerankan peranan sebagai orangtua dalam kebersamaan (*coparent*) untuk beberapa tahun selama anak berkembang. Penyesuaian terhadap perubahan pola keluarga juga sama sulitnya. Pria dan wanita dewasa madya berperan sebagai penasehat anak-anak yang hampir dewasa atau yang telah dewasa setelah bertahun-tahun merawat dan mengawasinya. Kesulitan semakin intensif bila orangtua harus memberi bantuan untuk pendidikan lanjutan anak dan masa perkawinan awal anak. Hal-hal ini menambah stres bagi pengalaman sebagai orangtua dalam penyesuaian diri mereka secara personal dan sosial. Begitu banyak peran yang harus dilakukan sebagai pribadi dewasa madya dan peran sebagai orangtua.

Dalam sebuah perkawinan, kehilangan pasangan adalah kondisi yang tidak dapat dicegah (Hurlock, 1999: 359). Sebagai orangtua diharapkan dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi di dalam keluarganya, dan dengan tugas yang dihadapi sepanjang rentang kehidupan keluarga. Adakalanya dalam kehidupan keluarga, orangtua dihadapkan dengan peristiwa yang membuat mereka sulit untuk

menyesuaikan diri, salah satunya adalah kematian pasangan hidupnya. Keadaan ini merupakan hal yang tidak terduga dan tidak mengesankan bagi pasangan yang ditinggalkan maupun anak-anaknya.

Kehilangan pasangan akibat kematian merupakan peristiwa yang dapat menimbulkan stres daripada kehilangan pasangan akibat perceraian (Jahja, 2011: 299). Hal ini dikarenakan individu yang mengalami perceraian masih memiliki kesempatan untuk memperbaiki hubungan yang telah putus dengan pasangannya dan masih dapat mengharapkan bantuan dari pasangannya termasuk dalam masalah yang berkaitan dengan kebutuhan anak. Pada individu yang mengalami kematian pasangan tidak memiliki kesempatan tersebut dan harus menyesuaikan diri dalam menjalani kehidupannya.

Marris (dalam Bonanno, 2004: 21) menyatakan bahwa perasaan kehilangan yang pertama kali muncul pada individu yang ditinggalkan dapat berupa ketidakpercayaan, keputusasaan, marah, perasaan bersalah, perasaan tidak tenang, dan perasaan kehilangan merupakan hal yang paling sering dan paling lama ketika kematian datang dengan tiba-tiba.

Bilamana kematian didahului oleh penyakit dalam jangka waktu yang lama, kebanyakan pria dan wanita berusia dewasa madya mengalami rasa duka cita yang mendalam selama jangka waktu tertentu. Jangka waktu tersebut dijelaskan Conroy (dalam Hurlock, 1999: 360) memiliki 4 tahap, yaitu: Pertama, hilang semangat hidup, apabila orang itu tidak sanggup menerima kenyataan atas kematian satu-satunya yang dicintai. Kedua, hidup merana yang ditandai dengan usaha untuk terus mengenang masa silam dan ingin sekali melanjutkannya. Ketiga, depresi karena kesadaran bahwa suaminya telah tiada dan mendorongnya untuk mencari kompensasi seperti obat pil, alkohol, dan lainnya. Keempat bangkit kembali ke masa biasa dimana ia telah menerima dengan rela kematian suami yang dicintainya dan

mencoba membangun pola hidup baru dengan berbagai minat dan aktivitas untuk mengisi kekosongan.

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 (Utz, Reidy, Carr, Nesse, & Wortman, 2004). Kematian pada usia madya lebih sering terjadi pada pria daripada wanita. Oleh karena itu, hidup menjanda merupakan masalah utama bagi wanita. Masalah yang dihadapi selama masa menjanda pada usia madya terkait masalah ekonomi, sosial, hubungan kekeluargaan, pekerjaan rumah tangga sehari-hari, hubungan seksual dan tempat tinggal. Berdasarkan hasil wawancara, hal ini sesuai dengan permasalahan-permasalahan yang dialami pada informan EN setelah kematian pasangan hidup. Informan EN mengalami permasalahan-permasalahan dalam bidang ekonomi, keluarga, dan dalam pekerjaan rumah tangga. Dalam masalah ekonomi, informan EN harus bekerja dan mengurus usahanya sendiri. Saat sebelum suaminya meninggal, informan dan suaminya menjalankan dan mengerjakan usahanya bersama-sama. Berikut cuplikan hasil wawancaranya:

“Saya sekarang bekerja sendiri mbak. Semua terasa berat mbak. Biasanya pekerjaan dilakukan berdua sekarang saya sendiri. Apalagi anak saya yang laki-laki kuliah kan bayar mbak, kan kuliah masuknya jalur mandiri ya bayarnya mahal”.

Informan EN juga mengalami masalah dalam keluarga. Informan EN merasa peran dan bebannya semakin bertambah dalam kehidupan keluarga setelah kematian suaminya. Informan harus berperan ganda sebagai ayah dan ibu bagi kedua anaknya. Berikut cuplikan hasil wawancaranya:

“Semua terasa berat ya mbak namanya juga suami, dari ibu ya berat dan dari anak-anak juga berat, semuanya terasa berat. Sekarang ibu ini nyari nafkah ya didik anak-anak, kalo ibu sakit maka gak punya penghasilan. Dukungan saya hanya dari anak-anak itu kalo mereka ndak mau dukung ya terserah, saya bilang begitu ke mereka.”

Selain masalah ekonomi dan keluarga, informan EN pun memiliki permasalahan dalam pekerjaan rumah tangga dan dalam pekerjaan. Biasanya, dalam mengurus pekerjaan rumah tangga informan EN melakukannya bersama dengan suami. Namun, setelah kematian pasangan hidupnya informan mengerjakan pekerjaan rumah tangganya sendiri. Cuplikan hasil wawancara sebagai berikut:

“Terasa berat dan jenuh mbak biasanya bekerja bersama-sama berdua dengan suami tapi sekarang harus bekerja sendiri dalam membersihkan rumah dan juga membereskan usaha saya. Anak-anak saya tidak dapat membantu karena mereka semua sibuk dengan sekolah dan kerja tugas masing-masing.”

Menurut informan EN, semua permasalahan-permasalahan yang dihadapi dan dijalani terasa begitu berat karena dikerjakan sendiri tetapi beliau tetap menjalaninya dengan tegar karena ada anak-anak disisinya sebagai kekuatan bagi beliau dan selalu berpasrah kepada Tuhan Yang Maha Esa atas takdir yang telah diterimanya.

Banyak wanita usia madya yang tidak bisa menyesuaikan diri dengan cara yang memuaskan terhadap statusnya sebagai janda. Ditunjukkan dengan adanya perasaan duka cita yang sangat mendalam sehingga dapat menimbulkan resiko besar untuk mengalami gangguan mental dan terlibat dalam berbagai kompensasi seperti obat-obatan dan alkohol. Tidak hanya disebabkan oleh perasaan duka cita saja, tetapi adanya pengaruh dari lingkungan yang berhubungan dengan status kejandaannya, misalnya status ekonomi yang tidak mencukupi, kesepian, kesempatan

untuk tertarik dari kegiatan di luar rumah, maupun kegiatan di lingkungan tempat tinggalnya (Hurlock, 1999: 360).

Proses berduka adalah respon normal pada semua kejadian kehilangan. Tingkah laku dan perasaan diasosiasikan dengan proses berduka yang terjadi pada seseorang yang mengalami kehilangan seperti kematian orang terdekat (Suseno, 2009: 10). Duka cita berarti kelumpuhan secara emosional, tidak percaya perpisahan, cemas, putus asa, sedih, dan kesepian yang muncul saat seseorang kehilangan orang yang dicintai.

Teori Engel (dalam Suseno, 2009: 11) menyatakan bahwa proses berduka mempunyai beberapa fase yang dapat diaplikasikan seseorang yang sedang berduka. Fase I (shok dan tidak percaya) dimana seseorang menolak kenyataan atau kehilangan dan mungkin menarik diri, duduk malas atau pergi tanpa tujuan. Biasanya terjadi reaksi fisik seperti pingsan, mual, diare, detak jantung cepat, tidak bisa istirahat, kelelahan dan insomnia. Fase II (berkembangnya kesadaran) dimana seseorang mulai merasakan kehilangan secara nyata dan mungkin mengalami putus asa. Reaksi yang ditunjukkan yaitu marah, perasaan bersalah, frustrasi, depresi, dan kekosongan jiwa secara tiba-tiba terjadi. Fase III (*restitusi/resolving the loss*) dimana seseorang berkeinginan untuk menghargai seseorang yang telah meninggalkannya, dan berupaya untuk mengikuti ritual berkabung, misalnya pergi ke pemakaman. Fase IV (*idealization*) menciptakan kesan orang yang telah meninggal tidak memiliki harapan untuk ada di masa yang akan datang. Menekan seluruh perasaan yang negatif dan bermusuhan kepada orang yang telah meninggal. Fase V (*reorganization/ the outcome*) kehilangan yang tak dapat dihindari dan harus mulai diketahui atau disadari. Pada fase ini, diharapkan seseorang sudah dapat menerima kondisinya. Dengan demikian, seseorang mulai bergerak dari level terendah ke yang

lebih tinggi tentang integrasi empati dan intelektual serta kesadaran baru telah berkembang.

Perubahan signifikan yang dialami juga berdampak pada perubahan kondisi psikologis. Bowlby (1980: 15) menyatakan bahwa dalam jangka waktu lama, wanita masih bertingkah seolah-olah pasangannya masih ada, dan terus merasakan kehadiran pasangannya dalam kesehariannya. Selain itu, wanita masih tidak siap menemui kejadian-kejadian yang berhubungan dengan penyebab kematian pasangannya. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Carr (dalam Bonanno, 2004: 27) yang menyatakan bahwa respon yang muncul pada seseorang setelah kehilangan pasangan adalah perasaan tertekan, kesedihan, dan bahkan gejala depresi. Kematian pasangan hidup, dihadapi setiap orang dengan cara yang berbeda-beda. Adapun penelitian dari Bonanno (2004: 28) menemukan bahwa resiliensi merupakan respon yang paling banyak muncul (50%) pada wanita dewasa setelah menghadapi kematian pasangannya. Hal ini senada dengan hasil studi yang dilakukan oleh Bowlby (1980: 288) yang menyatakan bahwa pada umumnya seseorang yang kehilangan pasangan akan mengalami beberapa fase kedukaan, yang pada puncaknya berakhir dengan fase reorganisasi, yang merupakan langkah awal bagi seseorang untuk mulai resiliensi.

Resiliensi menurut Masten dan Reed (2002: 119) didefinisikan sebagai kumpulan fenomena yang dikarakteristikkan oleh pola adaptasi positif pada konteks keterpurukan. Dalam Mullin dan Arce (2008: 8) menyatakan bahwa resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu atau keluarga untuk mencapai tujuan hidup yang baik meskipun stres atau tantangan dapat mengganggu individu maupun keluarga. Tertanam dalam istilah ini, rasa elastisitas dan fleksibilitas seperti kemampuan untuk bangkit dan tetap fleksibel dengan adanya tekanan yang berkelanjutan. Kemampuan resiliensi yang tinggi diperlukan oleh wanita dewasa madya yang berperan

sebagai orangtua tunggal dan memiliki anak agar dapat bertahan, mengatasi tekanan dengan cara yang sehat, hingga dapat mendorong dan bangkit dari keadaan tertekan. Wanita dewasa madya yang berperan sebagai orangtua tunggal memerlukan kemampuan resiliensi agar mereka tidak terpuruk dalam keadaan tertekan, mengingat peran ibu yang diharapkan dapat menjalankan tugas dan tanggung jawab dengan perannya sebagai orangtua tunggal seperti menjalani perannya sebagai ibu sekaligus sebagai ayah bagi anak-anaknya, mencari nafkah, mendidik dan membesarkan anak-anaknya agar menjadi individu yang baik.

Penelitian Naufaliasari dan Andriani, (2013) berjudul Resiliensi pada Wanita Dewasa Awal Pasca Kematian Pasangan mengkaji tentang resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kematian pasangan hidup dengan metode wawancara dan observasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana resiliensi pada wanita dewasa awal yang menjadi janda untuk dapat bangkit dari segala persoalan yang mereka hadapi serta berbagi pengalaman hidup sebagai janda di usia muda. Dalam penelitian tersebut, diperoleh hasil bahwa bahwa ketiga subjek mengalami masa-masa sulit setelah kematian suami. Ketiga subjek termasuk dalam individu yang resilien, karena faktor-faktor protektif (internal dan eksternal) yang dimiliki dapat dimanfaatkan dengan baik sehingga ketiga subjek tidak terpuruk dalam kesedihan

Adapun penelitian dari Puspita (2012) yang berjudul Makna Hidup Pria Dewasa Madya Pasca Kematian Pasangan Hidupnya bertujuan untuk mengetahui karakteristik perilaku subjek sehingga dapat dikatakan mempunyai makna hidup, mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan subjek memiliki karakteristik perilaku sehingga dikatakan mempunyai makna hidup seperti itu dan mengetahui cara subjek mengembangkan

perilaku sehingga dapat dikatakan mempunyai makna hidup subjek. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa subjek telah merelakan kepergian istrinya yang meninggal karena sakit beberapa tahun lalu. Subjek membesarkan anaknya dengan penuh tanggung jawab serta mempertahankan usaha keluarga yang menjadi sumber penghasilan.

Fenomena terkait resiliensi pada wanita dewasa madya setelah kematian pasangan hidup banyak terjadi, namun pada kenyataannya penelitian terkait hal ini masih terbatas. Hurlock (1999: 370), menyatakan bahwa kehilangan pasangan baik karena kematian atau perceraian, dapat menimbulkan banyak masalah penyesuaian diri bagi pria dan wanita usia dewasa madya. Hal ini lebih menyulitkan secara khusus bagi wanita. Wanita usia madya yang suaminya meninggal, atau diceraikan suaminya biasanya mengalami rasa kesepian yang sangat mendalam. Perasaan ini semakin diperkuat lagi dengan timbulnya frustrasi dari dorongan seksualnya yang tidak dapat dipenuhi dan permasalahan ekonomi yang dikarenakan mata pencaharian keluarga tidak akan mencukupi lagi untuk menghidupi keluarga (Hurlock, 1999: 370). Oleh karena itulah diperlukan adanya resiliensi pada wanita dewasa madya yang kehilangan pasangan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan EN pada tanggal 15 September 2016, informan mengatakan bahwa:

“Awalnya susah untuk beradaptasi dan bangkit dari kondisi sedih ini, namanya juga suami susah mbak, yaa tapikan kita juga punya anak. Anak itu yang membuat kita itu tegar tetapi sebetulnya ya rapuh, kalo kita tidak punya anak gak semangat. Untungnya ada anak, kalo saya berlarut-larut, berdiam diri, sedih, ingat-ingat semuanya saya ingat mbak gak pernah saya lupa. Diluar ya saya seperti ini nanti dikamar ya saya nangis. Meskipun kayak orang tegar gini, saya buat bingkai foto berdua dan taruh dalam kamar saya dengan posisi diberdirikan di depan bantal suami saya lalu saya sering ajak omongan-omongan sendiri depan fotonya. Ya adaptasinya susah ya mbak. Kalo ngaji nangis, sembayang ya nangis.. susah ya seperti itu

terus. Terkadang saya tersadar dan saya berpikir kalo saya begini terus anak-anakku seperti apa?."

Dari cuplikan hasil wawancara, awalnya informan mengalami kesulitan untuk beradaptasi setelah kematian suaminya. Namun, dengan kehadiran dari anak-anaknya informan mampu menjalani kehidupan dengan tegar meskipun sering merasa sedih dan menangis bila sedang sendirian. Bila informan merasa sedih dan kesepian, biasanya beliau akan melaksanakan sholat di rumah atau di masjid, ngaji, jalan-jalan bersama teman-teman SMA, anak atau sendirian. Dengan keadaan seperti ini juga, informan kembali berani mencoba hal-hal yang sudah lama tidak dilakukan seperti bepergian membawa motor yang mana dulunya informan tidak berani membawa motor dan selalu berdua bersama dengan suaminya bila bepergian. Dalam mengatasi permasalahan-permasalahan yang dihadapi setelah kematian suaminya, informan memegang prinsip bahwa selagi masih kuat, informan akan mengerjakan semua hal yang bisa dikerjakannya demi pemenuhan kebutuhan anak-anak.

Penelitian-penelitian terkait resiliensi pada wanita dewasa setelah kematian pasangan yang sudah paparkan sebelumnya, seperti dalam penelitian yang dilakukan oleh Puspita (2012) yang berjudul Makna Hidup Pria Dewasa Madya Pasca Kematian Pasangan Hidupnya, hanya memfokuskan pada pemaknaan hidup dan pengalaman hidup orang dewasa madya pasca kematian pasangan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Naufaliasari dan Andriani (2013) juga hanya membahas terkait bagaimana resiliensi pada wanita dewasa awal yang menjadi janda serta pengalaman hidup sebagai janda di usia muda resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kematian pasangan hidup. Topik mengenai resiliensi wanita dewasa madya setelah kematian pasangan hidup masih belum banyak dibahas.

Oleh karena itu, dalam penelitian ini peneliti ingin mengeksplorasi lebih dalam terkait kondisi secara umum yang dialami oleh individu yaitu bagaimana individu dapat membangun resiliensi dalam kehidupannya setelah kematian pasangan hidup meski dalam kondisi yang memiliki konsekuensi-konsekuensi terkait statusnya sebagai janda dan orangtua tunggal. Dengan demikian, wanita dewasa madya mampu untuk memahami kekuatan-kekuatan di dalam dirinya dan mampu menjalankan tugas perkembangan dan tanggung jawabnya sebagai orangtua tunggal setelah kematian pasangan hidup. Hal-hal tersebut merupakan ciri khas penelitian dari penelitian ini.

Berdasarkan hasil wawancara awal dan penelitian-penelitian sebelumnya yang telah dilakukan serta dengan melihat fenomena di atas, maka gambaran resiliensi yang dilakukan wanita dewasa madya setelah kematian pasangannya penting untuk diteliti. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengetahui gambaran dalam membangun resiliensi pada wanita dewasa madya setelah menghadapi kematian pasangan hidup.

1.2 Fokus Penelitian

Bagaimana resiliensi pada wanita dewasa madya setelah kematian pasangan hidup?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran resiliensi pada wanita dewasa madya setelah kematian pasangan hidup.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan bagi:

1. Ilmu Psikologi khususnya Psikologi Klinis mengenai resiliensi pada wanita dewasa setelah kematian pasangan hidup.
2. Peneliti lain yang meneliti, dapat menindaklanjuti dan mengembangkan kajian teoritis maupun penelitian dalam bidang yang sama sebagai acuan serta pertimbangan untuk meneliti berkaitan dengan resiliensi pada wanita dewasa setelah kematian pasangan hidup

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam memberikan informasi bagi:

1. Bagi Informan
Agar dapat membantu dalam mengoptimalkan kemampuan adaptasi positif yang dimilikinya meskipun berada dalam kondisi yang tertekan serta dapat menjadi sumber pengetahuan terkait bagaimana membangun resiliensi setelah menghadapi kematian pasangan hidup dan perannya sebagai orangtua tunggal dalam keluarga.
2. Keluarga Informan
Agar dapat menjadi sumber pengetahuan agar pihak keluarga mampu memahami dan mengerti tahapan-tahapan yang dialami dan mampu memberikan dukungan sosial bagi wanita dewasa muda setelah kematian pasangan hidup.

3. Masyarakat dan Komunitas sosial

Bermanfaat agar dapat merangkul dan membantu wanita-wanita dewasa setelah kematian pasangan hidup melalui pergumulan dengan saling memahami, sharing, dan saling mendukung supaya mereka dapat beradaptasi dengan situasi dan memecahkan masalah yang dihadapi.