

RESILIENSI PADA WANITA DEWASA AWAL SETELAH KEMATIAN PASANGAN

Dyah Reza Aini

Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, Email: dyah.18172@mhs.unesa.ac.id

Yohana Wuri Satwika

Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, Email: yohanasatwika@unesa.ac.id

Abstrak

Resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam beradaptasi, bangkit, serta bertahan dari keadaan menderita atau memiliki permasalahan, yang mana hanya bisa mengandalkan dirinya sendiri untuk bangkit. Penelitian ini memiliki tujuan, untuk mengetahui proses tercapainya resiliensi yang dilalui oleh wanita yang ditinggalkan pasangannya dalam menjalani kehidupannya. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus sebagai. Penelitian ini memiliki tiga subjek dengan kriteria wanita diusia dewasa awal berusia 20-40 tahun yang ditinggal meninggal oleh pasangannya karena sakit. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur dengan teknik analisis data menggunakan data tematik. Uji keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan *member checking*. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini memunculkan dua tema utama yaitu latar belakang keluarga dan gambaran resiliensi atau proses tercapainya resiliensi yang dilakukan oleh partisipan. Perilaku resilien bisa muncul ketika terdapatnya kemauan, dukungan, serta pendorong dari dalam diri dan lingkungan yang positif. Individu bisa dikatakan resilien ketika ia mampu bertahan dan kembali bangkit dari keadaan terpuruknya.

Kata kunci: resiliensi, wanita dewasa awal, kematian pasangan

Abstract

Resilience is the ability possessed by individuals to adapt, rise, and survive from suffering or having problems, which can only rely on themselves to rise. This study has a purpose, to determine the process of achieving resilience that is passed by women who are abandoned by their partners in living their lives. The type of research used is qualitative research with a case study approach. This study had three subjects with criteria for women in early adulthood aged 20-40 years who were left behind by their partners due to illness. The data collection technique used is semi-structured interviews with data analysis techniques using thematic data. Test the validity of the data in this study using member checking. The results obtained from this study raise two main themes, namely family background and a picture of resilience or the process of achieving resilience carried out by participants. Resilience behavior can emerge when there is a will, support, and encouragement from within and a positive environment. Individuals can be said to be resilient when they are able to survive and bounce back from their slump.

Keywords: *resilience, early adulthood, spouse death*

PENDAHULUAN

Tingkat kematian penduduk di Indonesia semakin tahun semakin bertambah banyaknya. Dirjen Duckcapil Kemendagri Zudan Arif Fakrulloh menjelaskan bahwa data statistik kependudukan mencatat angka kematian selamat empat bulan terakhir, yang dimulai dari bulan november tahun 2020 sampai dengan bulan Februari tahun 2021, data yang didapatkan sebanyak 355.332 jiwa penduduk dengan kematian yang tercatat (Kemendagri, 2021). Tercatat pada bulan November, sebanyak 87.161 jiwa kematian penduduk yang ada hingga pada bulan februari yang tercatat sebanyak 93.043 jiwa kematian penduduk Indonesia (Kemendagri, 2021).

Kematian sendiri merupakan sebuah kondisi yang terjadi dalam kehidupan dengan kita tidak dapat mencegahnya untuk tidak terjadi (Hurlock, 2011).

Kematian seseorang adalah suatu hal yang memang tidak ada yang dapat mencegahnya, karena memang akan terjadi pada setiap manusia atau makhluk hidup yang bernyawa (Zulfiana, 2013). Kematian seseorang sendiri dapat memberikan dampak besar bagi kehidupan orang terdekatnya. Seperti halnya kematian pasangan hidup.

Menurut Bonanno (2004), individu yang ditinggalkan akan memunculkan perasaan ketidakpercayaan, marah, keputusasaan, perasaan kehilangan, perasaan bersalah, dan perasaan tidak tenang dalam dirinya dan akan dirasakan dalam jangka waktu lama dengan intensitas yang cukup sering (Fernandez & Soedagijono, 2018). Menurut penelitian Joana, dkk (2015), tingkat kematian yang dialami oleh pasangan berada di peringkat pertama dari enam faktor mengenai keterpurukan yang dialami oleh seorang individu

(Widyataqwa & Rahmasari, 2021). Menurut Bowlby (1980), terdapat beberapa fase kedukaan yang dialami oleh individu yang kehilangan pasangan mereka yang mana ketika berada di puncaknya akan berakhir dengan fase reorganisasi yang mana sebagai langkah awal dalam menyesuaikan diri dengan keadaan barunya (Fernandez & Soedagijono, 2018).

Berdasarkan pernyataan yang telah dijelaskan diatas, kematian pasangan memberikan dampak serta pengaruh yang besar bagi kelangsungan diri individu baik dalam hal fisik, biologi, maupun psikologisnya. Begitu pula jika dialami oleh individu dengan rentang usia yang bisa dikatakan masih muda, ketidaksiapan untuk ditinggalkan diusia yang cukup muda dapat mempengaruhi psikologis individu dan kesehariannya. Bagi individu yang ditinggalkan kematian pasangan merupakan keadaan terendah dia sehingga membuatnya menyalahkan dirinya dan berada di titik terendahnya atau terpuruknya. Meskipun memang setiap individu akan menanggapi mengenai kematian pasangannya dengan berbagai hal, dan berbeda-beda. Namun pastinya rasa berduka yang dirasakan akan sama. Menurut Papalia (2012) *emotional pain* adalah perasaan yang dirasakan individu yang ditinggalkan oleh pasangannya hingga individu menjadi merasa tidak berdaya atau kehilangan kekuatan.

Kematian pasangan seringkali terjadi ketika berada di usia dewasa madya, namun tidak menutup kemungkinan kematian akan menghampiri individu yang berada di usia dewasa awal. Menurut Papalia, dkk (2004) dewasa muda adalah individu yang berada di rentang usia 21-40 tahun. Menurut Hurlock (1996), usia rentang masa dewasa awal pada individu adalah di usia 18-40 tahun, pada saat kondisi fisik serta psikologis yang dimiliki individu berubah dan berkurangnya kemampuan reproduktif (Putri, 2018). Kematian pasangan yang terjadi membuat seorang wanita orang tua tunggal bagi anak mereka. Kondisi dimana ia harus menjanda diusia yang muda menjadi sebuah tantangan emosional yang nantinya akan dihadapi oleh wanita yang kehilangan pasangannya (Naufaliasari & Andriani, 2013). Menurut Akamalia (2010), ada beberapa kesulitan yang nantinya akan dialami oleh wanita yang telah menyandang status janda, yaitu kesulitan ekonomi, sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar, kesulitan dalam melakukan pengasuhan kepada anak, dan juga wanita dengan tatus janda akan merasa kaget dengan kehidupan barunya karena tidak ada pasangan yang membantunya (Cahyani & Dwiyantri, 2021).

Penelitian yang dilakukan dengan mengangkat subjek dewasa awal mengenai tema resiliensi masih sangat jarang ditemi dan dibahas, padahal pada masa dewasa awal kehilangan pasangan atau suami adalah hal yang berat, selain dapat memberikan dampak psikologis yang besar

juga bisa memberikan dampak mengenai lingkungan tempat mereka tinggal.

Beberapa penelitian mengenai resiliensi pada *single mother* atau orang tua tunggal telah dilakukan. Salah satunya oleh Naufaliasari dan Andriani, dengan subjek sebanyak tiga orang wanita yang mana menjelaskan bahwa wanita yang suaminya meninggal memiliki beban dalam segi psikologis yang berat, yang mana mereka dituntut untuk menerima kenyataan yang sebelumnya tidak pernah dibayangkan. Pergantian yang dialami menjadi *single parent* setelah kematian suami adalah hal dan peristiwa yang sulit. Namun, meskipun begitu peneliti menyebutkan bahwa subjek memiliki resiliensi yang bagus, atau bisa dibilang subjek adalah individu yang resilien. Faktor dari luar dan dukungan sosial membantu untuk kehidupan subjek berlanjut dan subjek merasa tidak terpuruk dalam kesedihan (Naufaliasari & Andriani, 2013).

Terdapat penelitian yang juga dilakukan oleh Sari, dkk (2013), bahwa kehilangan pasangan dapat memberikan perubahan dalam hidup secara tiba-tiba yang mana mengharuskan individu untuk bertahan dan melakukan penyesuaian diri dengan kehidupannya yang baru. Perubahan yang dialami dalam kehidupan berlangsung secara cepat yang mana menuntut seorang wanita atau *single mother* diharuskan untuk mengembangkan kemampuannya dalam hal apapun dan diharuskan untuk melewati masa itu secara efektif.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Fernandez dan Soedagijono dengan subjek adalah seorang wanita yang berada di usia dewasa madya yang ditinggal meninggal oleh suami sebanyak tiga subjek. Penelitian menjelaskan bahwa dari ketiga subjek memberikan hasil mengenai cara mereka dalam beradaptasi dengan menghindari mengenai lingkungan sosial mereka yang memandang negatif mengenai seorang janda. Selain itu juga, terdapat dua faktor yang mempengaruhi subjek dalam melakukan adaptasi selepas kematian suami, yaitu faktor resiko dan faktor protektif. Faktor resiko sendiri meliputi dukungan yang didapatkan subjek dari keluarga serta lingkungan tempat tinggal dan juga sosialnya. Serta, dalam faktor resikonya sendiri meliputi keadaan ekonomi, komunikasi yang terjalin antar anggota keluarga, serta pekerjaan rumah tangga. Maka dalam penelitian disebutkan, ketiga partisipan dapat melakukan adaptasi diri dengan baik karena adanya kedua faktor tersebut (Fernandez & Soedagijono, 2018).

Penelitian dilakukan oleh Widyataqwa dan Rahmasari, dengan subjek sebanyak dua orang ibu rumah tangga. Dalam penelitian ini, menjelaskan bahwa, kedua subjek memberikan hasil, keduanya dapat untuk kembali bangkit dan mencari jalan keluar mengenai keterpurukan yang dialaminya hingga kembali dalam keadaan yang

stabil atau baik. Kedua subjek telah dapat melewati tentang segala proses dalam resiliensi yang ada, yaitu fase memburuk, fase penyesuaian, fase pemulihan, serta fase berkembang. Kedua subjek memilih untuk bertahan adalah anak-anak mereka (Widyataqwa & Rahmasari, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Zulfiana, dengan subjek sebanyak tiga orang. Penelitian menjelaskan bahwasannya ketiga partisipan tetap bertahan untuk menjalani hidupnya adalah karena anak-anak mereka yang mana memberikan mereka motivasi untuk tetap melanjutkan hidup dan enggan untuk menikah lagi. Membangun kedekatan yang lebih baik lagi dengan anak-anak juga merupakan alasan subjek untuk tetap bertahan hidup. Selain itu juga, dukungan sosial dan keluarga yang didapatkan juga membantu subjek untuk tetap bertahan dalam hidupnya (Zulfiana, 2013).

Dari penelitian yang dilakukan, bisa dikatakan menjadi orang tua tunggal atau *single parent* adalah hal yang tidak mudah, transisi yang mendadak dan penyesuaian diri yang harus segera dilakukan untuk melanjutkan hidup menuntun wanita yang ditinggal pasangannya harus melakukan dengan baik demi kelangsungan hidupnya maupun anaknya. Dukungan sosial, baik dari keluarga atau lingkungannya sangat penting untuk di dapatkan karena akan memberikan dorongan kepada *single parent* untuk tidak berlama-lama berada dalam keterpurukan.

Single parent memiliki pengaruh yang besar dan memiliki kewajiban dalam mengatur keluarganya yang dituntut oleh keadaan (Layliyah, 2013). *Single parent* diharuskan untuk menjadi dan melakukan peran ganda dalam keluarganya. Keluarga yang hanya memiliki satu orang tua dan anak adalah sebuah keluarga *single parent*, yang dituntut untuk mendidik, membesarkan, bertanggung jawab dan mengasuh anak sendirian tanpa ada pasangan (Layliyah, 2013).

Wanita *single parent* tentunya dituntut keadaan untuk dapat dengan cepat menyesuaikan dirinya, meskipun itu adalah keadaan yang tidak baik-baik saja untuk dirinya. Resiliensi adalah bentuk dari kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam beradaptasi dengan situasi yang sulit (Reivich & Shatte, 2003). Resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seorang individu mengenai cara ia dalam mencapai tujuan hidupnya yang baik, meskipun ia merasakan stres serta tantangan yang dapat menggangukannya (Mullin & Arce, 2008). Resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk menghadapi, mengatasi, mengambil makna, dan juga belajar pada saat hidup sedang di hadapkan pada situasi terpuruknya (Grotberg, 2003).

Resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam menghadapi kesulitan, dengan tujuan

pencapaian hidup yang lebih baik lagi (Liney & Joseph, 2012). Resiliensi adalah sebuah proses dalam pengelolaan mengenai dampak negatif yang ditimbulkan oleh situasi sulit yang selanjutnya dapat dikeluarkan dalam bentuk perilaku atau sikap yang positif (Sagone & Caroli, 2015).

Resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam beradaptasi, bangkit, serta bertahan dari keadaan menderita atau memiliki permasalahan, yang mana hanya bisa mengandalkan dirinya sendiri untuk mencapai tujuan hidupnya (Fernandez & Soedagijono, 2018). Resiliensi adalah kemampuan dalam melakukan pencegahan, menghadapi, meminimalisir, dan juga bisa menghilangkan sebuah kondisi yang menurutnya tidak menguntungkan bagi individu dan melakukan perubahan menjadi sebuah keadaan yang wajar (Saraswati et al., 2021)

Patterson & Kelleher (2005) mengungkapkan resiliensi menjadi tiga aspek dalam pembentukannya yaitu a) *Nilai pribadi*, nilai pribadi sendiri memberikan pengertian mengenai nilai yang terdapat dalam diri seorang individu, yang mana dilakukan untuk dapat melakukan penentuan mengenai tindakan apa atau perilaku apa yang harus dilakukan, di dalam nilai pribadi sendiri memiliki kemampuan dalam memiliki sebuah hal yang mana ia meyakini untuk bisa mencapainya; b) *Kemampuan diri*, aspek ini menjelaskan mengenai kemampuan diri individu dalam mengambil sebuah keputusan serta memilihnya seraya bertanggung jawab akan pilihannya; c) *Energi Pribadi*, aspek terakhir memberikan penjelasan mengenai kemampuan individu dalam melakukan segala hal meskipun dihadapkan dengan cobaan yang dihadapi dan tetap maju untuk melewatinya serta bangkit dari cobaan tersebut. Energi fisik, spiritual, serta emosional merupakan bentuk dari energi pribadi tiap individu.

Individu yang bisa dikatakan resilien dapat memiliki dan mencapai dua faktor resiliensi (Patterson & Kelleher, 2005), yaitu: a) *Faktor Resiko (risk factor)*, yang mana kemampuan dalam diri individu untuk kembali bangkit karena terdapatnya stressor yang menekannya secara langsung yang mana dapat mencegah untuk melakukan perbuatan menyimpang atau negatif. Faktor ini memiliki dua sumber, yakni internal dan eksternal. Internal sendiri adalah dari diri sendiri dan eksternal berasal dari luar diri (lingkungan dan keluarga); b) *Faktor Pelindung (protective factor)*, kemampuan yang dimiliki untuk kembali bangkit dengan cara melakukan modifikasi stimulus atau pun perilakunya dalam mengatasi stimulus negatif.

Resiliensi pada wanita dewasa awal ketika ditinggal meninggal oleh suaminya menurut peneliti memberikan resiliensi yang cukup bagus, sesuai dengan beberapa penelitian relevan yang telah dijelaskan, bahwa

wanita yang ditinggalkan meninggal oleh suami mampu kembali bangkit dan melewati masa sulitnya demi meneruskan kehidupannya dan anak mereka. Sesuai dengan teori resiliensi menurut Reivich & Shatte (2003) bahwa, wanita dewasa awal mampu untuk beradaptasi pada situasi mereka yang sulit, yaitu ketika mereka ditinggalkan meninggal oleh suami. Peneliti memilih dewasa awal karena pada usia dewasa awal perempuan terkadang masih sangat bergantung dengan pasangannya terlebih lagi jika usia pernikahan mereka masih sedikit.

Telah dilakukan studi pendahuluan dan mendapatkan sebanyak 3 partisipan yang memiliki kriteria sesuai dengan yang di tentukan oleh peneliti. Ketiga partisipan adalah seorang istri yang ditinggalkan oleh pasangannya meninggal yang dikarenakan oleh penyakit bawaan dan juga kecelakaan. Ketiga partisipan memiliki usia yang masih ada dalam rentang usia dewasa awal. Sesuai dengan studi pendahuluan yang telah saya lakukan, partisipan sedikitnya memberikan gambaran mengenai penyesuaian diri mereka terhadap keadaan yang dihadapinya. Peneliti akan melakukan penggalan data lebih terperinci lagi mengenai bagaimana proses resiliensi yang dilewati dan dilakukan oleh partisipan dalam menghadapi kehidupannya tanpa ada pasangan mereka masing-masing. Tujuan dari penelitian yang dilakukan ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran resiliensi yang dilalui oleh wanita yang ditinggalkan pasangannya dalam menjalani kehidupannya.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan sebuah pemahaman yang dilakukan secara terperinci, mendalam, dan lengkap akan sebuah permasalahan yang akan dikaji (Creswell, 2017). Pendekatan yang digunakan yaitu studi kasus, yaitu metode untuk melakukan pendalaman terhadap sebuah kasus dengan mengumpulkan bermacam-macam informasi (Raco, 2010). Dalam penelitian ini, informasi yang diambil adalah mengenai gambaran dan faktor apa yang mempengaruhi subjek untuk memunculkan perilaku resiliensi ketika ditinggalkan pasangannya

Peneliti memilih pendekatan studi kasus, karena sesuai dengan tujuan dari penelitian yang mana ingin lebih mengetahui mengenai proses yang lebih mendalam mengenai bagaimana resiliensi wanita yang ditinggalkan oleh pasangannya. Selain itu juga, studi kasus dipilih karena memungkinkan untuk melakukan penggalan data dengan lebih mendetail.

Partisipan

Subjek dalam penelitian ini diambil sebanyak tiga subyek, dengan kriteria yaitu merupakan wanita

dengan rentang usia dewasa awal yaitu usia 20-40 tahun, merupakan seorang *single parent*, pasangan telah meninggal dunia karena sakit, dan juga berperan dalam memenuhi kebutuhan rumah tangga. Subjek dipilih dengan melakukan teknik *purposive sampling*.

Tabel 1. Partisipan Penelitian

Nama	SW	NI	AS
Usia	35	38	34
Status sosial ekonomi	Menengah kebawah	Menengah Kebawah	Menengah Kebawah
Lama menjanda	7 bulan	2,5 tahun	1 tahun
Jumlah Anak	1	1	2
Pekerjaan	Buruh Pabrik	Wiraswasta	Buruh pabrik
Pekerjaan Suami	Penjahit tas	Wiraswasta	Penjahit tas

Tabel 2. Significant Other

Partisipan	SO	Status hubungan	Usia
SW	MA	Saudara Ipar	44
NI	SS	Adik Kandung	28
AS	DR	Saudara Kandung	36

Teknik Pengumpulan Data

Penggalan data oleh peneliti dilakukan dengan melakukan wawancara semi terstruktur yang dilakukan secara langsung atau tatap muka. Wawancara semi terstruktur dipilih dengan tujuan untuk memberikan kenyamanan pada partisipan ketika menceritakan pengalamannya dan juga dipilih untuk dan wawancara bisa berjalan dengan santai dan baik. Wawancara dilakukan sesuai dengan pedoman wawancara yang memuat sejumlah pertanyaan utama mengenai aspek-aspek resiliensi, identitas partisipan, pengalaman dan proses resiliensi ketika ditinggalkan oleh pasangan, serta bagaimana gambaran dari cara melalui peristiwa tidak menyenangkan tersebut. Selain wawancara, peneliti juga menggunakan teknik observasi dalam pengumpulan data.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data tematik dengan dasar dari teori resiliensi sendiri. Analisis data tematik pembuatannya dimulai dengan melakukan persiapan untuk mengorganisasikan data baik berupa gambar atau teks yang kemudian di analisis, di reduksi data menjadi sebuah tema dengan melalui pengodean serta peringkasan kode, kemudian yang terakhir merupakan

penyajian data baik disajikan dalam tabel, bagan, ataupun secara deskriptif (Creswell, 2015). Tema yang dipilih berdasarkan dengan pengalaman yang diungkapkan oleh ketiga partisipan ketika proses wawancara. Kemudian data hasil dari wawancara dituliskan dengan bentuk verbatim setiap partisipan, yang kemudian dapat merumuskan tema mengenai peroses resiliensi. Tema yang dipilih meliputi proses resiliensi dan sumber resiliensi.

Uji keabsahan data yang digunakan oleh peneliti adalah triangulasi data dan juga *member checking*. Triangulasi adalah pengecekan data melalui sumber yang beragam, teknik, serta waktu. Triangulasi dilakukan dengan pengecekan data yang telah diperoleh dari berbagai sumber (Mekarisce, 2020). Sumber yang digunakan adalah melibatkan *significant other*, yang merupakan orang terdekat partisipan. *Member checking* merupakan proses untuk mengecek data kepada sumber data. Yang mana, tujuannya adalah agar informasi yang diperoleh memiliki kesesuaian dengan sumber data (informan) (Mekarisce, 2020). *Member checking* dilakukan masing-masing pada setiap partisipan sebanyak dua kali.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Penelitian dilakukan dengan wawancara secara langsung bersama partisipan, yang mana menghasilkan dua tema utama dan dipaparkan pada bagian hasil yang meliputi **latar belakang** yang mencakup latar belakang kematian dan larat belakang keluarga, dan juga **gambaran resiliensi** yang meliputi keadaan ketika ditinggalkan, perasaan ketika ditinggalkan, alasan bertahan, dan respon lingkungan atau keluarga yang diterima oleh partisipasn.

Latar belakang

Partisipan I

Partisipan pertama merupakan seorang perempuan yang memiliki inisial SW berumur 35 tahun memiliki pekerjaan sebagai seorang buruh pabrik. SW berdomisili di Sidoarjo dan menempati rumahnya sendiri yang mana berdempetan dengan rumah mertuanya. SW memiliki seorang anak laki-laki. Suami SW meninggal dikarenakan penyakit jantung. Saat ini SW hanya hidup bersama anaknya, dengan pemasukan hanya dari gaji yang ia terima di pabrik. Karena suaminya sebelum meninggal adalah seorang penjahit tas yang tidak tetap. Jadi hanya SW yang memiliki penghasilan tetap dan pekerjaan tetap. Ekonomi SW sebelum ditinggalkan suami atau pun sesudah masih sama, ia berusaha mencukupkan kebutuhannya dengan upah yang didapatkan. Hubungan SW dengan suami

semasa hidupnya juga berjalan dengan baik. Suami SW semasa hidup adalah suami yang penyabar dan selalu mementingkan anak terlebih dahulu, seperti yang diungkapkan dalam kutipan hasil wawancara berikut:

[...] Dimata saya jelasnya suami saya yang paling sabar ya mbak- Apalagi kalau anak sakit, suami selalu siaga [...] (SW, 4 Februari 2022)

SW juga sempat mendapatkan perlakuan yang tidak menyenangkan yang di dapatkan dari ibu mertuanya selepas kepergian suami. Namun, ketika suami SW masih hidup, ibu mertuanya menyayangi SW dan memperlakukan layaknya seorang menantu yang disayang. Ibu mertua SW berubah menjadicuek, dan sering memarahi SW karena hal-hal kecil, seperti kelupaan untuk mengisi ulang bahan-bahan daur, atau pun karena kesalahpahaman. Seperti yang diungkapkan dalam kutipan hasil wawancara berikut

[...] Ketika suami SW meinggal itu mbak, ibu bener-bener berubah dan jadi nggak suka banget sama SW [...] (MA, 4 Februari 2022)

Kematian suami SW tidak terduga, setelah keadaannya berangsur membaik di dalam ruangan isolasi selama tiga hari yang juga pada siangya sang suami melakukan video call bersama anaknya di rumah namun, ketika maghrib suami SW meninggal dunia. Suami SW sudah sering keluar masuk rumah sakit, dan yang terakhir adalah yang terparah hinggal harus masuk ruang isolasi meskipun ia tidak sakit Covid-19, suaminya memiliki penyakit jantung yang telah di derita lama. Ketika SW yakin suaminya akan membaik namun ternyata takdir berkata lain, ia harus kehiangan suaminya selama-lamanya. Seperti yang diungkapkan dalam kutipan hasil wawancara berikut:

[...] Setelah masuk ruang isolasi selang 3 hari itu enakan mbak terus waktu maghrib suami saya sudah tidak ada [...] (SW, 4 Februari 2022)

[...] Waktu itu emang sudah sakit mbak, sakitnya di jantung. Terus kan suami saya dirujuk ke rumah sakit, nah di rumah sakit akhirnya rawat inap mbak, itu rawat inap 2x dan yang terakhir itu suami saya meninggal [...] (SW, 4 Februari 2022)

Partisipan II

Partisipan kedua merupakan seorang perempuan yang berinisial NI dan berusia 38 tahun yang bekerja sebagai wiraswasta atau usaha catering. NI memiliki satu orang anak. Sebelum ditinggalkan oleh pasangannya, NI tinggal di Blitar dan membangun usaha kecil disana bersama dengan suami dan anaknya, namun ketika sang suami meninggal NI memutuskan untuk pindah ke Sidoarjo bersama ibu dan adiknya, karena perlakuan tidak menyenangkan sang mertua yang membuatnya memutuskan untuk pindah. Pekerjaan suami NI sebelum meninggal adalah penjahit tas panggilan dan menjaga toko kelontong kecil miliknya. Seperti yang diungkapka dalam kutipan hasil wawancara berikut:

[...] Dulu pekerjaan suami saya ya dirumah, wirasasta biasa. Kadang juga menjahit tas kalau disuruh orang, kadang juga menjaga toko kita dulu. (NI, 18 Januari 2022)

Setelah kematian suaminya NI memutuskan untuk pindah ke Sidoarjo dan tinggal bersama dengan ibu, adik, dan juga anaknya. Dan mulai dari situ NI mencukupi kebutuhannya, ibu, dan anaknya dengan membuka usaha catering. Ekonomi keluarga NI semasa suami hidup maupun setelah kepergian suami masih sama, mencoba mencukupkan hasil dari pekerjaan yang ia miliki. Semasa kehidupan pernikahan NI, ibu mertuanya dan keluarga dari suaminya tidak menyukai keberadaannya. Semasa hidupnya, NI menceritakan bahwa suaminya adalah orang yang bijaksana, ia selalu dituntun untuk selalu berbuat baik. Selain itu juga, NI mengatakan bahwa ia selalu di beritahu oleh suaminya bahwa keluarga adalah yang nomer satu, baik dalam keadaan senang ataupun susah, kebahagiaan keluarga itu nomer satu. NI dan suami bisa dibilang adalah pasangan suami istri yang rukun dan jarang bertengkar, karena memang sesuai ungkapan NI bahwa umurnya dan suami yang terpaut cukup jauh yang membuat suami NI lebih dewasa. Sesuai dengan yang diungkapkan dalam kutipan wawancara berikut:

[...] Mbak NI sama suami semasa hidupnya itu bisa dibilang rukun-rukun aja, tapi ya namanya rumah tangga pasti kadang suka ribut, tapi ya ndak besar. Paling karena berbeda pendapat [...] (SS, 18 Januari 2022)

Penyakit komplikasi yang di derita oleh suaminya membuat NI menjaganya cukup lama. Hingga akhirnya ia kehilangan suaminya. Selain penyakit yang i derita suaminya, usia sang suami juga mempengaruhi penyakit yang di deritanya, karena memang jarak usia

antara NI dan sang suami cukup terpaut jauh. Karena penyakit yang di deritanya, suami NI tidak dapat melakukan apa-apa sendiri, baik untuk berdiri atau pun makan. Hal tersebut sudah berlangsung kurang lebih selama 2 tahun. Semua keperluan suaminya, sebisa mungkin di *handle* sendiri oleh NI meskipun sesekali dibantu oleh sang anak. Seperti yang diungkapkan dalam kutipan wawancara berikut:

[...] dan suami saya saat itu memiliki penyakit komplikasi dan hanya bisa terbaring di kamar selama bertahun-tahun hingga meninggal. [...] (NI, 18 Januari 2022)

[...] Segala urusan kegiatan sehari-hari suaminya selalu di handle sama mbak. Mulai dari pagi hingga malam. Karena memang suaminya ya percaya segalanya sama istrinya. [...] (SS, 18 Januari 2022)

Partisipan III

Partisipan ketiga merupakan seorang perempuan berusia 34 tahun, dan tinggal di Sidoarjo dengan inisial AS. AS dan suami memiliki dua anak. AS bekerja di salah satu pabrik yang ada di Sidoarjo, sedangkan sang suami semasa hidupnya adalah seorang penjahit tas dan menjaga warung. Suami AS sebelum menjaga warung adalah pekerja kontrak di KAI, namun karena beberapa hal ia di putus kontrak oleh pihak KAI dan memutuskan untuk berjualan ketika malam dan menyambi dengan menjahit tas. Ekonomi AS dan keluarganya perlahan menurun. Begitu pula dengan ketika AS sudah ditinggalkan suaminya, AS mengungkapkan bahwa ia hanya hidup sederhana saja dan berusaha untuk mencukupi kebutuhannya dengan gaji dari pabrik serta warungnya yang ia buka hanya pada malam hari. Hubungan rumah tangga AS dengan suami ketika masih hidup jarang terjadi pertengkaran, hanya pertengkaran kecil saja layaknya kehidupan rumah tangga. Seperti yang diungkapkan dalam kutipan wawancara berikut:

[...] Baik mbak, baik banget malahan. Mereka tuh saling ngerti gitu loh. Dan kalo kata saya, mereka saling melengkapi satu sama lain. Nggak pernah saya tahu suaminya itu bentak-bentak mbak AS. [...] (DR, 16 Februari 2022)

Menurut AS dan orang disekitar, suaminya memiliki kepribadian yang baik dan sangat sabar, baik dengan AS atau pun dengan anak-anaknya. Suaminya juga selalu mementingkan kepentingan anaknya, dan menomor satukan anaknya dalam apapun. Hubungan

AS dengan keluarganya maupun dengan keluarga suaminya bisa dibilang baik-baik saja, baik ketika ia ditinggalkan oleh sang suami atau pun ketika suaminya masih hidup. Dan saling memberikan support satu sama lain.

Kepergian suami AS juga bisa dibilang secara mendadak, meskipun memang sang suami memiliki penyakit darah tinggi dddan komplikasi lain bawaan. AS tidak pernah mengira kalau akan ditinggalkan suaminya dalam keadaan tidur. Meskipun memang sempat dirawat, namun AS tidak pernah terpikirkan akan hal tersebut. Ketika di rumah sakit, AS selalu memantau keadaan suaminya hingga yang awalnya suami AS berada di UGD dipindahkan ke ICU, yang pada akhirnya suami AS meninggal dunia. Seperti yang diungkapkan dalam kutipan wawancara berikut:

[...] darah tinggi suami saya sekitar 197 dan sama dokter itu disuntik terus dan turun mbak tapi ya turunnya nggak banyak, turunnya 175 itu jam 12 siang. Terus sama dokter disuruh pindah ke ICU, di ICU itu dokter bilang lagi kalau pembuluh darah suami saya sudah pecah sambil nunjukin ct scan, dan dokter bilang suami saya sudah meninggal gitu mbak [...] (AS, 16 Februari 2022)

Gambaran resiliensi

Keadaan ketika ditinggalkan

Kematian yang mendadak dan tidak ada persiapan sama sekali dari pihak yang ditinggalkan membuat keadaan yang ditinggalkan bisa dikatakan tiadak siap, mengelak, tidak percaya, dan kehilangan. Hal ini dirasakan oleh ketiga partisipan tentunya. Meskipun partisipan mencoba untuk mengikhlaskan, namun perasaan tidak percaya akan dirasakan tentunya. Seperti yang diungkapkan dalam kutipan wawancara berikut:

[...] Saya blank ya mbak jujur, saya bingung nanti bagaimana kehidupan saya nggak ada suami [...] (SW, 4 Februari 2022)

[...] saya merasa sangat terpukul dan seperti mengelak gitu mbak sama kenyataan juga merasa bahwa bagian dari saya hilang ya, karena saya setiap hari merawat juga jadi kayak hampa [...] (NI, 18 Januari 2022)

[...] saya kayak orang yang nggak keramut mbak. Nangis doang, dan katanya saya beberapa kali pingsan saking nggak kuatnya

sama kenyataan kalau suami saya sudah nggak ada lagi [...] (AS, 16 Februari 2022)

Terlepas dari rasa tidak percaya dengan kenyataan yang ada, ketiga partisipan meyakini dirinya sendiri untuk tetap bertahan demi anak mereka. Kepergian suami membuat mereka harus beradaptasi dengan berbagai kesulitan di kehidupan baru tanpa suaminya. Ketiga partisipan berusaha kembali bangkit dan bertahan meskipun keadaannya masih tidak baik-baik saja. Seperti yang diungkapkan dalam kutipan wawancara berikut:

[...] Saya susah payah meyakini diri sana untuk bertahan mbak. Jatuh bangun saya rasakan hanya untuk bertahan untuk anak saya supaya anak saya tetap hidup cukup [...] (SW, 4 Februari 2022)

[...] saya harus bangkit untuk anak saya, karena saya hanya memiliki anak semata wayang jadi harus memikirkan masa depannya [...] (NI, 18 Januari 2022)

[...] Jelasnya saya bertahan ya mbak, sampai detik ini saya masih mencoba untuk tetap bertahan [...] (AS, 16 Februari 2022)

Kepergian sang suami membuat ketiga partisipan menjadi tulang punggung keluarga, hal tersebut sangat sulit bagi mereka, namun mereka tetap tegar dan terus bangkit demi memenuhi kebutuhan hidupnya dan anak. Bertahan dan bangkit merupakan kata yang harus dilakukan oleh ketiga partisipan demi keberlangsungan hidupnya dan sang anak. Meskipun berat tapi ia juga harus menjaga anaknya sesuai dengan amanat, dan jani mereka kepada suami. Kedaan ketika ditinggalkan tentunya sangat berat untuk dilalui oleh ketiganya, namun mereka bisa dan tetap kuat untuk menjalaki kehidupan mereka selanjutnya, dengan dukungan dan penguat proses resiliensi mereka, mereka berhasil untuk kembali bangkit lagi. mimpi-mimpi sang anak dan masa depan anak adalah salah satu penguat bagi para partisipan untuk tetap bertahan.

Perasaan ketika ditinggalkan

Kepergian seseorang tentunya memberikan rasa sedih mendalam bagi yang ditinggalkan. Seperti yang dirasakan oleh ketiga partisipan. Kematian suaminya memberinya rasa sedih mendalam. Seperti yang diungkapkan dalam kutipan wawancara berikut:

[...] Saya sedih mbak, marah, kecewa, dan bingung saya nggak tahu harus bagaimana saat itu. Kayak hilang dan nggak ada tujuan waktu ditinggal suami [...] (SW, 4 Februari 2022)

[...] Pastinya sedih, karena ya suami saya yang mengajarkan banyak hal tentunya [...] (NI, 18 Januari 2022)

[...] jelasnya sedih banget ya mbak, pastinya juga saya ngerasa kehilangan mbak. Dan juga kaya gelo, apa ya nelangsa gitu [...] (AS, 16 Februari 2022)

Keadaan terpuruk tentunya bisa dirasakan oleh para partisipan di keadaan mereka pada saat itu, perasaan putus asa atau menyerah jelas dirasakan oleh mereka. Kehilangan sosok pendamping dan harus berjuang sendirian untuk menghidupi anak mereka merupakan faktor yang membangkitkan rasa putus asa mereka. Perubahan keadaan yang awalnya bersama menghadapi sertiap permasalahan dan menjadi diharuskan menghadapi sendiri juga salah satu hal yang bisa meningkatkan rasa putus asa mereka. Namun, meskipun begitu, ketiganya memilih untuk tetap berjuang dan bangkit perlahan serta memperbaiki keadaan yang ada bersama anak-anak mereka. Seperti yang diungkapkan dalam kutipan wawancara berikut:

[...] Menyerah pastinya saya sering mengalami dan merasakan mbak, apalagi kalau ada tekanan dari kerjaan dan dirumah juga ada tekanan dari mertua. [...] (SW, 4 Februari 2022)

[...] Iya kalo putus asa pernah, mungkin lelah dengan pekerjaan atau mungkin bosan dengan keadaan [...] (NI, 18 Januari 2022)

[...] Tentunya saya pernah banget mbak ngerasa pengen nyerah aja. Sudah nggak ada teman ngobrol dan ngeluarin keluh kesah lagi pas malem. Apalagi kalau masalah kerjaan. [...] (AS, 16 Februari 2022)

Alasan bertahan

Sesuai dengan pernyataan ketiga partisipan, anak, masa depan anak, dan mimpi-mimpi sang anak merupakan alasan terbesar ketiganya untuk tetap bertahan dan kembali bangkit. Kepentingan terbesar ketiganya sekarang adalah masa depan yang baik bagi anak mereka, karena hanya tinggal anak mereka lah

satu-satunya harta yang ditinggalkan oleh suami mereka. Meskipun kehidupan yang dijalani tidak mudah, namun mereka harus tetap melanjutkannya demi masa depan anak. Karena bagi ketiganya, anak adalah segalanya untuk mereka sekarang, tempat mereka pulang, sumber kebahagiaan mereka, dan penyemangat mereka Seperti yang diungkapkan dalam kutipan wawancara berikut:

[...] ya tetap bertahan dan bertahan. Nggak ada caranya menurut saya. Soalnya emang saya tetap bertahan dan tetap hidup untuk anak saya gitu [...] (SW, 4 Februari 2022)

[...] Kalau saya putus asa ya saya tinggal ingat anak aja, nanti jadi semangat lagi. [...] (NI, 18 Januari 2022)

[...] Acuan saya untuk kembali bangkit lagi ya anak-anak saya ya mbak. Apalagi anak-anak saya juga punya impian [...] (AS, 16 Februari 2022)

Janji dan amanah yang diberikan oleh suami ketiga partisipan juga salah satu alasan mereka untuk tetap bertahan, meskipun keadaan pada saat itu sangat tidak terkendali bagi mereka. Ketiganya tetap bertahan dan bangkit kembali untuk anak-anak mereka. Tidak peduli rintangan yang ada di hadapan mereka sebesar apa, baik SW, NI, maupun AS sepakat untuk kembali bangkit lagi demi anak dan amah yang diberikan oleh suami mereka.

Respon keluarga/lingkungan

Dukungan dari sekitar juga penting untuk keberhasilan untuk memunculkan perilaku resilien bag ketiga partisipan, terutama dukungan yang mereka dapat dari keluarga. Meskipun ibu mertua SW dan NI kurang menyukai keberadaan keduanya sebagai menantu, tapi mertua mereka tetap memberikan dukungan dan menguatkan mereka. Berbeda dengan AS yang mendapatkan banyak dukungan dari keluarga, baik dari keluarganya dan juga keluarga suaminya. Bagi ketiganya, dukungan dar keluarga merupakan salah satu penyemangat mereka untuk kembali bangekit dan bertahan untuk melanjutkan kehiupan mereka. Seperti yang diungkapkan dalam kutipan wawancara berikut:

[...] kalau keluarga suami saya dari saudaranya coba menenangkan saya ya jelasnya, ibu mertua saya pun gitu. Dan

keluarga saya sendiri juga mencoba buat menenangkan saya [...] (SW, 4 Februari 2022)

[...] Keluarga saya sendiri sangat supportive selalu mendukung apa yang saya lakukan. Namun dari pihak keluarga suami saya, mereka selalu menganggap saya masih muda dan tidak bisa menjaga anak saya [...] (NI, 18 Januari 2022)

[...] Apalagi anak saya, dia selalu menenangkan saya dan membuat saya kembali semangat dan pelan-pelan saya dan anak saling memberikan tumpuan satu sama lain [...] (SW, 4 Februari 2022)

[...] keluarga saya pastinya akan mendukung penuh pilihan saya [...] (AS, 16 Februari 2022)

[...] Saya nggak bisa berbuat banyak ya mbak saat itu, saya cuma bisa menenangkan saja [...] (MA, 4 Februari 2022)

[...] Kalau ke mbak AS ya kita support tetep, [...] (DR, 16 Februari 2022)

Lingkungan ketiga partisipan tentunya memberikan semangat dan dukungan positif kepada para partisipan. Namun, ada juga yang memberikan omongan kurang enak kepada AS dan SW yang mana menyuruh mereka untuk mencari suami dan menikah lagi, karena usia mereka yang masih cukup muda. Bagi *significant* other keduanya al tersebut krang etis dan baik untuk di katakan kepada kedua partisipan karena memang kepergian suami mereka belum genap satu tahun tapi sudah disuruh untuk menikah kembali. Berbeda dengan lingkungan sekitar NI, lingkungan sekitarnya tetap support dan memberikan dukungancara positif kepada NI. Seperti yang diungkapkan dalam kutipan wawancara berikut:

[...] Waktu suami habis meninggal dapet 2 bulan kalau nggak salah, tetangga itu nyuruh saya nikah lagi dan pergi dari rumah suami saya [...] (SW, 4 Februari 2022)

[...] seperti menyuruh saya untuk menikah lagi dan hidup bahagia sama suami baru saya [...] (AS, 16 Februari 2022)

[...] Kalau tetangga dekat tentunya ya memberikan bela sungkawa dan menguatkan mbak AS ya mbak [...] (DR, 16 Februari 2022)

[...] Tentunya berbela sungkawa ya, dan kan waktu meninggal kemarin marak Covid jadi mau juga tidak banyak yang datang hanya tetangga dekat dan keluarga saja. Tapi sepenglihatan saya tetangga dan keluarga juga turut menenangkan mbak dan memberikan semangat untuk mbak [...] (SS, 18 Januari 2022)

PEMBAHASAN

Berdasarkan dengan hasil yang sudah dipaparkan diatas, perilaku resilien ini tergambar pada ketiga partisipan, yang mana ketiganya memunculkan perilaku resilien dengan tetap bertahan pada keadaan sulit mereka dan mampu untuk kembali bangkit meskipun mereka juga masih berada dalam keadaan sulitnya. Meskipun terdapat beberapa tekanan dan cobaan ketika mereka akan mencoba untuk kembali bangkit dari keadaan sulitnya. Kepergian pasangan tentunya sangat memberikan sakit kepada yang ditinggalkan, baik secara fisik maupun psikis. Selain itu juga, kepergian pasangan yang mendadak juga memberikan ketidak siapan bagi yang ditinggalkan baik dari segi psikis maupun fisiknya. Ketiganya menunjukkan sikap yang resilien ketika memutuskan untuk bertaha dan kembali bangkit serta melanjutkan kehidupannya, dengan menjadikan anak sebagai acuannya untuk tetap bertahan dan juga kemauannya untuk tidak putus asa dan tetap berjuang demi masa depannya sendiri mau pun masa depan sang anak

Nilai pribadi, merupakan aspek pertama yang dikemukakan oleh Patterson & Keller (2005) yang menjelaskan mengenai mengenai nilai yang terdapat dalam diri seorang individu, yang mana dilakukan untuk penentuan mengenai tindakan atau perilaku apa yang harus dilakukan, di dalam nilai pribadi memiliki kemampuan sebuah hal yang diyakini untuk bisa mencapainya. Sesuai dengan aspek pertama, ketiga partisipan memunculkan sikap dalam menentukan mengenai keputusan apa yang akan diambil untuk kedepannya, ketiga partisipan memutuskan untuk meyakini diri mereka untuk bertahan dalam keadaan sulit mereka, harus menentukan kemana akan berjalan, bangkit atau menyerah. Namun, ketiganya memutuskan untuk bertahan demi anak mereka dan kembali melanjutkan kehidupan mereka. Meskipun tidak mudah untuk ketiga partisipan dalam mengambil keputusan, tapi hal tersebut harus dilakukan untuk

kehidupan mereka. Sehubungan dengan hasil dari tema kedua pada bagian alasan mereka bertahan, hal tersebut selaras dengan aspek pertama ini yang mana alasan untuk mereka bertahan ialah anak mereka yang mana ketiga partisipan dapat meyakini dirinya bisa untuk kembali bangkit karena anak mereka. Keyakinan akan kemampuan dalam diri mereka merupakan salah satu faktor yang dimiliki oleh ketiga partisipan dalam menentukan keputusannya..

Partisipan I SW, memilih anak dan impian sang anak untuk kembali bangkit dan tetap bertahan agar sang anak dapat mencapai impiannya. Meskipun tidak mudah untuk dilakukan, SW tetap berusaha untuk kembali bangkit lagi dan menjalani kehidupannya dengan anaknya. Partisipan II NI, memiliki penguat untuk kembali bangkit adalah anak semata wayangnya. Selain itu, NI juga ingin membuktikan kepada mertuanya bahwa ia dapat mendidik dan membesarkan anaknya dengan baik. Partisipan III AS pun sama. Ia menjadikan anaknya sebagai semangat dia untuk terus hidup. Karena memang hanya anaknya yang ada di hidupnya sekarang

Kemampuan Diri, merupakan aspek kedua yang dikemukakan oleh Patterson & Kelleher (2005). Yang menjelaskan kemampuan dalam mengambil keputusan dan bertanggung jawab terhadap pilihannya. Tentunya, hal ini tidak mudah dilakukan. Namun, ketiga partisipan diharuskan untuk melakukan itu dalam keadaan mereka yang tidak baik-baik saja. Karena memang kehilangan pasangan bukanlah hal yang mudah untuk diterima dan dilewati. Ketiga partisipan memilih untuk tetap bertahan dan bertanggung jawab dengan pilihannya. Pertanggungjawaban yang dilakukan oleh ketiga partisipan adalah hidup dengan baik dan merawat anak dengan baik, serta janji mereka kepada suami mereka. Memutuskan untuk bertahan bukanlah hal yang mudah bagi ketiga partisipan. Tanggung jawab yang dilakukan oleh ketiga partisipan bukan hanya karena memang itu tugas sebagai orang tua, tapi juga janji dan amanah yang telah mereka dapatkan dari pasangan mereka sebelum ditinggalkan adalah hal yang memperkuan para partisipan, hal tersebut diungkapkan para partisipan ketika wawancara berlangsung. Perubahan ekonomi dan kehidupan sehari-hari dirasakan oleh ketiganya, serta menjadi orang tua tunggal bagi anak-anak mereka bukanlah hal yang mudah. Menjadi orang tua tunggal juga diharuskan untuk mempunyai peran ganda. Diharuskan untuk mendidik, merawat dan membesarkan anaknya dengan baik tanpa di dampingi oleh pasangan merupakan hal yang tidak mudah untuk dilakukan. Namun, ketiga partisipan dapat melakukan itu dalam kehidupan kesehariannya. Keputusan dalam

mengambil pilihan juga membutuhkan dorongan dan dukungan yang kuat dari orang-orang terdekat. Dengan adanya dukungan dapat memberikan semangat pada ketiga partisipan untuk melewati proses sulitnya hingga memutuskan untuk kembali bangkit dari masa sulitnya. Dukungan dari keluarga dan anak adalah hal yang diterima oleh ketiga partisipan ketika berada di masa sulitnya. Dukungan positif dari orang terdekat dan juga amanah yang diberikan oleh pasangan mereka merupakan hal yang dipeang ketiganya untuk bertanggung jawab dengan keputusan mereka untuk bertahan demi keberlangsungan hidupnya dan sang anak.

Energi Pribadi, merupakan aspek terakhir yang dikemukakan oleh Patterson & Kelleher (2005), yang menjelaskan mengenai kemampuan dalam melakukan segala hal meskipun dihadapkan dengan cobaan namun tetap maju dan bangkit, yang mana di dalamnya terdapat energi spiritual dan emosional. Ketiga partisipan memberikan perilaku yang sama pada saat mengetahui bahwa suami mereka sudah meninggal. Yaitu merasa kehilangan dan tidak percaya. Kepergian pasangan tentunya tidak mudah untuk diterima begitu saja oleh individu. Butuh kesadaran dan keikhlasan yang besar untuk dapat menerimanya. Kepergian pasangan bisa memberikan beberapa dampak pada individu yang ditinggalkan, bisa berupa perubahan lingkungan mereka hingga cara mereka dalam berpikir kedepannya. Berdasarkan dengan hasil yang sudah di paparkan diatas perasaan sedih, kosong, hampa, kecewa dirasakan oleh ketiga partisipan. Kepergian pasangan mereka membuat keadaannya berantakan dan bahkan ketiga partisipan juga tidak baik-baik saja, tidak ada yang bisa merasakan bagaimana rasa sedih mereka kecuali mereka sendiri pada saat itu. Kemauan yang ada dalam dirinya, dukungan positif yang diterima, dan keberadaan sang anak merupakan energi yang dimiliki oleh ketiga partisipan untuk bertahan dan kembali bangkit di masa sulitnya, sehingga para partisipan dapat memunculkan perilaku resilien. Meskipun perasaan tidak baik-baik saja dirasakan oleh ketiga partisipan, namun mereka harus segera bangkit dan memulai kehidupannya dengan anak-anak. Karena hanya anak-anak nya lah yang mereka miliki.

Berdasarkan tema pertama yang dipaparkan dalam hasil, yang menjelaskan mengenai latar belakang dan latar belakang kematian suami masing-masing partisipan, yang mana suami partisipan meninggalkan mereka secara mendadak yang memberikan ketidak siapan bagi partisipan untuk menerimanya. Kehilangan pasangan yang dirasakan oleh para partisipan membuat mereka terpukul dan

mengubah segala keadaan yang ada. Tidak terkecuali dengan keadaan keluarga mereka. Hal ini diungkapkan oleh para partisipan sesuai dengan hasil dari wawancara yang telah dilakukan. Kematian pasangan mereka yang bisa dikatakan tidak ada persiapan juga memberikan pengaruh pada diri ketiga partisipan.

Tema kedua menjelaskan mengenai gambaran resiliensi yang dilalui oleh partisipan dengan dibagi dalam beberapa bagian, partisipan ketiganya mengatakan bahwa mereka merasakan kehilangan yang teramat dalam dan merasa sedih ketika mereka tahu kalau suami mereka telah pergi untuk selamanya, hal tersebut juga membuat keadaan ketiganya tidak baik. Ketiganya tidak ada yang merasa siap ketika ditinggalkan, namun hidup memang harus terus berjalan yang mana membuat ketiganya meskipun berada di situasi yang tidak baik-baik saja namun harus bertahan dan kembali menjalani kehidupannya demi anaknya. Dukungan yang di dapatkan oleh ketiganya baik dari lingkungan maupun keluarga sukses membantu ketiganya untuk kembali bangkit lagi dan lebih tegar menjalani kehidupannya yang baru, meskipun memang terkadang terdapat rasa menyerah atau putus asa karena memang tempat mereka berlekuh kesah sudah tidak ada, namun ketiganya masih tetap untuk bertahan hingga saat ini.

Ketiga partisipan memutuskan untuk tetap bertahan karena anak-anak mereka dan keluarga mereka, dorongan dan dukungan dari keluarga dan anak membantu ketiga partisipan dalam melewati proses mereka untuk kembali bangkit dengan baik. Impian dan janji yang diberikan dari pasangan mereka juga yang membantu dalam memutuskan untuk tetap bertahan dan kembali bangkit dari masa sulitnya. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zulfiana (2013) yang memberikan hasil dari penelitiannya bahwa anak merupakan motivasi tertinggi untuk tetap bertahan dalam hidupnya, serta dukungan positif baik dari keluarga maupun lingkungan juga dapat membantu subjek untuk tetap bertahan di hidupnya dan memilih untuk kembali bangkit. Hal tersebut juga dilakukan oleh ketiga partisipan yang mana ketiganya setuju bahwa anak adalah faktor terbesar untuk bertahan dan kembali bangkit. Menurut ketiganya, anak mereka adalah semangat mereka dan juga alasan terbesar mereka untuk tetap berjuang. Ketiga partisipan juga setuju faktor lingkungan yang positif dapat membantu untuk proses resiliensi berjalan dengan cepat.

Kehilangan pasangan tentunya memang berat dan merubah keseharian mereka. Sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Sari, dkk (2013), bahwa kehilangan pasangan secara tiba-tiba

mengharuskan individu untuk menyesuaikan diri dengan keadaan baru. Bagi ketiga partisipan, hal tersebut adalah yang paling susah untuk dilakukan, karena memang rasa kehilangan yang mendalam serta beberapa repon negatif yang diberikan oleh lingkungan dapat mempengaruhi hal tersebut. Perubahan yang diberikan oleh mertua juga memberikan pengaruh pada penyesuaian partisipan dengan keadaan baru mereka. Namun, ketiga partisipan dapat melewati itu dengan baik dan melanjutkan kehidupannya bersama dengan sang anak dengan baik.

Faktor dari lingkungan individu merupakan salah satu cara untuk mereka lebih cepat melewati masa sulitnya, hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fernandez dan Seoedagijono (2018) yang mana menghasilkan individu memiliki dua faktor yang mempengaruhi dalam proses beradaptasi selepas kematian pasangannya. Faktor resiko yang meliputi dukungan dari keluarga dan lingkungan subjek, dan juga faktor protektif yang meliputi keadaan ekonomi dan komunikasi. Pada ketiga partisipan pada faktor resiko ketiganya memiliki dukungan yang positif baik dari keluarga dan lingkungannya. Meskipun lingkungan mereka tidak sepenuhnya positif tapi dukungan dari orang terdekatnya memberikan semangat dan mempercepat keadaannya untuk beradaptasi di lingkungannya yang baru, meskipun memang tidak mudah dilakukan tapi akan membantu untuk mempercepat beradaptasi. Faktor protektif yang dialami ketiganya adalah ekonomi dan komunikasi, dari segi ekonomi ketiganya bisa dibilang sederhana dan mencoba untuk mencukupkan, namun meskipun begitu ketiga partisipan tetap mampu untuk beradaptasi dengan baik, ketiganya juga memiliki komunikasi yang baik antar anggota keluarga. Meskipun pada awalnya memang komunikasi terjalin cukup susah karena para partisipan yang masih shock atau pun masih enggan untuk berbicara namun, setelahnya komunikasi antar anggota keluarga berjalan dengan baik dan saling melengkapi antara partisipan dengan anak-anak mereka.

Ketiga partisipan memunculkan perilaku resilien mereka, yang mana hal tersebut juga sesuai dengan faktor resiliensi yang dikemukakan oleh Patterson & Kelleher (2005), yang pertama *Faktor resiko* yang merupakan kemampuan untuk kembali bangkit karena adanya stresor dan mencegah untuk tidak melakukan penyimpangan sosial. Ketiga partisipan yang kesulitan keadaannya ketika ditinggalkan oleh pasangan mereka tetap bertahan dan memilih untuk kembali bangkit dari keterpurukannya demi anak dan keluarga yang juga menjadi pendorong mereka untuk tetap bertahan. Kedua, *Faktor pelindung*

kemampuan dalam kembali bangkit dengan melakukan modifikasi stimulus atau perilaku. Ketiga partisipan dengan kembali bangkit menggunakan cara mereka masing-masing. Perilaku mereka yang awalnya saling bergantung dengan pasangan mereka yang kemudian menyebabkan mereka bergantung dengan diri mereka sendiri dan berjuang demi kelangsungan hidup mereka dengan anak-anak mereka.

Ketiga partisipan memberikan perilaku yang resilien, ketiganya memenuhi masing-masing aspek resilien di atas dan menunjukkan perilaku resilien dengan tetap bertahan dan berusaha untuk kembali bangkit ketika keadaannya masih belum baik saja dan berhasil untuk menyesuaikan dirinya dengan keadaan kehidupannya. Dengan dukungan dari sekitar dan kehadiran sang anak membantu ketiga partisipan untuk bertahan dan kembali bangkit dari keterpurukannya. Serta melawan segala lika-liku yang ada ketika proses kembali bangkit dilakukan. Baik dari pihak keluarga atau pun dari pihak luar seperti lingkungannya

PENUTUP

Kesimpulan

Hasil yang telah didapatkan dari penelitian ini memberikan kesimpulan bahwa, individu yang resilien membutuhkan dukungan positif serta pendorong yang kuat untuk memunculkan perilaku resilien. Dukungan dari lingkungan sekitar dan kemauan diri sendiri serta anak sebagai pendorong bisa membuat individu tersebut memunculkan perilaku resilien, hal ini dialami oleh ketiga partisipan. Sesuai dengan pengertian mengenai resiliensi diatas dan juga hasil dari penelitian, maka resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk bertahan, bangkit, serta beradaptasi pada situasi sulit mereka ketika dihadapkan oleh sebuah permasalahan, perilaku resilien akan muncul ketika orang mampu bertahan dan kembali bangkit dari keterpurukannya, serta memenuhi ketiga aspek yang dimiliki oleh resiliensi yang merupakan nilai pribadi, kemampuan diri, dan energi pribadi. Selain itu juga, individu bisa dikatakan resilien jika dapat mencapai dua faktor resiliensi yaitu faktor resiko dan faktor pelindung.

Saran

Terdapat beberapa saran yang ditemukan berdasarkan dengan penelitian ini, yaitu:

- a. Bagi seorang istri yang ditinggalkan, memiliki dorongan dan kemauan dalam diri sendiri dapat membantu mempercepat kondisi resilien yang dimiliki, yang mana akan mempermudah untuk diri sendiri kembali bangkit dari masa sulitnya

- b. Bagi masyarakat, lebih memikirkan bagaimana perasaan orang yang ditinggalkan serta lebih menjaga perkataan agar tidak semakin menyakiti dan memberikan beban kepada individu yang ditinggalkan. Serta lebih memberikan dukungan sosial yang positif kepada individu yang ditinggalkan.
- c. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan peneliti selanjutnya lebih menalami mengenai teori serta melakukan observasi juga secara mendalam dan berkala guna mendapatkan informasi yang relevan.

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyani, A. I., & Dwiyantri, R. (2021). Psychological Well-Being pada janda dewasa awal karena perceraian. *PSIMPHONI*, 1(2), 53–58. <https://doi.org/http://doi.org/10.30595/psimphoni.v1i2.8135>
- Creswell, J. W. (2015). *Penelitian kualitatif & desain riset: memilih diantara lima pendekatan* (Ketiga). Pustaka Pelajar.
- Creswell, J. W. (2017). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Pustaka Pelajar.
- Fernandez, I. M. F., & Soedagijono, J. S. (2018). Resiliensi Pada Wanita Dewasa Madya Setelah Kematian Pasangan Hidup. *EXPERIENTIA : Jurnal Psikologi Indonesia*, 6(1), 27–38. <http://journal.wima.ac.id/index.php/EXPERIENTIA/article/view/1788>
- Grotberg, H. (2003). *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. Praeger Publisher.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga.
- Kemendagri. (2021). *Selama 4 bulan terakhir, lebih dua juta penduduk indonesia pindah domisili*. Kementerian Dalam Negeri Republik Indonesia. <https://kemendagri.go.id/berita/baca/30763/selama-4-bulan-terakhir-lebih-dua-juta-penduduk-indonesia-pindah-domisili#>
- Layliyah, Z. (2013). Perjuangan Hidup Single Parent. *Jurnal Sosiologi Islam*, 3(1), 88–102. <http://jsi.uinsby.ac.id/index.php/jsi/article/view/35/32%0A>
- Liney, P. A., & Joseph, S. (2012). *Positive Psychology in Practice*. John Wiley & Sons.
- Mekarisce, A. A. (2020). Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data pada Penelitian Kualitatif di Bidang Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12(33), 145–151. <https://jikm.upnvj.ac.id/index.php/home/article/view/102/71>
- Mullin, W. J., & Arce, M. (2008). Resilience of families living in poverty. *Journal of Family Social Work*, 11(4), 424–440. <https://doi.org/10.1080/10522150802424565>
- Naufaliasari, A., & Andriani, F. (2013). Resiliensi pada

wanita dewasa awal pasca kematian pasangan. *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi*, 2(2), 264–269.

<http://journal.unair.ac.id/filerPDF/jpio10b2b33eca2full.pdf>

- Patterson, J. L., & Kelleher, P. (2005). *Resilient School Leaders: Strategies for Turning Adversity Into Achievement*.
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Raco, J. . (2010). *Metode penelitian kualitatif jenis, karakteristik, dan keunggulan*. Kompas Gramedia.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2003). *The Resilience Factors : 7 keys to finding your inner, strength, and overcoming life's hurdles*. Broadway books.
- Sagone, E., & Caroli, M. E. De. (2015). Positive Personality as a Predictor of High Resilience in Adolescence. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 3(2), 45–53. <https://doi.org/10.15640/jpbs.v3n2a6>
- Saraswati, Suarni, W., & Sunarjo, I. S. (2021). Resiliensi remaja yang orang tuanya bercerai. *Jurnal Sublimapsi*, 2(2), 41–50. <https://doi.org/doi.org/10.36709/sublimapsi.v2i2.17341>
- Widyataqwa, A. C. J., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi istri selepas kematian suami akibat covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 103–118. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/42623>
- Zulfiana, U. (2013). Menjanda pasca kematian pasangan hidup. *Jurnal Online Psikologi*, 1(1), 1–10. <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia/article/view/1438>