

Gambaran Resiliensi Janda Cerai Mati yang Tidak Menikah di Tengah Stigma Masyarakat Madura

Overview of the Resilience of Widows of Death Divorce Amid the Stigma of Madurese Society

Tresella Frisca Seftilia¹

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: tresella.20010@mhs.unesa.ac.id

Riza Noviana Khoirunnisa²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: rizakhoirunnisa@unesa.ac.id

Abstrak

Seorang wanita yang ditinggal meninggal oleh suaminya akan mengalami kesedihan mendalam, permasalahan ekonomi, konflik peran ganda, dan berbagai tekanan dari masyarakat. Khususnya di Madura terdapat stigma negatif yang melekat pada diri janda yaitu *lakè matong* (wanita yang dianggap sering meminta bantuan pada suami orang). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi pada janda cerai mati yang tidak menikah lagi di tengah stigma Masyarakat Madura. Jenis penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan model studi kasus. Pengambilan data melalui wawancara dan observasi. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa ketiga subjek memiliki kemampuan resiliensi yang baik antara 1 hingga 2 tahun setelah kematian suami. Pasca menyandang status janda, ketiga subjek mengalami kesedihan mendalam dan kemerosotan ekonomi (*matè obhur*), serta mendapat stigma negatif dari masyarakat berupa *lakè matong* yang membuat mereka diarahkan untuk menikah lagi. Meski begitu, mereka tetap mampu bertahan hidup menjanda karena kemampuan resiliensi yang baik, di mana mereka memenuhi hampir ketujuh aspek resiliensi. Stigma negatif Masyarakat Madura nyatanya tidak terlalu memengaruhi kemampuan resiliensi mereka.

Kata kunci : Resiliensi, janda cerai mati, stigma

Abstract

A woman who is left behind by her husband will experience deep sadness, economic problems, dual role conflicts, and various pressures from society. Especially in Madura, there is a negative stigma attached to widows, namely *lakè matong* (women who are considered to often ask for help from their husbands). This study aims to determine the description of resilience in death divorce widows who do not remarry in the midst of the stigma of Madurese society. The type of research used is qualitative with a case study model. Data were collected through interviews and observations. The results of the study showed that the three participants had good resilience abilities between 1 to 2 years after the husband's death. After becoming a widow, the three participants experienced deep sadness and economic decline (*matè obhur*), and received negative stigma from the community in the form of *lakè matong* which made them directed to remarry. Even so, they are still able to survive widowhood because of their good resilience skills, where they fulfill almost all seven aspects of resilience. The negative stigma of Madurese society does not really affect their resilience ability.

Key word : Resilience, widows of death divorce, stigma

Article History

Submitted : 27-06-2024

Final Revised : 02-07-2024

Accepted : 02-07-2024



This is an open access article under the [CC-BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) license

Copyright © 2024 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya

Keluarga bahagia identik dengan sebuah keluarga yang memiliki anggota lengkap di dalamnya. Terdapat suami dan istri yang menjadi pilar utama dalam terbentuknya keluarga bahagia. Selain itu, juga terdapat aspek umum yang dimiliki oleh keluarga bahagia, seperti tempat tinggal yang layak, keamanan perekonomian, serta jalinan komunikasi yang baik. Peran suami sebagai kepala keluarga menempati posisi yang sangat penting, sebab suami lah yang akan memimpin keluarga dalam berbagai hal, misalnya saja dalam hal perekonomian yang biasanya di lingkungan masyarakat, tugas mencari nafkah dibebankan pada suami. Hilangnya figur istri ataupun suami dalam sebuah keluarga disebabkan oleh perceraian. Badan Pusat Statistik (2024), menyebutkan bahwa perceraian terbagi menjadi dua kategori, yaitu cerai mati dan cerai hidup. Cerai mati adalah suami atau istri yang ditinggal mati oleh pasangan sahnya dan belum menikah lagi, sedangkan cerai hidup adalah suami atau istri yang keduanya masih hidup, namun memilih untuk bercerai dengan pasangan sahnya dan belum menikah lagi. Seorang wanita yang telah menikah, lalu bercerai disebut dengan janda. Setiap pasangan yang telah menikah pasti akan memiliki keinginan untuk selalu hidup bersama hingga akhir hayat. Pernikahan pada dasarnya akan membuat kehidupan individu lebih bahagia, meraih kepuasan emosional, seksual, dan juga membuat kesejahteraan individu meningkat (Olson & DeFrain, 2003). Tidak ada pasangan yang mengharapkan perceraian. Terlebih lagi bila perceraianya diakibatkan oleh kematian. Kematian adalah misteri kehidupan yang tidak dapat disangka-sangka dan juga sangat tidak diharapkan oleh manusia (Hurlock, 1999). Utamanya jika yang hilang atau meninggal adalah pasangan hidup kita (dalam hal ini suami) karena kehilangan yang paling sulit untuk diterima adalah kehilangan pasangan hidup (Santrock, 2006).

Masyarakat Madura begitu mengagungkan keberadaan figur ayah atau suami. Adanya dogma agama yang menyebutkan bahwa laki-laki adalah pemimpin bagi kaum wanita, menyebabkan berkembangnya budaya patriarki yang sangat tinggi di Madura. Budaya tersebut secara tidak langsung dilestarikan dalam peribahasa Madura yaitu *bhuppa'*, *bhâbu*, *ghuru*, *rato* yang bermakna bahwa kita harus patuh terhadap ayah (suami), ibu (istri), guru, dan pemerintah (Fadlilah, 2021). Pada lingkup terkecil dalam sistem sosial yaitu keluarga, ayah (suami) menempati posisi hierarki tertinggi sehingga figur laki-laki dianggap sangat penting dan berpengaruh dalam keluarga. Sementara itu, posisi ibu (istri) berada di urutan kedua yang bermakna bahwa wanita harus berada di sisi suami. Wanita yang ditinggal mati oleh suaminya dan belum menikah lagi dijuluki *matè obhur* (Bastari & Fiandarti, 2009). Julukan itu bermakna bahwa dalam masyarakat Madura, sosok suami dianalogikan seperti obor (sumber cahaya) dalam keluarga. Kematian suami diyakini sebagai hilangnya cahaya (kebahagiaan) dalam keluarga. Jadi, janda cerai mati dianggap akan selalu diliputi kesedihan dan kemerosotan dalam berbagai aspek kehidupan jika tidak memiliki figur suami (memilih untuk tidak menikah lagi).

Hidup sebagai janda cerai mati bukanlah suatu pilihan, melainkan takdir kehidupan. Status janda yang melekat dalam diri wanita sepeninggal suaminya, tentu memberikan kesan-kesan tidak mengenakkan yang akan membebani diri wanita tersebut sepanjang sisa hidupnya. Status janda kerap kali dipandang negatif oleh masyarakat. Meski yang dianggap lebih meresahkan biasanya adalah janda cerai hidup, namun janda cerai mati juga tidak lepas dari bahan pergunjungan sebagian warga. Sejalan dengan yang disampaikan Suhan, Sakaria, Genda, Haris, dan Amin (2020) bahwa dalam struktur masyarakat, pelabelan janda selalu dipandang sebelah mata. Janda mengalami penindasan secara psikis dalam masyarakat (Shofi, 2022). Sofyan dan Bakhri (2021) juga mendukung pendapat di atas, bahwa hanya sebagian kecil "anggapan baik" yang dipersepsikan kepada janda. Padahal pada kenyataannya, tidak semua wanita yang menyandang status janda pasti melakukan hal-hal yang berkonotasi negatif (Katuuk, 2023). Akibatnya, wanita yang menyandang status janda harus benar-benar menjaga tingkah lakunya. Hal tersebut diperkuat oleh Sofyan dan Bakhri (2021) yang

menyampaikan bahwa masyarakat akan mudah memberi komentar negatif bila janda melakukan aktivitas yang dianggap tak biasa.

Berdasarkan wawancara dengan warga, Masyarakat Madura pada umumnya mengarahkan janda untuk menikah lagi agar janda tersebut berada di posisi yang lebih aman (terhindar dari sorotan dan stigma negatif masyarakat). Selain itu, agar mereka tidak diberi label sebagai *lakè matong*. Label tersebut merupakan sebutan yang diberikan kepada wanita janda yang meminta bantuan dari laki-laki lain ataupun yang telah beristri (Bastari & Fiandarti, 2009). Maksudnya, terkadang tidak semua hal bisa dilakukan oleh wanita. Misalnya saat tiba-tiba motor mogok, memasang lampu di tempat yang tinggi, kran air sedang bermasalah, atau atap rumah bocor. Menurut masyarakat Madura, wanita itu pasti membutuhkan laki-laki. Apabila sedang mengalami hal-hal tersebut, pasti para janda juga akan meminta bantuan tetangga laki-laki dan mengikuti masukan-masukan dari mereka. Meski terdengar seperti sesuatu yang lumrah bagi masyarakat luar Madura, namun di Madura sendiri hal ini dianggap dapat memicu terjadinya fitnah dan merusak rumah tangga orang lain. Keputusan janda cerai mati yang menolak untuk menikah lagi berbanding terbalik dengan arahan masyarakat Madura. Hal tersebut mengembangkan stigma negatif berupa julukan *lakè matong* terhadap janda yang tidak menikah lagi. Sorotan masyarakat Madura terhadap status janda juga menjadi lebih intens sehingga menghasilkan istilah atau sebutan khusus seperti berikut ini (Bastari & Fiandarti, 2009).

- a. *Randhâ lèlès*, istilah atau sebutan bagi janda miskin yang memiliki anak perempuan.
- b. *Randhâ mojeng*, istilah atau sebutan bagi janda kaya yang memiliki anak perempuan.
- c. *Randhâ calo'*, istilah atau sebutan bagi janda yang memiliki anak laki-laki yang bekerja.

Meski harus melawan stigma negatif masyarakat, beberapa janda cerai mati di Madura tetap memilih untuk bertahan dengan statusnya tersebut. Sari dan Yendi (2019) juga menyatakan bahwa beberapa janda memilih untuk menikah lagi dikarenakan agar mereka dapat terlepas dari berbagai permasalahan yang ada, sedangkan sebagian janda lainnya memilih untuk tetap menjanda karena mereka mengedepankan masa depan kehormatan keluarga dan masa depan anak-anaknya pasca kematian sang suami. Janda yang memiliki tanggungan anak (*single parent*) akan merasa jauh lebih berat, sebab mereka harus berperan ganda, selain sebagai ibu, mereka juga harus berperan sebagai pencari nafkah dan kepala keluarga (Fernandez & Soegadijono, 2018). Kondisi ini menuntut kemampuan resiliensi yang cepat karena waktu tidak akan menunggu kita untuk bangkit. Seorang janda harus segera bangkit dari keterpurukan, mampu menanggung semua beban, dan tanggung jawab atas berbagai permasalahan yang mungkin akan muncul selanjutnya. Tidak mudah untuk tetap bertahan dengan status janda. Menopang beban fisik, emosional, dan finansial sendirian, serta berperan ganda pasti tidak mudah untuk bangkit dari keterpurukan hidup. Aprilia (2013) menyebutkan bahwa menjalani kehidupan pasca meninggalnya pasangan adalah suatu kejadian yang dapat mengganggu kondisi emosional seseorang, mengganggu hubungannya dengan lingkungan sosial, serta dapat memicu terjadinya permasalahan dalam kehidupan pasca meninggalnya pasangan. Hal-hal tersebut yang akan membuat seorang janda cerai mati menjadi lebih rentan stres dibandingkan janda yang berpisah karena cerai hidup, di mana peristiwa perceraianya memang sudah direncanakan dan atas keputusan kedua belah pihak (Sudrajat, Fedryansyah, & Darwis, 2023).

Naufaliasari dan Andriani (2013) menyampaikan, seorang janda membutuhkan suatu kemampuan diri supaya dapat bangkit dari keterpurukan, kuat menjalani berbagai tekanan, dan permasalahan yang ada dalam kehidupan. Untuk itu, diperlukannya resiliensi pada diri para janda cerai mati yang menolak untuk menikah lagi di tengah stigma masyarakat Madura, agar mereka dapat menghadapi dan menjalani kehidupan selanjutnya dengan normal dan

bahagia meski tanpa kehadiran pasangan. Resiliensi adalah kapabilitas seseorang dalam melakukan adaptasi dan mengatasi berbagai peristiwa atau permasalahan dalam kehidupan (Reivich & Shatte, 2002). Hal tersebut diperkuat oleh Sari dan Wahyuliarmy (2021) yang mengungkapkan bahwa resiliensi menempati posisi sangat penting bagi individu agar individu tersebut dapat terus bertahan dan berkembang meski telah mengalami peristiwa yang begitu berat. Reivich dan Shatte (2002) memaparkan mengenai tujuh aspek yang membangun resiliensi individu. Aspek tersebut antara lain, *emotion regulation, impulse control, optimism, causal analysis, empath, self-efficacy, dan reaching out*. Tidak dapat dipungkiri bahwa kemampuan resiliensi seseorang tidaklah sama. Hal ini disebabkan karena adanya faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan resiliensi seseorang.

Pada penelitian-penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Aini dan Satwika (2022) hanya membahas mengenai resiliensi pada wanita dewasa awal setelah kematian suami. Begitu pula dengan penelitian Widyataqwa dan Rahmasari (2021) yang hanya meneliti tentang resiliensi pada istri selepas kematian suami akibat Covid-19. Yang mana hal ini juga sejalan dengan penelitian milik Sari dan Wahyuliarmy (2021) yang penelitiannya hanya sebatas resiliensi pada janda cerai mati. Sejauh ini belum banyak penelitian yang mengkaji tentang resiliensi pada janda cerai mati yang menolak untuk menikah lagi sehingga peneliti tertarik untuk mengangkat topik ini agar dapat menelaah lebih dalam lagi mengenai resiliensi pada janda cerai mati yang tidak menikah lagi di tengah stigma masyarakat Madura.

Metode

Subjek

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Creswell (2017) menyampaikan bahwa penelitian kualitatif ialah suatu jenis penelitian yang mengeksplorasi atau menggali data dengan pemahaman mendalam dari suatu permasalahan sosial manusia. Selain itu, penelitian ini menggunakan model penelitian studi kasus (*case study*) merupakan suatu model penelitian yang memusatkan diri secara intensif terhadap satu obyek tertentu, mempelajarinya sebagai suatu kasus (Nawawi, 2019). Tujuan dari model studi kasus adalah untuk memperoleh gambaran umum serta untuk menemukan aspek terkait kasus tersebut yang perlu dipelajari secara mendalam.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan *purposive sampling* untuk memilih subjek penelitian (Creswell, 2007). Terdapat penetapan beberapa kriteria untuk subjek dalam penelitian ini, antara lain 1) janda cerai mati; 2) berkomitmen untuk tidak menikah lagi; 3) domisili Madura; dan 4) hidup sebagai janda minimal dua tahun. Aprilia (2013) menemukan fakta bahwa kemampuan resiliensi pada janda cerai mati terbentuk kurang lebih dua tahun pasca meninggalnya suami. Hal ini juga didukung oleh Afdal dkk (2022) yang pada penelitiannya mengungkapkan bahwa janda cerai mati membutuhkan waktu minimal dua tahun untuk memiliki kemampuan resiliensi. Berdasarkan empat kriteria tersebut, terdapat tiga orang yang cocok untuk dijadikan subjek penelitian. Sedangkan yang menjadi *significant other* dalam penelitian ini adalah anak dari masing-masing subjek yang tinggal bersama subjek dan satu orang tetangga yang mengenal baik ketiga subjek, sehingga *significant other* berjumlah empat orang.

Tabel 1. Subjek Penelitian

Kategori	Subjek 1	Subjek 2	Subjek 3
Nama Inisial	NS	SM	SA
Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan	Perempuan
Usia	51 tahun	54 tahun	52 tahun
Lama Menjanda	3 tahun	5 tahun	5 tahun
Pekerjaan	Wiraswasta	Ibu rumah tangga	Wiraswasta
Pekerjaan Suami	PNS	PNS	Wiraswasta

Tabel 2. *Significant Other (SO) Pengumpulan data*

Subjek	SO	Status Hubungan	Usia
NS	IV	Anak Kandung	23 tahun
SM	DW	Anak Kandung	22 tahun
SA	LS	Anak Kandung	22 tahun
NS, SM, SA	MN	Tetangga	48 tahun

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dan observasi. Herdiansyah (2013) menyampaikan bahwa wawancara merupakan suatu interaksi komunikasi antara dua individu yang mengarahkan obrolan pada tujuan pembicaraan yang telah ditetapkan sebelumnya agar dapat memahami suatu topik dengan baik. Jenis wawancara yang akan digunakan adalah wawancara semi terstruktur. Pada saat mengumpulkan data, peneliti menggunakan alat bantu berupa perekam suara dari *smartphone* untuk menyimpan data hasil wawancara serta catatan kecil untuk mencatat poin-poin yang kurang jelas saat proses wawancara berlangsung. Selain itu, penelitian ini menggunakan teknik observasi yang merupakan teknik pengumpulan data berupa pengamatan terhadap konteks suatu kejadian secara natural, mengikuti kehidupan alami subjek (Hasanah, 2016).

Analisis data

Data penelitian ini menggunakan teknik analisis data model interaktif (Herdiansyah, 2015). Teknik ini terdiri dari empat tahapan, yang pertama adalah melakukan pengumpulan data. Tahap kedua adalah mereduksi data. Pada tahap ini peneliti menggabungkan atau menyeragamkan data-data yang telah diperoleh ke dalam satu bentuk tulisan (*script*) yang akan dianalisis. Rekaman selama wawancara akan diformat menjadi verbatim. Tahap ketiga yaitu *display* data, merupakan tahap mengolah data setengah jadi yang berupa verbatim tadi, diolah ke dalam suatu matriks yang berisi kategori tema, sub-kategori tema, dan proses pengodean (*coding*). Tahap keempat adalah membuat kesimpulan atau verifikasi yang berisi uraian seluruh sub-kategori tema yang terdapat pada tabel kategorisasi dan koding yang telah diselesaikan, disertai kalimat verbatimnya. Setelah itu, peneliti memaparkan kesimpulan hasil temuan yang sekaligus merupakan jawaban dari fokus penelitian. Dalam penelitian ini, pengujian keabsahan data dilaksanakan melalui *member checking* serta triangulasi data. Creswell (2016) menyampaikan bahwa *member checking* ialah pengujian untuk mengetahui keakuratan hasil penelitian dari data yang telah dikumpulkan oleh peneliti.

Hasil

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan, ketiga subjek menceritakan proses perjalanan dari awal kematian suami hingga menjadi individu yang resilien seperti sekarang. Kematian suami yang dialami oleh partisipan NS terjadi cukup mendadak. Hal ini dikarenakan pada hari-hari sebelumnya kondisi sang suami telah membaik, di mana paginya

masih bisa pergi ke kantor, dan malamnya masih bisa olahraga badminton sehingga NS sangat yakin bahwa suaminya pasti sembuh. Akan tetapi, ternyata Tuhan berkehendak lain. NS harus kehilangan suaminya. Di masa awal kematian suami, NS merasa teramat sedih, tertekan, dan penuh kekhawatiran akan masa depan. Selama tujuh hari kepergian suami, NS juga sempat tidak percaya dan berharap suaminya akan bangkit lagi atau mengalami mati suri. Kurang lebih selama 40 hari kematian suami, NS menangis setiap hari.

Menurut aku ya mendadak karena sehat, malem itu masih main bulu tangkis, pagi ke kantor, trus jam 9 pagi itu pingsan di rumahnya petani [...]. Terus ya langsung ke rumah sakit. 9 hari di sana, pulang. Terus 6 hari di sini pas gak ada. (NS, W2, 21-05-2024, 61-68)

[...] Gak percaya. Dalam pikiran saya, ah paling Allah keliru manggil. Ah mungkin nanti bisa bangkit lagi haha.. (NS, W2, 21-05-2024, 80-83)

Hmm.. kalo nangis tiap hari mungkin iya, ya sampe 40 hari yang parah itu. Cuma nggak sehari itu full nangis terus, enggak. (IV, W1, 18-03-2024, 191-194)

Pasca awal kematian suami tidak membuat NS ingin menjauh dari orang-orang di sekitarnya. Malahan ia ingin selalu ditemani oleh anak-anaknya. Kesedihan yang dialami oleh NS membuatnya semakin rajin beribadah, seperti sholat dan mengaji Al-Qur'an agar perasaannya membaik. Ketika suami masih ada, semua hal terkait keuangan dan usaha pupuknya dipegang sendiri oleh suami sehingga NS sempat merasa kesulitan untuk meng-*handle* hal itu.

Tidak menjauh juga mbak. Sikap saya sama seperti saat suami masih ada. Cuma ingin ditemeni sama anak-anak gitu. (NS, W1, 18-03-2024, 86-89)

Yaaa.. minimal agak apa yah, agak mendingan. Yang membuat lebih lega lagi kan misal dibuat ngaji, gitu mbak yang lebih kuat efeknya. (NS, W1, 18-03-2024, 104-107)

[...] Karena apa-apa masih ayah, apa-apa masih ayah. Kalo sekarang, nah gak ada ayah tuh lebih ke.. kerasa. Kayak uang ini keluar, buat biaya anak ini, jadi tau.. kayak.. oh besarnya tuh ternyata mahal ya. Gitu. (IV, W1, 18-03-2024, 349-355)

NS dapat bangkit dari kondisi tertekan pasca meninggalnya suami setelah hampir 2 tahun kepergian suami. Hingga saat ini, terkadang NS masih sedih dan menangis saat mengunjungi makam mendiang suaminya. Seiring waktu, NS menyadari bahwa ia harus bangkit demi anak-anaknya yang masih perlu bimbingan dan pengarahan. NS juga menanamkan pada anak-anaknya untuk tidak memelihara rasa sedih karena orang yang telah meninggal tidak membutuhkan tangisan, mereka hanya butuh doa.

[...] Begitu menginjak 1 taun ya udah mulai menerima. 2 taun udah bener-bener ikhlas dan berserah diri aja mbak. (NS, W2, 22-05-2024, 124-127)

Ya bangkit karena anak-anak ghik.. masih perlu, apa ya. Bimbingan orang tua ya. Pengarahan dari, dari saya maksudnya. Kalo terpuruk nanti, kalo ibunya terpuruk, gimana anak-anaknya. Kan begitu. (NS, W1, 18-03-2024, 74-79)

Pasca menyandang status janda, NS menjadi lebih berhati-hati ketika meminta bantuan kepada tetangga laki-laki karena takut menjadi fitnah. Hal yang sama juga disampaikan oleh IV bahwa setelah menjanda, NS lebih menjaga tingkah laku dirinya dan anak-anaknya agar tidak dibicarakan negatif oleh orang lain. NS merasa mungkin pernah mendapat komentar negatif dari masyarakat, namun tidak mendengar secara langsung. NS lebih memilih untuk tidak mau tau jika dirinya dikomentari negatif, karena sebagai janda sudah pasti akan disorot yang kaitannya erat dengan sebutan *lakè matong* sehingga ia perlu benar-benar lebih menjaga tingkah lakunya. Jika ada pekerjaan yang sulit seperti memasang lampu di atas yang harus naik tangga, naik ke atap rumah, NS belajar melakukannya sendiri.

Mestinya menjadi lebih sungkan ketika minta bantuan ke tetangga (suami orang). Kan takut nanti di..... takut jadi fitnah kan gitu mbak. Nah misalkan nyuruh, ya harus sepengetahuan istrinya, gitu. (NS, W1, 18-03-2024, 116-121)

[...] Karena ketika kita menjadi janda itu kan pasti disorot mbak. Apalagi dalam hal meminta bantuan ke laki-laki atau suami orang, gitu. Kalo di sini istilahnya biar ga terkesan matong lakena orang. (NS, W1, 18-03-2024, 308-314)

Meski telah berusaha menjaga tingkah lakunya, tetangga NS masih banyak yang mengarahkannya untuk menikah lagi. Namun, ia meyakini bahwa menikah lagi atau tidak itu keputusan masing-masing individu, sedangkan ia sendiri tidak memiliki keinginan untuk itu. NS bertahan sebagai janda karena ingin fokus kepada anak-anak dan sebagai bentuk kesetiaannya kepada suami agar dapat bertemu kembali di surga nanti. NS meyakini Allah SWT akan selalu memudahkan urusannya dan mencukupi kebutuhan hidupnya meski tidak menikah lagi.

[...] kalau dari tetangga, pasti ada, banyak. Entah itu bercanda atau serius ya mbak. Ya dianggap bercanda aja. Karena kan balik ke pribadinya masing-masing. Keinginan saya, enggak mbak. Membesarkan anak-anak [...] (NS, W1, 18-03-2024, 171-178)

Heem. Fokus ke anak aja lah. Juga karena kesetiaan saya ke suami. Dua-duanya. Karena anak-anak yang masih hidup ini kan masih membutuhkan saya, perjalanannya masih panjang gitu. Kalo untuk suami, didoain aja. (NS, W1, 18-03-2024, 188-194)

Biar ketemu di surga, menjaga harga diri saya dan suami juga mbak. (NS, W1, 18-03-2024, 197-198)

Pada subjek SM, kematian suami yang dialami oleh SM terjadi sangat mendadak. SM menemui suaminya terkapar di kamar mandi rumahnya dengan kondisi kepala penuh darah. Setelah itu, suami di bawa ke rumah sakit, diperiksa, lalu saat tiba di kamar tiba-tiba sesak nafas, koma sebentar, dan dinyatakan meninggal. Di awal kematian suaminya, SM merasa sangat sedih sehingga ia memutuskan untuk menyendiri di rumah dan menjauhi orang-orang. Tidak hanya itu, di awal kematian suami, NS sempat tidak mau bercerita apapun ke anak-anaknya. NS memilih untuk memendam perasaannya sendirian hingga badannya sempat terlihat kurus karena penyakit lambungnya kumat. SM juga mencurahkan isi hatinya kepada sang ibu agar merasa lebih baik.

[...] pas ke kamar mandi tuh jatuh di kamar mandi. Terus kepalanya itu luka, bocor gitu. sampe di rumah sakit ya ditangani di UGD gitu. pas masuk di kamar itu tiba-tiba

sesak nafasnya terus koma gitu, terus pembuluh darahnya itu pecah di kepala karena jatuh dan akhirnya meninggal. (SM, W2, 22-05-2024, 16-24)

Kalo awal-awal memang menyendiri. Menjauh dari orang-orang sekitar. Soalnya kan hati belum.. belum pulih. Masih luka. Iya awalnya gitu. [...] (SM, W1, 19-03-2024, 131-136)

Iya, curhat kadang sama ibuk. Gini, gini, gini. Ibuk kan jadi ngasih masukan gitu. Kalo sesuai sama tante ya diterima. [...] (SM, W1, 19-03-2024, 499-502)

Perlahan, SM dapat kembali bangkit kurang lebih 1,5 hingga 2 tahun pasca kematian suaminya. Meski awalnya SM berduka, namun lama-lama ia bisa menerima peristiwa menyakitkan ini. Untuk mengatasi kesedihannya pasca sepeninggal suami, SM melakukan sholat dan mencari kesibukan di rumah, seperti nonton TV, main HP, dan membersihkan rumah. SM percaya bahwa kesedihan itu akan hilang dengan sendirinya. Saat ini menginjak 5 tahun kepergian suami, SM sudah bisa membuka diri dengan keluar rumah untuk sekedar jalan-jalan bersama anak-anaknya agar merasa lebih bahagia. Meski saat ini SM sudah benar-benar ikhlas, akan tetapi hingga saat ini jika ia mengingat kenangan bersama suami, air matanya masih menetes. Namun, SM pada akhirnya berpikir bahwa dirinya akan rugi jika terus-terusan bersedih.

Hmm... 1,5-2 taunan. Soalnya ditinggal suami itu kan masih punya tanggungan.. masih mikir... gimanaaa gituu. Kalo ada suami kan ada yang, misal ada apa-apa.. bisa komunikasi sama suami. Kalo sendiri kan semuanya dipikir sendiri, apa-apa nyari sendiri, gitu. [...] (SM, W1, 19-03-2024, 107-114)

[...] kalo sedih paling ya nonton TV, main HP, cari kesibukan sendiri di rumah, ya lakuin pekerjaan rumah, gitu. Kan bisa ngilangin kesedihan. [...] (SM, W1, 19-03-2024, 146-149)

[...] Sampe sekarang ya tetep inget. Cuma kan kadang-kadang gitu. Kadang pas di rumah menyendiri, ada apa.. kenang-kenangan yang anu itu, inget. Pasti itu. Inget. Nangisss gitu. Tapi gak seperti dulu. (SM, W1, 19-03-2024, 291-296)

Pasca menyandang status janda, SM mengalami kemerosotan ekonomi. Ia sempat kesulitan dalam mengatur keuangan dan berperan sebagai kepala keluarga karena sekarang ia harus menanggung semuanya sendiri. Selain itu, ia juga menjadi lebih khawatir dengan omongan orang karena ia pernah digosipkan memiliki hubungan spesial dengan tetangga pria. Padahal itu tidak benar. SM hanya sering meminjam *vacuum cleaner* dan berbincang santai dengan pria tersebut di depan rumahnya. SM menyampaikan bahwa menjadi janda itu tidak enak karena terkadang diberi stigma negatif oleh masyarakat, terlebih lagi tentang *lakè matong*. Selain itu, ia juga menjadi bahan pergunjungan karena dianggap sering keluar malam, padahal ia keluar untuk arisan bersama teman-teman wali murid alumni sekolah anaknya. Hal itu menyebabkan SM lebih membatasi diri untuk keluar rumah.

Dulu waktu ada suami, enak. Semua kebutuhan itu kan terpenuhi. Terus sekarang kan lain. Kalo dulu bisa minta pendapat suami, apa-apa tanya suami. Sharing lah.. gitu. kalo sekarang... sendiri. Mikir sendiri. Ya apa-apa sendiri semua. (SM, W2, 22-05-2024, 3-9)

[...] jadi janda itu kan.. gak enak. Kadang orang nilainya tuh negatif. Tapi saya ya.. berusaha tegar gitu.[...] (SM, W2, 22-05-2024, 34-37)

Meski pernah mendapatkan komentar negatif dan banyak orang yang menyarankannya untuk menikah lagi, SM tetap berkomitmen untuk tidak menikah lagi. Ia takut hubungan keluarganya menjadi tidak akur saat ada kehadiran orang baru. Selain itu, ia percaya bahwa untuk menikah lagi perlu izin dari suami sebelumnya agar tidak melukai harga dirinya. Selain itu, anak-anak dari SM tidak menyetujui jika SM menikah lagi.

Heem, banyak memang yang ngomong atau menyarankan seperti itu. (SM, W1, 19-03-2024, 343-345)

[...] Takutnya nanti sama anak tidak akur. Namanya anak bapak lain ya (tidak sedarah), ya gak semuanya sih yang seperti itu (tidak akur). Cuma dipikiran tante itu ada ketakutan gitu..[...] (SM, W1, 19-03-2024, 351-356)

Kemudian pada subjek SA, kematian suami yang dialami oleh SA tidak terjadi secara mendadak karena selama 9 bulan suaminya memang telah sering dirawat dan kontrol ke rumah sakit. Awalnya suami SA mengidap penyakit lambung, lalu sembuh, lalu terserang liver, dan akhirnya didiagnosis menderita anemia aplastik. Meski suami SA memang telah sakit lama, SA tetap mengalami kesedihan mendalam di awal kematian suami yang ditambah lagi ia harus banting tulang memenuhi kebutuhan dan menguliahkan anaknya yang terakhir. Kurang lebih selama 40 hari setelah kepergian suami, sikap SA yaitu mengurung diri di rumah dan hanya berkumpul dengan anak-anaknya. Pasca 40 hari peristiwa kematian suami, SA terpaksa harus segera bekerja menggantikan suaminya. Di awal kematian suami, SA merasa tertekan hingga badannya kurus karena kehilangan nafsu makan.

Awalnya tu sakit lambung. Terus abis itu liver, terus di cek sumsum tulang belakangnya, terus menjalar ke itu, anemia aplastik. (SA, W2, 21-05-2024, 30-33)

Iya, ada. Diem di rumah dulu. Tapi nggak diem di kamar aja gitu. Ngumpul sama anak-anak.. ngobrol. Nggak pengen sendirian. (SA, W1, 20-03-2024, 125-128)

[...] setelah 40 hari saat itu saya sudah kerja lagi. (SA, W1, 20-03-2024, 120-121)

Pertama iya tertekan. Makan nggak enak. Gak nafsu makan. (SA, W1, 20-03-2024, 191-193)

Ya memang sudah takdir. Suami waktu itu kan juga udah sakit mbak, kasihan kalo hidup tapi terus-terusan sakit. Seandainya hidup pun ya gak mampu sakek ra-sarah gitu. (SA, W1, 20-03-2024, 327-331)

SA dapat bangkit dari peristiwa kematian suami setelah 1 hingga 2 tahun. Saat ini SA sudah bisa tersenyum dan beradaptasi dengan keadaan. Untuk mengatasi kesedihannya, ia selalu mencari hiburan di sosial media seperti TikTok dan Youtube tentang konten-konten lawak atau komedi. Selain itu, ia juga curhat pada anak-anaknya sehingga perasaannya menjadi lebih lega dan bahagia.

Hahaha, TikTok-an. Ya liat sosial media. Kalo TV enggak. Ya liat TikTok itu.. cari hiburan di HP. Youtube. Cari yang bikin ketawa. (SA, W1, 20-03-2024, 132-135)

Curhat sama anak.. ya iyaa. Kalo curhat sama anak. Sama siapa lagi curhatnya kalo nggak sama anak mbak. (SA, W1, 20-03-2024, 141-144)

Pasca hidup menjanda, SA mengalami masalah perekonomian karena sebelumnya ia tidak bekerja dan suaminya seorang wiraswasta sehingga ketika suami meninggal ia harus mencari nafkah. Selain itu, SA menjadi lebih menjaga tingkah lakunya agar tidak memicu komentar negatif dari masyarakat.

Lebih ke perekonomian. Kayak, kalo dulu kan ada ayah yang kerja. Kalo sekarang kan harus ibuk yang kerja. Sama dari aku sendiri yang kerja. Trus kalo jadi janda kan harus hati-hati bersikap. Jadi lebih ngejaga. (LS, W1, 20-03-2024, 97-102)

Keluarga mendiang suami SA yang tinggal tidak jauh dari rumahnya pernah menyarankan SA untuk menikah lagi agar SA bisa terhindar dari sebutan *lakè matong*. Karena SA dianggap cukup sering meminta bantuan tetangga pria, misal ketika lampu rumahnya konslet atau motornya mogok. SA juga sempat dikomentari mengenai pakaiannya yang menurut mereka kurang syar'i. Namun SA tetap tidak ingin menikah lagi meski sebenarnya anak-anak SA membolehkan.

Dari keluarga. Keluarganya ayah yang di [...]. Mungkin niatnya biar ibuk bisa menghindari sebutan lake matong. Biar nggak jelek di mata tetangga gitu. Ya sebagai wanita kan gak semua hal itu bisa dikerjain. Pasti butuh tenaga cowok. [...] (LS, W1, 20-03-2024, 196-202)

[...] Misal lampu konslet, motor mogok padahal kita lagi buru-buru gitu kalo kejadiannya dadakan kan pasti minta bantuan tetangga cowok sekitar sini kan. Mereka yang ngomongin negatif tuh gak pernah ngalami. Jadi gak ngerti. (LS, W1, 20-03-2024, 203-209)

SA bertahan dengan statusnya sebagai janda karena ia ingin fokus kepada pendidikan anak, menikahnya, lalu menunggu ajal menjemput dan bertemu suami lagi. SA yakin dapat menjalani kehidupannya sebagai janda karena yang ada dipikirkannya hanyalah fokus pada anak dan bagaimana bisa memenuhi kebutuhan hidup.

Karena masih mau fokus sama anak-anak ini. Apalagi LS kan belum selesai kuliahnya. Terus nanti mau menikahkan anak juga. Setelah itu mungkin hidup terasa tenang haha. Tinggal nunggu ajal, ketemu suami. [...] (SA, W1, 20-03-2024, 249-254)

Penelitian ini menggunakan 7 aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002) yang meliputi *emotion regulation*, *impulse control*, *optimism*, *causal analysis*, *empath*, *self-efficacy*, dan *reaching out*. Pada aspek pertama yaitu *emotion regulation*, NS memilih untuk diam ketika sedang marah. Hal itu merupakan caranya untuk meredam emosi. Ketika sedih, NS menangis di dalam kamar agar tidak diketahui oleh orang lain. Hal ini ia lakukan agar anak-anaknya tidak ikut bersedih. Lebih lanjut, IV menyampaikan bahwa NS merasa dirinya lebih tenang, lega, dan bisa mengontrol emosi setelah sholat dan mengaji.

Marahnya diem. Kalo Bu NS orangnya tuh diem [...] (NS, W1, 18-03-2024, 43-45)

Iya di kamar. Gak pengen orang lain tau gitu kalo ibu lagi sedih. (NS, W1, 18-03-2024, 50-51)

[...] Abis itu orangnya bilang sendiri kalo setelah ngaji dan sholat tuh lebih lega gitu. Pikirannya juga lebih tenang, gitu tu. Lebih bisa ngontrol emosinya tu.. apa ya.. dengan baik. (IV, W1, 18-03-2024, 123-127)

Kemudian pada subjek SM, ia akan langsung menangis ketika sedih. SM cenderung menyembunyikan kesedihannya dari orang lain. SM juga mencoba mencari kesibukan di rumah. Saat ini setelah 5 tahun kematian suami, SM sudah membuka diri. Terkadang ia keluar rumah untuk jalan-jalan bersama anaknya.

Jadi aku kan nyembunyiin sebenarnya. Kecuali kalo seneng itu (baru nunjukin depan anak-anak). (SM, W1, 19-03-2024, 52-55)

Hehe, nanti kan ikut sedih anaknya kalo tau. (SM, W1, 19-03-2024, 57-58)

[...] kalo sedih paling ya nonton TV, main HP, cari kesibukan sendiri di rumah, ya lakuin pekerjaan rumah, gitu. Kan bisa ngilangin kesedihan. [...] (SM, W1, 19-03-2024, 146-149)

Kalo ada anak-anak pas hari libur gitu ya keluar. Menghibur diri. (SM, W1, 19-03-2024, 176-178)

Pada subjek SA, ketika sedih ia akan langsung menangis, sedangkan ketika marah ia akan langsung mengomel. Namun ia akan menangis di belakang anak-anaknya. SA tidak ingin anaknya mengetahui kalau ia sedih karena sebenarnya ia masih mengingat mendiang suami setiap malam.

Iya. Bisa. Langsung dikeluarin aja. Sedih ya nangis, marah ya ngomel, he'eh gituu. (SA, W1, 20-03-2024, 62-64)

Gimana ya hehehe, ya biar anak nggak tau mbak kalo di belakang. Kalo malem gitu kan pasti sering ingat almarhum kan gitu mbak. (SA, W1, 20-03-2024, 88-91)

Aspek kedua yaitu *impulse control*. Pada subjek NS, tetangga NS banyak yang mengarahkannya untuk menikah lagi, namun ia meyakini bahwa menikah lagi atau tidak itu merupakan keputusan masing-masing orang, sedangkan ia sendiri tidak memiliki keinginan untuk menikah lagi. NS tidak mempermasalahkan pendapat dari orang lain yang mengarahkannya untuk menikah lagi dan memilih untuk tetap pada komitmennya.

[...] kalau dari tetangga, pasti ada, banyak. Entah itu bercanda atau serius ya mbak. Ya dianggap bercanda aja. Karena kan balik ke pribadinya masing-masing. Keinginan saya, enggak mbak. Membesarkan anak-anak, cari mantu aja hahaha. [...] (NS, W1, 18-03-2024, 171-178)

Ya, gapapa wong itu pendapat orang. Tapi saya tetap gak mau. Inshaallah enggak. (NS, W1, 18-03-2024, 182-184)

Kemudian pada subjek SM, cara merespons hal yang bertentangan dengan komitmennya untuk tidak menikah lagi yaitu SM merespons dengan jawaban tidak ingin menikah lagi. Alasannya karena ia merasa takut hubungan keluarganya tidak akur jika ada kehadiran orang baru. Selain itu, SM berpikir jika menikah lagi maka perlu izin dari suami sebelumnya, jika tidak mendapat izin maka akan melukai harga diri suami.

[...] Takutnya nanti sama anak tidak akur. Namanya anak bapak lain ya (tidak sedarah), ya gak semuanya sih yang seperti itu (tidak akur). Cuma dipikiran tante itu ada ketakutan gitu...[...] (SM, W1, 19-03-2024, 351-356)

[...] Di sini juga kalo mau nikah lagi harus izin sama mantan suami. Kalo suaminya meninggal, trus maksa nikah lagi, kayak gak ngehargai suami. (SM, W1, 19-03-2024, 385-389)

Lalu pada subjek SA, orang lain pernah menyuruhnya untuk menikah lagi. Namun SA tetap berkeinginan untuk tidak menikah lagi dan menikmati kesendirian. LS mengungkap bahwa SA pernah disuruh untuk menikah lagi oleh orang lain. Keluarga dari mendiang suaminya mengarahkan SA untuk menikah lagi agar menghindari komentar negatif dari tetangga. Tanggapan SA terhadap hal itu adalah ia tetap pada prinsipnya untuk tidak menikah lagi.

Pernah. Kakak, adeknya ibuk pernah nyuruh buat nikah lagi. (SA, W1, 20-03-2024, 237-238)

Ya seperti tadi itu.. “kalo dikasih jodoh lagi, kan ga bisa melawan takdir. Tapi saya pribadi pengennya enggak.” Karena ya enakan gini mbak. Menikmati kesendirian. (SA, W1, 20-03-2024, 241-245)

Dari keluarga. Keluarganya ayah yang di [...]. Mungkin niatnya biar ibuk bisa menghindari sebutan *lakè matong*. Biar nggak jelek di mata tetangga gitu. Ya sebagai wanita kan gak semua hal itu bisa dikerjain. Pasti butuh tenaga cowok. [...] (LS, W1, 20-03-2024, 196-202)

Aspek ketiga yaitu *optimism*. Setelah semua yang terjadi, NS masih memiliki pandangan positif tentang masa depan. NS berpandangan bahwa di masa depan kehidupannya harus menjadi lebih baik dalam berbagai aspek dan berusaha agar tidak terpuruk.

Iya harus memiliki pandangan positif tentang masa depan. (NS, W1, 18-03-2024, 202-203)

Ya, harus lebih baik di berbagai segi kehidupan mbak. Mungkin ibadahnya, ekonomi juga lebih baik, gitu. Gak terpuruk. Karena suami gak ada, terus kita kayak diem atau sedih gitu. (NS, W1, 18-03-2024, 205-210)

Kemudian pada subjek SM, setelah semua peristiwa yang telah terjadi SM yakin dapat menghadapi masalah di masa depan dengan mengembangkan pemikiran positif. SM berpikir akan rugi jika dirinya terus-menerus diliputi kesedihan dan *overthinking*.

Insyallah saya bisa hadapi masalah di masa depan. Kita kan harus semangat gitu. harus *happy*, seneng gitu. (SM, W1, 19-03-2024, 428-431)

Pada subjek SA, setelah semua yang terjadi ia memiliki pandangan positif tentang masa depan. SA merasa perlu melanjutkan hidup sehingga pemikiran positif tentang masa depan itu dianggap penting.

Masih punya harapan dimasa depan. (SA, W1, 20-03-2024, 258)

Ya ga mungkin kan putus asa tok. Hahahahaha. Karena berpikir positif itu penting buat masa depan. Biar bisa bangkit, bisa ngelanjutin hidup. [...] (SA, W1, 20-03-2024, 260-263)

Aspek keempat yaitu *causal analysis*. NS berpandangan bahwa yang bertanggung jawab atas masalahnya adalah dirinya sendiri karena semua masalah terjadi sesuai dengan jalan takdir.

Ya diri kita sendiri, hahaha. Ya gimana lagi. Gak menyalahkan orang. Itu kan sudah ada garisnya sendiri. Sudah ada catatan dari Allah. Ya dijalani aja. Harus ikhlas. Itu kan takdir ilahi. (NS, W1, 18-03-2024, 283-288)

Pada subjek SM, ia merasa yang bertanggung jawab atas masalahnya adalah dirinya sendiri. Karena hal itu merupakan masalahnya sendiri. SM tidak menyalahkan orang lain jika ada masalah yang menyimpannya dan ia justru akan lebih introspeksi diri. SM tidak menyalahkan keadaan karena ia meyakini hal itu merupakan ujian dari Allah SWT.

Ya iyalah kan masalah tante, berarti yang tanggung jawab ya tante sendiri. (SM, W1, 19-03-2024, 533-535)

Ya enggak lah. Gak nyalahin orang lain. Lebih ke introspeksi diri. Misalnya ada orang yang bicarain, nyulut api gitu, yawes introspeksi diri. (SM, W1, 19-03-2024, 539-543)

Kemudian pada subjek SA, ia merasa semua yang telah terjadi pada dirinya merupakan takdir karena ia juga tidak ingin melihat suaminya sakit terus-menerus. SA tidak menyalahkan diri sendiri atas semua yang terjadi.

Ya memang sudah takdir. Suami waktu itu kan juga udah sakit mbak, kasihan kalo hidup tapi terus-terusan sakit. Seandainya hidup pun ya gak mampu *sakek ra-sarah* gitu. (SA, W1, 20-03-2024, 327-331)

Aspek kelima yaitu *empath*. NS memperhatikan kondisi sekitar dan tidak segan untuk membantu apabila dibutuhkan. Jika ada orang yang mengalami musibah serupa, NS merasa perlu menyemangati orang tersebut.

Hmm yaa.. kalau dimintain bantuan. Kalau engga, ya diem. Karena takut mencapuri urusannya. (NS, W1, 18-03-2024, 341-343)

Yaa kalo punya nasib sama seperti saya ya harus semangat. Gitu hahaha. Saling menyemangati. (NS, W1, 18-03-2024, 374-377)

Pada subjek SM, ia peduli terhadap kondisi sekitar. Kehendak untuk membantu orang yang membutuhkan datang dari hatinya. Ia akan membantu jika orang tersebut curhat kepadanya.

Jika ada orang yang mengalami permasalahan sepertinya, SM merasa bisa saling berbagi cerita.

Ya dari hati tante seperti itu. Ya kalo misal ada orang susah, tante itu memang ikut mikir.. oh iya kasian yaaaa orang ituu. Jadi kasih solusi gini, gini, gini, gituu. Barangkali saran tante diterima, gitu [...] (SM, W1, 19-03-2024, 630-635)

[...] Saling curhat-curhatan gitu hahaha. Malah jadi teman gitu. Malah enak kan.. sama-sama. Nasibnya sama. Oh ini seperti ini, oh iyaya sama aku juga. Gitu hahaha. Jadi temen seperjuangan, seperti itu. (SM, W1, 19-03-2024, 667-673)

Kemudian pada subjek SA, ia peduli terhadap lingkungan sekitar di mana partisipan akan berusaha membantu secara tenaga jika ada acara hajatan atau orang meninggal jika memang ada yang membutuhkannya. Jika ada orang yang mengalami permasalahan sepertinya, SA merasa tidak sendirian dan bisa mengajak orang tersebut bertukar cerita.

Heem. Membantu tenaga. Ya nolongin apa gituu.. misal tetangga ada hajatan, kita kan bisa membantu masak atau apa gitu. Misal tetangga ada yang meninggal juga, itu kan bisa nolongin sampe berapa hari gitu. (SA, W1, 20-03-2024, 369-375)

[...] ya saya ngerasa ada temennya hahaha. Ngerasa nggak sendirian hahaha. Bukannya seneng, tapi kita jadi bisa ngaca ke dia juga gitu kan. Dia bisa, saya juga bisa. Gitu. Ya *sharing-sharing* itu. (SA, W1, 20-03-2024, 391-396)

Aspek keenam yaitu *self-efficacy*. Pada subjek NS, keraguan pernah muncul dalam diri NS meski akhirnya masalah itu bisa dilalui olehnya. Intensitas keraguan yang muncul tidak sering. NS yakin dapat menghadapi setiap masalah di masa depan sebab Allah SWT selalu bersama hamba-Nya. Ketika merasa ragu, NS mencoba lebih mendekatkan diri pada Allah SWT untuk mencari petunjuk.

[...] Pernah ragu. Tapi buktinya ini saya bisa. Pernah ada perasaan ragu. Tapi nggak begitu ketakutan banget gitu, enggak (NS, W1, 18-03-2024, 392-395)

Pertama mendekatkan diri kepada Allah dulu. Trus sambil berpikir, gimana yaa solusinya.. gitu. (NS, W1, 18-03-2024, 406-408)

Kemudian pada subjek SM, terkadang SM merasa optimis namun terkadang ia juga merasa pesimis. SM juga terkadang merasa lelah dan meragukan kemampuannya dalam menghadapi masalah. SM merasa ragu akan kemampuannya dalam mengatasi masalah. Namun keraguan yang dirasakannya tidak sering terjadi. Cara SM mengatasi keraguannya yaitu dengan menguatkan diri sendiri.

[...] Pasti ada saat di mana tante ngerasa kok gini yaaaa. Capek yaa.. bisa gak yaa. Gitu. (SM, W1, 19-03-2024, 684-686)

Nggak sering sih. Cuma pernah.. mampukah aku yaa jika seperti ini. Gitu. Ragu gitu. Takut. Tapi tante berusaha mampu gitu. Berusaha. (SM, W1, 19-03-2024, 693-696)

Ya caranya meyakinkan diri, kalo aku itu harus berusaha mampu gitu. Keyakinannya harus dari dalem diriku sendiri. (SM, W1, 19-03-2024, 699-702)

Lalu pada subjek SA, terkadang ia merasa ragu ketika menghadapi masalah, namun hal itu segera ditepisnya. SA mengatasi keraguan itu dengan mengingat kembali kebutuhan yang harus ia penuhi. Ketika keraguan muncul, SA selalu mengingat jualanannya dan terkadang ia juga menangis jika merasa lelah.

[...] meski saya orangnya optimis, tapi kadang juga ragu hahaha. Ada perasaan.. “nanti bisa nggak yaa” hahaha. Tapi abis itu yakin lagi.. “saya harus bisa, saya pasti bisa”. Gitu dua-duanya mesti ada hahaha. (SA, W1, 20-03-2024, 410-416)

Inget gini, saya mau jualan apa yaaa biar dapet uang. Gitu mbakk hahaha. Tapi ya nanti nangis lagi kalo capek hahaha. Saya kerja tiap hari itu mbak. Tiap hari bikin itu, bikin tas. [...] (SA, W1, 20-03-2024, 425-430)

Aspek ketujuh yaitu *reaching out*. Setelah peristiwa menyakitkan itu, hikmah yang telah dipetik oleh NS adalah ia merasa tingkat religiositasnya semakin tinggi. IV selaku anaknya juga menambahkan bahwa kini NS memiliki mental yang lebih kuat, mampu mengendalikan emosi dengan lebih baik. Setelah semua peristiwa yang terjadi, NS memetik makna positif bahwa setiap manusia memiliki takdir masing-masing, perbanyak ikhlas, semangat, dan lebih dekat pada Allah.

Mungkin menjadi lebih dekat kepada Allah. Tingkat religiusnya lebih tinggi menurut saya. (NS, W1, 18-03-2024, 430-432)

Ibuk jadi lebih kuat otomatis yaaa. Mentalnya tuh lebih kuat, trus ibuk lebih bisa yang kayak..... kalo dulu kan apa-apa emosi, apa-apa emosi, nah sekarang tuh lebih..... emosinya menurutku lebih mereda. (IV, W1, 18-03-2024, 644-650)

Semua sudah ada porsinya masing-masing. Sudah ditakdirkan sama sang pencipta. Ikhlas, harus semangat, dan lebih mendekatkan diri ke Allah. (NS, W1, 18-03-2024, 455-459)

Pada subjek SM, hikmah yang dipetik oleh SM setelah kepergian suami, yaitu SM menjadi lebih pasrah dan ikhlas dalam menerima takdir apapun. Makna positif yang diambil oleh SM dari setiap peristiwa kehidupannya adalah ia merasa perlu lebih banyak mengembangkan rasa syukur dalam menjalani segala peristiwa kehidupan.

Hmm.. tante jadi lebih pasrah gitu aja sama Yang di Atas. Lebih pasrah, ikhlas menerima takdir apapun. Wes jadi lebih tabah dan nerima takdir Allah. (SM, W1, 19-03-2024, 752-756)

[...] Dalam menjalani setiap peristiwa kehidupan ya bersyukur. Bersyukur aja. Meski lagi *down*, gak usah membandingkan hidup kita sama orang lain. [...] (SM, W1, 19-03-2024, 775-779)

Kemudian pada subjek SA, hikmah yang dapat dipetik oleh SA adalah ia menjadi lebih pasrah pada takdir Allah. Makna positif yang dipetik oleh SA dari setiap peristiwa kehidupannya adalah ia berpikir ketika menghadapi masalah, yang perlu dilakukan adalah tenang dan yakin bisa.

Ya lebih menyerahkan semua ke Allah gitu. Le takdir. (SA, W1, 20-03-2024, 485-486)

Ya kalo ngadepin masalah kita itu harus dengan pikiran yang tenang dulu. Jangan grusa grusu. Pasti bisa. (SA, W1, 20-03-2024, 507-509)

Pembahasan

Resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk beradaptasi serta mampu mengatasi berbagai permasalahan pasca mengalami peristiwa yang begitu berat dalam kehidupannya (Reivich & Shatte, 2002). Seseorang dapat dikatakan sebagai individu yang resilien apabila memenuhi 7 aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002) yang meliputi *emotion regulation, impulse control, optimism, causal analysis, empath, self-efficacy, dan reaching out*.

Berdasarkan hasil wawancara, pada awal kematian suami, NS mengalami perasaan yang teramat sedih dan sempat menolak kenyataan bahwa suaminya sudah meninggal. Ia berpikir suaminya akan hidup lagi atau hanya mengalami mati suri, hingga hari ke-7 pemakaman. Kepergian suami yang termasuk mendadak membuat sulit bagi NS untuk menerima kenyataan pada awalnya. Aprilia (2013) menyampaikan hal serupa, di mana wanita akan mengalami kesulitan menerima kenyataan bahwa pasangan hidupnya telah meninggal. NS juga mengalami kondisi tertekan dan penuh kekhawatiran sehingga membuatnya menangis selama kurang lebih 40 hari selepas kepergian suami, sedangkan pada SM, di awal kematian suaminya ia tertekan hingga sakit lambungnya kambuh dan membuat badannya sangat kurus. Hal yang mirip juga terjadi pada SA bahwa di awal kematian suaminya ia kehilangan nafsu makan sehingga membuat badannya kurus. Individu akan mengalami sakit yang begitu dalam, frustrasi, dan kehilangan setelah pasangan hidupnya tiada (Papalia, Olds, & Feldman, 2009). *Coping stress* yang dilakukan ketiga partisipan setelah kematian pasangan berbeda-beda. Partisipan NS menghabiskan lebih banyak waktunya untuk beribadah, seperti sholat dan mengaji. Sedangkan pada partisipan SM, ia melakukan ibadah (sholat) dan menyibukkan diri di rumah, seperti menonton TV, main HP, dan membersihkan rumah. Kemudian pada partisipan SA, ia akan mencari hiburan berupa konten-konten lucu di TikTok dan Youtube. Hal ini sejalan dengan yang disampaikan oleh Praghlapati dan Ulfitri (2019) bahwa setiap orang memiliki cara yang berbeda-beda dalam mengatasi stres.

NS merasa dapat benar-benar bangkit dari keterpurukannya setelah hampir 2 tahun pasca meninggalnya suami. Sedangkan pada partisipan SM, ia dapat kembali bangkit kurang lebih 1,5 hingga 2 tahun. Kemudian pada partisipan SA, berhasil bangkit selama 1 hingga 2 tahun. Hal ini sejalan dengan yang disampaikan Kail dan Cavanaugh (2000) bahwa perasaan kehilangan dan kesedihan akan berlangsung selama 1 hingga 2 tahun setelah kematian pasangan. Pasca menyandang status janda, permasalahan dan tekanan yang mereka hadapi cukup beragam, seperti masalah kemerosotan perekonomian, kesedihan, dan masalah sosial berupa stigma negatif tentang janda (Mazid, Wulansari, dan Hastanti, 2023). Hal itu juga dialami oleh ketiga partisipan, di mana dalam Bahasa Madura diistilahkan sebagai *matè obhur* untuk para janda yang keluarganya mengalami kemerosotan dan kesedihan, serta *lakè matong* sebagai stigma negatif yang melekat pada janda yang sering meminta bantuan pria. Janda sering kali mengalami penindasan secara psikis dalam masyarakat (Shofi, 2022). Berdasarkan hasil penelitian, NS mengalami kesulitan dalam mengatur keuangan serta menjadi lebih khawatir dengan persepsi masyarakat utamanya terkait *lakè matong*. Meski NS belum pernah diberikan stigma itu secara langsung oleh masyarakat, namun ia selalu khawatir dan berusaha menjaga tingkah lakunya. Hal tersebut dibuktikan dengan NS yang berusaha melakukan pekerjaan berat seperti memasang atau mengganti lampu di tempat yang tinggi dan membersihkan atap rumah yang tersumbat daun atau ranting pohon. Padahal umumnya aktivitas tersebut dilakukan oleh laki-laki, namun NS memberanikan diri untuk melakukannya

demis menghindari stigma *lakè matong*. Kekhawatiran terkait sebutan *lakè matong* ini muncul karena masyarakat pernah mengarahkan NS untuk menikah lagi.

Sementara SM, pasca menjadi janda ia mengalami kemerosotan ekonomi serta pernah menjadi bahan pergunjungan warga karena dianggap sering meminta bantuan dari pria (*lakè matong*) dan sering keluar malam. SM sempat beberapa kali meminjam *vacum cleaner* kepada Pak SL yang merupakan tetangga sebelah rumahnya. Ketika meminjam barang itu SM menjadi sering mengobrol dengan Pak SL di depan rumahnya. Akibatnya, masyarakat menganggap SM dan Pak SL memiliki hubungan spesial. SM sempat dijuluki sebagai *lakè matong* karena dianggap sering meminta bantuan laki-laki lain. Apalagi SM juga dipandang sering keluar malam sehingga memperkuat stigma negatif pada dirinya yang membuat masyarakat semakin mengarahkannya untuk menikah lagi saja. Namun semenjak diberi stigma itu, ia menjadi lebih membatasi interaksinya terhadap lawan jenis, membatasi diri untuk tidak meminta bantuan pada laki-laki dan membatasi diri untuk tidak sering keluar malam. Pada subjek SA, pasca menjanda ia juga mengalami permasalahan ekonomi yang membuatnya harus bekerja melanjutkan usaha suaminya. Sebutan *lakè matong* juga melekat dalam dirinya karena dianggap sering meminta bantuan pria lain ketika sedang bekerja. Selain itu, gaya berpakaian SA yang dianggap kurang syar'i menjadikannya semakin dipandang negatif oleh masyarakat dan keluarga sehingga ia diarahkan untuk menikah lagi. SA tidak menghiraukan meski ada selentingan atau komentar negatif dari orang lain tentang dirinya. SA memilih untuk bersikap acuh, namun juga menjadi lebih menjaga tingkah lakunya dengan cara berusaha membatasi interaksi dengan lawan jenis dan menggunakan pakaian yang lebih pantas.

Berbagai masalah selama menjalani hidup sebagai janda tidak membuat ketiga partisipan menyerah. Mereka tetap berjuang untuk mencapai tujuan dan berkomitmen tidak ingin menikah lagi. Alasan mereka bertiga hampir mirip, di mana intinya mereka ingin lebih fokus pada anak, menikmati kesendirian, dan bertemu kembali dengan suami di surga. Perubahan dan tekanan kehidupan membuat ketiga partisipan memiliki kemampuan resiliensi yang baik untuk dapat bertahan dan menjalani kehidupannya dengan optimal. Hal ini sejalan dengan yang disampaikan oleh Sari dan Wahyuliarmy (2021) yang mengungkapkan bahwa resiliensi menempati posisi sangat penting bagi individu agar individu tersebut dapat terus bertahan dan berkembang meski telah mengalami peristiwa yang begitu berat.

Pada aspek pertama *emotion regulation*, ketiga subjek yaitu NS, SM, dan SA mampu mengekspresikan kesedihan atau amarahnya dengan tidak berlebihan. Ketiga subjek telah menyadari bahwa rasa sedih itu tidak boleh dibiarkan berlarut-larut dan mereka sama-sama memahami bahwa kehidupan harus terus berlanjut. Ketiga subjek mampu mengendalikan emosinya meski beragam permasalahan mulai muncul pasca meninggalnya suami, seperti kemerosotan ekonomi (Hurlock, 1980), kesedihan mendalam, komentar negatif orang lain (Naufaliasari dan Andriani, 2013), serta kesulitan menjadi kepala keluarga. Seperti yang disampaikan oleh Fernandez dan Soedagijono (2018) bahwa seorang *single parent* harus berperan sebagai pencari nafkah dan kepala keluarga yang mana itu tidak mudah. Mereka memiliki cara-cara tersendiri untuk mengatasi kesedihannya, seperti NS dan SM dengan lebih rajin beribadah dan menyibukkan diri di rumah, serta SA dengan menonton konten lucu di sosial media dan curhat kepada anaknya.

Aspek kedua adalah *impulse control*. Ketiga subjek yaitu NS, SM, dan SA sepakat mengatakan bahwa mereka perlu menimbang kebermanfaatannya suatu hal sebelum memutuskan untuk melakukannya. Semua subjek pernah diarahkan untuk menikah lagi oleh tetangga atau pun keluarga besarnya. Namun semuanya sepakat menjawab bahwa mereka tidak ingin menikah lagi dengan berbagai alasan, seperti NS yang merasa usianya sudah tua, ingin fokus pada anak-anaknya, dan bertemu suami lagi di surga. Sedangkan SM, khawatir pernikahan baru akan menimbulkan konflik karena kepercayaannya terkait harus adanya izin dari mantan

suami. Kemudian SA yang hanya ingin fokus pada anak, menikmati kesendirian, dan kesibukannya saat ini.

Aspek ketiga adalah *optimism*. Ketiga subjek yaitu NS, SM, dan SA merupakan pribadi yang optimis. Mereka memilih untuk hidup menjanda karena prinsip pribadi yang mereka anut, seperti NS yang lebih ingin fokus pada anak-anaknya dan ingin menjaga kesetiaan pada suami, SM yang sudah nyaman dengan kesendiriannya dan ingin lebih fokus juga kepada anaknya, serta SA yang memiliki alasan sama seperti NS. Mereka bertiga memiliki pandangan positif tentang masa depan meski telah mengalami peristiwa yang berat, seperti NS yang berpikir kehidupan masa depan harus lebih baik dari saat ini, SM yang merasa rugi jika terus-terusan bersedih, serta SA yang merasa perlu mengembangkan pemikiran positif untuk melanjutkan kehidupan. Mereka masih memiliki impian dan harapan di masa depan karena hal itu dapat memberikan suntikan semangat untuk menjalani kehidupan saat ini. Hal ini sejalan dengan yang disampaikan oleh Kusnandi (2019) bahwa impian yang berharga akan melahirkan semangat. NS berharap anaknya sukses dan keluarganya bisa naik haji atau umroh, SM berharap anaknya sukses dan dirinya selalu diberi kesehatan serta berumur panjang, lalu SA yang hanya berharap agar anaknya bisa segera lulus, bekerja, dan menikah. Cara mereka mewujudkan hal itu juga bermacam-macam tergantung pada harapannya masing-masing. Akan tetapi rata-rata mereka berusaha untuk memotivasi anaknya meraih kesuksesan.

Aspek keempat adalah *causal analysis*. Seluruh subjek yaitu NS, SM, dan SA memiliki kemampuan identifikasi yang baik. Mereka melakukan introspeksi diri dan segera mencari solusi terkait masalah yang mereka hadapi. NS mencari solusi dengan mendekati diri pada Allah SWT. Sedangkan SM menyelesaikan masalahnya dengan berdoa, berdiam diri di rumah, dan curhat kepada ibu serta anaknya. Lalu SA menyelesaikan masalahnya dengan mencoba menerima keadaan, pelan-pelan beradaptasi, dan mulai bekerja untuk memenuhi kebutuhan. NS dan SM sama-sama berpandangan bawa diri mereka sendiri lah yang bertanggung jawab atas masalah yang terjadi. Sedangkan SA berpandangan bahwa masalah yang terjadi merupakan tanggung jawab dirinya bersama anak-anaknya. Hampir semua partisipan mengaku pernah mendapatkan komentar negatif dari orang lain tentang status jandanya, yang mana komentar-komentar itu mengarah pada julukan *lakè matong*. Hal ini sejalan dengan yang disampaikan oleh Zulfiana (2013) bahwa secara sosial masyarakat masih memberikan label negatif terhadap status janda. Oleh karena itu, para partisipan menjadi lebih menjaga tingkah lakunya agar tidak terus-terusan menjadi bahan pergunjungan. Mereka menanggapi komentar negatif dengan bersikap cuek, namun hal itu bukan berarti mereka tidak pernah sedih ketika memikirkannya.

Aspek kelima adalah *empath*. Para subjek yaitu NS, SM, dan SA memiliki kemampuan empati. Hal ini dapat terbukti dari pemikiran mereka bahwa mereka akan bersedia membantu semampunya pada orang yang membutuhkan bantuan mereka. Para subjek juga tidak membandingkan kehidupan mereka dengan kehidupan orang lain. Selain itu, jika ada orang yang memiliki masalah serupa dengan mereka, mereka akan mengajaknya untuk bertukar cerita dan saling menyemangati. Kemampuan empati tersebut akan membuat hubungan sosial yang positif dengan orang lain (Ni'mah, 2017).

Aspek keenam adalah *self-efficacy*. Ketiga subjek memiliki perbedaan, di mana NS menilai bahwa dirinya tidak terlalu tangguh, lalu SM menilai dirinya terkadang optimis sekaligus pesimis, serta SA yang menilai bahwa dirinya adalah orang yang optimis. Akan tetapi, mereka semua memiliki persamaan bahwa mereka yakin akan bisa menghadapi masalah yang terjadi di masa depan meski dengan cara yang berbeda pula. Cara NS mengatasi masalah adalah dengan mendekati diri pada Allah SWT, lalu cara SM adalah dengan menguatkan dirinya sendiri, sedangkan cara SA adalah dengan berdoa dan berdiskusi dengan anak-anaknya. NS, SM, dan SA sama-sama yakin bahwa mereka dapat bertahan hidup

sebagai janda dan tetap pada komitmennya untuk tidak menikah lagi. Alasannya rata-rata karena ingin fokus pada keluarga dan berharap bisa bertemu lagi dengan suami di akhirat nanti. Masalah kehidupan rupanya tidak mampu menggoyahkan tekad mereka untuk menikah lagi (Sari & Yendi, 2019).

Aspek ketujuh adalah *reaching out*. Ketiga subjek memiliki kemampuan untuk dapat memaknai peristiwa kehidupannya secara positif. Setelah semua yang terjadi, NS menyikapi dengan menjadi lebih religius, lalu SM menjadi lebih pasrah dan ikhlas akan takdir kehidupan, serta SA dapat menjadi lebih tabah dan semakin percaya bahwa kehidupan dunia hanya sementara. Makna positif yang dipetik oleh para partisipan juga berbeda-beda (Reivich & Shatte, 2002). Makna positif yang dipetik NS, yaitu ia perlu memperbanyak ikhlas, semangat, dan lebih dekat pada Allah SWT. Sedangkan makna positif milik SM, ia merasa perlu memperbanyak rasa syukur dalam menjalani setiap peristiwa. Kemudian makna positif milik SA, ia merasa diperlukannya sikap tenang dan keyakinan.

Kesimpulan

Kematian pasangan hidup tentu tidak menjadi harapan bagi siapa pun. Namun, sebagai manusia kita hanya bisa menerima dan berdamai dengan keadaan. Para janda cerai mati yang menolak untuk menikah lagi dalam penelitian ini memiliki kemampuan resiliensi yang sangat baik. Hal itu dibuktikan dengan terpenuhinya hampir seluruh aspek resiliensi dalam diri setiap subjek. Rata-rata kemampuan subjek untuk dapat bangkit atau menjadi individu yang resilien membutuhkan waktu sekitar 2 tahun pasca meninggalnya suami. Berbagai masalah hadir dalam kehidupan mereka silih berganti. Mulai dari rasa sedih mendalam dan kemerosotan ekonomi (*matè obhur*) hingga stigma negatif berupa *lakè matong* (dianggap sering meminta bantuan pada pria lain atau suami orang) yang melekat erat pada diri janda di Madura. Namun rupanya beragam masalah itu tidak dapat memadamkan tekad mereka untuk tetap mempertahankan statusnya sebagai janda cerai mati. Ketiga partisipan berkomitmen untuk hidup menjanda karena ingin fokus pada anak, menikmati kesendirian, dan keinginan untuk bertemu lagi dengan suami di surga. Mungkin hanya orang dengan kemampuan resiliensi yang sangat baik yang mampu bertahan dan memilih pilihan itu hingga akhir nanti.

Saran

Saran bagi subjek, diharapkan dapat segera bangkit dan kembali melangkah. Subjek dalam penelitian ini dapat menjadi contoh yang baik bagi para janda cerai mati yang tidak ingin menikah lagi. Saran bagi masyarakat diharapkan dapat mulai berhenti memberikan diskriminasi dan stigma negatif pada para janda. Kita tidak pernah tahu seberapa sering mereka harus berjuang sendirian dan separah apa luka yang berusaha mereka sembunyikan. Kemudian saran bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji topik serupa diharapkan memiliki kebaruan permasalahan, kriteria partisipan yang berbeda, atau bisa juga memasukkan unsur budaya tertentu.

Daftar Pustaka

- Afdal, A., Ramadhani, V., Hanifah, S., Fikri, M., Hariko, R., & Syapitri, D. (2022). Kemampuan resiliensi: Studi kasus dari perspektif ibu tunggal. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 15(3), 218-230. <https://doi.org/10.24156/jikk.2022.15.3.218>
- Aini, D. R. & Satwika, Y. W. (2022). Resiliensi pada wanita dewasa awal setelah kematian pasangan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 186-198.
- Aprilia, W. (2013). Resiliensi dan dukungan sosial pada orang tua tunggal (studi kasus pada ibu tunggal di Samarinda). *Psikoborneo*, 1(3), 157-163. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i3.3326>

- Badan Pusat Statistik. (2024, February 12th). Jumlah penduduk berumur 10 tahun ke atas menurut kelompok umur, jenis kelamin, dan status perkawinan Indonesia tahun 2022. Retrived from <https://sensus.bps.go.id/topik/tabular/sp2022/193/0/0>
- Badan Pusat Statistik Online. (2024, February 12th). Konsep status perkawinan. Retrived from <https://ppukab.bps.go.id/subject/12/kependudukan.html>
- Bastari, B. & Fiandarti, Y. I. (2009). *Kosa kata Bahasa Madura lengkap*. Karya Simpati Mandiri.
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches*. Sage Publications, Inc.
- Creswell, J. W. (2016). *Research design: Pendekatan metode kualitatif, kuantitatif, dan campuran (4th Ed)*. Pustaka Pelajar.
- Everall, R. D., Altrows, K. J., & Paulson, B. L. (2006). Creating a future: A study of resilience insuicidal female adolescents. *Journal of Counseling & Development*, 84(4), 461-470.
- Fadlilah, F. (2021). Konselor ideal dalam budaya *ngerèng dhâbu* di Madura. *Jurnal Setia Pancasila*, 1(2), 45-52.
- Fernandez, I. M. F., & Soegadijono, J. S. (2018). Resiliensi pada wanita dewasa madya setelah kematian pasangan hidup. *Jurnal Experientia*, 6(1), 27-38.
- Hadi, S., Abadi. M. M., & Mulyadi, M. (2023). *Dialektika Madura dalam pusaran stigma*. IAIN Madura Press.
- Hasanah, H. (2016). Teknik-teknik observasi (Sebuah alternatif metode pengumpulan data kualitatif ilmu-ilmu sosial). *Jurnal at-Taqaddum*, 8(1). 21-46.
- Herdiansyah, H. (2019). *Wawancara, observasi, dan focus groups: Sebagai instrumen penggalan data kualitatif*. Rajawali Pers.
- Herdiansyah, H. (2015). *Metodologi penelitian kualitatif untuk ilmu psikologi*. Salemba Humanika.
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (5th ed)*. Erlangga.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia Online. (2023, February 16th). *Stigma*. Retrived from <https://kbbi.web.id/stigma>
- Katuuk, C. N. (2023). Kajian etis teologis terhadap pemahaman masyarakat mengenai janda di Jemaat GMIM Bethesda Tatelu, Kec. Dimembe. *Jurnal Mahasiswa Kristen*, 4(1), 16 – 34.
- Kusnandi, K. (2017). Model inovasi pendidikan dengan strategi implementasi konsep “dare to be different”. *Jurnal Wahana Pendidikan*, 4(1), 132-144.
- Maulinda, M. A., Purnamasari, A., Iswari, R. D., & Pratiwi, M. (2020). Dukungan keluarga dan resiliensi pada peserta rehabilitasi narkoba di Kota Palembang. *Psychology Journal of Mental Health*, 2(2), 53-70.
- Naufaliasari, A., & Andriani, F. (2013). Resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kematian pasangan. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 2(2), 264-269.
- Nawawi, H. (2019). *Metode penelitian bidang sosial*. Gadjah Mada University Press.
- Ni'mah, R. (2018). Hubungan empati dengan perilaku altruistik. *At-Tuhfah: Jurnal Keislaman*, 6(1), 99-115. <https://doi.org/10.36840/jurnalstudikeislaman.v6i1.85>

- Olson, D. H., & DeFrain, J. (2003). *Marriage and families: Intimacy, diversity, and strength*. McGraw Hill, Inc.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development*. McGraw-Hill.
- Pragholapati, A. & Ulfitri, W. (2019). Gambaran mekanisme coping pada mahasiswa program studi sarjana keperawatan tingkat IV yang sedang menghadapi tugas akhir di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan X Bandung. *Humanitas*, 3(2), 115-126.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. Boadway Books.
- Santrock, J. W. (2006). *Life span development*. McGraw Hill.
- Sari, I. P., Ifdil, I., & Yendi, F. M. (2019). Resiliensi pada single mother setelah kematian pasangan hidup. *SCHOULD: Indonesian Journal of School Counseling*, 4(3), 76-82. <https://doi.org/10.23916/08411011>
- Sari, C. A. K., & Wahyuliarmy, A. I. (2021). Resiliensi pada janda cerai mati. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 5(1), 40-51.
- Shofi, M. A. (2022). Widow stigma: A critical study of the discrimination of widow in public (Islamic perspective and gender). *Al-Maiyyah*, 15(1), 30-45. <https://doi.org/10.35905/al-maiyyah.v15i1.765>
- Sofyan, M. A., & Bakhri, S. (2021). Janda dan duda: Genealogi pengetahuan dan kultur masyarakat tentang janda sebagai pelanggaran kuasa patriarki. *Kafa'ah: Journal of Gender Studies*, 11(2), 199-214.
- Sudrajat, A., Fedryansyah, M., & Darwis, R. S. (2023). Faktor resiliensi pada janda lansia. *Share: Social Work Journal*, 13(1), 111 – 125. <https://doi.org/10.45814/share.v13i1.41651>
- Sugiyono, S. (2012). *Memahami penelitian kualitatif*. Alfa Beta.
- Suhan, Y., Sakaria, S., Genda, A., Haris, A., & Amin, A. R. (2020). Pelabelan masyarakat perdesaan terhadap janda muda di Desa Sailong Kecamatan Dua Boccoe Kabupaten Bone. *Hasanuddin Journal of Sociology (HJS)*, 2(2), 145-156.
- Widyataqwa, A. C. J., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi istri selepas kematian suami akibat covid-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 103-118.
- Zulfiana, U. (2013). Menjanda pasca kematian pasangan hidup. *Jurnal Online Psikologi*, 1(1), 1-10.