

GAMBARAN RESILIENSI PEREMPUAN DEWASA AWAL YANG MENGALAMI KEGAGALAN MENUJU HUBUNGAN PERNIKAHAN

Pipit Yussi Tamiah Widiyawati

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, E-mail: pipit.18033@mhs.unesa.ac.id

Damajanti Kusuma Dewi

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, E-mail: damajantikusuma@unesa.ac.id

Abstrak

Memilih teman hidup dan membentuk sebuah keluarga merupakan salah satu tugas perkembangan bagi dewasa awal yang dapat dilakukan dengan adanya pertunangan, namun kesulitan maupun kegagalan bisa saja dialami oleh setiap individu misalnya Putri yang pernah mengalami kegagalan secara berturut-turut dalam menjalin hubungan menuju pernikahan. Individu dewasa awal diharapkan dapat mengetahui pentingnya memiliki kemampuan resiliensi dengan baik, agar dapat menghadapi peristiwa tidak terduga seperti adanya kegagalan hubungan menuju pernikahan, sehingga tugas perkembangan yang dijalani akan berjalan dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi pada perempuan dewasa awal yang mengalami kegagalan menuju hubungan pernikahan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus intrinsik yang berfokus pada permasalahan kegagalan hubungan yang dialami oleh subjek. Data dikumpulkan melalui wawancara semi terstruktur dan observasi. Teknik analisa data dengan melakukan analisis tematik dan triangulasi sebagai uji keabsahan. Hasil penelitian menunjukkan gambaran dan faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi pada subjek, antara lain gambaran resiliensi yang meliputi regulasi emosi, optimisme, kemampuan analisis masalah, empati, efikasi diri, serta pencapaian. Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi meliputi faktor internal yang berasal dari efikasi diri dan faktor eksternal yang berasal dari dukungan sosial.

Kata Kunci: resiliensi, dewasa awal, pernikahan.

Abstract

Choosing a life partner and forming a family is one of the developmental tasks for early adulthood that can be done with an engagement, but difficulties and failures can be experienced by every individual, for example Putri who has experienced successive failure in a relationship leading to marriage. Early adult individuals are expected to know the importance of having good resilience skills, in order to be able to deal with unexpected event such as a failed relationship leading to marriage, so that developmental tasks are carried out well. This study aims to determine the description of resilience in early adults women who experience failure towards marriage relationship. This study uses a qualitative method with an intrinsic case study approach that focuses on the problem of relationship failure experienced by the subject. Data were collected through semi-structured interviews and observation. Data analysis technique by doing thematic analysis and triangulation as a test of validity. The results of the study show an overview and factors that influence resilience in the subject, including a picture of resilience which includes emotion regulation, optimism, problem analysis skills, empathy, self-efficacy, and achievement. Factors that influence resilience include internal factors originating from self-efficacy and external factors originating from social support.

Keywords: resilience, early adulthood, marriage.

PENDAHULUAN

Individu pada setiap kehidupannya akan menjalani tugas-tugas perkembangan dimulai dari masa anak-anak, remaja, dewasa hingga menuju lanjut usia (Cathlin, Anggreany & Dewi, 2019). Individu dalam mewujudkan kehidupan yang bahagia serta tidak mengalami sebuah persoalan yang berarti, maka ia harus melalui beberapa tugas perkembangannya dengan baik terlebih bagi dewasa awal, karena pada masa dewasa awal ini dianggap

merupakan puncaknya masa perkembangan bagi setiap individu. Dewasa awal dapat diartikan sebagai masa transisi dari masa remaja menuju pada masa dewasa. Masa dewasa awal juga merupakan peralihan untuk mandiri baik dari segi ekonomi, kebebasan memilih, dan pandangan akan masa depan yang lebih realistis. Rentang usia pada dewasa awal yakni antara 18 sampai 25 tahun, dimana pada masa ini individu akan ditandai dengan melakukan kegiatan yang bersifat eksperimen dan eksplorasi (Santrock, 2018).

Setiap individu memiliki tugas-tugas perkembangan pada setiap masa kehidupannya dan ketika individu melalui tahap perkembangannya tersebut, maka akan semakin sulit oleh karena itu, individu harus mampu menyelesaikan tugas perkembangannya dengan sebaik-baiknya (Putri, 2019). Pada individu dewasa awal terdapat tugas-tugas perkembangan menurut Hurlock (2009), sebagai berikut: (1) memperoleh pekerjaan, (2) memilih teman hidup, (3) membentuk suatu keluarga dengan belajar hidup bersama sebagai seorang suami istri, (4) membesarkan anak-anak, (5) mengelola sebuah rumah tangga, (6) bertanggung jawab sebagai warga negara, serta (7) ikut serta dalam suatu kelompok sosial. Individu yang berhasil dalam menjalani tugas-tugas perkembangannya, maka akan dapat membawa dan menimbulkan kebahagiaan pada dirinya serta tugas-tugas perkembangan pada masa yang selanjutnya dan akan mengarah pula kepada keberhasilan, sedangkan individu yang mengalami kegagalan dalam menjalani tugas perkembangannya, maka ia akan mengantarkan dirinya pada ketidakbahagiaan serta hal tersebut akan mengacaukan tugas perkembangan berikutnya yang dijalannya. Resiliensi memainkan peran yang cukup penting karena merupakan faktor penting untuk kesuksesan dan kebahagiaan (Reivich & Shatté, 2003). Menurut Sholih dkk. (2017) berpendapat bahwa resiliensi merupakan kemampuan untuk beradaptasi dan mampu adaptif terhadap transisi, tuntutan serta kekecewaan yang muncul dalam kehidupan individu.

Pada masa dewasa awal ini dengan melalui adanya pertunangan hubungan perkawinan yang dilakukan individu akan membantunya untuk membangun hubungan yang lebih intim dengan pasangannya serta mengubahnya menjadi kenyataan (Agusdwitanti, Tambunan & Retnaningsih, 2015). Seperti halnya peristiwa yang dialami oleh seorang perempuan dewasa awal di Kota Sidoarjo bernama inisial Putri, menurut hasil wawancara awal dengan subjek diketahui ia mengalami kegagalan dalam menuju hubungan pernikahan sebanyak dua kali secara berturut-turut, dimana menurut subjek pada saat peristiwa pertama, subjek tengah menjalin hubungan serius dengan kekasihnya kurang lebih selama 6 bulan dan nantinya akan berlanjut menuju jenjang yang lebih serius yakni pertunangan. Namun, acara pertunangan tidak dapat berlangsung dikarenakan calon tunangannya berselingkuh darinya. Hal tersebut membuat ia mengambil keputusan untuk mengakhiri hubungannya. Pada saat wawancara berlangsung, subjek bercerita bahwa perselingkuhan yang dilakukan oleh kekasihnya membuat ia marah, sedih, dan merasakan tekanan dalam dirinya. Hal ini selaras dengan penelitian menurut Putri dan Aulia (2021) bahwasanya perselingkuhan adalah salah satu kondisi yang dapat menimbulkan tekanan, emosi negatif, serta kondisi stres

yang membutuhkan keterampilan resiliensi untuk dapat keluar dari kondisi tersebut. Akibatnya, perempuan yang tidak memiliki kemampuan untuk dapat menahan stres lebih cenderung menjadi stres ketika mereka menemukan diri mereka berada dalam sebuah kondisi tekanan baru. Kemudian, pada peristiwa kedua saat wawancara dengan subjek ia bercerita bahwa tidak lama kemudian ia mencoba menjalin hubungan serius menuju jenjang pertunangan dengan laki-laki baru yang merupakan teman kuliahnya. Namun, takdir berkata lain, subjek tidak juga berhasil melangsungkan acara pertunangan dikarenakan kekasihnya terpapar virus Covid-19 dan mengharuskannya untuk dirawat secara intensif pada awal bulan Agustus 2021 yang merupakan perkiraan waktu pelaksanaan acara pertunangan dilangsungkan sebulan kemudian dan akhirnya sang kekasih meninggal dunia. Menurut Widyataqwa dan Rahmasari (2021) menegaskan bahwasanya tahap berduka akibat kehilangan pasangan hidup adalah tahap awal dari proses resiliensi. Menurut Brooks *et al.* (2020) menjelaskan bahwa efek psikologis selama masa pandemi termasuk gangguan stres pasca trauma, kebingungan, kecemasan, frustrasi, ketakutan akan terinfeksi, insomnia, serta impotensi.

Kehidupan yang terjadi pada setiap individu tidak terlepas dari kondisi serta situasi yang tidak selalu berjalan sesuai dengan yang diharapkan. Setiap individu selalu memiliki permasalahan maupun kesulitan dan tidak ada individu satu pun yang tidak pernah mengalami suatu masalah atau beban berat dimana hal tersebut dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya (Cathlin, Anggreany & Dewi, 2019). Kondisi dan situasi sulit yang dialami individu tersebut akan menjadi sebuah tantangan untuk dapat mengatasi, belajar, serta mengubah kondisi kehidupan yang sebelumnya. Seperti halnya kejadian kegagalan pertunangan yang dialami oleh subjek secara berturut-turut dimana terlihat bahwa subjek berani memulai menjalin hubungan baru dalam kurun waktu yang cukup singkat dengan laki-laki baru setelah ia mengalami kegagalan pertunangan.

Orang-orang belajar bahwa kegagalan bukanlah akhir dan mencari pengalaman baru dan hal tersebut dinilai lebih menginspirasi. Individu melihat kegagalan sebagai pembelajaran yang berarti untuk kehidupan selanjutnya. Kesulitan maupun kegagalan dapat membuat individu merasa tertekan untuk dapat mengalami kecemasan serta depresi, namun dengan adanya kapasitas resiliensi pada individu, maka individu akan melihat arti dari kesulitan maupun kegagalan tersebut serta dapat menghindari dampak negatif tersebut (Missasi & Izzati, 2019). Kemampuan untuk bertahan hidup sampai individu dapat pulih disebut resiliensi (Goldstein & Brooks, 2013). Resiliensi berkaitan erat dengan stres, karena kedua hal tersebut merupakan konstruksi yang tak terpisahkan

(Missasi & Izzati, 2019). Resiliensi hanya dapat dijelaskan ketika terdapat kondisi stres yang dihadapi oleh individu dimana kondisi tersebut dapat memicu stres, sehingga diperlukan manajemen stres yang dapat mengarah pada penyesuaian positif yang disebut dengan resiliensi.

Definisi lain mengenai resiliensi menurut Fauziya dan Daulima (2017) yakni sebagai kemampuan penyesuaian kondisi pasca mengalami peristiwa traumatik dalam kehidupan individu. Menurut Sari dkk. (2019) karena kehidupan yang dijalani oleh individu senantiasa diwarnai oleh keberagaman kondisi yang tidak dapat ditolaknya baik itu kondisi yang menyenangkan ataupun sebaliknya, maka diperlukan suatu kemampuan dalam hidup yang disebut resiliensi. Kemudian menurut Holaday dan McPhearson (1997) berpendapat bahwa individu yang memiliki resiliensi pada dirinya cenderung mampu untuk dapat kembali pada kondisi sebelum kejadian berat, kesengsaraan maupun trauma, selain itu individu juga mampu beradaptasi terhadap kondisi berat yang dialaminya. Resiliensi menurut Grotberg (1999) diartikan sebagai kemampuan individu untuk dapat menilai, mengatasi, serta peningkatan diri maupun mengubah dirinya dari kesengsaraan hidup (Sari dkk. 2019). Kemudian menurut Reivich dan Shatté (2003) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan dalam mengatasi serta beradaptasi dengan kejadian atau persoalan serius yang terjadi dalam kehidupan individu.

Resiliensi memungkinkan individu untuk dapat pulih dari kondisi sulit Kirmani *et al.* (2015), sedangkan menurut Shetty (2015) berpendapat bahwa individu yang memiliki resiliensi dapat berfungsi lebih baik jika dibandingkan dengan kondisi sebelumnya saat berada dalam situasi stres. Resiliensi memiliki empat fungsi yaitu mengatasi, mengarahkan, memulihkan dan mencapai (Reivich & Shatté, 2003). Resiliensi memiliki faktor pelindung yang dapat mengurangi maupun menghilangkan dampak dari kondisi sulit yang dihadapi individu (Karatat & Cakar, 2011). Terdapat banyak penelitian yang mengkaji terkait resiliensi dengan mencoba mencari tau mengapa beberapa individu dapat bertahan dan bahkan dapat berkembang dalam kondisi stres yang dialaminya dalam kehidupan mereka. Selain itu, resiliensi dikatakan bukan merupakan sifat kepribadian, melainkan mencakup tingkah laku, pikiran, maupun tindakan yang dapat dipelajari oleh siapa pun. Oleh karena itu, resiliensi adalah suatu upaya individu untuk dapat beradaptasi dengan baik terhadap situasi stres, sehingga dapat pulih dan berfungsi secara optimal, serta dapat mengatasi kesulitan yang dihadapi. Resiliensi secara umum mengacu pada pembatasan perilaku negatif dari faktor-faktor yang berhubungan dengan stres serta hasil adaptif meskipun individu mengalami kesulitan. Menurut

penelitian yang dilakukan oleh Missasi dan Izzati (2019) faktor yang mempengaruhi resiliensi terdiri dari dua yakni internal meliputi atas spiritualitas, *self-efficacy*, optimisme, serta *self-esteem*. Sedangkan faktor eksternal meliputi atas dukungan sosial. Dalam perkembangannya, faktor budaya serta lingkungan sekitar dianggap sangat mempengaruhi resiliensi, dimana bukan hanya faktor individu dan genetik yang sering dinilai dapat mempengaruhinya.

Terdapat tujuh aspek dari resiliensi Reivich dan Shatté (2003) antara lain: 1) Regulasi emosi (*emotional regulation*), merupakan kemampuan mengatur emosi pada diri untuk tetap merasa tenang pada kondisi penuh tekanan. 2) Kontrol impuls (*impulse control*), berkaitan erat dengan regulasi emosi. Apabila individu memiliki regulasi emosi yang tinggi, maka besar kemungkinan kontrol impuls yang dimiliki juga cenderung kuat, sedangkan apabila individu memiliki kontrol emosi rendah, maka akan cenderung menerima keyakinan secara impulsif. 3) Optimisme (*optimism*), individu yang memiliki resiliensi dinilai sebagai individu yang cenderung optimis. 4) Kemampuan menganalisis masalah (*causal analysis*), memiliki definisi pada kemampuan individu yang secara akurat mampu memahami sebab dari persoalannya. 5) Empati (*empathy*), merupakan gambaran mengenai seberapa baik individu untuk dapat membaca isyarat yang berasal dari individu lain dimana hal tersebut berkaitan dengan kondisi emosional individu. 6) Efikasi Diri (*self-efficacy*), merupakan gambaran mengenai kepercayaan individu bahwa dirinya dapat memecahkan persoalan yang dialami serta kemampuannya dalam mencapai sebuah keberhasilan. 7) Pencapaian (*reaching out*), merupakan gambaran kemampuan individu untuk mencapai sebuah keberhasilan.

Setiap individu yang memiliki resiliensi harus memiliki lima determinan resiliensi sebagai berikut menurut penelitian yang dilakukan oleh Rachmat (2018), antara lain: 1) Keterampilan Interpersonal, diartikan sebagai sesuatu yang dipelajari maupun bersifat bawaan pada diri individu yang dapat memudahkannya dalam melakukan interaksi secara positif serta efektif dengan individu lain. 2) Kompetensi, merupakan kemampuan dan keterampilan individu yang memberi peran serta terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menjadi resilien pada diri dimasa dewasa. 3) *Self-regard* yang tinggi, diartikan sebagai kemampuan individu dalam mengubah pikiran negatif menjadi pikiran yang lebih positif akan dirinya sendiri. 4) Spiritualitas, spiritualitas dan religiusitas, dianggap merupakan aspek yang penting bagi resiliensi seseorang. 5) Kondisi kehidupan positif, dimana individu merasa tertantang untuk menjadi pribadi lebih kuat serta berempati terhadap lingkungan sekitar baik pada peristiwa-peristiwa negatif maupun positif.

Perempuan dewasa awal harus mampu menyelesaikan tugas perkembangannya dengan sebaik mungkin, dikarenakan apabila menjalani tugas-tugas perkembangannya dengan berhasil, maka akan mengantarkan dan menimbulkan kebahagiaan, dan dapat mengarahkan pada sebuah keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya pada fase-fase berikutnya. Oleh karena itu, diperlukannya proses resiliensi yang dicirikan dengan kondisi diri, kemampuan, serta fungsi-fungsi diri yang meningkat sebagai respon positif saat menghadapi masa-masa sulit, seperti halnya dalam kegagalan menuju hubungan pernikahan yang dialami oleh Putri sebagai subjek penelitian.

Fokus penelitian yang akan dilakukan yakni untuk melihat bagaimana gambaran resiliensi perempuan dewasa awal yang mengalami kegagalan menuju hubungan pernikahan. Manfaat teoritis dari penelitian ini yakni nantinya hasil penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan wawasan ilmu pengetahuan dibidang psikologi terkait topik resiliensi pada perempuan dewasa awal yang mengalami kegagalan menuju hubungan pernikahan. Kemudian manfaat praktis dari hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi para pihak-pihak yang terlibat dalam penelitian baik secara langsung maupun tidak langsung khususnya pada individu dewasa awal yang mengalami kegagalan menuju hubungan pernikahan, agar dapat mengetahui pentingnya seorang individu memiliki kemampuan resiliensi dengan baik, agar dapat menghadapi peristiwa tidak terduga di dalam segala kondisi, sehingga tugas perkembangan yang sedang dijalani akan berjalan dengan baik pula. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi pembelajaran terkhususnya untuk para perempuan lain agar dapat termotivasi untuk segera bangkit dari permasalahan kegagalan yang pernah dialaminya pada saat menuju hubungan pernikahan.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka penelitian ini akan berusaha mengungkap bagaimana resiliensi yang dimiliki oleh perempuan dewasa awal yang mengalami kegagalan menuju hubungan pernikahan. Oleh sebab itu, penelitian ini berfokus pada gambaran resiliensi kondisi subjek pada saat mengalami kegagalan hubungan menuju pernikahan secara berturut-turut. Maka, penelitian ini akan mengkaji “Gambaran Resiliensi Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Kegagalan Menuju Hubungan Pernikahan”.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus, dimana penelitian kualitatif bertujuan untuk mengeksplor pemahaman untuk tercapainya sebuah pemaknaan pada sebuah permasalahan yang dikupas secara mendetail (Creswell & Creswell, 2018). Menurut Samsu (2017)

studi kasus merupakan penelitian komprehensif yang terdiri atas aspek fisik serta psikologis individu yang bertujuan mendapat pemahaman lebih mendalam terhadap sebuah kasus yang diteliti, selain itu studi kasus meliputi kajian mengenai sebuah kasus dalam kehidupan nyata dalam *setting* kontemporer (Creswell & Creswell, 2018). Peneliti akan berupaya untuk mengeksplor kehidupan nyata peristiwa unik subjek yang pernah mengalami kegagalan secara berturut-turut pada saat menuju hubungan pernikahan melalui pengumpulan data yang dilakukan secara detail dan mendalam dengan melibatkan aneka sumber informasi seperti observasi, wawancara, audiovisual, dokumen, maupun laporan. Bentuk studi kasus yang digunakan oleh peneliti yakni studi kasus intrinsik yang berfokus pada kasus itu sendiri, dimana kasus tersebut menyertakan situasi yang unik seperti halnya pada subjek yang pernah mengalami kegagalan menuju hubungan pernikahan selama berturut-turut dalam kurun waktu yang berkesinambungan.

Subjek dalam penelitian ini merupakan seorang perempuan dewasa awal bernama inisial Putri berusia 25 tahun yang memiliki latar belakang permasalahan pernah mengalami kegagalan menuju hubungan pernikahan sebanyak 2 kali secara berurutan. Diketahui identitas subjek bertempat tinggal di Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. Selain itu, saat ini subjek tengah bekerja sebagai wiraswasta.

Metode pengumpulan data yang akan digunakan yakni observasi dan wawancara semi-terstruktur dengan berpedomanan menurut aspek-aspek resiliensi (Reivich & Shatté, 2003). Peneliti dalam melakukan proses observasi akan turut serta berpartisipasi dalam kegiatan penelitian di tempat penelitian. Hal tersebut akan dapat membantu peneliti untuk mendapat pandangan *insider* serta data subjektif. Adapun alat wawancara yang dapat digunakan dalam penelitian yakni buku catatan, *tape recorder*, serta camera (Sugiyono, 2013). Selanjutnya, untuk menguji kredibilitas data peneliti menggunakan triangulasi dengan menggunakan aneka sumber bukti penguat untuk menerangkan tema atau perspektif yang dapat diperoleh dari *significant others* yakni saudara, kerabat, maupun orang tua dari subjek. Tujuan dari triangulasi menurut Sugiyono (2013) yakni untuk meningkatkan pemahaman mengenai apa yang telah ditemukan peneliti. Selanjutnya, uji reliabilitas data menggunakan catatan lapangan yang diperoleh dari alat perekam serta melakukan transkrip rekaman tersebut. Teknik analisis data menggunakan analisis tematik dengan cara membuat deskripsi mendetail mengenai kasus tersebut serta *settingnya*. Dimulai dengan persiapan dan pengorganisasian data teks berupa transkrip ataupun gambar untuk nantinya dianalisis, selanjutnya data akan direduksi menjadi sebuah tema melalui tahap pengkodean serta peringkasan kode, kemudian yang

terakhir data akan disajikan kedalam bentuk bagan, tabel, atau pembahasan (Creswell & Creswell, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini mendapatkan dua tema utama yakni gambaran resiliensi serta faktor-faktor yang mempengaruhi subjek pada saat kondisi subjek mengalami kegagalan menuju hubungan pernikahan. Kondisi kegagalan berturut-turut tersebut terjadi pada saat subjek ditinggalkan selingkuh dan meninggal dunia oleh pacarnya sebelum melangsungkan pertunangan. Hasil penelitian akan dipaparkan lebih lanjut melalui penjelasan secara naratif berdasarkan hasil wawancara dengan subjek pada setiap pengalaman kegagalan hubungan menuju pernikahan secara mendetail.

1. Gambaran Resiliensi

Berdasarkan wawancara dengan subjek diketahui bahwa muncul gambaran resiliensi pada diri subjek yang telah mengalami kegagalan menuju hubungan pernikahan dengan kedua pacarnya dalam waktu yang berturut-turut. Gambaran resiliensi pada diri subjek meliputi regulasi emosi, optimisme, kemampuan analisis masalah, empati, efikasi diri, serta pencapaian. Adapun yang disampaikan oleh subjek dalam kutipan berikut ini:

Regulasi emosi

Putri mampu menilai emosi yang ia rasakan pada saat mengalami perselingkuhan dan juga pada saat pacarnya meninggal dunia dimana ia merasa sedih. Seperti kutipan pada wawancara berikut:

Ya sedih banget sih mbak waktu itu, ya marah karena kenapa kok yang pertama itu *ninggalin* (meninggalkan) saya yang kedua itu juga *ninggalin* (meninggalkan) tapi gimana lagi (Putri, 10 Januari 2022).

SO.1: Eee si Putri kalau kaya gitu kan marah toh, sedih, kecewa soale kan kita udah berharap sama orang yang kita sayangi terus satu titik menemukan seseorang yang ternyata menyakitkanlah intinya, pasti itu sebuah kekecewaan hidup sedih banget lah mbak (Maya, 29 Januari 2022).

Berdasarkan kutipan wawancara diatas menunjukkan bahwa Putri mampu mengetahui emosi yang ia rasakan yang dinilainya dengan baik pada saat kedua peristiwa tersebut terjadi.

Eem karena saya ngerasa udah nggak ada urusan lagi sih mbak ya sama dia karena dia *udah*

(sudah) punya cewek baru terus itu saya juga *nggak* (tidak) marah juga seh mbak karena kan keputusan dia mau sama cewek itu, terus saya juga ya mau lebih baik lagi daripada yang sebelumnya jadi saya lebih yakin sama temen saya itu waktu itu (Putri, 13 Januari 2022).

SO.2: Pas waktu *iku seh* (itu sih) anakku bilang kalau *pacare* (pacarnya) yang meninggal ini lebih meyakinkan *ngunu* (gitu) mbak (Ina, 8 Februari 2022).

Berdasarkan kutipan diatas menunjukkan bahwa Putri sudah merasa dapat menjalin hubungan baru dengan pria yang baru karena ia telah menerima keadaan yang dialaminya.

Putri menyampaikan bahwa setelah ia mengalami peristiwa kegagalan menuju hubungan pernikahan yang pertama ketika diselingskuhi oleh pacarnya ia lebih memiliki sikap hati-hati dalam memilih seorang pasangan. Seperti yang disampaikannya dalam kutipan berikut ini:

Lebih selektif lagi milih apa suami, buat calon suami gitu sih mbak (Putri, 10 Januari 2022).

SO.1: Waktu itu sih dia bukan kaya melampiasan seh, lebih kaya hati-hati untuk mengenal cowok baru lagi gitu (Maya, 29 Januari 2022).

SO.2: [...] yaa udah anakku jadi lebih ati-ati ae pas milih calon seng kedua iku mbak, *yo* (ya) walaupun takdir berkata lain *yo* (ya) mbak mereka dipisahkan oleh maut itu (Ina, 8 Februari 2022).

Berdasarkan kutipan diatas menunjukkan bahwa Putri dapat menjadi pribadi yang lebih berhati-hati ketika akan berkenalan dengan pria baru yang nantinya akan dijadikannya sebagai pendamping hidupnya.

Kemampuan Putri dalam memiliki adaptabilitas terlihat dari bagaimana ia menjalin hubungan dengan pacar barunya setelah diselingskuhi. Berikut kutipan wawancaranya:

Karena pengalaman dari yang sebelumnya itu orangnya kurang apa kurang menunjukkan kalau dia emang serius mau komitmen karena dia diomongnya aja terus perilakunya itu nggak

menunjukkan kalau dia itu serius, terus saya mau sama temen saya itu ya karena perilakunya dia itu emang menunjukkan kalau dia itu serius sama saya (Putri, 13 Januari 2022).

SO.1: [...] temenku itu lebih menunjukkan sikap dewasanya untuk menjalani hubungan sama si Putri tadi sih, emang kelihatan banget (Maya, 29 Januari 2022).

SO.1: Dari segi perlakuan, dari omongan, terus dari segi tindakan kaya gitu (W1.My.B109-110).
SO.1: Misal.e kalau lebih omongan itu lebih mengajak ke jenjang pernikahan, sudah diarahkan sudah disetting untuk dilamar (Maya, 29 Januari 2022).

SO.1: Ada rencana untuk lamaran juga, ee habis gitu menurut kemauane Putri, jadi nuruti apa yang dipengen si Putri [...] (Maya, 29 Januari 2022).

SO.2: Pas waktu *iku seh* (itu sih) anakku bilang kalau *pacare* (pacarnya) yang meninggal ini lebih meyakinkan *ngunu* (gitu) mbak

Heem daripada *sebelume seng* (sebelumnya yang) selingkuh iku, *jadine yo* (jadinya ya) gak ada unsur balas dendam apalagi melampiaskan seh mbak waktu iku (Ina, 8 Februari 2022).

Berdasarkan kutipan diatas menunjukkan bahwa Putri mampu beradaptasi dengan pria baru yang mampu meyakinkannya untuk menjalin hubungan serius menuju pernikahan.

Optimisme

Kegagalan hubungan menuju pernikahan yang dialami oleh Putri tidak membuatnya terpuruk dalam peristiwa yang menimpanya, ia mencari pemecahan masalahnya dengan berani mencoba berkenalan dengan pria baru. Seperti pada contoh kutipan wawancara berikut ini:

Nggak (tidak) lama sih mbak, karena kan aku *yo pingin* (ya ingin) *buru-buru* (cepat-cepat) *move on* sih karena dia udah punya cewek baru udah sama kehidupan dialah ya, *terus* (lalu) aku *yo pingin* (ya ingin) lebih baik lagi gitu (Putri, 10 Januari 2022).

SO.1: Eee de'e *move on* itu beberapa bulan, kurang lebih seh de'e menemukan cowok baru

itu kurang lebih selama 6 bulanan 6 bulan 5 bulananlah dan itu ternyata temenku kuliah (Maya, 29 Januari 2022).

SO.2: Untungnya dia juga *nggak seng* (tidak yang) menutup diri *ngunu* (gitu) dari cowok-cowok gitu, yaa kan aku juga selalu do'ain anakku mudah-mudahan jodohnya segera *dateng* (datang) *biar* (supaya) anake bisa *move on* (melangkah maju lebih baik) mbak (Ina, 8 Februari 2022).

Menurut kutipan diatas menunjukkan bahwa Putri dapat melangkah maju menjadi pribadi lebih baik dengan tidak terfokus pada kegagalan yang pernah ia alami.

Kemampuan Putri dalam menerima kenyataan terhadap peristiwa kegagalan menuju hubungan pernikahannya tergambar pada kutipan wawancara berikut:

Eem kita ambil hikmahnya aja sih mbak karena kan kehidupan *yo wis kek gitu* (ya sudah seperti itu) (Putri, 10 Januari 2022).

SO.2: Yaa tak lihat anaknya kemarin itu yo wes menerima apa yang terjadi ae mbak (Ina, 8 Februari 2022).

Gambaran optimisme Putri ditunjukkan dengan adanya keyakinan dalam dirinya bahwa setelah ditinggalkan selingkuh oleh pacar pertamanya ia akan bertemu dengan pria yang lebih baik lagi. Berikut kutipan wawancaranya:

Ya saya optimis sih mbak saya harus dapet yang lebih baik lagi dari yang kemarin gitu (Putri, 10 Januari 2022).

SO.2: Anakku *seh* (sih) selalu optimis seh mbak ya kalau *bakalan nemu* (akan bertemu) jodoh yang lebih baik lagi, [...] (Ina, 8 Februari 2022).

Kutipan diatas menunjukkan bahwa Putri memiliki rasa optimisme dalam diri yang kuat bahwa ia akan berjodoh dengan pria lain yang lebih baik dari pacarnya yang sebelumnya yang telah meninggalkannya berselingkuh.

Peristiwa kegagalan menuju hubungan pernikahan Putri akibat pacarnya yang meninggal

dunia membuat ia harus bisa menerima apa yang tidak bisa diubah olehnya. Seperti pada kutipan berikut:

[...] udah takdir Allah ya mbak kita *nggak* (tidak) tau juga kita rencananya apa Allah kasihnya apa (Putri, 10 Januari 2022).

SO.2: Lah terus kan *seng* (yang) gagal nikah kedua iku anakku *dapet* (dapat) musibah kalau *pacare* (pacarnya) ini meninggal dunia, *yo wes* (ya sudah) mbak emang takdir dari yang kuasa kaya gitu yaa gak bisa berbuat apalagi ya toh (Ina, 8 Februari 2022).

Menurut kutipan diatas Putri menerima kegagalan menuju hubungan pernikahan yang kedua kalinya disebabkan oleh takdir yang tidak bisa ia ubah dari sang pencipta.

Kegagalan menuju hubungan pernikahan yang dialami Putri selama berturut-turut membuatnya melakukan pembaruan dalam berkenalan dengan pria baru. Berikut kutipan wawancaranya:

Eem karena mereka berdua itu kan dari lingkungan perkuliahan ya mbak ya jadi saya *nggak* mau lagi *dapet* anak kuliah jadi kaya ya *dapet* orang lain aja yang jauh [...] (Putri, 10 Januari 2022).

SO.1: [...] waktu itu, de'e lebih kaya mencari-cari cowok baru seh, maksude de'e mengenal cowok lagilah dengan *app dating* (aplikasi kencan) atau apa gitu (Maya, 29 Januari 2022).

Berdasarkan kutipan wawancara diatas menunjukkan bahwa adanya pembaruan dalam diri Putri setelah mengalami kegagalan hubungan menuju pernikahan.

Kemampuan analisis masalah

Putri berusaha mencari bukti dengan menarik kesimpulan umum berdasarkan penyelidikan untuk memastikan penyebab dari terjadinya peristiwa kegagalan menuju hubungan pernikahan yang dialaminya pada saat pacar pertamanya berselingkuh dengan perempuan lain. Hal tersebut juga dilakukan oleh Putri ketika menelusuri jejak digital pacarnya yang berselingkuh. Seperti pada kutipan wawancara berikut ini:

Di *sosmed* (sosial media) iya *kaya ceweke* (seperti ceweknya) pernah komen terus *nggak*

lama dihapus komennya terus *tak* (aku) *liat* (lihat) lagi itu oh ceweknya sama terus ya tak ikutin terus selama 2 bulan kalau *nggak* salah itu udah ketahuan seh ternyata pernah keluar sama ceweke itu (Putri, 13 Januari 2022).

SO.1: [...] si cowoke banyak alasan, nah disitulah de'e menemukan titik terang kalau si cowok itu ternyata *masang* (memasang) status cewek tanpa sepengetahuane si dia si Putrinya (Maya, 29 Januari 2022).

Pernyataan lain

Komen ceweknya itu ada *love lovenya* gitu terus kayak *bales balesan* (balas-balasan) komen yang ngerayu-rayu gitu kan kelihatan *soale* (soalnya) (Putri, 13 Januari 2022).

SO.2: [...] emang cewek *selingkuhane pacare iku emang* (selingkuhannya pacarnya itu memang) kasih komentar *ndek* (di) instagram mbak *yo bales-balesan ngunu* (ya balas-balasan gitu) (Ina, 8 Februari 2022).

SO.2: *Seng* (yang) pertama kan anakku iku ditinggal selingkuh mbak *yo lah iku* seh dari *ceritane* (ceritanya) anakku gara-gara *cowoke* (cowoknya) ini selingkuh sama cewek lain (Ina, 8 Februari 2022).

Berdasarkan kutipan diatas menunjukkan bahwa pacar Putri terbukti melakukan perselingkuhan dengan perempuan lain melalui pengamatannya di sosial media.

Putri melakukan identifikasi masalah yang dialaminya dengan berusaha meninjau dari dalam dirinya. Seperti pada kutipan berikut:

[...] saya yang *ngelakuin* (melakukan) mungkin ada yang salah dengan kita atau pernah *ngelakuin* (melakukan) tapi kita lupa (Putri, 10 Januari 2022).

SO.1: Permasalahane seh lebih ke arah ketemuan itu kenapa kok susah (Maya, 29 Januari 2022).

Berdasarkan kutipan diatas menunjukkan bahwa Putri menyadari bahwa dirinya juga berperan dalam menjadi faktor penyebab terjadinya perselingkuhan yang dilakukan oleh pacarnya.

Dari kegagalan hubungan menuju pernikahan yang dialami Putri ia menarik kesimpulan berdasarkan sikap yang terlihat oleh pacarnya yang berselingkuh. Seperti pada kutipan wawancara berikut:

Iya heem dia yang kaya *molor-molorin* (mengulur) waktu buat ketemu, cari cari alasan kaya gitu tapi aku *yo nggak* (ya tidak) tau *alasan* (alasanya) kenapa dia jalan sama cewek lain padahal aku *yo* (ya) pernah ngajak jalan tapi dianya nggak mau (Putri, 13 Januari 2022).

SO.1: Selalu ada usaha sih dia, sampek pernah waktu itu bikinkan baju atau apa gitu loh demi untuk ketemu orang tuanya, demi untuk tau dimana rumahnya, [...] cuman si cowoknya lebih ke arah apa ya nolak kek nolak halus gitu (Maya, 29 Januari 2022).

Berdasarkan kutipan diatas menunjukkan bahwa pacar Putri melakukan penolakan untuk bertemu yang berujung pada perselingkuhan yang dilakukannya.

Empati

Dalam sebuah peristiwa kegagalan menuju hubungan pernikahan yang dialami oleh Putri ia tidak berlarut-larut dalam masalahnya, ia justru memberanikan diri untuk berkenalan dengan pria baru. Seperti pada kutipan wawancara berikut:

Kalau yang selingkuh itu sih mbak putus sih mbak *soale* (soalnya) kan udah kelihatan *nggak* (tidak) setia (Putri, 10 Januari 2022).

Terus abis putus itu aku coba kenalan sama cowok baru sih mbak kebetulan itu temen kuliahku (Putri, 10 Januari 2022).

SO.1: Eee de'e *move on* itu beberapa bulan, kurang lebih seh de'e menemukan cowok baru itu kurang lebih selama 6 bulanan 6 bulan 5 bulananlah dan itu ternyata temenku kuliah (Maya, 29 Januari 2022).

Berdasarkan kutipan wawancara diatas menunjukkan bahwa Putri tidak membutuhkan waktu terlalu lama untuk dapat bangkit akibat dari perselingkuhan yang dilakukan oleh pacarnya yang sebelumnya.

Dalam kegagalan hubungan yang dialami oleh Putri akibat perselingkuhan yang dilakukan oleh

pacarnya membuat ia memiliki kemampuan dalam memahami orang lain. Berikut kutipan wawancaranya:

[...] karena waktu itu kita emang jarang ketemu terus sibuk sama kerjaan masing-masing jadi banyak alasan buat nggak bisa ketemu gitu loh apalagi juga akhir tahun jadi kaya banyak kerjaan juga (Putri, 13 Januari 2022).

SO.1: [...] dia sempet curiga kenapa ya kok de'e diawal-awal hubungan itu de'e gak mau diajak ketemu (Maya, 29 Januari 2022).

Pernyataan lain

Ya saya seh *sebenere* (sebenarnya) *nggak* (tidak) tau sih *ceweke kek gimana* (ceweknya seperti bagaimana) tapi mungkin bisa jadi *ceweke* (ceweknya) lebih asik *kayake* (sepertinya), lebih kaya apa diajak *candaan soale kan cowoke* (bercanda soalnya cowoknya) suka *candaan* (bercanda) gitu (Putri, 13 Januari 2022).

SO.2: eem aku seh kurang *ngerti seh* (tau sih) mbak *persise gimana* (persisnya bagaimana), *yo seng ngerti* (ya yang tau) anakku *iku* (itu) mbak, aku *cuman diceritani* (sekedar diceritakan) kalau *pacare iku* (pacarnya itu) selingkuh *ngunu seh* (gitu sih) (Ina, 8 Februari 2022).

Berdasarkan kutipan diatas menunjukkan bahwa Putri mampu memahami alasan mengapa pacarnya dapat berselingkuh darinya.

Ketika Putri mampu memahami orang lain, ia juga mampu memahami dirinya sendiri pada saat ditinggalkan oleh mantan pacarnya. Seperti pada kutipan berikut:

Eem gimana mbak ya sulit sih *sebenere* (sebenarnya) waktu itu *buat nerima* (untuk menerima) kenyataan *sampek* (sampai) gagal dua kali (Putri, 10 Januari 2022).

SO.1: [...] kecewa soale kan kita udah berharap sama orang yang kita sayangi [...] pasti itu sebuah kekecewaan hidup sedih banget lah mbak (Maya, 29 Januari 2022).

Pernyataan lain

Heem bisa jadi kaya gitu mungkin aku terlalu serius (Putri, 13 Januari 2022).

SO.1: Putri itu orangnya serius [...] (Maya, 29 Januari 2022).

SO.1: Serius dalam semua hal, jadi ketika dia melakukan segala pekerjaan segala kegiatan tentang apa pun itu dia selalu serius (Maya, 29 Januari 2022).

SO.1: He.em, misalnya dia dalam menjalin hubungan dengan siapapun itu (Maya, 29 Januari 2022).

Berdasarkan kutipan diatas menunjukkan bahwa Putri mampu menilai dan memahami dirinya sendiri sebagai pribadi yang seperti apa dalam menjalani sebuah kehidupan termasuk dalam hubungan percintaannya.

Efikasi diri

Kegagalan menuju hubungan pernikahan yang dialami oleh Putri membuatnya menganggap permasalahan yang dialaminya sebagai suatu tantangan yang harus dikuasainya. Berikut kutipan wawancaranya:

Ya karena kan hidup ini masih terus berjalan ya mbak meskipun ada atau tanpa dia kita masih tetep harus lanjut hidup, jadi kita belajar aja sih mbak dari pengalaman-pengalaman kemarin (Putri, 10 Januari 2022).

SO.2: *Yo wes* (ya sudah) itu tadi mbak anakku ku lebih *yo wes* (ya sudah) menerima *ae* (aja), *wong yo namae* (ya kan namanya) kehidupan tooh yo tetep berjalan, yaa udah anakku jadi lebih ati-ati ae pas milih calon seng kedua iku mbak, *yo* (ya) walaupun takdir berkata lain *yo* (ya) mbak mereka dipisahkan oleh maut itu (Ina, 8 Februari 2022).

Berdasarkan kutipan diatas menunjukkan bahwa Putri mampu belajar mengambil pelajaran dari peristiwa kegagalan menuju hubungan pernikahan yang pernah dialaminya.

Pencapaian

Keberhasilan Putri dalam bangkit dari sebuah kegagalan dapat diperolehnya melalui usaha baru yang dilakukannya yakni dengan menggunakan aplikasi kencan. Hal tersebut seperti yang dilakukan oleh Putri pada kutipan berikut ini:

Iya jadi saya coba-coba *download app dating* dan itu sih lumayan si mbak *nggak* (tidak) terlalu lama sih, terus kenalan sama yang baru ternyata ya ada yang cocok juga (Putri, 10 Januari 2022).

SO.1: Iya jadi dia prosesnya lebih ke arah *app dating* (aplikasih kencan) tadi untuk bisa membukan hati yang baru (Maya, 29 Januari 2022).

SO.1: Iya berhasil kok mbak, berhasil banget mbak sampek terus saya denger kabar dia mau menikah itu, sudah lamaran juga mbak (Maya, 29 Januari 2022).

Berdasarkan kutipan diatas menunjukkan bahwa dengan mencoba hal baru yakni mendownload aplikasi kencan ia dapat memperoleh keberhasilan dalam bangkit dari kegagalannya yang berturut-turut tersebut.

2. Faktor-Faktor Resiliensi

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan diketahui bahwa terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi pada diri Putri yang telah mengalami kegagalan menuju hubungan pernikahan dengan kedua pacarnya dalam waktu yang berturut-turut. Faktor-faktor resiliensi pada diri Putri meliputi faktor internal yang berasal dari efikasi diri dan faktor eksternal yang berasal dari dukungan orang-orang terdekat Putri seperti orangtua dan sahabatnya. Adapun yang disampaikan oleh subjek dalam kutipan berikut ini:

Faktor internal

Adanya faktor pembentuk resiliensi dari dalam diri Putri seperti efikasi diri dinilai dapat membantunya untuk berani berkenalan dengan pria baru. Seperti pada kutipan wawancara berikut:

Terus abis putus itu aku coba kenalan sama cowok baru sih mbak kebetulan itu temen kuliahku (Putri, 10 Januari 2022).

SO.1: [...] de'e menemukan cowok baru itu kurang lebih selama 6 bulanan 6 bulan 5 bulananlah dan itu ternyata temenku kuliah (Maya, 29 Januari 2022).

Berdasarkan kutipan diatas menunjukkan bahwa Putri melakukan berbagai upaya yang berasal dari dalam dirinya untuk dapat mencapai keberhasilan dalam bangkit dari kegagalan hubungan yang berturut-

turut dengan melakukan metode lain untuk berkenalan dengan pria baru.

Faktor eksternal

Dukungan sosial dari orang-orang disekitar Putri seperti dari orang tua dan sahabatnya mampu membuatnya memperoleh kekuatan agar dapat bangkit dari kegagalan hubungan yang berturut-turut ia alami. Berikut kutipan wawancaranya:

Eem dari keluarga sih *support* ya pasti ibu saya apalagi bantuin doa'in saya ya semoga dapat yang lebih baik lagi gitu, terus *temen dekat* (teman dekat) *support* juga (Putri, 10 Januari 2022).

SO.1: [...] sering komunikasi yang selalu seh itu setiap seminggu sekali kita ketemuan (Maya, 29 Januari 2022).

SO.1: Kita me time, sharing-sharing jadi lebih ke arah mentalnya itu kita saling menguatkanlah ya (Maya, 29 Januari 2022).

SO.1: Iya jadi kita lebih ke arah *real life* aja untuk kedepane, kalau kita galau terus ya nanti kesehatan psikisnya (Maya, 29 Januari 2022).

Pernyataan lain

Kalau dari keluarga [...] mereka *support* dari kegagalan yang kemarin-kemarin itu buat bisa dapet yang lebih baik lagi (Putri, 10 Januari 2022).

Iya minta do'anya aja sama keluarga (Putri, 10 Januari 2022).

SO.2: Aku sebagai ibunya ya bisa bantu do'a mbak buat *kesabarane* (kesabarannya) anakku, aku *yo* (ya) banyak banyak do'ain biar anakku itu berjodoh sama orang yang lebih baik gitu mbak, anakku juga do'a terbaiklah *yo* (ya) mbak buat *kehidupane* (kehidupannya), *yo kaya* (ya seperti) minta do'a gitulah mbak (Ina, 8 Februari 2022).

Berdasarkan kutipan diatas menunjukkan bahwa faktor eksternal berupa dukungan sosial yang didapatkan Putri juga mampu menjadi motivasi dirinya untuk bisa bangkit dari kegagalan.

Pembahasan

Menurut Sholih dkk. (2017) berpendapat bahwa resiliensi merupakan kemampuan dalam beradaptasi serta

mampu adaptif terhadap transisi, tuntutan serta kekecewaan yang ada dalam kehidupan individu. Kemampuan Putri dalam memiliki adaptabilitas pun dapat terlihat dari bagaimana ia mampu menjalin hubungan dengan pacar barunya setelah diselingkuhi. Hal tersebut tidak membuat dirinya untuk terus terpaku pada pengalaman akan kegagalan yang pernah ia alami. Putri dan Aulia (2021) menjelaskan bahwasanya perselingkuhan adalah salah satu kondisi yang dapat menimbulkan tekanan, emosi negatif, serta kondisi stres yang membutuhkan keterampilan resiliensi untuk dapat keluar dari kondisi tersebut. Selain itu, kegagalan hubungan menuju pernikahan secara berturut-turut yang dialami oleh Putri membuat ia mampu menilai emosi yang dirasakannya pada saat mengalami perselingkuhan dan juga pada saat pacarnya meninggal dunia dimana ia merasa sedih. Selain itu, Putri juga berusaha untuk tetap tenang dengan menerima kenyataan yang dialaminya ketika sang kekasih berselingkuh. Akibatnya, perempuan yang tidak memiliki kemampuan untuk dapat menahan stres lebih cenderung menjadi stres ketika mereka menemukan diri mereka berada dalam sebuah kondisi tekanan yang baru. Sedangkan menurut Shetty (2015) berpendapat bahwa individu yang memiliki resiliensi dapat berfungsi lebih baik jika dibandingkan dengan kondisi sebelumnya saat berada dalam situasi stres. Terdapat empat fungsi resiliensi antara lain mengatasi, mengarahkan, memulihkan dan mencapai (Reivich & Shatté, 2003). Oleh karena itu, resiliensi adalah suatu upaya individu untuk dapat beradaptasi dengan baik terhadap situasi stres, sehingga dapat pulih dan berfungsi secara optimal, serta dapat mengatasi kesulitan yang dihadapi. Selain itu, resiliensi memiliki faktor pelindung yang dapat mengurangi maupun menghilangkan dampak dari kondisi sulit yang sedang dihadapi oleh individu (Karatas & Cakar, 2011).

Menurut Widyataqwa dan Rahmasari (2021) menegaskan bahwasanya tahap berduka akibat kehilangan pasangan hidup adalah tahap awal dari proses resiliensi. Peristiwa kegagalan menuju hubungan pernikahan Putri akibat pacarnya yang meninggal dunia membuat ia harus bisa menerima apa yang tidak bisa diubah olehnya. Reivich dan Shatté (2003) berpendapat bahwa resiliensi merupakan kemampuan dalam mengatasi serta adaptif dengan kejadian maupun persoalan serius yang terjadi dalam kehidupan individu tersebut. Resiliensi memungkinkan individu untuk dapat pulih dari kondisi sulit yang dialaminya (Kirmani *et al.* 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Missasi dan Izzati (2019) menjelaskan faktor yang mempengaruhi resiliensi terdiri dari dua yakni internal meliputi atas spiritualitas, *self-efficacy*, optimisme, serta *self-esteem*. Faktor eksternal meliputi atas dukungan sosial. Dalam

perkembangannya, faktor budaya serta lingkungan sekitar dianggap sangat mempengaruhi resiliensi, dimana bukan hanya faktor individu dan genetik saja yang bisa dinilai dapat mempengaruhinya. Faktor internal berupa *self efficacy* dan optimisme tergambar pada diri Putri saat mengalami kegagalan hubungan menuju pernikahan berturut-turut yang dialaminya ialah tidak terpuruk dalam peristiwa yang menimpanya, ia lebih memilih untuk mencari pemecahan masalahnya dengan cara berani untuk mencoba berkenalan dengan pria baru. Kemudian, Putri juga menunjukkan bahwa dengan adanya keyakinan dalam dirinya akan bertemu dengan pria yang lebih baik lagi setelah ditinggalkan selingkuh oleh pacar pertamanya dan oleh karena itu, ia bertemu dengan pria yang lebih baik lagi walaupun pada akhirnya takdir memisahkan mereka karena pacarnya tersebut meninggal dunia. Kegagalan menuju hubungan pernikahan yang dialami Putri selama berturut-turut membuatnya melakukan pembaruan dalam berkenalan dengan pria baru, oleh sebab itu Putri memberanikan diri untuk berkenalan dengan pria baru yang bukan berasal dari lingkungan perkuliahannya yakni dengan cara menggunakan aplikasi kencan dan dari sana Putri berhasil bertemu dengan pria baru yang membuatnya berani melangkah dan bangkit dari kegagalan yang sebelumnya hingga mereka berhasil menjalin hubungan serius menuju pernikahan. Kemudian gambaran *self-efficacy* yang terlihat pada diri Putri yakni ia justru menganggap permasalahannya sebagai suatu tantangan yang harus dikuasainya, karena dalam setiap kehidupan tidaklah terlepas dari sebuah permasalahan. Selain itu, efikasi diri dalam diri Putri dapat dinilai membantunya untuk berani berkenalan dengan pria baru. Sedangkan faktor eksternal yang tergambar pada diri Putri meliputi atas dukungan sosial ialah nampak dukungan sosial yang diberikan dari orang-orang disekitarnya seperti dari orang tua maupun sahabatnya yang membuat ia mampu memperoleh kekuatan agar dapat bangkit dari kegagalan hubungan yang berturut-turut ia alami pada saat menuju hubungan pernikahan. Demikian menurut Sarasswati dan Lestari (2020), faktor-faktor pendukung agar individu dapat melalui tahap resiliensinya yakni dengan adanya pemberian dukungan sosial baik itu berasal dari keluarga sendiri, teman maupun rekan kerjanya. Senada dengan pernyataan tersebut menurut Robertson (2012) yang berpendapat bahwa keluarga dan teman yang turut serta memberikan dukungan untuk individu yang sedang mengalami kesulitan maka hal tersebut dinilai dapat membantu individu untuk bisa menghadapinya dengan baik.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rachmat (2018), setiap individu yang resilien harus memiliki lima determinan resiliensi sebagai berikut, antara lain: keterampilan interpersonal, kompetensi, *self-regard* yang

tinggi, spiritualitas, serta kondisi kehidupan positif. Adapun yang tergambar pada diri Putri yakni *self-regard* yang tinggi dan kondisi kehidupan positif. *Self-regard* yang tinggi pada diri Putri nampak pada keberhasilannya dalam melakukan pencapaian dengan bangkit dari sebuah kegagalan hubungan yang berturut-turut dapat diperolehnya melalui usaha yang dilakukannya, baik itu dengan caranya berkenalan dengan teman kuliahnya yang lain maupun dengan mencoba menggunakan aplikasi kencan untuk berkenalan dengan pria lain yang diluar lingkungan perkuliahannya. Selain itu, setelah Putri mengalami peristiwa kegagalan menuju hubungan pernikahan yang pertama ketika diselingkuhi oleh pacarnya ia justru lebih memiliki sikap hati-hati dalam memilih seorang pasangan untuk hubungan yang lain. Selanjutnya, gambaran pada kondisi kehidupan positif dimana Putri tidak berlarut-larut dalam masalahnya, ia justru memberanikan diri untuk berkenalan dengan pria baru. Menurut Rachmat (2018), kondisi kehidupan positif menjadi salah satu determinasi resiliensi dimana individu merasa tertantang untuk menjadi pribadi yang lebih kuat serta berempati terhadap lingkungan sekitar baik pada peristiwa-peristiwa negatif maupun positif. Selain itu, munculnya empati pada diri Putri dalam kegagalan hubungan yang dialami akibat perselingkuhan yang dilakukan oleh pacarnya membuat ia memiliki kemampuan dalam memahami orang lain. Ketika Putri mampu memahami orang lain, ia juga mampu memahami dirinya sendiri pada saat ditinggalkan oleh mantan pacarnya tersebut. Putri menganggap bisa saja apa yang terjadi dalam kegagalan hubungannya juga dapat dikarenakan sikap dirinya sendiri yang dianggap terlalu serius dan sedikit kurang humoris.

Menurut Reivich dan Shatté (2003) terdapat tujuh aspek-aspek resiliensi diantara lain: regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, serta pencapaian. Adapun yang tergambar pada diri Putri yakni kemampuan analisis masalah yang cukup baik, dimana ia berusaha mencari bukti dengan menarik kesimpulan umum berdasarkan penyelidikan untuk memastikan penyebab dari terjadinya peristiwa kegagalan menuju hubungan pernikahan yang dialaminya. Hal tersebut juga dilakukan oleh Putri ketika menelusuri jejak digital pacarnya yang berselingkuh. Selain itu, Putri melakukan identifikasi masalah yang dialaminya dengan berusaha meninjau dari dalam dirinya. Putri merasa bisa saja apa yang dialaminya ini juga disebabkan oleh dirinya sendiri yang memiliki sifat terlalu serius daripada perempuan selingkuhan pacarnya yang cenderung humoris, hal tersebut disadari oleh Putri karena pacarnya lebih menyukai perempuan yang humoris. Dari kegagalan hubungan menuju pernikahan yang dialami Putri ia juga menarik kesimpulan

berdasarkan sikap yang terlihat oleh pacarnya yang berselingkuh, dimana pacarnya selalu berusaha mencari alasan untuk tidak bisa bertemu setiap kali Putri mengajaknya bertemu dan bahkan pacarnya justru terlihat pergi berdua dengan perempuan lain.

PENUTUP

Simpulan

Pada masa dewasa awal terdapat beberapa tugas perkembangan seperti memilih teman hidup dan membentuk suatu keluarga, karena pada masa dewasa awal dianggap merupakan puncaknya masa perkembangan bagi setiap individu yang akan dapat membawa dan menimbulkan kebahagiaan pada dirinya serta tugas-tugas perkembangan pada masa yang selanjutnya. Pada masa dewasa awal ini dengan melalui adanya pertunangan hubungan perkawinan yang dilakukan individu akan membantunya untuk membangun hubungan yang lebih intim dengan pasangannya. Kehidupan yang dijalani oleh individu senantiasa terdapat keberagaman kondisi yang dimana hal tersebut tidak dapat ditolak baik itu kondisi yang menyenangkan ataupun sebaliknya yang dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya, maka diperlukan suatu kemampuan dalam hidup yang disebut resiliensi. Seperti halnya peristiwa yang dialami oleh subjek dimana diketahui ia pernah mengalami kegagalan menuju hubungan pernikahan sebanyak dua kali secara berturut-turut.

Kondisi dan situasi sulit yang dialami individu tersebut akan menjadi sebuah tantangan untuk dapat mengatasi, belajar, serta mengubah kondisi kehidupan yang sebelumnya. Kesulitan maupun kegagalan dapat membuat individu merasa tertekan untuk dapat mengalami kecemasan serta depresi, namun dengan adanya kapasitas resiliensi pada individu, maka individu akan melihat arti dari kesulitan maupun kegagalan tersebut serta dapat menghindari dampak negatifnya. Dari hasil penelitian tersebut maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa peneliti berhasil menemukan dua tema utama yakni gambaran resiliensi dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Gambaran resiliensi pada diri Putri yakni regulasi emosi yang ditandai dengan memiliki adaptabilitas, sikap hati-hati, dan mampu menilai emosi, kemudian munculnya rasa optimisme seperti memiliki keyakinan dalam diri, mencari pemecahan masalah, menerima kenyataan dan sesuatu yang tak bisa diubahnya, serta adanya pembaruan, selain itu muncul kemampuan analisis masalah seperti menarik kesimpulan umum berdasarkan penyelidikan dan mengidentifikasi masalah, kemudian empati yang tergambarkan dalam diri Putri yakni ia tidak berlarut-larut dalam masalahnya, memiliki kemampuan memahami orang lain dan dirinya sendiri, selanjutnya muncul efikasi diri seperti menganggap

tantangan sebagai sesuatu yang harus dikuasai, selain itu pencapaian yang dilakukan oleh Putri yakni mencapai keberhasilan dengan melakukan pembaruan dalam berkenalan dengan pria baru, kemudian yang terakhir terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi pada diri Putri yakni faktor internal seperti efikasi diri dan faktor eksternal seperti dukungan sosial yang diberikan orang-orang terdekat Putri yakni orang tua serta sahabatnya yang dinilai dapat membantu Putri untuk bangkit dari kegagalan menuju hubungan pernikahan yang dialaminya secara berturut-turut.

Saran

Berdasarkan temuan penelitian yang telah dibahas, maka dapat diberikan beberapa saran diantaranya bagi subjek diharapkan untuk tidak hanya terfokuskan pada kegagalan yang pernah dialami sebelumnya dengan tetap berpegang teguh pada rasa optimisme dalam dirinya yang juga diimbangi dengan cara-cara memperluas lingkungan pertemanan untuk dapat berkenalan dengan pria baru. Selain itu, masyarakat juga diharapkan untuk tidak memberikan pandangan negatif pada individu yang pernah mengalami kegagalan menuju hubungan pernikahan. Masyarakat hendaknya memberikan dukungan dengan cara dapat membantu meningkatkan optimisme serta rasa empati. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperbanyak subjek untuk diikuti sertakan dalam penelitian serta memperluas pembahasan mengenai resiliensi pada perempuan dewasa awal, madya, dan akhir pada saat mengalami kesulitan maupun kegagalan dalam menjalin hubungan menuju pernikahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusdwitanti, H., Tambunan, S. M., & Retnaningsih. (2015). Kelekatan dan intimasi pada dewasa awal. *Jurnal Psikologi*, 8(1), 18–24. <https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/view/1286>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *Rapid Review*, 395(10227), 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Cathlin, C. A., Anggreany, Y., & Dewi, W. P. (2019). Pengaruh harapan terhadap resiliensi wanita dewasa muda yang pernah mengalami abortus spontan. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6(1), 1–13. <https://doi.org/doi:10.24854/jpu02019-106>
- Creswell, J. W & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. SAGE Publications. <https://en.id1lib.org/book/3700358/d95149>

- Fauziya, L. I., & Daulima, N. H. (2017). Hubungan kecerdasan emosi dengan resiliensi penyintas banjir. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 20(3), 148–157. <https://doi.org/doi:10.7454/jki.v20i3.624>
- Goldstein, S., & Brooks, R. B. (2013). *Handbook of resilience in children second edition*. Springer US. <http://library.lol/main/28F583BCD0420454F484F6667C8DF697>
- Holaday, M & McPhearson, R. W. (1997). Resilience and severe burns. *Journal of Counseling and Development*, 75(5), 346–356. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1997.tb02350.x>
- Hurlock, E. B. (2009). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (Edisi 5)*. Erlangga.
- Karatas, Z., & Cakar, R. S. (2011). Self-esteem and hopelessness, and resiliency: An exploratory study of adolescents in Turkey. *International Education Studies*, 4(4), 84–91. <https://doi.org/doi:10.5539/ies.v4n4p84>
- Kirmanani, M. N., Sharma, P., Anas, M & Sanam, R. (2015). Hope, resilience and subjective well-being among college going adolescent girls. *International Journal of Humanities & Social Science Studies (IJHSSS)*, 2(1), 262–270. <https://oaji.net/articles/2015/1115-1438581068.pdf>
- Missasi, V., & Izzati, I. D. (2019). Faktor – faktor yang mempengaruhi resiliensi. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 433–441. <file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/3455-8193-1-SM.pdf>
- Putri, I. M., & Aulia, P. (2021). Resiliensi pada wanita Jawa yang berulang kali diselingkuhi suami. *Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 3(2), 70–77. <https://doi.org/10.31933/rj.v3i2.376>
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35–40. doi:<https://doi.org/10.23916/08430011>
- Rachmat, N. R. (2018). Layanan konseling kelompok dalam meningkatkan resiliensi anak korban banjir. *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, 6(3), 305–324. <https://doi.org/10.15575/IRSYAD.V6I3.902>
- Reivich, K., & Shatté, A. (2003). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. Broadway Books. <https://libgen.rs/book/index.php?md5=C19EEFE4D832586A31904C4DE79D4725>
- Samsu. (2017). *Metode penelitian: Teori dan aplikasi penelitian kualitatif, kuantitatif, mixed methods, serta research & development*. Pusaka Jambi. <https://id1lib.org/book/11482505/c6b024>
- Santrock, J. W. (2018). *Educational psychology: Theory and application to fitness and performance sixth edition*. McGraw-Hill Education. <http://library.lol/main/38D68E2EF7629DC1DC08DF862BED8594>
- Sari, I. P., Ifdil, & Yendi, F. M. (2019). Resiliensi pada single mother setelah kematian pasangan. *Indonesian Journal of School Counseling*, 4(3), 76–82. <https://doi.org/10.23916/08411011>
- Shetty, V. (2015). Resiliency, hope, and life satisfaction in midlife. *IOSR Journal Of Humanities And Social Science (IOSR-JHSS)*, 20(6), 23–32. <https://doi.org/10.9790/0837-20632932>
- Sholih, Rochani, Khairun, D. Y., & Hakim, I. A. (2017). Meningkatkan resiliensi remaja melalui bibliocounseling. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 51–61. <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JPBK/article/view/3019/2334>
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Penerbit Alfabeta. <https://id1lib.org/book/5686376/9d6534>
- Widyataqwa, A. C., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi istri selepas kematian suami akibat COVID-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 103–118. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/42623/36629>