

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut undang-undang perkawinan no.1 tahun 1974, pengertian perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga atau rumah tangga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Perkawinan merupakan ikatan emosional dan legal antara seorang pria dan wanita yang terjalin dalam waktu yang panjang dan melibatkan aspek ekonomi, sosial, tanggungjawab pasangan dan kedekatan fisik (Regan, 2003).

Perkawinan merupakan pola yang normal dalam kehidupan dewasa menurut Havighurst (2013). Terdapat delapan tugas perkembangan masa dewasa, diantaranya empat tugas yang berkaitan dengan tugas berkeluarga yaitu: memilih pasangan sebagai calon suami atau istri, mulai membina keluarga, belajar mengasuh anak, dan mengelola rumah tangga. Sehingga dalam berkeluarga terdapat penyesuaian diri terhadap tugas yang harus dilaksanakan. Penyesuaian diri di dalam pernikahan diantaranya penyesuaian dengan pasangan, penyesuaian budaya, penyesuaian keuangan dan penyesuaian dengan pihak keluarga pasangan. Masalah penyesuaian yang pertama dihadapi oleh keluarga adalah penyesuaian terhadap pasangannya (Hurlock, 2002). Selain masalah penyesuaian banyak permasalahan lain yang muncul di perkawinan seperti campur tangan mertua, KDRT, hingga perselingkuhan

Permasalahan yang muncul terkadang tidak memperoleh solusi, sehingga sebuah pernikahan berakhir dengan perceraian. Perceraian dianggap sebagai jalan

keluar dari permasalahan yang dihadapi oleh pasangan suami istri. Perceraian dijelaskan Hurlock (2006) merupakan kulminasi dari penyesuaian perkawinan yang buruk. Undang undang nomor 1 tahun 1974 yang memuat ketentuan fakultatif menyatakan bahwa perkawinan dapat putus karena kematian, perceraian dan atas putusan pengadilan. Secara yuridis perceraian mengakibatkan putusnya hubungan sebagai suami dan istri. Sehingga berpengaruh pada kondisi dan status baru sebagai janda ataupun duda.

Perceraian bukan hal yang mudah. Dariyo (2008) mengatakan dampak negatif dari perceraian dapat menimbulkan traumatik serta perasaan tidak nyaman, kesedihan, kekecewaan dan kekhawatiran yang timbul dari dalam diri. Hurlock (2002) mengemukakan bahwa efek traumatik yang ditimbulkan akibat perceraian lebih besar daripada efek kematian. Hal ini karena sebelum dan sesudah perceraian sudah timbul rasa sakit dan tekanan emosional, serta mengakibatkan cela sosial. Wanita pasca perceraian mengalami fase penolakan pada dirinya seperti perasaan bersalah, terpuruk dan memungkirkan apa yang telah dialami sehingga berakibat pada diri seperti putus asa, marah dengan keadaan diri dan mengalami keterpurukan. Berbagai kondisi emosi negatif bersifat individual dan pada dasarnya bersifat merusak bila tidak ada keseimbangan antara daya tahan mental individu dengan beban yang dirasakannya. Namun, berhadapan dengan suatu tekanan tidak selalu mengakibatkan gangguan secara psikologis maupun fisiologis. Terganggu atau tidaknya individu, tergantung pada persepsinya terhadap peristiwa

yang dialaminya (Santrock, 2003). Faktor kunci dari tekanan emosional adalah persepsi seseorang dan penilaian terhadap situasi dan kemampuannya untuk menghadapi atau mengambil manfaat dari situasi yang dihadapi (Lazarus, 1984). Dengan kata lain, bahwa reaksi terhadap tekanan dipengaruhi oleh bagaimana pikiran dan tubuh individu mempersepsi suatu peristiwa.

Tekanan yang dialami dapat dikurangi dengan adanya dukungan baik dari luar maupun dari dalam dirinya. Williams & Alexandra (2013) mengemukakan bahwa dukungan luar berasal dari dukungan sosial yang diperoleh dari keluarga, kerabat dan teman. Kehadiran dukungan sosial membantu mengurangi dampak negatif perceraian terhadap kesejahteraan psikologis. Sedangkan dukungan dari dalam berasal dari diri sendiri seperti kemampuan menerima keadaan diri, ketabahan, dapat menentukan tujuan hidup.

Penerimaan diri paska perceraian berperan dalam kesehatan mental hal ini sejalan dengan Hurlock (2006) mencapai kepribadian yang sehat secara psikologis harus memiliki penerimaan diri yang baik. Penerimaan diri ini nampak pada individu yang dapat percaya pada kemampuan sendiri, bertanggung jawab penuh terhadap perilakunya, memahami kemampuan dan kelemahan diri dan memiliki harapan hidup yang realistis.

Wanita paska perceraian dituntut untuk menerima hal baru dalam hidupnya akan tetapi hal tersebut tidak merubah pendirian dan tetap menjadi dirinya sendiri untuk dapat bangkit dari kemalangan. Kemampuan untuk bangkit kembali setelah mengalami kesulitan dan tekanan hidup disebut resiliensi. Diungkapkan oleh Walker dan Salt (2006) bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk

menyerap gangguan dan tetap mempertahankan diri sesuai dengan kemampuan dan kapasitas sendiri.

Wanita pasca perceraian dapat kembali menjalani hidupnya dengan kesadaran diri untuk mengubah keadaan dan resiliensi. Wanita yang dianggap resilien dapat mengubah cara hidupnya ketika cara lama dirasa tidak sesuai lagi dengan kondisi yang ada (Siebert, 2005). Penelitian tentang resiliensi dikembangkan oleh sejumlah ilmuwan, memandang resiliensi sebagai kekuatan dasar dalam membangun kekuatan emosional dan psikologis seseorang yang menentukan bagaimana gaya berfikir dan keberhasilan dalam hidup (Desmita, 2011).

Wagnild dan Young (1993) menjelaskan beberapa komponen yang harus dimiliki pada wanita pasca perceraian dalam usaha untuk resilien diantaranya adalah *meaningfulness*, *equanimity*, *perseverance*, *self reliance*, dan *existential*. Dari beberapa aspek tersebut peneliti menggali menggunakan aspek *self reliance* atau kepercayaan diri. *Self reliance* dijelaskan Wagnild sebagai sebuah keyakinan individu terhadap diri serta kemampuan yang dimiliki. Selain itu *self reliance* mencakup beberapa komponen penting seperti penerimaan dan kepercayaan diri, memahami kemampuan dan kelemahan diri, dan tidak malu dengan keadaan diri. Dengan adanya kepercayaan diri seseorang memiliki kekuatan keyakinan pada diri sendiri untuk kembali menata hidupnya.

Kenyataan bahwa wanita yang mengalami perceraian ditemukan disepuluh Madiun yaitu desa Dimong. N yang kini usianya 36 tahun, selama pernikahan bekerja menjalankan bisnis suami sebagai distributor kosmetik. Kehidupan N dipernikahan berkecukupan secara ekonomi, akan tetapi hingga 5 tahun

pernikahan belum memiliki anak. Wanita N bercerai akibat perselingkuhan suaminya. Wanita N menjelaskan perselingkuhan yang dilakukan suaminya bukan yang pertama, sebelumnya pernah terjadi. Ketika perselingkuhan yang lalu N masih dapat memaafkannya, tapi pada akhirnya N memutuskan untuk meminta cerai. Di ceritakan N bahwa ia sangat sedih ketika mengetahui suaminya memiliki anak dari wanita selingkuhannya. Beberapa kali N mencoba untuk pergi jauh dengan alasan malu dan marah dengan takdir. N tidak dapat menerima keadaannya, diusianya yang sekarang harus dihadapkan dengan perceraian.

Perceraian menghadapkan wanita pada kejadian yang menyakitkan. Resiliensi dianggap berperan dalam mengembalikan, merubah kehidupan dan kesedihan pada wanita paska perceraian. Alasan bangkit pada wanita paska perceraian berbeda satu dengan yang lain. Resiliensi dipengaruhi oleh bagaimana wanita paska perceraian mengendalikan emosinya, menerima keadaan dan menentukan tujuan hidup baru.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan peneliti tertarik untuk menggali lebih dalam gambaran resiliensi pada wanita paska perceraian, tentang bagaimana subjek dapat bangkit dan bertahan hingga sekarang. Selain itu peneliti ingin menggali lebih dalam bagaimana subjek dapat mengendalikan emosinya dalam menghadapi kondisi terpuruk. Peneliti menganggap resiliensi penting karena merupakan kekuatan dasar untuk menghadapi keadaan sulit, kemalangan serta membangun kekuatan emosi untuk menata kembali hidup seseorang setelah mengalami peristiwa traumatik.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka dapat ditarik rumusan masalah dari penelitian ini, yaitu bagaimana gambaran proses resiliensi wanita paska perceraian?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran proses resiliensi wanita paska perceraian.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya Psikologi klinis tentang bagaimana seseorang dapat menghadapi semua kemalangan untuk dapat bangkit dan tetap sehat secara mental, psikologi keluarga dan perkawinan menambah pemahaman tentang dampak perceraian.
2. Secara praktis
 - a. Bagi subjek, diharapkan dapat meningkatkan pemahaman diri subjek dan membantu subjek untuk mengembangkan kemampuan diri guna menjalani hidup sebagai janda
 - b. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan peneliti sebagai bahan acuan untuk mengembangkan penelitian mengenai resiliensi maupun mengenai wanita yang mengalami perceraian.