

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Keluarga sebagai kelompok sosial yang terdiri dari sejumlah individu yang memiliki hubungan antar individu, terdapat ikatan kewajiban tanggung jawab diantara individu tersebut. Keluarga juga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri atas kepala keluarga, beberapa orang yang terkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah satu atap dalam keadaan saling ketergantungan. Berkeluarga merupakan salah satu tugas perkembangan yang seharusnya dilakukan oleh setiap individu yang berada pada usia dewasa awal yaitu 20-40 tahun (Miranda & Amna, 2017). Berkeluarga dilakukan melalui sebuah ikatan pernikahan antara laki-laki dan perempuan yang berjanji untuk hidup bersama. Dalam kehidupan rumah tangga setiap pasangan suami istri pasti mengalami masalah dan konflik yang timbul dalam rumah tangganya. Pasangan suami istri yang tidak dapat menyelesaikan masalah dan konflik rumah tangga dengan baik sering mengambil keputusan untuk bercerai (Dariyo, 2004).

Bercerai merupakan suatu hal yang mungkin dapat untuk dihindari kecuali dalam keadaan terpaksa (Dipayanti & Chairani, 2012). Macam-macam perceraian dalam Pasal 38 Undang-Undang Perkawinan menyatakan bahwa perkawinan dapat putus karena keputusan pengadilan dan kematian. Kematian juga bisa dikatakan cerai karena dapat diartikan sebagai status individu yang telah hidup berpisah dengan suami atau istrinya karena meninggal dunia dan belum menikah lagi yang disebut dengan cerai mati (Syamsul, 2021).

Kematian adalah sesuatu yang tidak dapat dicegah oleh siapapun dan itu akan terjadi pada setiap makhluk hidup yang bernyawa. Kematian pasangan memiliki nilai perubahan kehidupan yang paling tinggi dibandingkan peristiwa-peristiwa lain dalam kehidupan individu selaku pihak yang ditinggalkan. Biasanya kehilangan yang paling sulit adalah kehilangan akibat kematian oleh pasangan hidupnya (Papalia, 2001). Sedangkan menurut Santrock (2002), terdapat lebih dari 12 milyar janda di Amerika Serikat, orang yang menjadi janda jumlahnya lima

kali lipat melebihi duda yang ada. Hasil penelitian di atas didapatkan gambaran hasil bahwa kematian lebih sering dialami oleh laki-laki daripada perempuan.

Berdasarkan data kependudukan, status perkawinan di Indonesia tepatnya di Provinsi Jawa Timur bahwa cerai mati lebih banyak dari pada cerai hidup, cerai hidup terdapat 2,78% sedangkan cerai mati terdapat 13, 32 % (BPS, 2019). Sedangkan menurut Kusnandar (2021) menyatakan bahwa pada tahun 2021 berdasarkan data Direktorat Jendral Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil) Kementerian Dalam Negeri (Kemendagri). Jawa Timur tercatat sebagai jumlah penduduk yang paling banyak ditinggal meninggal pasangan hidupnya yaitu mencapai 2,17 juta jiwa atau 5,29% dari total populasinya yang mencapai 40.99 juta jiwa.

Kematian pasangan hidup tidak dapat dicegah ataupun ditebak, karena itu semua sudah ada yang mengatur. Kematian pasangan ini merupakan masalah yang paling menyebabkan stres dalam kehidupan orang dewasa (Santrock, 2012). Stres juga dapat mengganggu keseimbangan yang jika seseorang tidak bisa mengatasinya dengan baik maka akan muncul gangguan jasmani maupun rohani (Maramis, 2005). Kehilangan pasangan sering memengaruhi kesehatan fisik dan mentalnya. Dukacita yang mendalam dapat merusak fisik seperti sistem kekebalan tubuhnya menurun, sakit kepala atau pusing, gangguan pencernaan, gangguan tidur, bahkan bisa mengarah pada nyeri dada. Hal ini dapat mendapatkan risiko yang lebih tinggi untuk rawat inap, penggunaan barang berbahaya atau penggunaan obat-obatan terlarang, bahkan kematian. Duka cita yang mendalam dapat merusak mentalnya seperti depresi, stres, insomnia, disfungsi sosial, dan risiko kecemasan yang tinggi.

Reaksi ini dapat berkisar dari yang ringan sampai dengan yang ekstrim dan tahan lama, bahkan sampai bertahun-tahun (Stroebe, dalam Papalia & Feldman, 2014). *Single parent* atau orang tua tunggal harus bertanggung jawab dalam keluarganya baik dalam penyediaan keuangan, pemenuhan kebutuhan rumah tangga, kebutuhan anak dan dalam mengasuh anak. Seorang istri yang ditinggal meninggal suaminya harus mampu berperan ganda yaitu sebagai ayah yang tugasnya mencari nafkah dan sebagai ibu yang tugasnya

berperan mendidik dan membesarkan anak (Rani, 2006). Selain itu dari penelitian yang sama mengenai tantangan terbesar yang akan dihadapi orang tua tunggal yang masih muda yang tidak memiliki pendidikan tinggi dan tidak memiliki keterampilan akan mengalami kemiskinan, bahkan orang tua tunggal dari kelas menengah pun akan mengalami permasalahan keuangan dan akan mengharapkan tunjangan dari suami walaupun sudah bercerai (Tharps, 2005).

Hilangnya semangat dan rasa putus asa untuk melanjutkan kehidupan akan dialami seseorang. Ketika mereka akan dihadapkan cobaan yang berat maka mereka akan menarik diri dari keadaan dan mengalami stres. Namun semua hal itu tidak akan ditemukan pada individu yang mulai menjalani hari-harinya dengan ikhlas dan mereka memilih mengatakan lebih baik tabah dan menerima dari pada harus menyalahkan keadaan yang mereka alami (Sirait & Minauli, 2015). Setiap individu atau wanita yang ditinggal meninggal suaminya meninggal pasti memiliki respon yang berbeda – beda dalam menghadapi stres dalam kehidupan sehari – harinya. Salah satu variabel yang berpengaruh penting terhadap reaksi dan tingkat stres individu atau wanita *single parent* yaitu *hardiness* atau ketangguhan pribadi. Penelitian yang dilakukan Brooks (dalam Kurnia & Ramadhani, 2021) menunjukkan bahwa *hardiness* atau sifat tahan banting memiliki hubungan yang positif dengan gangguan fisik dan mental.

Khosaba (dalam Rahmawan, 2010) *hardiness* atau ketangguhan sebagai konstalasi karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, tahan, stabil, dan optimis dalam menghadapi stres dan mengurangi efek negatif yang dihadapi. *Hardiness* menurut Jendle & Wallnas (2017) merupakan kepribadian yang muncul untuk melindungi individu dari negatif stres pada kesehatan fisik dan mental. Winda & Sudiantara (2014) menjelaskan bahwa saat berjuang untuk bangkit setelah ditinggalkan pasangan bukan hal yang mudah dan membutuhkan waktu yang sebentar. Keberhasilan perempuan untuk bangkit dan berperan sebagai orang tua tunggal di tengah berbagai tekanan membutuhkan penyesuaian diri dan dukungan dari berbagai aspek, selain itu diperlukan juga ketangguhan pribadi dari dalam diri perempuan.

Maddi dan Khoshaba (2005) menyebutkan terdapat tiga dimensi *hardiness* yaitu *commitment*, *control*, dan *challenge*. *Commitment* adalah sikap membantu seseorang untuk terlibat sepenuhnya dalam pekerjaan dan kehidupan sehari-hari. Mereka menyadari pentingnya sebuah pekerjaan, keluarga dan orang sekitar yang ada didalam hidupnya. *Control* merupakan seseorang yang memiliki kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol dan memengaruhi suatu kejadian dengan pengalamannya ketika berhadapan dengan hal-hal yang tidak terduga. Sikap ini memungkinkan seseorang untuk percaya bahwa sebuah perubahan dapat diperoleh dari keadaan yang penuh tekanan. *Challenge* merupakan sikap yang melihat perubahan sebagai tantangan yang berarti dan peluang dalam setiap kesulitan untuk menjadikan dirinya menjadi lebih baik. Mereka cenderung melihat sebuah masalah sebagai kesempatan untuk mengembangkan diri daripada sebagai ancaman atau hambatan.

Namun kenyataannya bahwa kini sebagai orang tua tunggal harus berjuang bisa bertanggung jawab sepenuhnya terhadap kehidupan keluarga selepas ditinggal sang suami (Nurfitri & Waringah, 2018). Orang tua tunggal khususnya perempuan yang lemah saat menjadi orang tua tunggal yang ditinggal suaminya meninggal, ditunjukkan oleh fakta bahwa mereka dinyatakan mempunyai risiko yang besar untuk mengalami gangguan mental dan fisik (Sirait & Minauli, 2015).

Jika hal tersebut terjadi terus-menerus, maka *well-being* dari diri para orang tua tunggal dapat terganggu dan dapat memunculkan perasaan *inadequate* (Olson, DeFrain, & Skogrand, 2010). Perempuan yang memiliki *hardiness* yang kurang baik cenderung menilai peristiwa secara negatif dan menunjukkan lebih banyak gejala depresi serta penyakit fisik daripada perempuan dengan *hardiness* yang tinggi (Rhodewalt & Zone, dalam Lukey dan Tepe, 2008). Rendahnya *hardiness* yang dimiliki menyebabkan seorang individu tidak mampu menentukan sikap yang tepat untuk mengatasi berbagai masalah seperti tidak mampu menyelesaikan tugas dengan tepat waktu (Nur & Kardiye, 2020). Maddi & Khoshaba (2005) menyatakan bahwa faktor pembentukan *hardiness* ialah proses belajar hidup saat menghadapi tekanan dan pengalaman hidup, adanya kepribadian individu dalam memiliki karakter yang kuat sehingga memiliki sikap

membangun diri kemampuan sosial, *social skill* dalam lingkungan, dan dukungan keluarga.

Kematian pasangan hidup merupakan salah satu realitas kehidupan manusia yang sering tidak terelakkan dan dapat memberikan dampak psikologis bagi seseorang yang mengalaminya. Dampak psikologis tersebut antara lain perasaan sedih, tidak siap menjalankan status baru sebagai *single mother* dan sebagainya (Sari, Ifdil & Yendi, 2019). Tidak jauh berbeda dari penelitian yang dilakukan oleh (Sari & Hadinata, 2022) menjelaskan bahwa dampak dari seorang *single parent* tidak hanya kepada dirinya sendiri melainkan juga pada anak - anak yang tidak mendapatkan lagi kasih sayang dari ayah mereka, sehingga mereka hanya mendapatkan kasih sayang dari seorang ibu yang menjadi peran ganda dalam kehidupannya.

Seseorang yang memiliki *hardiness* yang baik mampu menjalani kehidupan dengan baik. *Hardiness* dapat mengurangi pengaruh kejadian-kejadian hidup yang mencekam dengan meningkatkan penggunaan strategi penyesuaian, antara lain dengan menggunakan sumber-sumber sosial yang ada di lingkungannya untuk dijadikan tameng, motivasi dan dukungan dalam menghadapi masalah ketegangan yang dihadapinya dan memberikan kesuksesan (Hadjam, 2004)

Terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan *hardiness*, Ibu yang ditinggal meninggal suaminya mendapatkan beberapa tekanan dalam kehidupnya. Ketika ibu mengalami hal tersebut, terdapat faktor yang berkontribusi agar ibu dapat bertahan dalam permasalahan yang dihadapinya, salah satunya dukungan sosial. Dukungan sosial dengan sesama dianggap menjadi aspek penting yang dapat memberikan kepuasan emosional (Taylor, 2009). Ibu mengungkapkan bahwa dapat mendapatkan dukungan dari keluarganya serta dari lingkungannya (Maharani & Halimah, 2015). Dukungan sosial dianggap sebagai mediator penting dalam menyelesaikan sebuah masalah (Rahardjo, Setiasih & Setianingrum 2008). Beberapa contoh kasus dari media massa :

Tabel 1. 1 Contoh Kasus dari media Massa

No	Kasus	Tahun	Sumber
1.	Diduga Depresi Ditinggal Suami, Wanita Paru Bayah di Pandeglang Gantung Diri	2023	Faktabanten.co.id
2.	Suami Meninggal, Depresi, Janda ini Bunuh Diri	2022	Radartuban.jawapos.com
3.	Ditinggal Suami Meninggal, Janda Muda di Bekasi Tewas Gantung Diri Diduga Karena Depresi	2021	Bekasi.pikiran-rakyat.com
4.	Ibu Yang Ajak Anaknya Bunuh Diri di Blitar Depresi Ditinggal Suami Mati	2019	News.detik.com
5.	Diduga Depresi setelah suami meninggal, Rita tewas gantung diri	2016	Merdeka.com
6.	Tersiksa Duka, Istri Coba Bunuh Diri Demi ‘Menyusul’ Suami	2014	Fimela.com

Data dikumpulkan dari berbagai sumber

Menurut Sarason (1990) menyatakan bahwa dukungan sosial yang diperoleh individu berasal dari lingkungan keluarga dan teman sebaya. Munandar, Hadi & Ardiyani (2017) dukungan keluarga merupakan prediktor bagi munculnya kesepian. Individu yang memperoleh dukungan keluarga terbatas lebih berpeluang mengalami kesepian sementara individu yang memperoleh dukungan keluarga yang lebih baik tidak terlalu merasa kesepian. Hal ini juga menunjukkan akan pentingnya interaksi sosial di kalangan *single mother* untuk mengantisipasi masalah kesepian tersebut (Gunarsa, 2004).

Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Rahmawan (2010), menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *hardiness* remaja di Panti Asuhan Putra Muhammadiyah Malang. Dari hasil korelasi *Pearson*, diketahui arah hubungan adalah positif. Yang artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi *hardiness*, semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula *hardinessnya*.

Orang yang menerima dukungan sosial memiliki keyakinan bahwa mereka dicintai, bernilai, dan merupakan bagian dari kelompok yang dapat menolong mereka disaat membutuhkan bantuan (Sarafino & Smith 2017). Dukungan sosial

merupakan proses komunikasi interaktif dalam jaringan sosial yang bermanfaat bagi kesejahteraan psikologis individu (Chib, Wilkin & Hua 2013). House & Khan (dalam Saefullah, Giyarsih, & Setiawati 2018) dukungan sosial ini dapat berupa dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informasi . Di sisi lain dari penelitian yang dilakukan oleh Fais (2023) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat menyakini untuk menunjang rasa percaya diri seseorang, memberikan stimulus yang membuat kecemasan dan ketakutan jadi berkurang, hal ini dikarenakan dukungan sosial yang baik akan menciptakan lingkungan yang baik juga. Lingkungan yang baik akan membuat seseorang merasa nyaman karena mereka merasa dikasihsayangi dan dicintai di lingkungannya, sehingga mampu membentuk emosi yang baik yang kemudian bisa membuat orang tersebut terus merasa bahagia. (Fais, 2023).

Sarafino dan Smith (2017) membedakan dukungan sosial atas empat aspek mendasar yaitu : (1) dukungan emosional atau penghargaan, meliputi bentuk bantuan berupa dorongan untuk memberikan empati, kepedulian, penghargaan positif dan semangat kepada seseorang. (2) dukungan nyata atau instrumental mencakup bantuan langsung seperti memberikan pinjaman barang atau uang, menolong dengan melakukan suatu pekerjaan berupa jasa guna menyelesaikan tugas individu. (3) dukungan informasi, meliputi memberikan informasi, nasihat, arahan, saran mengenai apa yang sebaiknya dilakukan oleh orang lain yang membutuhkan dan (4) dukungan persahabatan, dukungan ini diberikan dengan cara membuat kondisi seseorang menjadi bagian dari suatu kelompok yang memiliki persamaan minat dan aktivitas sosial yang sama.

Dukungan sosial efektif membantu mengatasi tekanan psikologis pada masa sulit dan menekan (Broman dalam Taylor, Peplau & Sears, 2012). Menurut Wiryasaputra dalam Yolanda & Rahayuningsih (2023) dukungan sosial itu sendiri dapat di peroleh dari orang-orang sekitar. Baik dari lingkungan keluarga, lingkungan sekitar, sekampung, sebangsa, seagama dan lain sebagainya. Dukungan sosial dengan sesama dianggap menjadi aspek penting yang dapat memberikan kepuasan emosional (Taylor, 2009). Terutama dukungan sosial dari

keluarga yang sangat penting dalam mengembangkan diri menjadi lebih positif lagi.

Hasil studi kasus akibat wanita yang ditinggal suaminya meninggal menjelaskan bahwa seorang wanita depresi di Pekanbaru meninggal akibat gantung diri usai ditinggal meninggal suaminya akibat COVID – 19. Seorang suami yang meninggal karena COVID, meninggalkan seorang istri dan anak perempuan yang cacat mental. Hal ini membuat sang istri merasa depresi dan frustrasi sehingga wanita tersebut mengakhiri hidupnya dengan gantung diri (Riau, 2021).

Adapun contoh kasus yang dilakukan seorang wanita yang ditinggal suaminya meninggal. Dia bangkit melawan depresinya pasca suaminya meninggal dunia. Seorang *single parent* memiliki anak semata wayang yang menderita *down syndrome*. Dimana semua kegiatan anak semata wayangnya itu bergantung pada dirinya. Dari situlah seorang *single parent* ini bangkit dan bertahan untuk menjalani kehidupan barunya bersama anak semata wayangnya tanpa seorang suami dan ayah untuk anaknya. (Administrator, 2017).

Secara umum kehilangan paling sulit adalah kehilangan pasangan hidup. Santrock (2002), terjadinya kematian pada pasangan tidak mudah diterima oleh individu baik wanita maupun pria. Akan tetapi bila hal ini terjadi pada wanita, mereka akan lebih mampu menyesuaikan diri karena wanita lebih banyak bertanggung jawab atas kehidupan emosional dalam kehidupan suami istri dan memiliki lebih banyak teman, lebih dekat dengan saudara, serta berpengalaman dan mengatasi diri mereka sendiri secara psikologis (Desiningrum, 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Sternas dalam Sawitri, 2007) pada wanita *single parent*, memberi gambaran mengenai tema-tema perasaan seperti perasaan duka cita, peran dan tanggung jawab dalam keluarga, pekerjaan, kesendirian dan stres dalam pengasuhan anak. Status janda pada wanita memang merupakan suatu tantangan emosional yang berat, karena tidak ada seorang wanita yang menginginkan jalan hidupnya untuk menjadi *single parent*. Kehidupan tanpa pasangan yang dialami *single parent* membuat mereka berusaha tetap mandiri, semangat dan termotivasi diri untuk membuktikan bahwa menjadi

seorang wanita *single parent* di masa tua adalah sebuah usaha untuk melakukan kebaikan yang dapat bermanfaat bagi keluarga dan orang lain. Seorang ibu menemukan makna hidup dengan menemui lima proses dalam kehidupannya yaitu, dari pemahaman dirinya sendiri, tindakan yang positif, dukungan sosial, pengakraban hubungan keluarga, pendalaman dan penerapan nilai-nilai kreatif, nilai penghayatan, nilai penyesuaian, nilai pengharapan serta melakukan ibadah. Hal tersebut memiliki tujuan untuk ketangguhan (*hardiness*) dalam kehidupan pribadinya, kehidupan sehari-hari dan dukungan sosial di lingkungan sekitarnya. Semangat dan motivasi diri untuk membuktikan bahwa menjadi wanita *single parent* adalah sebuah usaha untuk melakukan hal kebaikan yang dapat bermanfaat bagi keluarga dan orang lain. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah peneliti uraikan diatas, maka peneliti berminat untuk meneliti “ Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Hardiness* pada Wanita yang Ditinggal Suaminya Meninggal di Kabupaten Bangkalan”.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian, di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh dukungan sosial terhadap *hardiness* pada wanita yang ditinggal suaminya meninggal di Kabupaten Bangkalan ?

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan hasil rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah ingin mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *hardiness* pada wanita yang ditinggal suaminya meninggal di Kabupaten Bangkalan.

1.4. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun secara praktis.

a) Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis berupa sumbangan ilmiah pada perkembangan ilmu pengetahuan terutama dalam bidang ilmu psikologi keluarga agar dapat

menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti dalam bidang sejenis di masa mendatang.

b) Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek

Hasil penelitian ini diharapkan wanita yang ditinggal suaminya meninggal dapat mengetahui apa saja faktor yang dapat mempengaruhinya. Sehingga diharapkan wanita yang ditinggal meninggal suaminya mampu untuk meningkatkan berfikir positif dalam segala masalah yang dihadapinya serta juga dapat meningkatkan rasa percaya diri dan dukungan sosial yang ada.

b. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang bagaimana menjalani kehidupan yang harus berfikir positif untuk kedepannya agar tetap menjalani kehidupan yang lebih berarti.

c. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian serupa dikemudian hari dengan tema pengaruh dukungan sosial terhadap *hardiness* pada wanita yang ditinggal suaminya meninggal.