

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial yang berkomunikasi serta berinteraksi dengan manusia lain. Artinya dalam kehidupan manusia tidak dapat hidup sendiri, masih membutuhkan manusia lain dalam kehidupan. Manusia diciptakan Tuhan berpasang-pasangan dan disatukan dalam ikatan perkawinan. Perkawinan merupakan salah satu ikatan lahir dan batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga yang bahagia, kekal berdasarkan Allah SWT (Hasanah, 2007). Tidak semua pasangan berhasil mewujudkan impian tentang mahligai rumah tangga yang bahagia. Banyak pula pasangan yang pernikahannya kandas ditengah jalan karena berbagai alasan. Faktor penyebabnya adalah karena perceraian atau kematian suami/istri (Aminah, 2009). Apabila suami meninggal dunia, maka secara tidak langsung status perkawinan akan berakhir dan istri akan menyandang status baru yakni sebagai janda.

Rasa sedih yang dirasakan setelah kematian pasangan, perasaan kaget, mati rasa, rasa ketidakpercayaan dan rasa terpukul karena kehilangan pasangan merupakan hal yang paling menyedihkan bagi seorang janda. Menyandang status janda bukanlah hal yang mudah, karena janda yang tengah berkabung biasanya merasakan rasa bersalah yang cukup dalam (Nalungwe, 2009). Ketika janda kehilangan pasangannya, mereka juga akan mengalami perasaan terkejut dan tidak

percaya, penolakan, kesedihan yang mendalam, dan kesepian selama periode duka cita (Nalungwe, 2009).

Umumnya wanita akan merasa lebih sulit untuk menerima perasaan kehilangan dan menerima kenyataan bahwa pasangan hidupnya telah tiada daripada pria (Aprilia, 2013). Menurut Schoon (dalam Wardhana & Sari, 2015) secara psikologis perempuan lebih rentan mengalami tekanan psikologis dibandingkan laki-laki, namun bukan berarti laki-laki tidak mengalami tekanan, hanya saja laki-laki lebih bisa menyembunyikan perasaannya. Hal ini didukung dengan hasil wawancara dengan janda muda (WN) maupun duda muda (ZD) berikut:

Wawancara dengan janda muda (WN) 14 November 2015:

“Yok opo yo mbak yo, ibarate ngunu wes mati rasa dicuek gak kroso digepuk gak loroh. Yok opo yo, wes gak iso ngerasakno opo-opo saking bingunge. Aku nganggep bojoku iku sek urip. Prosoku bojoku yow sek ono, sampek rong tahunan yo prosoku sek ono nak umah. Tapi jarene mak (sebutan untuk nenek) gak oleh ditangisi terus, engko nggarai katut”.

“Gimana ya mbak ya, ibaratnya sudah mati rasa dicubit nggak kerasa, dipukul nggak sakit. Gimana ya, wes nggak bisa ngerasain apa-apa karena bingung. Aku nganggap suamiku masih hidup. Perasaanku suamiku ya masih ada, sampai dua tahunan ya perasaanku masih ada dirumah. Tapi katanya nenek nggak boleh ditangisi terus, nanti bisa ikut meninggal.

Wawancara dengan duda muda (ZD) 26 Maret 2016:

“Disaat kita kehilangan orang yang kita cintai untuk selama-lamanya kesedihan itu pasti, air mata itu tiada guna. Semua kembali pada kapasitas keimanan seseorang. Alhamdulillah saya masih bersyukur kami dipisahkan disaat masih saling mencintai, saya masih bersyukur bisa menyemayamkan jenazah dirumahnya bukan dikontrakan. Saya juga masih bersyukur dia meninggalkan anak, sebagai kenang-kenangan almarhumah. Sehingga saya masih diberikan kesempatan untuk menjaganya.

Dari hasil wawancara tersebut bisa dipahami bahwa seorang janda muda lebih sulit menerima jika pasangannya telah tiada, daripada seorang duda muda yang cenderung ia lebih bisa menerima keadaan tersebut.

Sulit bagi wanita yang telah ditinggal mati pasangan, apalagi seorang janda yang tergolong masih muda. Tanggungjawab menjalankan kehidupan sehari-hari menjadi bertambah, apalagi sudah memiliki anak. Berbeda dengan janda tua yang kebanyakan anak mereka sudah dewasa. Anak sudah bisa hidup mandiri dan sudah bisa mencari uang sendiri. Anaklah yang bertanggungjawab untuk memenuhi kebutuhan keluarga. Dilihat dari segi perilaku seksual pun berbeda. Janda muda kebutuhan seksualnya masih tinggi, sedangkan janda tua menurun seiring mendekati masa menopause (Hurlock, 1980). Banyak sekali permasalahan-permasalahan yang dialami oleh janda muda akibat ditinggal mati pasangan, diantaranya yakni masalah ekonomi, sosial, seksual, maupun pola asuh anak (Anwar, dkk, 2012).

Pertama, dari segi ekonomi, secara tidak langsung berdampak pada kehidupan ekonomi keluarga yang mengalami penurunan setelah ditinggal mati pasangan. Terutama bagi janda yang dulunya tidak bekerja. Berdasarkan wawancara dengan ibu KN tanggal 28 September 2015, mengatakan bahwa semenjak ditinggal suami kondisi ekonomi keluarganya mengalami penurunan. Tidak ada yang mencari nafkah lagi, sementara almarhum suaminya meninggalkan dua orang anak serta ibu kandung suami. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh ibu KN dari hasil wawancara pada 28 September 2015 :

“Ninggal opo yow gk ninggal opo-opo ikulo, malah ninggal anak loro mbek morotuo, morotuo yow gak iso lapo-lapo wisan. Bebane wes gak karu-karuan golekno pangan wong akeh, yo dadi pembantu, yow kadang adang barang nak umahe wong duwe gae”.

“Ninggalin apa, ya nggak ninggal apa-apa, malah ninggalin dua anak dan mertua. Mertua juga sudah tidak bisa apa-apa. Bebannya banyak, nggak karu-karuan, cari nafkah buat orang banyak, ya jadi pembantu, kadang juga tukang masak dirumah orang hajatan”.

Selain itu pada segi sosial, seorang janda banyak mendapat persepsi negatif dari masyarakat apabila janda tersebut tergolong muda. Stigma janda yang tidak baik lebih banyak beredar di kalangan istri atau perempuan yang takut suaminya direbut atau digoda. Sebagaimana diungkapkan oleh ibu KN dari hasil wawancara pada 28 September 2015:

“Sing nggudo yow akeh, tau tonggoku aku dirangkul ngene (sambil memeraktekan) tapi yow gak ono maksud opo-opo, yo aku ngerosone wong iku peduli ae mbek aku. Wong pancen gak ono hubungan opo- opo. Tapi ono tonggoku nek lapor bojone. Mari ngunu pas aku sembayang nak musholah ketepakan kumau shafku nak mburine wong iku, padahal yow gak sengojo tapi diarani jare aku sengojo. Mari ngunu wes tak putus aku gak sembayang rono. Aku ngaleh nak musholah wetan ae khusus wedhok. Timbangane dadi rasan-rasan.”

“Yang menggoda banyak, pernah ada tetanggaku, aku dirangkul gini (sambil mraktekin) tapi nggak ada maksud apa-apa, ya aku ngerasanya dia peduli aja sama aku. Lha emang nggak ada hubungan apa-apa. Tapi ada tetanggaku yang lapor sama istrinya. Habis itu pas sholat dimusholah kebetulan shafku dibelakangnya, padahal juga nggak sengaja tapi aku dituduh sengaja. Habis itu tak putus sudah, aku nggak sholat kesitu lagi. Aku pindah kemusholah khusus wanita aja. Dari pada jadi bahan pergunjungan”.

Masalah lain yakni perilaku seksual, dimana janda muda pada usia ini merupakan masa reproduksi dan usia kematangan seksual (Hurlock, 1980). Akibat ditinggal mati pasangan, maka seorang janda biasanya mengalami masalah pada perilaku seksual (Anwar, dkk, 2012). Kebutuhan seksualnya tidak terpenuhi seperti saat bersama pasangan. Akibatnya mereka akan mencari penyaluran terhadap kebutuhan tersebut. Beberapa diantara mereka menyalurkan melalui

kegiatan positif, seperti mengurus dan mendidik anak. Sebaliknya ada juga yang menyalurkan kebutuhan tersebut dengan melakukan perbuatan negatif, seperti kasus yang termuat dalam media sosial berikut:

Sebuah kamar kos yang dihuni oleh janda muda berinisial DS (21) digerebek warga Kelurahan Rawa Makmur, Kecamatan Muara Bangkahulu, Kota Bengkulu, Provinsi Bengkulu. Saat digerebek, DS berduaan dengan teman prianya berinisial VG (23). Bersama belasan warga, ketua RW dan ketua adat langsung menggerebek kamar kos DS. Keduanya diamankan warga karena diduga berbuat mesum pada bulan Ramadan. Ketua adat setempat didampingi ketua RW dan ketua RT langsung memberikan pengarahan dan menjatuhkan sanksi "cuci kampung" serta menyembelih satu ekor kambing terhadap keduanya. (konfrontasi.com, Minggu, 20 Juni 2015).

Berikutnya yakni, mengenai pola asuh anak. Bagi seorang janda, untuk menciptakan figur ayah yang dapat dijadikan contoh bagi anak laki-laki, tentu bukanlah hal yang mudah. Seorang janda muda harus berjuang sendiri dalam membesarkan anak-anaknya. Janda muda harus mampu memberikan perhatian dan pengawasan terhadap anak supaya anak tidak sampai salah pergaulan.

Permasalahan-permasalahan tersebut rentan sekali menimbulkan stres terutama bagi wanita. Rahe dan Holmas (dalam Tarigan, 2010) mengatakan, bahwa kehilangan pasangan hidup karena kematian merupakan peristiwa peringkat pertama yang dapat menimbulkan stres bagi para wanita dewasa. Penyebab stres ini umumnya dikarenakan banyaknya kegiatan yang sebelumnya dapat dibagi atau dilakukan bersama pasangan kini harus dilakukan sendiri, agar dapat menyesuaikan diri meski dalam kondisi stres setelah kehilangan pasangan, maka diperlukan karakter kepribadian yang tangguh atau tahan banting (Fitroh, 2011). Kepribadian tersebut dikenal dengan *hardiness*.

Menurut Di Matteo & Martin (2002) mendefinisikan *hardiness* sebagai sebuah gagasan psikologis yang mengacu pada keteguhan individu, cara khas dalam menanggapi berbagai peristiwa kehidupan. Pengertian lain dari Ambarini & Fitriani (2013) bahwa *hardiness* adalah suatu karakteristik kepribadian yang terdiri dari sekumpulan sikap dimana sikap-sikap tersebut memiliki fungsi sebagai sumber kekuatan bagi individu dalam menghadapi kondisi yang menekan.

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *hardiness* menurut Bissonate (1988) yaitu: penguasaan pengalaman (*mastery experience*), perasaan yang positif (*feeling of positivity*), pola asuh orangtua (*parental explanatory style*), hubungan yang hangat atau mendukung (*warm/ supportive relationship*), kontribusi aktivitas (*contributory activities*), kemampuan sosial (*social skill*), kesempatan untuk tumbuh dan berkembang (*opportunity for growth*).

Menurut Kobasa (dalam Astuti & Dodik, 2012), individu yang mempunyai kepribadian tahan banting (*hardiness*) memiliki kontrol pribadi, komitmen dan siap dalam menghadapi tantangan. Kontrol (*control*) yakni, individu yang berkepribadian *hardiness* mempunyai kecenderungan bahwa dirinya dapat mengontrol atau mempengaruhi peristiwa-peristiwa yang terjadi atas dirinya. Hal ini didukung dengan hasil wawancara pada WN 06 Februari 2016:

“Yo aku nek stress banget ngunuku yo metu mbak gak nak umah ae. Ben pikiranku padang. Biasae aku gak tau nang sawah, yo tak gae nak sawah tak gae bubut-bubut, sampek gak kroso lek tanganku loroh. Mari ngunu yo seneng maneh mbak”

“Yo aku kalau stres banget ya keluar mbak nggak di rumah aja. Biar pikiranku terang. Biasanya aku nggak pernah ke sawah, ya tak bikin ke sawah nyabutin rumput, sampai nggak kerasa kalau tanganku sakit. Habis itu ya seneng lagi”.

Berdasarkan wawancara tersebut, WN mengontrol perasaannya dengan cara mengalihkan perhatian atas peristiwa yang terjadi padanya. WN menghadapi stres dengan tidak berdiam diri di rumah tapi mencari kesibukan supaya perasaannya tenang kembali.

Berikutnya yakni komitmen (*commitment*), dimana individu memiliki kecenderungan untuk melibatkan diri dalam aktivitas yang sedang dihadapi. Hal ini didukung dengan hasil wawancara pada WN 06 Februari 2016:

”Yo ngeneki aku kabeh mbak sing ngurus dewe, mulai teko ngurusi anak, ono buwuhan, sampek golek pangan kanggo kebutuhan bendino yo aku kabeh wisan. Yok opo maneh wong saiki ijenan, yowes dadi tanggungjawabku. Gelem gak gelem yo kudu dilakoni wisan”.

“Ya aku yang ngurus semuanya sendirian, mulai dari ngurusi anak, ada kondangan, sampai cari nafkah buat kebutuhan setiap hari ya aku semua sudah. Gimana lagi orang sekarang sendirian, yaudah jadi tanggungjawabku. Mau nggak mau ya harus dijalanin sudah”.

Berdasarkan wawancara tersebut, WN memiliki kecenderungan untuk melibatkan diri dalam aktivitas yang sedang dihadapi. WN mengurus semuanya sendiri, mulai dari mengurus anak, menghadiri pernikahan sampai mencari nafkah.

Aspek terakhir yakni tantangan (*challenge*), dimana individu memiliki kecenderungan untuk memandang suatu perubahan yang terjadi sebagai kesempatan untuk mengembangkan diri, bukan sebagai ancaman terhadap rasa amannya. Hal ini didukung dengan hasil wawancara pada KN 06 Februari 2016:

“Aku nganggap kabeh masalah iki iku cobaan teko gusti Allah, supoyo aku luwih apik.”

“Aku nganggap semua masalah ini sebagai cobaan dari Allah, supaya aku jadi lebih baik.”

Berdasarkan wawancara tersebut, KN memandang suatu perubahan yang terjadi sebagai kesempatan untuk mengembangkan diri, bukan sebagai ancaman. KN menganggap semua masalah yang terjadi padanya sebagai cobaan dari Allah untuk menjadikan dirinya lebih baik.

Sehubungan dengan ketiga aspek tersebut, menurut Kobasa (dalam Putri, 2008) mengatakan bahwa individu yang tidak memiliki *hardiness* cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi. Diperkuat lagi dengan penelitian yang dilakukan Nastalia (2007) yang mengatakan kepribadian tidak tahan banting (*non-ketabahan*) dalam menghadapi kejadian-kejadian hidup yang mencekam akan mengalami ketegangan dan pada akhirnya muncul keluhan fisik dan psikis. Senada dengan hal itu maka *hardiness* diperlukan untuk menghadapi situasi stres dengan baik. Berdasarkan pemaparan fenomena yang telah dijelaskan di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “*Hardiness* Pada Janda Muda yang Ditinggal Mati Pasangan”

B. Signifikansi Penelitian

Janda muda adalah sebutan yang diberikan kepada wanita yang ditinggal mati oleh pasangannya dan masih berusia muda. Status tersebut membuat janda muda mengalami banyak permasalahan. Banyaknya permasalahan yang dihadapi menuntut janda muda mampu menyesuaikan diri. Salah satu kepribadian yang dibutuhkan agar dapat menyesuaikan diri dengan baik adalah memiliki kepribadian tangguh (*hardiness*). Terkait dengan konsep *hardiness*, beberapa penelitian telah ada sebelumnya diantaranya:

Flendyna Adhi Nastalia (2007) melakukan penelitian dengan judul: Ketabahan Hati Pada Pekerja Remaja Perantau. Hasil menunjukkan bahwa ketabahan yang dimiliki oleh subjek pertama dan subjek kedua tinggi. Ketabahan terlihat dari kemampuan kedua subjek mengontrol kondisi saat mereka menghadapi masalah saat bekerja. Mereka juga memiliki komitmen pada saat menyelesaikan pekerjaan serta menganggap kondisi saat ini sebagai tantangan yang harus dilewati. Penelitian yang dilakukan oleh Flendyna memiliki persamaan dengan penelitian yang penulis teliti yakni, variabel sama tentang *hardiness*. Metodenya pun juga sama yaitu kualitatif. Perbedaannya terletak pada subyek penelitian. Subyek yang diteliti Flendyna berusia remaja, sementara subyek yang penulis teliti usia dewasa muda.

Anisa Fitriani & Tri Kurniati Ambarini (2012) melakukan penelitian dengan judul: Hubungan Antara *Hardiness* Dengan Tingkat Stres Pengasuhan pada Ibu dengan Anak Autis. Berdasarkan hasil analisis data penelitian diperoleh nilai signifikansi korelasi antara *hardiness* dengan tingkat stres pengasuhan sebesar $p = 0,000$ dan nilai koefisien korelasi $\rho = - 0,789$. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *hardiness* dengan tingkat stres pengasuhan pada ibu dengan anak autis. Adapun persamaan penelitian ini yakni mengenai *hardiness*. Perbedaannya, penelitian yang diteliti Anisa dan Tri berfokus pada pengasuhan Ibu yang memiliki anak autis, sementara fokus penelitian yang penulis teliti yakni pada janda yang ditinggal mati pasangan. Metode yang digunakan juga berbeda, peneliti

menggunakan metode kualitatif, sementara Anisa & Tri menggunakan metode kuantitatif.

Sufiana Edo Bella Karunia (2014) melakukan penelitian dengan judul: *Hardiness* pada pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasangan suami istri memiliki dinamika *hardiness* yang berbeda. *Hardiness* yang ada dalam diri suami berperan melindungi atau sebagai tameng, sehingga dapat tetap hidup secara positif dan sehat, baik secara fisik maupun mental sekalipun sedang menghadapi peristiwa menekan. Di sisi lain *hardiness* dalam diri istri cenderung berperan mengurangi dampak negatif yang dialami akibat peristiwa menekan. Dapat dilihat persamaan dari penelitian ini adalah tentang *hardiness* serta metode penelitian yang digunakan yakni sama-sama kualitatif. Perbedaannya terletak pada subyek penelitian. Peneliti berfokus pada janda muda yang ditinggal mati pasangan, sementara Sufiana berfokus pada pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan.

Penelitian terdahulu yang dipaparkan di atas semuanya tentang *hardiness*, namun peneliti belum menemukan penelitian yang mengkaitkan antara *hardiness* dengan janda muda yang ditinggal mati pasangan.

C. Fokus Penelitian

Dari beberapa masalah yang dihadapi oleh janda muda, maka permasalahan tersebut dapat difokuskan sebagai berikut: Bagaimana gambaran *hardiness* pada janda muda yang ditinggal mati pasangan?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yakni, untuk mengetahui gambaran *hardiness* pada janda muda ketika ditinggal mati pasangan.

E. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Adanya penelitian ini diharapkan mampu memperkaya khasanah dan memberikan sumbangan untuk ilmu psikologi positif dan psikologi kesehatan dalam mengembangkan ilmu di bidang tersebut, mengenai *hardiness* pada janda muda yang ditinggal mati pasangan.

b. Manfaat praktis

1. Bagi Subyek :

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan mampu menjadi referensi bagi subyek, agar lebih memahami kemampuan *hardiness* yang dimilikinya. Sehingga ia mampu beradaptasi terhadap tekanan yang ada.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan pengetahuan masyarakat tentang kepribadian *hardiness* yang dimiliki janda muda, agar masyarakat dapat memberikan dukungan sosial terhadap janda muda yang ditinggal mati pasangan.

3. Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dan pembandingan apabila ada penelitian yang serupa di kemudian hari tentang *hardiness*.