

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Dalam beberapa dekade terakhir, angka perceraian mengalami peningkatan yang signifikan secara global. Menurut *World Health Organization* WHO (2023), fenomena ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti perubahan norma budaya, meningkatnya kesadaran akan hak individu, serta dinamika sosial dan ekonomi. Di negara maju, peningkatan angka perceraian sering kali berkaitan dengan gaya hidup modern yang mengganggu stabilitas pernikahan.

Fenomena serupa juga terjadi di Indonesia, khususnya di Provinsi Jawa Timur. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah perceraian di beberapa kota di Jawa Timur, termasuk Surabaya, menunjukkan tren kenaikan yang mengkhawatirkan. Pada tahun 2021 hingga 2024, Surabaya secara konsisten menempati posisi lima besar kota dengan angka perceraian tertinggi di Jawa Timur.

Tabel 1. 1 Jumlah Perceraian Menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Timur

Tahun	Kabupaten/Kota	Jumlah
2021	1. Malang	6.370
	2. Banyuwangi	5.974
	3. Jember	5.864
	4. Kota Surabaya	5.726
	5. Sidoarjo	4.100
2022	1. Madiun	6.540
	2. Malang	6.074
	3. Kota Surabaya	5.804
	4. Mojokerto	5.503
	5. Banyuwangi	4.117
2023	1. Malang	6.117
	2. Jember	5.368
	3. Kota Surabaya	4.821
	4. Banyuwangi	4.817
	5. Sidoarjo	3.744
2024	1. Malang	6.177
	2. Kota Surabaya	5.605
	3. Banyuwangi	5.497
	4. Jember	5.313
	5. Sidoarjo	4.929

Pada rentang waktu tahun 2021 hingga 2024, Kota Surabaya secara konsisten termasuk dalam lima besar kota dengan angka perceraian tertinggi di Provinsi Jawa Timur. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Jawa Timur sebagaimana

ditampilkan pada tabel di atas, tercatat bahwa pada tahun 2021 terdapat 5.726 kasus perceraian di Surabaya, menempatkan kota ini pada peringkat keempat tertinggi di provinsi tersebut. Pada tahun 2022, jumlah kasus meningkat menjadi 5.804 dan Surabaya naik ke peringkat ketiga. Meskipun terjadi penurunan jumlah menjadi 4.821 kasus pada tahun 2023, Surabaya tetap berada di posisi ketiga tertinggi. Selanjutnya, pada tahun 2024, jumlah perceraian kembali meningkat menjadi 5.605 kasus, dan kota ini menduduki peringkat kedua tertinggi di Jawa Timur.

Perceraian memiliki dampak yang sangat kompleks, terutama bagi perempuan. Mereka tidak hanya harus menghadapi tekanan psikologis, tetapi juga sosial dan ekonomi yang lebih besar dibandingkan laki-laki. Permasalahan seperti stigma sosial, tanggung jawab pengasuhan anak, hingga kesulitan finansial menjadi beban tambahan yang signifikan (Amato, 2018; Kalmijn, 2023). Dalam menghadapi tekanan tersebut, kemampuan resiliensi menjadi aspek penting yang memungkinkan individu, khususnya perempuan, untuk bangkit dan menyesuaikan diri secara positif pasca perceraian (Walsh, 2016; Bonanno, 2019).

Salah satu faktor krusial yang mendukung resiliensi adalah dukungan sosial. Dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas terbukti berperan penting dalam memperkuat ketahanan emosional dan psikologis individu (Cohen dan Sbarra, 2021). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perempuan yang memiliki akses terhadap dukungan sosial cenderung lebih resilien dan mampu membangun kembali kehidupan mereka pasca perceraian (Sari dkk., 2020; Ungar, 2021).

Sebuah penelitian Rahmawati dan Kusrini (2019) menemukan bahwa wanita yang mampu resilien setelah perceraian memiliki keyakinan diri yang lebih positif, kesehatan mental yang lebih baik, dan kemampuan untuk menciptakan arti baru dalam hidup mereka. Menurut penelitian Permatasari (2020) wanita yang kurang resilien disebabkan oleh rasa bersalah yang berlebihan, ketergantungan tinggi pada pasangan sebelum perceraian, dan kurangnya dukungan sosial.

Menurut Amato dan Previti (2020) karena berbagai alasan, wanita sering kali menghadapi masalah yang lebih sulit dibandingkan laki-laki setelah perceraian. Faktor sosial, emosional, dan ekonomi termasuk di antaranya. Salah satu masalah terbesar adalah tanggung jawab pengasuhan anak. Wanita biasanya menjadi pihak

yang menerima hak asuh anak, sehingga mereka harus menghadapi tanggung jawab berat sebagai orang tua.

Menurut Amato dan Gilbreth (2019) menemukan bahwa perempuan semakin dibebani dengan tanggung jawab pengasuhan anak. Mayoritas perempuan menjadi pengasuh tunggal, yang menyebabkan banyak masalah psikologis dan praktis, seperti tanggung jawab pengasuhan penuh, tekanan finansial, dan kemungkinan konflik terus-menerus dengan pasangan sebelumnya. Menurut Amato dan Previti (2020) hal ini dapat meningkatkan kebutuhan mereka akan dukungan sosial dan kekuatan untuk mengatasi stres, masalah keuangan, dan tanggung jawab lainnya.

Menurut Demo dan Fine (2018) di beberapa budaya, wanita yang bercerai sering menghadapi stigma sosial yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Stigma dapat memengaruhi kesehatan mental mereka, sehingga dukungan sosial sangat penting untuk membantu mereka mengatasi tekanan. Faktor sosial-psikologis yang terkait dengan perceraian juga meningkatkan tekanan. Dalam masyarakat patriarki, perempuan yang bercerai seringkali menghadapi stigma sosial, yang berdampak pada kepercayaan diri mereka, kesempatan sosial dan profesional, serta tekanan dari keluarga dan lingkungan mereka. Menurut Sbarra dkk., (2021) menemukan bahwa perempuan lebih cenderung mengalami kecemasan, membutuhkan waktu yang lebih lama untuk pemulihan emosional, dan berisiko lebih tinggi daripada laki-laki untuk mengalami gangguan kesehatan mental.

Menurut Smock dan Manning (2022) setelah perceraian, wanita sering mengalami penurunan ekonomi yang lebih besar daripada laki-laki. Ini karena perbedaan pendapatan atau tanggung jawab finansial yang lebih besar terhadap anak-anak mereka. Menurut Southwick dkk., (2016) setelah perceraian, wanita dapat mengembangkan resiliensi dan bangkit dari tekanan emosional dan psikologis dengan dukungan dari teman, komunitas, atau keluarga.

. Menurut Umberson dan Williams (2020) jaringan dukungan sosial membantu membedakan antara laki-laki dan perempuan setelah mengalami perceraian. Sementara laki-laki lebih cepat membangun hubungan baru, perempuan lebih bergantung pada dukungan sosial, yakni teman dan keluarga pemulihan sosial perempuan biasanya lebih kompleks dan memerlukan waktu yang lebih panjang.

Menurut Gottman (2014) banyak hal dapat menyebabkan terjadinya perceraian, salah satunya adalah kurangnya komunikasi yang baik. Banyak pasangan yang sulit mengomunikasikan tentang masalah mereka secara terbuka, yang menyebabkan masalah sulit diselesaikan. Menurut Amato dan James (2018) faktor ekonomi juga menjadi penghalang yang signifikan. Ketika keuangan mereka tidak stabil, pasangan sering kesulitan mempertahankan hubungan pernikahan mereka.

Menurut Luo dan Knudson (2021) faktor tambahan adalah ketidaksesuaian nilai dan harapan pasangan. Ketidaksesuaian yang signifikan dalam nilai atau harapan pasangan dapat menyulitkan mereka untuk mencapai kesepakatan yang bertahan lama. Menurut Murray dan Graves (2020) ada banyak hal yang dapat menyebabkan perceraian. Misalnya, perselingkuhan dapat menyebabkan perpisahan karena sering dianggap sebagai pelanggaran berat terhadap hubungan pernikahan. Menurut Walsh (2016) kekurangan dukungan sosial dari teman atau keluarga dapat menyebabkan konflik dalam pernikahan menjadi lebih buruk dan mempercepat perceraian.

Menurut Reivich dan Shatte (2002) resiliensi adalah kapasitas untuk bangkit kembali dari pengalaman traumatis atau penuh tekanan dan menemukan makna serta arah hidup baru. Menurut Taylor (2020) resiliensi merupakan cara individu menghadapi tantangan, seperti tekanan mental yang disebabkan oleh perceraian.

Menurut Satyananda dan Kusri (2020) resiliensi sangat penting untuk membantu wanita yang mengalami perceraian bangkit dari kesulitan emosional dan psikologis. Kemampuan seorang wanita untuk mengatasi stres, membangun kembali kepercayaan diri, dan melanjutkan hidup setelah perceraian sangat dipengaruhi oleh tingkat resiliensinya. Menurut Wiranti dkk., (2021) wanita yang kuat saat menghadapi perceraian dapat mengubah peristiwa traumatis menjadi kesempatan untuk berkembang secara pribadi, mengendalikan emosi mereka dengan lebih baik, dan membangun kembali kehidupan mereka sendiri. Variabel seperti dukungan sosial, keyakinan, dan kemampuan adaptasi psikologis memengaruhi resiliensi individu.

Menurut Lestari dan Pratiwi (2022) kemampuan untuk bertahan hidup dan

menghadapi perceraian adalah resiliensi. Wanita yang kuat dapat memanfaatkan perceraian sebagai kesempatan untuk belajar lebih banyak tentang diri mereka sendiri, meningkatkan kemampuan mereka, dan membangun kembali keyakinan diri yang lebih kuat. Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi adalah bagian penting dari proses pemulihan psikologis yang diikuti oleh pasangan yang telah menikah. Aspek psikologis resiliensi termasuk kemampuan untuk mengendalikan emosi, membangun identitas baru, dan memperoleh kemandirian.

Menurut Sari dkk., (2023) wanita yang mampu resilien akan lebih mampu mengatasi tekanan keluarga, stigma sosial, dan kesulitan ekonomi yang terkait dengan perceraian. Mereka cenderung lebih kuat, lebih percaya diri, dan lebih mampu membangun cerita yang positif tentang kehidupan mereka setelah perceraian. Menurut (Taylor, 2020; Walsh, 2016) wanita yang mengalami perceraian dapat mendapat manfaat besar dari dukungan sosial. Dukungan sosial dapat dimulai dari lingkungan keluarga, teman, atau komunitas, serta memberikan rasa aman, validasi emosional, dan sumber daya untuk membantu mereka mengatasi tantangan. Mereka juga cenderung memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi, yang memungkinkan mereka untuk pulih dari dampak emosional perceraian lebih cepat.

Menurut Horan dkk., (2019) resiliensi tidak datang secara otomatis. Faktor lingkungan dan dukungan dari teman berpengaruh pada adaptasi wanita setelah perceraian. Wanita yang hidup sendiri cenderung kurang mampu mengatasi stres perceraian dibandingkan dengan wanita yang mendapatkan dukungan emosional dari teman dan keluarga. Akibatnya, salah satu cara utama untuk meningkatkan kekuatan wanita yang mengalami perceraian adalah memperkuat jaringan sosial mereka. Menurut Putri dkk., (2021) dukungan keluarga dan komunitas sangat penting untuk membangun resiliensi. Dukungan sosial yang kuat dapat memperkuat kemampuan individu untuk menghadapi stres dan memulihkan kehidupan mereka dengan lebih baik.

Menurut Ali dan Malik (2020) hubungan sosial memperkuat resiliensi seseorang. Penelitian mengungkapkan dukungan emosional dari berbagai sumber, termasuk sahabat, kelompok, dan masyarakat, sangat mempengaruhi kesehatan

mental individu, membantu seseorang menjadi lebih resilien terhadap berbagai tantangan dan tekanan hidup. Kemampuan adaptasi dan koping yang kuat adalah kunci untuk bertahan hidup dan bangkit dari kesulitan.

Menurut Taylor dkk., (2021) pembangunan resiliensi membutuhkan dukungan emosional dan teknis, terutama bagi wanita yang menghadapi berbagai tantangan traumatis. Dukungan instrumental, seperti pendampingan psikologis, akses ke informasi, dan sumber daya konkret, juga membantu individu memperbaiki diri dan melewati masa-masa sulit. Di sisi lain, dukungan emosional membantu individu merasakan empati, pemahaman, dan rasa aman, yang membantu mereka mengolah pengalaman traumatik dengan lebih konstruktif. Wanita dapat resilien dan berkembang secara positif setelah mengalami trauma dengan kombinasi kedua jenis dukungan yang bekerja sama dengan baik.

Menurut Wang dan Chen (2023) dukungan sosial sangat penting untuk membantu orang yang mengalami perceraian karena menawarkan perlindungan finansial dan emosional. Apabila individu yang sudah bercerai memiliki sistem dukungan yang solid dari kerabat, sahabat, dan lingkungan sekitar, mereka mungkin lebih mampu mengatasi tantangan psikologis dan ekonomi yang disebabkan oleh perubahan status perkawinan mereka. Dengan kata lain, dukungan sosial terbukti sangat penting untuk membantu seseorang pulih dan beradaptasi setelah perceraian.

Menurut Uchino (2004) dukungan sosial juga berarti memberikan kenyamanan dan perhatian kepada orang lain. Saat seseorang mengalami stres dari kehidupannya, dukungan sosial dapat membantu mereka merasa dihargai, nyaman, dan dicintai. Bastaman (1996) menggambarkan dukungan sosial dapat diartikan sebagai bentuk perhatian dan bantuan yang diberikan kepada seseorang secara langsung, berupa penghiburan, inspirasi, bimbingan, serta semangat juang, yang berfungsi mendukung individu menemukan solusi ketika menghadapi tantangan dan rintangan dalam meraih sasaran tertentu.

King (2010) berpendapat dimana dukungan sosial berasal dari interaksi yang diciptakan seseorang kepada individu lain saat mereka diperhatikan, dihormati, dicintai, diberi pengakuan, dan berpartisipasi dalam kelompok sosial tertentu. Sarafino & Smith (2011) menyatakan bahwa karena sifat manusia yang sosial,

siapapun yang berpartisipasi dalam kehidupan bermasyarakat sangat membutuhkan dukungan sosial. Maksud dukungan sosial di sini mengacu pada penerimaan rasa peduli, aman, bantuan atau penghargaan yang diterima seseorang dari orang lain ataupun kelompok, kutipannya sebagai berikut: *"social support is generally used to refer to the perceived comfort, caring, esteem or help a person receives from other people or groups"*.

Sarafino dan Smith (2011) menyatakan bahwa saat seseorang mengalami kondisi yang sulit, bantuan yang sesuai akan memberi dampak besar bagi mereka mengakomodir kebutuhan mereka. Mereka sanggup menemukan jalan keluar untuk menghadapi tantangan dan merasakan kasih sayang serta penghargaan, yang pada gilirannya meningkatkan rasa percaya diri untuk menjalani hari yang lebih sempurna. Namun, tidak mungkin bagi seseorang untuk mengurangi stres ketika bantuan dilihat sebagai dukungan dan diberikan dengan cara yang tidak sesuai.

Dukungan sosial sangat penting untuk membantu wanita yang mengalami perceraian menghadapi tekanan psikologis dan sosial. Penelitian menunjukkan dimana dukungan dalam aspek sosial dapat meredakan kecemasan serta stres dan meningkatkan kemampuan wanita untuk menyesuaikan diri dengan situasi baru, termasuk melalui bantuan fisik, emosional, dan moral. Wanita yang menerima dukungan material, emosional, dan praktis dari keluarga, teman, dan komunitas cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik (Pratiwi, 2022).

Kualitas dukungan sosial juga sangat memengaruhi hasil pemulihan pasca perceraian; dukungan terbaik dari keluarga atau jaringan sosial dapat mengurangi dampak negatif seperti isolasi sosial dan ketidakstabilan emosi. Oleh karena itu, kombinasi dukungan sosial dan resiliensi dapat sangat penting dalam proses pemulihan wanita pasca perceraian (Wang dan Amato, 2020).

Berdasarkan fenomena yang diuraikan, dapat diketahui dimana dukungan sosial dapat mempengaruhi tingkat resiliensi pada wanita yang mengalami perceraian di Surabaya. Oleh karena itu, penelitian ini meneliti "Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Resiliensi pada Wanita yang Mengalami Perceraian di Surabaya" dengan maksud untuk memahami dukungan sosial dari keluarga, teman, atau komunitas membantu meningkatkan resiliensi wanita yang mengalami

perceraian.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka penelitian ini bertujuan untuk menjawab masalah penelitian: apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi pada wanita yang mengalami perceraian di Surabaya?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi pada wanita yang mengalami perceraian di Surabaya.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dalam penelitian ini terbagi dalam teoretis serta praktis, yakni:

1.4.1 Manfaat Teoretis

Diharapkan penelitian ini menghasilkan kontribusi yang bermanfaat dalam pengembangan teori terkait resiliensi dan dukungan sosial, khususnya pada konteks wanita pasca perceraian. Penelitian ini juga memberikan manfaat penting bagi perkembangan pengetahuan dalam psikologi sosial.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek

Memberikan pemahaman kepada wanita yang mengalami perceraian mengenai pentingnya dukungan sosial sangatlah penting untuk meningkatkan resiliensi mereka. Selain itu, membantu mereka mengenali berbagai sumber dukungan sosial yang tersedia di lingkungan sekitar dapat menjadi langkah efektif dalam menghadapi dan mengatasi dampak perceraian.

b. Bagi instansi

Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi yang signifikan

bagi instansi terkait seperti Pengadilan Agama serta Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, dan Keluarga Berencana (DP3AKB), dalam meningkatkan efektivitas intervensi dan kebijakan yang berfokus pada perempuan pascaperceraian. Mengingat tingginya angka perceraian yang terjadi di Surabaya dan kompleksitas dampak yang dialami oleh perempuan, khususnya dalam aspek psikologis, sosial, dan ekonomi, temuan dalam penelitian ini dapat menjadi dasar empiris untuk menyusun program pemberdayaan dan pemulihan yang lebih tepat sasaran.

Bagi Pengadilan Agama, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mempertimbangkan perlunya penyediaan layanan pendukung psikososial, seperti konseling praperceraian dan pascaperceraian, serta peningkatan kapasitas petugas dalam menangani perkara yang melibatkan perempuan dan anak secara lebih sensitif terhadap aspek psikologis dan sosial.

Sementara itu, bagi DP3AKB, penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk memperkuat program pemberdayaan perempuan melalui pelatihan keterampilan, penyediaan dukungan sosial berbasis komunitas, serta pendampingan psikologis yang terstruktur. Pemahaman mengenai pentingnya dukungan sosial dalam membangun resiliensi perempuan pascaperceraian juga dapat membantu DP3AKB merancang intervensi yang bersifat preventif dan kuratif, serta memperkuat sistem perlindungan sosial di tingkat lokal.

Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dalam perumusan kebijakan yang lebih responsif terhadap kebutuhan perempuan pascaperceraian, serta mendorong sinergi antarinstansi dalam upaya peningkatan kualitas hidup dan ketahanan sosial perempuan di Kota Surabaya.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memberikan kontribusi praktis yang signifikan bagi peneliti yang akan melanjutkan kajian dalam bidang psikologi sosial, khususnya yang tertarik pada isu-isu perempuan, perceraian, resiliensi, dan dukungan sosial. Temuan dan pemaparan dalam penelitian ini dapat menjadi dasar konseptual sekaligus inspirasi metodologis untuk memperluas cakupan studi ke arah yang lebih spesifik, seperti perbedaan bentuk dukungan sosial yang paling efektif dalam

memfasilitasi pemulihan emosional wanita pasca perceraian, pengaruh status pekerjaan atau usia terhadap resiliensi, atau dinamika adaptasi pasca perceraian dalam konteks budaya lokal.