

**GAMBARAN RESILIENSI PADA REMAJA PUTRI PASCA KEMATIAN IBU
DI KABUPATEN KENDAL**

Skripsi

Untuk memenuhi sebagian persyaratan

Memperoleh derajat Sarjana Psikologi



Disusun Oleh:

Novia Waskita Rany

30701501712

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG

SEMARANG

2022

PERSETUJUAN PEMBIMBING

GAMBARAN RESILIENSI PADA REMAJA PUTRI PASCA KEMATIAN IBU DI KABUPATEN KENDAL

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Novia Waskita Rany
30701501712

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan penguji guna
memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal


Erni Agustina Setiowati, S.Psi, M.Psi, Psikolog 28 Juli 2022

Semarang, 28 Juli 2022

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung


Joko Kuncoro, S.Psi., M..Si

NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

GAMBARAN RESILIENSI PADA REMAJA PUTRI PASCA KEMATIAN IBU DI KABUPATEN KENDAL

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Novia Waskita Rany

Nim: 30701501712

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
pada tanggal 12 Agustus 2022

Dewan Penguji

1. Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi, Psikolog
2. Diany Ufieta Syafitri, S.Psi, M.Psi, Psikolog
3. Erni Agustina Setiowati, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Tanda Tangan

Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 13 September 2022

Mengetahui



Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si
NIK. 210799001

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya, Novia Waskita Rany dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kersajanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pertanyaan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, 12 September 2022

Yang menyatakan



A28AJX946863405

Novia Waskita Rany



MOTTO

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum, kecuali kaum itu sendiri yang mengubah apa-apa yang pada diri mereka” (QS.Ar-Ra’d: 11)

“To Make An Income While Making An Impact.”



PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Robbil 'Alamiin

Penelitian ini tercapai sebagai salah satu wujud syukur kepada Allah SWT serta
kecintaan kepada Nabi Muhammad SAW.

Saya persembahkan juga skripsi ini untuk:

1. Almh. Mama, Papa dan kakak yang senantiasa memberikan cinta-kasih sayang dan dukungan terbaik yang tiada henti baik dukungan secara moril maupun materiil.
2. Orang-orang terkasih yang selalu memberikan perhatian dan motivasi untuk terus berjuang sampai akhir, serta menjadi tempat diskusi mengenai segala hal.
3. Teman-teman karibku yang selalu menemani lika-liku dunia perkuliahan dari awal menjadi mahasiswi baru hingga saat ini.
4. Teman-teman seperjuangan skripsi angkatan 2015 Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang selalu saling membantu dan memberikan semangat satu sama lain.
5. Dan almamaterku tercinta, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, tempat peneliti menempuh studi dan menimba ilmu pengetahuan, semoga menjadi perguruan tinggi yang lebih baik kedepannya.

KATA PENGANTAR



Dengan menyebut nama Allah yang maha pengasih lagi maha penyayang, puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan berkah, rahmat dan hidayah-Nya kepada peneliti serta yang telah memberikan kelancaran dan kemudahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Gambaran Resiliensi Pada Remaja Putri Pasca Kematian Ibu di Kota Kendal” ini dapat terselesaikan dengan baik dan disusun sedemikian rupa untuk memenuhi syarat derajat S1-Sarjana Psikologi.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini mempunyai banyak kekurangan, maka dari itu peneliti menerima masukan dan arahan yang bersifat membangun untuk menciptakan karya yang lebih baik serta mampu diterapkan ke dalam masyarakat. Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan penelitian ini tidak lepas dari arahan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Akan tetapi tentu tidak mungkin peneliti sebutkan satu persatu. Peneliti ucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini, secara khusus peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Ibu Erni Agustina S, S.Psi., M.Psi selaku Dosen Pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu untuk membimbing peneliti dengan baik dan sabar, memberikan arahan serta motivasi dalam proses penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Titin Suprihatin, S.Psi., M.Psi selaku Dosen Wali yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada peneliti selama peneliti menjadi mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah berbagi ilmu dan pengalaman kepada peneliti.

5. Seluruh staf dan karyawan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang memberikan bantuan dalam mengakses fasilitas.
6. Papa dan Kak Orin yang tiada henti memberikan dukungan, arahan dan bantuan kepada peneliti selama ini. Semoga Papa dan Kak Orin selalu diberikan kesehatan dan umur yang panjang oleh Allah SWT.
7. Almh. Mama yang telah menjadi penyemangat dan menjadi alasan skripsi ini dibuat. Semoga Almh. Mama tenang disana, diberikan kedamaian di alam kubur sana.
8. Segenap keluarga yang memberikan dukungan, arahan dan bantuan kepada peneliti selama ini. Secara khusus peneliti ucapkan terimakasih kepada Ma'Nova, Kak Yafet, Kak Sael dan seluruh keluarga di Manado.
9. Teman-teman seperjuangan angkatan 2015 Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan dukungan kepada peneliti.
10. Qonita, Jei, Kak Richie, Koko Devan, Kak Vin dan Abang Jarod yang telah memberikan arahan dan pengalaman yang bermanfaat kepada peneliti selama ini.
11. Deananda Octa Naura, Nabilla Andasari Putri, Novia Yana, Rizkia dan Elziya yang telah memberikan dukungan serta membantu peneliti selama ini khususnya saat proses penyusunan skripsi.
12. Lukman, Kak Rusel, Kael, Harsa dan Kenzie yang telah memberikan dukungan dan selalu mengingatkan peneliti untuk segera menyelesaikan skripsi.
13. Kak Kie yang telah memberikan dukungan emosional, menemani bahkan mengingatkan peneliti untuk terus semangat menyelesaikan skripsi.
14. Terkhususkan MEP dan SVV yang telah meluangkan waktu dan membantu peneliti dalam proses penyelesaian penelitian ini, semoga diberikan kesehatan, kemudahan dan kelancaran dalam segala hal yang dilakukan.
15. Kepada pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih atas dukungannya baik secara langsung maupun tidak langsung kepada peneliti
16. Tidak lupa, terimakasih kepada diri sendiri yang sudah mau berjuang dan selalu berusaha menjadi versi diri terbaik setiap hari.

Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran dari berbagai pihak untuk menyempurnakan karya ini sangat peneliti butuhkan sebagai masukan yang berharga. Akhir kata, peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat baik untuk peneliti sendiri maupun pihak-pihak yang berkepentingan. Dan semoga Allah SWT membalas semua kebaikan pihak-pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini. Aamiin.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.



Semarang,

2022

Novia Waskita Rany

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
BAB II TELAAH KEPUSTAKAAN.....	10
A. Resiliensi.....	10
1. Pengertian	10
2. Sumber-Sumber Resiliensi.....	11
3. Aspek-Aspek Resiliensi	16
4. Fungsi Resiliensi.....	23
5. Karakteristik Orang Yang Resiliensi	26
B. Remaja	28
1. Pengertian	28
2. Tugas-Tugas Perkembangan Sosial dan Emosi Masa Remaja.....	31
3. Kelekatan Remaja dan Ibu	33

4. Faktor Kelekatan (<i>Attachment</i>)	35
C. Kematian	37
1. Pengertian	37
2. Kematian Orangtua	39
3. Perilaku dan Perasaan Individu sebagai Penanggulangan Duka Cita	41
4. Gambaran Resilien Pada Remaja Pasca Kematian Ibu	44
5. Karakteristik Lokasi	47
6. Pertanyaan Penelitian	49
BAB III METODE PENELITIAN	53
A. Rancangan Penelitian	53
B. Fokus Penelitian	56
C. Operasionalisasi	57
D. Subjek Penelitian	58
E. Metode Pengambilan Data	59
F. Kriteria Keabsahan Data	70
G. Teknik Analisis Data	71
H. Refleksi Peneliti	72
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	72
A. Orientasi Kancan Penelitian	72
B. Gambaran Lingkup Penelitian	73
C. Hasil Pengambilan Data	74
D. Tema-Tema Pokok	102
E. Unit Makna dan Deskripsi	102
F. Analisis dan Pembahasan	113
1. Analisis dan Pembahasan Subjek 1 (MEP)	113
2. Analisis dan Pembahasan Subjek 2 (SVV)	120
G. Keabsahan Data	127
1. Transferabilitas	127
2. Konfirmabilitas	127
H. Kelemahan Penelitian	128

BAB V PENUTUP.....	130
A. Kesimpulan	130
B. Saran	131
DAFTAR PUSTAKA.....	132
LAMPIRAN.....	136



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Panduan Observasi.....	61
Tabel 3. 2 Pedoman Wawancara Untuk Subjek.....	63
Tabel 3.3 Identitas Subjek	74
Tabel 4. 1 Gambaran Resiliensi Subjek Penelitian	88
Tabel 4. 2 Unit Makna Dan Deskripsi	102



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Bagan Perilaku dan Perasaan Subjek 1 (MEP)	80
Gambar 4. 2 Bagan Perilaku dan Perasaan Subjek 2 (SVV).....	87



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Panduan Wawancara.....	137
Lampiran B. Verbatim Subjek	143
Lampiran C. Horisonalisasi	177
Lampiran D. Dokumentasi.....	237
Lampiran E. Lembar Pernyataan Kesiadaan Mengikuti Penelitian	242



GAMBARAN RESILIENSI PADA REMAJA PUTRI PASCA KEMATIAN IBU DI KABUPATEN KENDAL

Novia Waskita Rany

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email: noviarany365@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran kepada khalayak luas tentang resiliensi pada remaja putri pasca kematian ibu. Penelitian ini mengungkapkan proses seorang remaja yang harus kehilangan ibu karena kematian berusaha untuk bangkit kembali dari keterpurukan. Hal itu akan diungkap melalui beberapa aspek dalam resiliensi. Subjek penelitian berjumlah 2 orang yang berusia 23 tahun dan 16 tahun. Subjek terdiri dari 2 anak perempuan yang mengalami kehilangan ibu akan kematian pada usia remaja, di Kabupaten Kendal. Untuk mendapatkan data yang diperlukan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode analisis yang digunakan yaitu meng-coding data dan interpretasi data. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedua subjek merupakan individu yang dapat dikatakan memiliki kemampuan resiliensi dengan faktor-faktor yang membantu proses resiliensi masing-masing subjek yaitu faktor *I have* (Sumber Dukungan Eksternal), *I am* (Kemampuan Individu) dan *I can* (Kemampuan Sosial). Beberapa faktor lain yang muncul pada kedua subjek yaitu *emotion regulation*, *impulse control*, *casual analysis*, *emphaty*, *self-efficacy* dan *reaching out*. Kedua subjek memunculkan karakteristik individu yang beresiliensi pada diri subjek yaitu *insight*, hubungan, inisiatif, kreativitas dan moralitas.

Kata Kunci: resiliensi, remaja putri, kematian ibu

THE DESCRIPTION OF RESILIENCE IN TEENAGE GIRLS POST MOTHER'S DEATH IN KENDAL DISTRICT

Novia Waskita Rany

Faculty of Psychology

Sultan Agung Islamic University

Email: noviarany365@gmail.com

Abstract

This research aims to provide an overview about resilience on teenage girls after losing their mother due to death to public. This research revealed the process of bouncing back from adversity on teenager that lose his mother due to death. It will be revealed through several aspects of resilience. The subject in this research consists of two people, aged 23 and 16 years old. And the subjects also are two teenage girls who experienced the loss of their mother due to death during their adolescent years in Kendal Regency. To collect the necessary data in this research, researcher used a qualitative research type with a case method approach. Data coding and data interpretation was used as an analysis method in this research. Based on the results, it can explain that both subjects individually have resilience abilities with many factors that helped each of the subjects went through the resilience process, such as I have (External Sources of Support), I am (Personal Ability), and I can (Social Ability) factor. Other factors that appear on both subjects are emotion regulation, impulse control, casual analysis, emphaty, self-efficacy, and reaching out. Both subjects develop personal resilience characteristics on themselves, such as insight, relationship, initiative, creativity, and morality.

Keywords : mother's death, teenage girl, resilience.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Orang tua memainkan peran yang sangat penting dalam hubungan keluarga. Menurut Gunarsa, tumbuh kembang anak sangat membutuhkan perhatian dari orang-orang di sekitar kehidupan anak, terutama dari orang tua sendiri yakni ayah dan ibu. Padahal, yang sering berperan sebagai orang tua adalah ibu. Peran dan fungsi seorang ibu dalam kehidupan seorang anak sangatlah besar. Secara umum, anak akan merasa lebih bahagia, lebih bebas, dan lebih berpikiran terbuka ketika bertanya sesuatu jika bersama dengan ibunya (Gunarsa, 2004). Hal ini dikarenakan anak biasanya menganggap ibu mereka sebagai seseorang yang melakukan sesuatu untuknya, memenuhi kebutuhan fisiknya, dan memberikan kasih sayang dan perhatian kepada dirinya.

Papalia dan Olds (dalam Jahja, 2011) menjelaskan bahwa masa remaja adalah masa diantara masa anak-anak dan masa dewasa. Keduanya juga berpendapat bahwa masa remaja biasanya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada akhir remaja atau awal 20-an. Pada masa ini setidaknya individu mengalami perubahan, diantaranya mengalami perubahan biologis, emosional dan psikologis. Hurlock (2011) menyatakan masa remaja merupakan tahap penting dalam pembentukan kepribadian individu.

Bowlby mengatakan dalam laporannya kepada *WHO (World Health Organization)* pada tahun 1951 bahwa sosok seorang ibu dianggap cukup sentral bagi anak-anak. Selain itu dalam keluarga, seringkali yang dipresepsikan anak-anak sebagai tokoh keluarga adalah seorang ibu (Monks, Knoers, & Haditono, 2014). Keluarga merupakan tempat terpenting bagi pembentukan sosial dan emosional remaja, terutama remaja yang memasuki

masa perubahan atau transisi (Gunarsa, 2004). Peran seorang ibu di masa remaja memiliki peran dan tanggung jawab untuk menjaga anaknya “pada jalur yang benar”, sehingga ibu menekankan pentingnya menempatkan anaknya pada lingkungan yang tepat dan ketika remaja gagal dalam kehidupan sosial. Jika lingkungan tidak mendukung atau ada masalah perkembangan, masalahnya ada pada ibu (Liliana 2009).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada tanggal 04/10/2021, berikut petikan pernyataan dari wawancara subjek ke-1 berkaitan dengan sosok ibu yang sangat penting dalam sebuah keluarga.

“Ibu saya itu, bagi saya itu.. mch.. apa ya mch.. dia itu panutan buat saya. Karena, dia itu orangnya tuh pekerja keras. Dulu juga.. ibu saya itu bekerja. Sedangkan, ayah saya itu kan.. ya bekerja tapi tuh tidak... gajinya itu kurang gitu loh. Jadi lebih banyakan ibu saya. Jadi.. yang lebih berperan itu tuh ibu saya. Itu menurut saya. Ibu saya tuh.. orangnya tuh dia tuh penyayang. Mengasihi saya. Apapun yang saya mau tuh selalu.. apa ya.. menuruti gitu. Jadi dia sosok yang paling.. berharga buat sayalah.”

Hasil wawancara pada kutipan di atas juga didukung oleh keyakinan yang bersumber dari subjek ke-2. Berikut petikan wawancara terhadap subjek ke-2 berkaitan dengan sosok ibu yang sangat sentral dalam sebuah keluarga walau situasi dan kondisi ibunya sedikit berbeda dengan ibu dari subjek ke-1.

“Ibu itu, menurut saya.. adalah sosok yang paling penting ya dalam kehidupan saya. Karena sedari kecil kalo ada masalah apa-apa, lari ke ibu. Walaupun fisik dia ada yang kurang, tidak bisa berjalan normal dikarenakan penyakit strokenya. Akan tetapi kalo e.. anaknya ada masalah.. bisa lari ke ibu. Cerita ke ibu. Ibu itu sangat mengayomi banget. Dan menjadi.. tempat curhat terbaik yang pernah saya punya.”

Berdasarkan pada kutipan di atas dari hasil wawancara dapat dijabarkan bahwa remaja putri menganggap ibu sebagai sosok yang penting dan berharga dalam sebuah keluarga. Hal tersebut dikarenakan remaja putri merasa jika ibu adalah sosok yang penyayang, sosok yang mengasihi dimana apapun yang remaja putri inginkan selalu dituruti oleh ibu, ibu merupakan tempat curhat

terbaik bagi remaja putri dan ibu merupakan sosok yang mengayomi bagi remaja putri.

Remaja putri biasanya mempunyai hubungan yang lekat dengan sosok ibu (Kalesaran, 2016). Hal ini dikarenakan figur ibu menjadi figur penting pada masa perkembangan remaja (Kalesaran, 2016). Peran ibu juga lebih dominan dibandingkan dengan peran ayah yang memiliki tanggung jawab sebagai orang tua (Kalesaran, 2016). Hubungan remaja putri dengan ibunya dapat dijelaskan melalui tiga aspek yang dikemukakan oleh Baradja (2005) yaitu yang pertama adalah kepuasan anak dan remaja dengan pemberian sebuah objek kelekatan, dan yang kedua adalah adanya reaksi atau respon terhadap perilaku-perilaku tersebut sebagai ekspresi perhatian, dan yang ketiga adalah intensitas sering bertemu dengan anak, maka anak akan menimbulkan kelekatan.

Hal ini didukung dengan pernyataan dari subjek ke-1. Berikut petikan wawancara terhadap subjek ke-1 berkaitan dengan peran ibu dalam sebuah keluarga.

“Perannya ya sangat penting sekali ya. Karena dia kan juga.. ya seperti apa ya.. tulang punggung keluarga, walaupun bapak saya bekerja tapi kan.. mungkin bapak saya tuh gajinya kan tidak tetap ya.. karena ibu saya pegawai negeri jadi tuh setiap bulannya ada.. gajinya, jadinya lebih besaran gaji ibu saya gitu. Jadi ya peran ibu saya tuh lebih penting sekali.. untuk keluarga saya.”

Hasil wawancara pada kutipan di atas juga didukung oleh keyakinan yang bersumber dari subjek ke-2. Berikut petikan wawancara terhadap subjek ke-2 berkaitan peran ibu dalam sebuah keluarga walau situasi dan kondisi ibunya sedikit berbeda dengan ibu dari subjek ke-1.

“Peran ibu di keluarga.. Sebagai layaknya ibu pada biasanya ya. Ia mengatur semua keperluan keluarga walaupun fisik ada keterbatasan. Beliau mampu mengatur dan melayani keluarga, dibantu dengan saya.”

Berdasarkan pada kutipan di atas dari hasil wawancara dapat dijabarkan bahwa remaja putri menganggap ibu memiliki peran yang penting di dalam keluarga. Hal tersebut dikarenakan ibu memiliki peran mengatur segala keperluan rumah tangga, terlebih untuk menunjang perekonomian keluarga.

Sebuah studi atau penelitian tahun 2011 oleh Madnawidjaya terhadap tiga remaja berusia antara 11 dan 21 tahun mengenai "Gambaran Penghayatan Remaja Putri Atas Hubungan Dengan Orangtua dan Teman Sebaya Terhadap Pembentukan Identitas Diri" memperoleh hasil, yaitu Hubungan ibu yang dekat memungkinkan seorang remaja putri untuk membentuk pertemanan yang sangat dekat dan seimbang dalam artian ini seorang ibu dapat dijadikan teman berbagi. Dukungan ibu membuat eksplorasinya lebih nyaman dan bebas. Hubungan orang tua yang sangat dekat terutama ibunya membuat remaja putri lebih nyaman berteman dan mengurangi tekanan ketika dia tidak dapat beradaptasi dengan cepat dengan situasi baru (Liliana 2009). Kehadiran orang tua khususnya ibu sangat penting bagi perkembangan mental anak. Ketika seorang anak kehilangan peran dan fungsi ibu, maka anak kehilangan pembinaan, bimbingan, kasih sayang, dan minat dalam tumbuh kembangnya. Anak-anak mengalami beberapa dampak dalam proses perkembangan mereka. Hal ini mungkin disebabkan karena anak kehilangan ibu secara fisik (*loss*) dan juga bisa disebabkan karena tidak adanya (*lack*) oleh peran ibu yang sebenarnya dalam hal ini sangat amat penting dalam proses identifikasi dan imitasi anak terhadap ibunya (Amalia, 2011).

Kematian seorang ibu menyebabkan kehilangan ibu secara fisik. Turner & Helms (dalam Nurhidayati & Lisy Chairani 2014) berpendapat ketika seseorang meninggal, peristiwa kematian tidak hanya mempengaruhi orang itu sendiri tetapi juga orang lain, yaitu keluarga yang ditinggalkan, dan kematian dapat membawa penderitaan bagi orang-orang yang mencintainya. Santrock (2012) menjelaskan bahwa kematian orang yang dicintai adalah suatu

kehilangan yang sangat besar mempengaruhi individu. Menurut Hurlock (2013), pada masa awal hidup anak, anak kehilangan ibu jauh lebih merusak daripada kehilangan ayah. Penelitian yang dilakukan oleh Astuti dan Gusniarti pada tahun (Astuti; Gusniarti, 2009) mengenai dampak atau pengaruh kematian ibu bagi remaja putri terhadap keadaan psikologis remaja putri, hasil penelitian menunjukkan bahwa peran ibu yang sangat besar dalam keluarga dapat menimbulkan kecemasan pada individu (remaja putri). ketika ibunya meninggal. Seorang remaja putri mengalami ketidakmampuan untuk memecahkan masalah yang dialaminya. Remaja putri selalu datang kepada ibu mereka ketika mereka memiliki masalah, dan ibu bertindak sebagai mediator ketika masalah keluarga muncul. Menurut penelitian ini, responden (remaja putri) mengalami penurunan nilai sekolah yang tajam, dan responden (remaja putri) kehilangan ibu yang selalu mendukung dan menasehati mereka.

Hal ini didukung dengan pernyataan dari subjek ke-1. Berikut petikan wawancara terhadap subjek ke-1 berkaitan dengan perubahan yang dirasakan setelah peristiwa kematian ibu.

“Jadi kan.. dulu saya sering ceritanya sama ibu. Ceritanya sama ibu. Kalo misalnya pulang kerja gitu sering.. ya bertukar pikiran gitu kan. Kalo sekarang kan udah gak ada ibu. Jadi saya juga jarang.. cerita sama bapak atau jarang ngobrol juga sama bapak tuh.. Jadi.. kayak canggung gitu.”

Hasil wawancara pada kutipan di atas juga didukung oleh keyakinan yang bersumber dari subjek ke-2. Berikut petikan wawancara terhadap subjek ke-2 berkaitan dengan perubahan yang dirasakan setelah peristiwa kematian ibu.

“E.. keadaan yang dulunya hanya bertiga, sekarang hanya berdua. Jadi agak canggung untuk berbicara dari ke hati.. kepada orangtua (ayah) karena biasanya saya kalau curhat apa-apa masalahnya langsung ke ibu. Itu aja.”

Berdasarkan pada kutipan di atas dari hasil wawancara dapat dijabarkan bahwa remaja putri merasakan perubahan setelah peristiwa kematian ibu. Karena selama ini, remaja putri cenderung bertukar pikiran dan berkeluh kesah dengan ibu ketimbang dengan ayah. Canggung dan faktor tidak begitu dekat dengan ayah membuat remaja putri, enggan untuk berbicara dari hati ke hati dengan ayah.

Holmes & Rahe (dalam Yuliawati, Setiawan, & Mulya, 2007) menjelaskan bahwa ketiadaan orang tua karena kematian adalah perubahan hidup menyebabkan stress sehingga individu harus merespons dalam melakukan penyesuaian diri pada keadaan tersebut. Kehilangan peran seorang ibu dalam kematian dapat mengubah kehidupan seorang remaja putri. Kematian ibu memiliki dampak besar pada remaja putri. Akhirnya, remaja putri melakukan penyesuaian untuk menghadapi kehidupan baru dan pemulihan, di mana dia membutuhkan kemampuan untuk beresiliensi setelah kematian ibunya.

Resiliensi menurut Reivich & Shatte (2002) merupakan kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi ketika menghadapi peristiwa atau masalah berat dalam hidup. Setyoso (2013) juga berpendapat jika resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit dari keterpurukan dan bangun dari kejatuhan. Bobey pada tahun 1999 berpendapat mengenai kapasitas resiliensi setiap individu. Artinya kita semua dilahirkan dengan kemampuan untuk menanggung penderitaan, kekecewaan, atau tantangan. Resiliensi dapat memanifestasikan dirinya dengan jelas ketika seseorang menghadapi banyak tantangan dan masalah dalam hidup. Kemudian menjadi semakin jelas apakah seseorang dapat mengembangkan kualitas resiliensi dalam dirinya. Orang yang disebut resiliensi merupakan mereka yang mampu berdiri dan mengatasi rasa sakit, serta memperbaiki kekecewaan yang dihadapinya (Pulungan dan Tarmidi, 2012). Menurut Desmita (2017) resiliensi sendiri dianggap sangat diperlukan khususnya bagi remaja. Hal ini karena resiliensi dianggap sebagai

sebuah kekuatan fundamental yang dapat melandasi semua kepribadian positif dan juga membangun kekuatan emosional kemudian psikologis.

Hal ini didukung dengan pernyataan dari subjek ke-1. Berikut petikan wawancara terhadap subjek ke-1 berkaitan dengan keinginan untuk bangkit kembali setelah peristiwa kematian ibu subjek pada tahun 2013.

“Kalau keinginan bangkit ya pasti ada. Karena kan saya juga.. pasti.. saya kan punya cita-cita ya. Saya punya cita-cita. Seenggaknya ya bekerja mapanlah. Maksudnya tuh.. punya gaji tetap gitu loh. Jadi ya.. kalo, keinginan bangkit pasti ada. Jadi saya ya.. sekarang kan saya masih kuliah, kuliah juga belum selesai jadi saya.. sebisa mungkin harus menyelesaikannya. Biar saya tuh bisa kerja, yang mapan trus dapat gaji tetap gitu.”

Hasil wawancara pada kutipan di atas juga didukung oleh keyakinan yang bersumber dari subjek ke-2. Berikut petikan wawancara terhadap subjek ke-2 berkaitan dengan keinginan untuk bangkit kembali setelah peristiwa kematian ibu subjek pada tahun 2020.

“Karena saya harus melanjutkan tugas bakti saya kepada ibu walaupun ibu sudah meninggal. Saya akan membalasnya.. dengan apa ya.. biasanya saya bersedekah atas nama ibu.. Saya bersedekah ke masjid atas nama ibu gitu. Saya meneruskan dengan itulah. Saya bangkit tuh dengan membalas semua jasa-jasa ibu tuh.. melalui amal ibadah yang dikirimkan melalui saya gitu, sebagai anak sholeh.”

Berdasarkan pada kutipan di atas dari hasil wawancara dapat dijabarkan bahwa remaja putri memiliki keinginan untuk bangkit kembali setelah peristiwa kematian ibu. Karena remaja putri memiliki keinginan untuk melanjutkan hidup, melanjutkan cita-cita dan melanjutkan tugas bakti kepada ibu walaupun ibu sudah meninggal.

Penelitian sebelumnya berkaitan dengan resiliensi yang dilakukan oleh Tirza Kalesaran pada tahun (Kalesaran, 2016) terhadap 2 remaja putri berusia 13 sampai 18 tahun mengenai "Gambaran Resiliensi Remaja Putri Pasca Kematian Ibu" memperoleh hasil yang menunjukkan bahwa kelekatan diantara seorang remaja putri dan ibunya memiliki dampak besar pada seorang

remaja putri setelah kematian ibunya. Remaja putri mengalami kebingungan, kehilangan dan kesepian, rasa bersalah, dan perasaan tidak pasti. Kedua, kita dapat dikatakan bahwa subjek penelitian ini adalah orang-orang yang resilien dalam dirinya sendiri. Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah faktor-faktor yang dapat mempengaruhi proses resiliensi, dimana dalam penelitian ini peneliti berfokus menggunakan sumber-sumber resiliensi berupa faktor *I Have* (Sumber Dukungan Eksternal), *I Am* (Kemampuan Individu) dan *I Can* (Kemampuan Sosial) sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan faktor *I Have*, *I Am* dan *I Can* juga faktor lain yang membantu resiliensi yaitu *emotion regulation*, *impulse control*, *optimism*, *casual analysis*, *emphaty*, *self-efficacy* serta *reaching out* juga munculnya aspek religiusitas.

B. Perumusan Masalah

Individu memiliki persepsi berbeda-beda ketika mereka mengalami suatu pengalaman dan peristiwa. Hal yang sama berlaku untuk remaja putri yang kehilangan ibu mereka karena meninggal dunia. Setiap remaja putri mengalami pengalaman berbeda-beda atas peristiwa kematian ibunya. Persepsi ini diyakini mempengaruhi kemampuan resiliensi remaja putri setelah kematian ibu mereka.

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

- a. Bagaimana gambaran resiliensi remaja putri pasca kematian ibu?
- b. Faktor apa saja yang berkontribusi terhadap resiliensi remaja putri pasca kematian ibu?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah menggambarkan secara deskriptif kemampuan resiliensi remaja putri pasca kematian ibu dan melihat bagaimana proses resiliensi pasca kehilangan sosok ibu pada usia remajanya melalui analisa persepsi atas pengalaman yang dialami sendiri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan memperkaya pengetahuan di bidang psikologi umum, psikologi sosial, dan khususnya sebagai acuan resiliensi remaja putri pasca kematian ibu.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Peneliti

Manfaat penelitian ini bagi peneliti yakni dapat menambah wawasan pengetahuan tentang resiliensi remaja putri pasca kematian ibu.

b. Manfaat Bagi Subjek

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi remaja putri yang mengalami peristiwa kematian ibu dan diharapkan dapat membantu remaja putri yang kehilangan sosok ibu karena kematian dalam menghadapi permasalahannya.

c. Manfaat Bagi Masyarakat

Manfaat penelitian ini bagi masyarakat adalah untuk mengetahui bagaimana membangun atau melakukan resiliensi seandainya mengalami peristiwa menyedihkan sehingga di masa depan tidak terjadi masalah.

BAB II

TELAAH KEPUSTAKAAN

A. Resiliensi

1. Pengertian

Secara etimologis, resiliensi berasal dari bahasa Inggris, *resilience* atau resiliensi yang berarti kemampuan untuk kembali ke bentuk semula (Noya, 2021). Reivich & Shatte (2002) berpendapat bahwa resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi ketika menghadapi peristiwa atau masalah kehidupan yang serius. Di sisi lain, konsep resiliensi psikologis dapat didefinisikan sebagai kemampuan beradaptasi yang fleksibel terhadap perubahan tuntutan situasional dan kemampuan untuk pulih dari pengalaman emosional negatif (Tugade, Fredrickson, & Barrett, 2004).

Pada dasarnya, resiliensi mengacu pada adaptasi positif, kemampuan individu untuk mempertahankan atau memulihkan kesehatan mental meskipun menghadapi kesulitan (Herrman et al., 2011). Dalam perkembangan manusia, resiliensi memiliki banyak implikasi, termasuk pemulihan dari pengalaman traumatis, mengatasi keberhasilan dan kegagalan hidup, dan mengelola stres agar berfungsi dengan baik dalam tugas-tugas kehidupan. Pada dasarnya, resiliensi mengacu pada pola adaptasi atau perkembangan positif yang muncul dalam menghadapi pengalaman yang merugikan (Masten, Ann S. and Gewirtz 2006).

Para ahli menganggap resiliensi sebagai kemampuan untuk pulih dari situasi atau peristiwa traumatis. Resiliensi pada individu telah didefinisikan oleh Grotberg (2003) sebagai berikut, "Resiliensi merupakan kemampuan orang untuk mengatasi, mengatasi, dan bahkan mungkin berubah, dengan pengalaman kesulitan." Menurut cara lain, resiliensi adalah kemampuan untuk bangkit kembali dan maju setelah stres yang serius, ancaman atau trauma

dalam kehidupan. Siebert (2005) menjelaskan dalam bukunya *The Resiliency Advantage* bahwa resiliensi berarti kemampuan untuk pulih kembali dari perkembangan kehidupan yang pada mulanya mungkin terasa membebani. Ketika individu yang resilien mengalami kesulitan dalam kehidupan, individu tersebut menangani perasaannya dengan cara yang sehat. Individu tersebut membiarkan diri mereka merasakan kemarahan, kehilangan, kesedihan, serta kebingungan ketika terluka dan tertekan, namun tidak membiarkan hal-hal tersebut menjadi keadaan perasaan yang dianggap permanen. Hasil yang tak terduga adalah bahwa individu tidak hanya sembuh, sering kali individu yang bangkit kembali lebih kuat daripada sebelumnya.

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu yang fleksibel untuk dapat beradaptasi dan pulih kembali dari pengalaman traumatis, mengatasi kegagalan untuk berhasil dalam hidup, menjadi kuat atas kesulitan yang tengah dialami dan mampu merubah cara hidup saat cara lama dirasa tidak sesuai dengan kondisi yang ada.

2. Sumber-Sumber Resiliensi

Sumber resiliensi menurut Grotberg (2003) ada tiga, antara lain berupa *I have*, *I am* dan *I can*.

a. *I Have* (Sumber Dukungan Eksternal)

I have merupakan suatu dukungan yang bersumber dari lingkungan di sekitar individu. Dukungan yang dimaksud berupa hubungan baik dengan keluarga, lingkungan sekolah yang menyenangkan, atau masyarakat. Dengan *I have* memungkinkan individu untuk mempertahankan hubungan saling percaya yang baik dengan siapa pun. Emosi *I have* yang dirasakan biasanya datang dari orang tua, keluarga, dan orang-orang yang dekat dengan individu. Ketika seorang individu

merasa diterima di lingkungannya, perasaan *I have* akan dimiliki oleh individu tersebut.

Individu yang resilien cenderung memiliki struktur atau aturan dalam keluarganya. Hal ini biasanya diterapkan oleh orang tua, agar anak dapat dimintai pertanggungjawaban atas perbuatannya. Dengan demikian, individu dapat memiliki pedoman untuk bertindak, dan ada yang berbicara tentang kesalahannya untuk mengetahui akibat dari kesalahannya. Individu yang resilien didukung untuk membuat keputusan atas keinginan mereka sendiri dan tidak bergantung pada orang lain. Dukungan orang tua, keluarga, dan lingkungan sekitar individu membangun kepercayaan diri, memungkinkan penerimaan diri, dan menjadikan individu lebih resilien terhadap situasi yang dihadapi.

b. *I Am* (Kemampuan Individu)

Kekuatan yang ada pada diri individu berupa emosi, tindakan, dan kepercayaan diri. Individu yang ulet akan selalu berusaha tampil menarik agar bisa dicintai dan dicintai oleh orang lain. Individu yang resilien peka terhadap perasaan orang lain dan cenderung memahami apa yang orang lain harapkan dari mereka. Individu yang resilien umumnya memiliki tingkat pertimbangan dan empati yang tinggi terhadap orang lain. Individu dapat merasakan dan merawat rasa sakit atau kesulitan orang lain dan selalu berusaha membantu orang lain dengan kesulitan mereka.

Individu yang resilien akan merasa bangga dengan dirinya sendiri dan merasa puas dengan apa yang telah dan telah diraihinya. Individu dapat mengatasi masalah atau kesulitan yang dihadapinya karena rasa percaya diri, rasa percaya diri, dan harga diri yang tinggi terhadap kemampuannya. Hal ini dikarenakan individu yang resilien cenderung percaya pada kemampuannya, memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi terhadap pekerjaannya, dan mampu menerima konsekuensi yang akan

dihadapinya. Merupakan sifat dari individu yang resilien untuk selalu berpikir positif tentang masa depan.

c. *I Can* (Kemampuan Sosial)

I can adalah kemampuan individu untuk membangun hubungan sosial dengan orang lain. Kemampuan ini muncul dari interaksi individu dengan lingkungan sosialnya. Dengan kemampuan ini, individu cenderung berkomunikasi dengan lebih baik dan memecahkan masalah dengan lebih baik. Individu mampu mengungkapkan pikiran dan perasaannya dengan cara yang tepat dan benar. Individu yang resilien mampu mengendalikan emosi dan pikiran yang dirasakannya sehingga dapat mengekspresikan atau mengekspresikannya secara tepat dan akurat tanpa merugikan orang lain. Individu yang resilien dapat memahami kepribadiannya sendiri dan orang lain, sehingga lebih mudah untuk berkomunikasi dengan orang lain. Ia juga dapat membangun hubungan sosial yang baik dengan orang lain.

Sedangkan Henderson dan Milstein (dalam Fransisca, Dewi & Vonny, 2004) membagi resiliensi ke dalam tiga sumber atau komponen. Ketiganya ini dapat dikatakan saling melengkapi dalam meningkatkan resiliensi diri individu, yakni sebagai berikut:

a. *I Have*

I Have merupakan suatu sumber yang berasal dari dukungan eksternal dalam hal ini untuk membangun perasaan aman. Dukungan ini di dalamnya meliputi:

1. Individu mempunyai hubungan yang dipercaya (*Trusting relationship*), contoh: anggota keluarga, suami, dan teman-teman yang mencintai individu tersebut.

2. Struktur dan aturan di rumah (*Structure and rules at home*), contoh: Sebagai orangtua yang ada di rumah memiliki aturan yang jelas.
3. Model peran (*Role models*), contoh: Model yang berasal dari orangtua, lingkungan, dan teman.
4. Dorongan untuk mengatur kehidupannya sendiri (*Encouragement to be autonomous*), contoh: Pengalaman belajar yang diberikan oleh ajaran orangtua mengenai individu harus melakukan berbagai macam sesuatu dengan kemampuannya.
5. Hubungan dengan Pelayanan Kesehatan, Pendidikan, Kesejahteraan dan Keamanan (*Access to health, education, welfare and security services*), contoh: Individu dapat dengan mudah memperoleh berbagai jenis fasilitas kesehatan yang diinginkannya.

b. *I Am*

I Am merupakan sumber yang di dalamnya terdapat kekuatan dari diri individu yang berkaitan dengan integritas pribadi dan konsep diri. Kekuatan ini meliputi:

1. Perasaan dicintai (*Lovable*), contoh: Dalam keadaan ini, orang merasa dicintai oleh sesama manusia.
2. Memiliki rasa empati, mencintai, dan altruistik (*Emphatic, Loving, and altruistic*), contoh: Kondisi ini menyebabkan orang-orang mencintai orang-orang di sekitarnya dengan cara yang berbeda-beda.
3. Bangga dengan diri sendiri (*Proud of my self*), contoh: Individu bangga dengan apa yang mereka lakukan dan merasa bahwa mereka penting.
4. Mengatur dan bertanggung jawab terhadap kehidupannya sendiri (*Autonomous and responsible*), contoh: Individu dapat melakukan apa saja sesuai dengan kemampuannya dan menerima segala konsekuensinya.

5. Adanya kepercayaan, harapan, perjuangan dan (*Trust, filled with hope, and faith*), contoh: Keadaan di mana seorang individu benar-benar percaya ada harapan.

c. *I Can*

I Can merupakan sumber yang memang berhubungan dengan kapabilitas, kemampuan dan *self efficacy* (kemampuan interpersonal dan sosial individu), yang meliputi:

1. Kemampuan komunikasi (*Communicate*), contoh: Individu dapat mengungkapkan perasaan stres dan kecemasannya kepada orang lain.
2. Mengatasi masalah (*Problem solving*), contoh: Dalam hal ini individu dapat mengatasi masalah di rumah sakit yang berhubungan dengan anak sakit.
3. Mengatur perasaan dan dorongan dalam dirinya (*Manage my feelings and impulses*), contoh: Dalam hal ini, individu dapat mengatur emosinya.
4. Mencari hubungan yang dapat dipercaya (*Trusting relationship*), contoh: Dalam hal ini, orang tersebut mencari orang lain, seperti suami, teman, atau anggota keluarga, untuk berbagi perasaan atau meminta bantuan.

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa sumber-sumber resiliensi dalam individu ada 3 sumber, yakni *I have*, *I am* dan *I can*. '*I have*', yaitu mendapat dukungan dari sekeliling individu sehingga individu memiliki hubungan yang dapat dipercaya dengan siapapun, mempunyai aturan rumah yang jelas, memiliki *role model*, mendapatkan dorongan untuk mandiri dan fasilitas hidup lainnya. '*I am*', yaitu selalu berusaha terlihat menarik agar disukai dan dicintai, mempunyai rasa percaya diri dan harga diri yang tinggi, memiliki perasaan dicintai juga memiliki empati, percaya terhadap

kemampuan yang dimiliki, selalu berpikir positif akan masa depan, mempunyai tanggung jawab yang tinggi dan harapan akan hidupnya. 'I can', yaitu mampu untuk berkomunikasi dan mengatasi masalah dengan baik, mampu mengekspresikan dan mengatur baik perasaan maupun pikiran dengan cara yang baik, memahami karakter diri sendiri maupun orang lain dan membangun hubungan sosial yang dapat dipercaya.

3. Aspek-Aspek Resiliensi

Reivich dan Shatte (2002) menjelaskan bahwa ada tujuh keterampilan yang membentuk resiliensi:

a. *Emotion Regulation*

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang dalam situasi stres. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang yang tidak dapat mengontrol emosinya mengalami kesulitan dalam membentuk dan mempertahankan hubungan dengan orang lain. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk keengganan sederhana untuk menghabiskan waktu dengan seseorang yang marah, depresi, atau tidak aman.. Bagaimana perasaan individu cenderung mempengaruhi orang lain. Semakin individu mengerutkan kening atau khawatir, individu semakin marah, tertekan, dan cemas.

Individu tidak harus mengendalikan semua emosi dirinya sendiri. Tidak semua kemarahan, kesedihan, kecemasan dan rasa bersalah harus diminimalkan oleh diri individu tersebut. Karena hal itu merupakan sebuah konstruktif dan sehat untuk mengekspresikan perasaan individu, baik positif maupun negatif. Mengekspresikan emosi dengan tepat adalah bagian dari resiliensi.

Reivich dan Shatte mengidentifikasi dua teknik yang membantu individu mengendalikan emosi mereka. Kedua teknik ini dapat membantu

menenangkan emosi yang tidak dapat dikendalikan oleh individu, memfokuskan pikiran seseorang ketika keadaan sedang kacau, dan membantu meredakan stres yang dialami individu.

b. *Impulse Control*

Pada tahun 1970, Goleman, penulis Kecerdasan Emosional (*Emotional Intelligence*), melakukan studi tentang kemampuan individu untuk mengendalikan impuls. Penelitian ini dilakukan pada 7 anak berusia sekitar 7 tahun. Dalam penelitian ini, anak-anak ditempatkan di kamar terpisah. Seorang peneliti menemani setiap ruangan. Setiap peneliti diinstruksikan untuk meninggalkan ruangan selama beberapa waktu. Anak-anak diberi *marshmallow* sebelum para peneliti pergi. Namun, para peneliti menawarkan untuk memberi mereka *marshmallow* lagi jika mereka bisa menunda memakannya sampai mereka kembali ke kamar mereka.

Sepuluh tahun kemudian, para peneliti menemukan bahwa anak-anak yang dapat melacak keberadaan mereka dan menolak makan *marshmallow* memiliki keterampilan akademik dan sosial yang lebih baik daripada mereka yang tidak.

Kontrol impuls adalah kemampuan individu untuk mengontrol keinginan, impuls, preferensi, dan tekanan yang muncul dari dalam. Orang dengan keterampilan pengendalian impuls yang rendah dengan cepat mengalami perubahan emosional yang pada akhirnya mengendalikan pikiran dan tindakan mereka. Individu menunjukkan perilaku marah, kehilangan kesabaran, bertindak impulsif, dan bertindak agresif. Tentu saja, perilaku seperti itu menyinggung lingkungan seseorang dan merusak hubungan sosial individu dengan orang lain.

Individu dapat mengontrol impulsifnya dengan mencegah kesalahan yang tidak disengaja dan merespon secara tepat masalah yang ada.

Menurut Reivich dan Shatte, pencegahan dapat dilakukan dengan menguji keyakinan individu dan menilai kegunaannya dalam pemecahan masalah. Individu dapat menjawab pertanyaan yang masuk akal seperti: ``Apakah kesimpulan saya tentang masalah yang saya hadapi berdasarkan fakta atau spekulasi?``, ``Apa manfaat sebenarnya dari semua ini?`` ``Apakah saya dapat melihat keseluruhan masalah?``, dan pertanyaan lain sebagainya.

Kemampuan individu untuk mengontrol impulsnya sangat erat hubungannya dengan kemampuannya untuk mengontrol emosinya. Orang yang mendapat skor tinggi pada *Resilience Quotient* pada regulasi emosi lebih cenderung memiliki *Resilience Quotient* pada pengendalian impuls.

c. *Optimism*

Orang yang resilien adalah orang yang optimis. Individu percaya bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik. Individu memiliki harapan untuk masa depan dan percaya bahwa mereka mengendalikan hidup mereka sendiri. Dibandingkan dengan pesimis, optimis secara fisik lebih bugar, lebih sedikit menderita depresi, berprestasi lebih baik di sekolah, lebih produktif di tempat kerja, dan menang lebih banyak dalam olahraga, fakta yang didukung oleh ratusan penelitian yang terkontrol dengan baik.

Siebert menemukan hubungan antara kondisi kehidupan yang dialami dengan perilaku dan harapan individu. Peterson dan Chang menemukan bahwa optimisme berkaitan erat dengan sifat, kebahagiaan, ketekunan, pencapaian, dan kesehatan yang diinginkan seseorang. Seorang optimis percaya bahwa situasi sulit suatu hari akan berbalik. Beberapa orang optimis tentang kehidupan secara umum, sementara yang lain optimis hanya dalam situasi tertentu. Optimisme bukanlah sifat yang diberikan,

tetapi dapat dibentuk dan dikembangkan dalam diri seseorang (Heriyanto, 2020).

Optimisme tentu saja berarti individu melihat masa depan yang relatif cerah. Optimisme berarti bahwa seorang individu percaya pada kemampuannya untuk menghadapi tantangan yang pasti akan muncul di masa depan. Tentu saja, hal tersebut mencerminkan rasa *self-efficacy* individu, keyakinan individu pada kemampuan untuk memecahkan masalah individu sendiri dan menguasai dunia. Ini adalah keterampilan penting lainnya untuk resiliensi.

Penelitian oleh Reivich dan Shatte menunjukkan bahwa optimisme dan efikasi diri seringkali berkaitan erat. Optimisme adalah berkah bila dikombinasikan dengan *self-efficacy* sejati. Karena optimisme memotivasi individu untuk mencari solusi dan terus bekerja keras untuk memperbaiki keadaan individu mereka. Tidak ada gunanya individu yang menyimpan optimism yang tak terkendali, dari varietas Pollyanna, mungkin tidak memperoleh keuntungan sama sekali. Faktanya, optimism yang tidak realistis dapat membuat individu mengabaikan ancaman nyata yang perlu dipersiapkan. Seorang optimis Pollyanna, jika didiagnosis menderita penyakit serius, mungkin berkata pada dirinya sendiri, "Oh, ini bukan masalah besar. Kondisiku tidak serius. Aku akan baik-baik saja," yang akan membuat individu tersebut tidak mungkin melakukan hal-hal yang berpeluang meningkatkan kesembuhan. Oleh karena itu, kunci untuk sukses beresiliensi adalah memiliki optimism realistis yang digabungkan dengan *self-efficacy* (keyakinan atau kepercayaan). *Self-efficacy* merupakan hasil dari proses pemecahan masalah yang sukses, yang pada gilirannya dapat ditingkatkan secara signifikan menggunakan *Challenging Beliefs* dan *Putting It in Perspective*—dua keterampilan yang memungkinkan individu untuk menguasai elemen-elemen dunia yang ada di dalamnya.

d. *Casual Analysis*

Casual analysis atau analisis kasual mengacu pada kemampuan individu untuk menentukan akar penyebab masalah yang mereka hadapi. Orang-orang yang tidak mengidentifikasi akar penyebab masalah yang mereka hadapi dengan tepat membuat kesalahan yang sama berulang-ulang.

Seligman mengidentifikasi gaya *explanatory* terkait erat dengan kemampuan analitis kasual atau *casual analysis*. Gaya berpikir *explanatory* terbagi dalam tiga dimensi: pribadi (saya - bukan saya), di mana-mana (semua - tidak semua), dan persisten (selalu - tidak selalu).

Individu dengan gaya berpikir “Aku-Selalu-Segalanya” percaya bahwa akar penyebab suatu masalah berasal dari individu (Aku), bahwa masalah itu selalu muncul, bahwa masalah yang ada bersifat permanen dan tidak dapat diubah (selalu), bahwa masalah yang ada adalah saya percaya, mempengaruhi semua orang. Aspek hidupnya (segalanya) di beberapa titik. Individu dengan mentalitas “Bukan Aku-Tidak Selalu-Tidak Segalanya” percaya bahwa masalah yang muncul disebabkan oleh orang atau keadaan lain (bukan Aku). Masalah yang mempengaruhi sebagian besar hidupnya (tidak semua) tidak terselesaikan, sedangkan kondisi tersebut berlalu dengan cepat dan masih dapat berubah (tidak selalu).

Gaya berpikir *explanatory* memainkan peran penting dalam konsep resiliensi. Orang yang fokus pada "segalanya dan segalanya" tidak berdaya, putus asa, dan tidak dapat menemukan jalan keluar dari masalah yang dihadapi. Di sisi lain, mereka yang cenderung menggunakan pola pikir “Tidak Selalu-Tidak Segalanya” dapat merumuskan solusi dan tindakan yang diperlukan untuk memecahkan masalah yang ada.

Individu yang resilien adalah individu yang memiliki fleksibilitas kognitif. Mereka tidak terikat oleh gaya berfikir *explanatory* tetapi mampu mengidentifikasi semua penyebab ketidakbahagiaan atau kemalangan yang menimpa mereka. Mereka tidak mengabaikan faktor-faktor permanen atau pervasive. Individu yang resilien tidak menyalahkan orang lain atas kesalahan yang mereka buat untuk mempertahankan harga diri atau self-esteem mereka atau menghindari rasa bersalah. Orang-orang ini tidak terlalu fokus pada faktor-faktor yang tidak dapat dikendalikan, mereka fokus pada pemecahan masalah, memiliki kendali penuh, dan perlahan-lahan mengatasi masalah yang ada, menjalani hidup mereka, berhasil dan berhasil.

e. *Empathy*

Empati berkaitan erat dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda keadaan emosional dan psikologis orang lain. Beberapa individu cukup baik dalam menginterpretasikan bahasa non-verbal yang ditampilkan oleh orang lain. Dapat mendeteksi ekspresi wajah, intonasi vokal, bahasa tubuh, dan apa yang dipikirkan dan dirasakan orang lain. Oleh karena itu, orang yang empatik cenderung memiliki hubungan sosial yang positif.

Kurangnya empati pada seorang individu itu sendiri cenderung membuat hubungan sosialnya menjadi sulit, dapat merasakan apa yang orang lain rasakan, dan tidak dapat memprediksi niat orang lain.

Individu yang tidak dapat membaca isyarat nonverbal orang lain dapat sangat merugikan baik dalam pekerjaan mereka maupun dalam hubungan pribadi mereka. Hal ini disebabkan kebutuhan dasar manusia untuk memahami dan menghargai. Orang dengan empati rendah cenderung mengulangi pola orang yang kurang gigih. Artinya, untuk menggeneralisasi semua keinginan dan perasaan orang lain.

f. *Self-efficacy*

Self-efficacy adalah hasil dari pemecahan masalah yang berhasil. *Self-efficacy* mengacu pada keyakinan seseorang bahwa mereka dapat memecahkan masalah yang mereka alami dan mencapai kesuksesan. Individu yang percaya diri dalam keterampilan pemecahan masalah mereka muncul sebagai pemimpin di tempat kerja, dan individu yang tidak percaya pada *self-efficacy* tersesat di keramaian. Seseorang secara tidak sengaja menyebarkan keraguan diri, dan rekannya belajar mendengarkan dan mencari nasihat dari orang lain. Oleh karena itu, *self-efficacy* sangat penting untuk mencapai resiliensi.

g. *Reaching out*

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, resiliensi lebih dari sekedar kemampuan individu untuk mengatasi dan bangkit dari keterpurukan, tetapi lebih dari itu, resiliensi juga merupakan kemampuan individu untuk mencapai aspek-aspek positif dari kehidupan setelah keterpurukan.

Banyak orang tidak bisa *reaching out* karena mereka diajarkan sejak dini untuk menghindari kegagalan dan situasi memalukan sebisa mungkin. Hal ini menunjukkan bahwa individu cenderung melebih-lebihkan kemungkinan hal buruk terjadi di masa depan. Orang-orang seperti itu takut untuk mendorong keterampilan mereka hingga batasnya.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa resiliensi dalam hidup memiliki tujuh aspek, yaitu aspek *Emotional regulation* yakni kemampuan untuk tetap tenang dan fokus serta dorongan untuk mengekspresikan emosi dengan baik saat mengalami stres, aspek *Impulse control* yakni kemampuan untuk mengendalikan keinginan, impuls, dan

preferensi, pemadatan diri, yang mencegah kesalahan dalam berpikir dan memberikan respons yang tepat terhadap masalah yang ada. Aspek *Optimism*, yaitu kepercayaan dan harapan untuk mewujudkan masa depan yang lebih baik, aspek *Casual analysis*, yaitu kemampuan menganalisis dan mengidentifikasi penyebab masalah yang dihadapi secara akurat untuk mengatasi masalah yang ada, aspek *Emphathy* yaitu kemampuan membaca dan menangkap Bahasa non-verbal yang diperlihatkan oleh individu lain seperti (ekspresi wajah, intonasi suara, gerak tubuh) sehingga mampu menginterpretasikan apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh orang lain, aspek *Self-efficacy* yaitu keyakinan bahwa individu mampu memecahkan masalah yang dialami sehingga individu sanggup mencapai kesuksesan dan aspek *Reaching out* yaitu kemampuan individu untuk meraih hal positif dari kehidupan, dimana individu telah mengalami keterpurukan dalam hidupnya.

4. Fungsi Resiliensi

Reivich dan Shatte (2002) menjelaskan bahwa dalam kehidupan manusia terdapat empat fungsi dasar dari resiliensi, yaitu sebagai berikut:

a. *Overcoming*

Terkadang dalam hidup orang tidak bahagia dan berbagai masalah menyebabkan stres yang tidak dapat dihindari. Oleh karena itu, individu harus resilien untuk menghindari kerugian yang mungkin disebabkan oleh peristiwa buruk ini. Hal ini meningkatkan kemampuan individu untuk mengatur hidup mereka sendiri. Hal ini dapat membuat individu tetap termotivasi, produktif, terlibat, dan bahagia bahkan dalam menghadapi berbagai tekanan hidup.

b. *Steering Through*

Kita semua membutuhkan resiliensi untuk menghadapi semua masalah, tekanan dan konflik yang muncul dalam kehidupan kita sehari-hari. Orang yang resilien menggunakan sumber daya internalnya untuk

mengatasi masalah yang dihadapi dan tidak perlu merasa kewalahan atau negatif tentang peristiwa tersebut. Orang yang resilien mampu membimbing dan mengendalikan diri ketika menghadapi masalah sepanjang hidupnya. Penelitian menunjukkan bahwa *self-efficacy* merupakan komponen penting dalam mengelola stres kronis. *Self-efficacy* adalah keyakinan bahwa seorang individu dapat secara efektif mengendalikan lingkungannya untuk memecahkan berbagai masalah yang muncul.

c. *Bouncing Back*

Beberapa peristiwa bersifat traumatis dan menyebabkan tingkat stres yang tinggi. Jadi, individu membutuhkan tingkat resiliensi yang tinggi untuk menghadapi ini dan menjaga diri individu tetap terkendali. Frustrasi biasanya ekstrem dan menguras emosi dan membutuhkan pemulihan bertahap untuk sembuh. Resiliensi Individu biasanya menghadapi trauma dengan menyembuhkan diri mereka sendiri menggunakan tiga serangkai dengan menunjukkan gaya mengatasi berorientasi tugas (*task-oriented coping style*) mengambil tindakan untuk mengatasi kesulitan dan kesulitan. Individu memiliki keyakinan yang kuat bahwa mereka mengendalikan hasil hidup mereka dan bahwa mereka dapat kembali ke kehidupan normal lebih cepat setelah trauma. Mereka tahu bagaimana berhubungan satu sama lain karena begitulah cara mereka menghadapi pengalaman yang mereka miliki.

d. *Reaching Out*

Resiliensi tidak hanya berguna untuk mengatasi pengalaman negatif, stres, atau menyembuhkan diri sendiri dari trauma, tetapi juga membantu individu mendapatkan pengalaman hidup yang lebih kaya dan bermakna dan didedikasikan untuk mengejar pembelajaran dan pengalaman baru. Individu dengan ciri-ciri ini melakukan tiga hal dengan baik. Artinya

mampu mengantisipasi dengan benar risiko yang akan muncul, mengenal diri sendiri dengan baik, serta menemukan makna dan tujuan hidup.

Rutter (dalam Sholichatun, 2008) menjelaskan terkait empat fungsi dari resiliensi, yakni sebagai berikut:

- a. Untuk mengurangi risiko mengalami konsekuensi negatif setelah peristiwa kehidupan yang penuh tekanan.
- b. Mengurangi kemungkinan reaksi berantai negatif setelah peristiwa kehidupan yang penuh tekanan.
- c. Membantu menjaga harga diri dan rasa mampu diri
- d. Meningkatkan kesempatan untuk berkembang.

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa fungsi resiliensi ada 4 fungsi yakni fungsi *Overcoming* yang memiliki fungsi untuk mengurangi resiko kerugian yang bisa saja terjadi dengan menganalisa dan mengubah cara pandang menjadi lebih baik, kemudian meningkatkan kemampuan mengontrol kehidupan sehingga tetap termotivasi, produktif dan bahagia setelah adanya kejadian-kejadian hidup yang menekan, fungsi *Steering Through* yang memiliki fungsi untuk menggunakan sumber dari dalam diri sendiri tanpa merasa terbebani dan bersikap negatif sehingga membantu menjaga harga diri dan rasa mampu diri guna mengatasi berbagai masalah yang muncul, fungsi *Bouncing Back* yang memiliki fungsi menghadapi trauma untuk menyembuhkan diri dengan menunjukkan *task oriented coping style*, dimana berkeyakinan mampu mengatasi kemalangan dan kemungkinan munculnya rantai reaksi yang negative setelah peristiwa hidup yang menekan terjadi, dan fungsi *Reaching Out* yang memiliki fungsi mampu memperkirakan resiko yang terjadi dengan tepat karena mengetahui diri sendiri dengan baik juga menemukan makna serta tujuan dalam kehidupan sehingga diri sendiri mampu meningkatkan kesempatan untuk berkembang.

5. Karakteristik Orang Yang Resiliensi

Menurut Wolin dan Wolin (dalam Anggraeni 2008), karakteristik orang yang resilien adalah sebagai berikut:

a. *Insight*

Insight adalah kemampuan mental untuk bertanya pada diri sendiri dan menjawab dengan jujur. Ini membantu individu memahami diri mereka sendiri dan orang lain dan membantu mereka beradaptasi dengan situasi yang berbeda. *Insight* adalah keterampilan yang memiliki dampak terbesar pada ketahanan.

b. *Kemandirian*

Kemandirian adalah kemampuan untuk menjauhkan diri secara emosional dan fisik dari sumber masalah kehidupan. Kemampuan ini berkaitan dengan menjaga keseimbangan antara jujur dengan diri sendiri dan peduli pada orang lain.

c. *Hubungan*

Orang yang resilien adalah orang yang jujur, suportif, dan mampu mengembangkan hubungan yang berkualitas sepanjang hidup mereka atau memiliki panutan atau *role model* yang sehat.

d. *Inisiatif*

Inisiatif pribadi mencakup keinginan yang kuat untuk bertanggung jawab atas kehidupan sehari-hari dan masalah yang akan datang. Orang yang resilien biasanya proaktif daripada reaktif, bertanggung jawab untuk memecahkan masalah, selalu berusaha untuk memperbaiki diri atau situasi yang dapat mereka ubah, dan memiliki kemampuan yang ditingkatkan untuk menghadapi apa yang tidak dapat mereka ubah.

e. *Kreativitas*

Kreativitas mencakup kemampuan untuk mempertimbangkan berbagai pilihan, hasil, dan alternatif ketika menghadapi tantangan hidup. Orang yang resilien tidak terlibat dalam perilaku negatif karena mereka mampu mempertimbangkan konsekuensi dari setiap tindakan dan membuat keputusan yang tepat. Imajinasi bekerja. Kreativitas ini dapat digunakan untuk mengekspresikan diri melalui seni dan untuk menghibur diri dalam menghadapi kesulitan.

f. *Humor*

Humor adalah kemampuan untuk melihat sisi terang kehidupan, menertawakan diri sendiri dan menemukan kebahagiaan dalam situasi apapun. Orang yang resilien menggunakan selera humor mereka untuk memahami tantangan hidup dengan cara yang baru dan lebih ringan. Selera humor yang melembutkan masa-masa sulit.

g. *Moralitas*

Moralitas atau orientasi nilai ditandai dengan keinginan untuk hidup sehat dan produktif. Orang yang resilien mampu menilai berbagai hal dan membuat keputusan yang tepat tanpa takut akan apa yang orang lain pikirkan. Individu juga dapat mengatasi keegoisan dengan membantu mereka yang membutuhkan.

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik orang yang resiliensi memiliki 7 karakteristik, yakni karakteristik *Insight* yaitu karakteristik dimana individu memiliki kemampuan mental untuk bertanya pada diri sendiri dan menjawabnya secara jujur, dimana individu akan mampu memahami diri sendiri dan orang lain serta mampu menyesuaikan diri dalam

berbagai berbagai situasi, karakteristik *Kemandirian* yaitu karakteristik dimana individu mampu menjaga keseimbangan secara emosional maupun fisik pada diri sendiri dengan kepedulian pada orang lain dalam hidup seseorang, karakteristik *Hubungan* yaitu karakteristik dimana individu mampu menjalin hubungan yang jujur, saling mendukung dan berkualitas bagi hidupnya, karakteristik *Inisiatif* yaitu karakteristik dimana individu bersikap proaktif dan bertanggung jawab dalam pemecahan masalah, selalu berusaha memperbaiki diri atau situasi yang dapat diubah serta meningkatkan kemampuan menghaapi hal-hal yang tidak mampu untuk diubah, karakteristik *Kreativitas* yaitu karakteristik dimana individu mampu mempertimbangkan konsekuensi dari tiap perilaku sehingga mampu membuat keputusan yang benar, serta mampu mengekspresikan diri juga membuat dirinya sendiri terhibur saat menghadapi kesulitan, karakteristik *Humor* yaitu karakteristik dimana individu melihat sisi terang dan menemukan kebahagiaan dalam situasi apapun sehingga individu memandang tantangan hidup dengan cara baru dan lebih ringan, dan karakteristik *Moralitas* yaitu karakteristik dimana individu berkeinginan untuk hidup secara baik dan produktif, mampu mengevaluasi berbagai hal dan membuat keputusan tanpa takut akan pendapat orang lain.

B. Remaja

1. Pengertian

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* (kata bendanya, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti "tumbuh" atau "tumbuh menjadi dewasa". Istilah *adolescence* memiliki arti secara luas yakni mencakup kematangan mental, sosial, fisik, dan emosional,. Pandangan ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Piaget, yakni sebagai berikut: "Secara psikologis, masa remaja adalah usia di mana seorang individu terintegrasi ke

dalam masyarakat dewasa, usia di mana anak-anak tidak lagi merasa lebih rendah dari orang yang lebih tua, tetapi setidaknya setara dengan orang yang lebih tua dalam hal hak." (Hurlock, 2011). Menurut Alberty (dalam Fitriani, 2021), menjelaskan bahwa masa remaja merupakan masa perkembangan yang dilalui individu dari akhir masa kanak-kanak sampai awal masa dewasa.

Menurut Papalia, Olds dan Feldman (2008) dalam perjalanan dari masa kanak-kanak menuju dewasa pada masyarakat industri modern, Hal ini ditandai dengan masa transisi yang panjang yang disebut pubertas. Masa remaja biasanya dimulai dengan pubertas, proses yang mengarah pada kematangan seksual dan kesuburan. Masa remaja dimulai pada usia 11 atau 12 tahun dan berlanjut hingga akhir remaja atau awal dua puluhan, dengan perubahan besar yang saling terkait di semua bidang perkembangan.

Menurut G.S. Hall (dalam Mahfuzh, 2001) perkembangan manusia dibagi dalam empat tahap yang memperlihatkan adanya tahap-tahap perkembangan manusia, yakni sebagai berikut:

- a. Masa kanak-kanak (*infancy*): 0-4 tahun, menunjukkan adanya tahap hewan dalam evolusi manusia.
- b. Masa anak-anak (*childhood*): 4-8 tahun, menunjukkan keberadaan zaman orang-orang liar. Dalam hal ini, mereka yang masih menggantungkan hidupnya dari berburu dan menangkap ikan.
- c. Masa muda (*youth* atau *preadolescence*): 8-12 tahun, menggambarkan adanya periode waktu bagi orang-orang yang cukup paham budaya tetapi masih dianggap setengah barbar (semi-babarian)
- d. Masa remaja (*adolescence*): 12-25 tahun, memperlihatkan adanya masa topan-badai (*strum un drang*), pada masa ini adanya kebudayaan modern yang penuh gejolak diakibatkan karena pertentangan nilai-nilai.

Di sisi lain, menurut masyarakat Indonesia sendiri, sangat sulit untuk menentukan definisi pemuda secara umum, karena Indonesia sendiri terdiri

dari banyak suku, adat, sosial ekonomi dan tingkat pendidikan. Sarwono (2011) mengatakan bahwa pemuda dalam masyarakat Indonesia adalah mereka yang berusia antara 11 sampai dengan 24 tahun dan belum menikah dengan mempertimbangkan di bawah ini:

- a. Sebelas tahun adalah usia di mana ciri-ciri seksual sekunder biasanya muncul (dasar fisik).
- b. Menurut Adat dan Agama, orang Indonesia menganggap anak berusia sebelas tahun sebagai orang dewasa dan tidak lagi memperlakukan mereka sebagai anak-anak (standar sosial)
- c. Pada usia tersebut terdapat tanda-tanda perbaikan perkembangan mental, seperti pencapaian identitas diri (*ego identity*, menurut Erick Erikson), pencapaian fase genital dari perkembangan psikoseksual (menurut Freud), dan pencapaian perkembangan Kognitif (menurut Piaget) dan perkembangan moral (menurut Kohlberg) (kriteria psikologis).
- d. Batas usia 24 adalah batas maksimal dalam memberikan kesempatan dan juga peluang kepada individu-individu yang masih bergantung pada orang tuanya. Individu belum memiliki hak penuh sebagai seseorang yang dewasa (secara adat ataupun tradisi), kemudian juga belum bisa memberikan pendapat pribadinya, dan lain sebagainya.
- e. Status perkawinan sangat menentukan dalam pengertian di atas karena makna perkawinan masih sangat penting dalam masyarakat. Orang yang sudah menikah, tanpa memandang usia, dianggap dan dituntut untuk menjadi orang dewasa yang utuh, baik secara hukum maupun dalam kehidupan sosial dan keluarga. Oleh karena itu, dapat dikatakan mengenai definisi remaja di sini dibatasi kepada individu-individu yang belum menikah.

Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa remaja tidak lagi merasa berada di bawah level orang tua, tetapi merupakan individu yang

terintegrasi dengan orang dewasa pada level yang sama. Kemudian untuk mengklasifikasikan individu sebagai remaja adalah mereka mereka yang berusia antara 12 sampai tahun 24, belum menikah, tercapainya fase genital dari perkembangan psikoseksual, secara fisik sudah nampak akan tanda-tanda seksual sekunder, puncak perkembangan kognitif dan moral.

2. Tugas-Tugas Perkembangan Sosial dan Emosi Masa Remaja

Setiap tahapan kehidupan manusia memiliki tugas perkembangannya masing-masing. Tugas perkembangan adalah tugas yang muncul dalam diri seseorang pada titik tertentu dalam hidup atau yang harus diselesaikan sebaik mungkin.

Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 2011), tugas-tugas perkembangan masa remaja di sepanjang rentang kehidupan adalah sebagai berikut:

- a. Memangun hubungan baru yang lebih dewasa dengan teman sebaya wanita dan pria.
- b. Mencapai peran sosial bagi perempuan dan laki-laki.
- c. Menarima kondisi fisiknya sendiri dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
- d. Mengharapkan dan mencapai perilaku yang bertanggung jawab secara sosial.
- e. Mencapai kemandirian emosional khususnya dari orang tua dan orang dewasa lainnya.
- f. Mulai mempersiapkan karier ekonomi.
- g. Mempersiapkan pernikahan dan hidup berkeluarga
- h. Memperoleh sebuah perangkat nilai dan sistem etis sebagai panduan dalam ideologi pengembangan perilaku.

Semua tugas perkembangan pada masa remaja fokus pada warisan mengatasi sikap dan pola perilaku masa kanak-kanak dan mempersiapkan

mereka untuk dewasa perlu perubahan. Akibatnya, hanya sedikit anak laki-laki dan perempuan yang mampu menguasai tugas-tugas ini pada masa remaja awal. Harapan terbesar adalah bahwa remaja meletakkan dasar bagi pembentukan sikap dan pola perilaku.

Masa remaja secara tradisional dipandang sebagai periode "badai dan stres" ketika ketegangan emosional meningkat karena perubahan fisik dan kelenjar. Pertumbuhan pubertas awal berlanjut, tetapi agak lambat. Pertumbuhan yang terjadi melengkapi pola yang terbentuk terutama pada masa pubertas. Oleh karena itu, kita perlu mencari informasi lain yang menjelaskan ketegangan emosional yang begitu khas pada usia ini.

Penjelasannya dapat ditemukan pada kondisi sosial yang melingkupi remaja saat ini. Remaja ketika berada pada masa kanak-kanak kurang siap untuk menghadapi situasi ini, terutama karena emosi yang meningkat. Sehingga saat itu anak laki-laki dan juga perempuan menghadapi adanya tekanan sosial dan situasi baru.

Tidak semua remaja mengalami badai dan stres. Namun, benar juga bahwa sebagian besar remaja terkadang mengalami ketidakstabilan sebagai akibat dari upaya untuk beradaptasi dengan pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru. Masalahnya adalah masalah pelik ketika kisah cinta berjalan dengan baik, remaja merasa bahagia, tetapi ketika kisah cinta berjalan salah, mereka menjadi sedih.

Emosi remaja bisa sangat kuat dan seringkali tampak tidak terkendali dan tidak rasional, tetapi perilaku emosional mereka biasanya membaik selama bertahun-tahun. Menurut Gesell dan rekannya, anak berusia 14 tahun sering mudah tersinggung, bersemangat, dan cenderung "meledak" tanpa berusaha mengendalikan emosi mereka. Di sisi lain, anak berusia 16 tahun itu "tidak punya khawatiran." Jadi badai dan stres pada masa itu mereda menjelang akhir awal masa remaja.

Salah satu tantangan dalam tugas perkembangan yang paling sulit pada masa remaja adalah penyesuaian sosial. Karena dalam hal ini, remaja harus beradaptasi dengan lawan jenis dalam hubungan yang belum pernah ada sebelumnya. Kemudian beradaptasi dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga atau sekolah.

Remaja harus banyak melakukan penyesuaian baru untuk mencapai tujuan pola sosialisasi orang dewasa, beradaptasi dengan nilai-nilai baru dalam pilihan teman, nilai-nilai baru dalam pilihan kepemimpinan, dan tumbuhnya pengaruh nilai-nilai baru dalam dukungan dan penolakan sosial.

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tugas-tugas perkembangan sosial dan emosi masa remaja adalah tugas dimana remaja berupaya untuk meninggalkan perilaku dan sikap kekanak-kanakan juga berusaha untuk mencapai suatu kemampuan bersikap serta berperilaku secara lebih dewasa yang harus dilakukan sepanjang rentang kehidupan dan diselesaikan dengan sebaik-baiknya sehingga mampu menyesuaikan diri dengan orang dewasa di luar lingkup hidup remaja.

3. Kelekatan Remaja dan Ibu

Teori kelekatan atau *Attachment* merupakan salah satu teori yang menjelaskan tentang peran orang tua pada anaknya. Teori ini menegaskan bahwa hubungan yang erat dan harmonis antara orang tua atau pengasuh dapat meningkatkan rasa aman dan percaya diri anak. Ketika kepercayaan diri dan keamanan mereka meningkat, anak-anak merasa nyaman berinteraksi dengan orang lain dan menjadi mahir dalam hubungan sosial. Sebaliknya, jika anak kurang memiliki rasa percaya dan kelekatan pada orang tuanya, terutama ibunya, mereka dapat mengalami kecemasan dan menjadi kurang kompeten dalam hubungan sosial (Khaeruddin and Ridfah, 2017). Kelekatan dikaitkan dengan keintiman emosional antara anak dan orang tua, yang menumbuhkan rasa aman dan membentuk fondasi yang kuat untuk kesehatan mental yang

positif (Zahratulizza, 2020). Santrock (dalam Desmita, 2017) Kelekatan remaja dengan orang tua dapat bermanfaat bagi keterampilan dan kesejahteraan sosial remaja, sebagaimana terlihat pada harga diri yang lebih tinggi, adaptasi emosional, dan kesehatan fisik.

Menurut Surbakti, keluarga merupakan faktor yang paling berpengaruh dalam pembentukan kepribadian remaja (dalam Khaeruddin and Ridfah, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Audy Ayu Arisha Dewi dan Tience Debora Valentina (Dewi & Valentina, 2013) terhadap siswa SMKN 1 Denpasar yang termasuk dalam kategori remaja mengenai "Hubungan Kelekatan Orangtua-Remaja dengan Kemandirian pada Remaja di SMKN 1 Denpasar" memperoleh hasil yakni bahwa semakin dekat seorang anak dengan orangtuanya, anak akan lebih mandiri saat mereka dewasa nanti. Seorang ibu menempati urutan pertama sebagai figure kelekatan utama bagi anaknya, dan pada umumnya seorang ibu berfungsi sebagai orang yang lebih banyak berinteraksi dengan anak-anaknya, memenuhi kebutuhannya, dan memberikan kenyamanan (Eliasa, 2011). Kebutuhan akan kasih sayang ibu sangat penting dalam kehidupan seseorang karena merupakan tahap awal dalam proses perkembangan dan sosialisasi (Liliana, 2009). Kelekatan adalah ikatan emosional yang kuat yang dikembangkan anak melalui interaksi dengan orang-orang yang memiliki arti khusus dalam hidupnya, menurut McCartney dan Dearing (dalam Eliasa, 2011). Selain itu, cara anak dan remaja memecahkan masalah tertentu dipengaruhi oleh pengalaman sebelumnya memperoleh pengalaman tersebut dari keluarga mereka, khususnya ibu mereka (Santrock, 2007).

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kelekatan adalah kedekatan emosional nan erat antara hubungan orang orangtua dan anak-remaja dimana rasa aman dan rasa percaya diri yang meningkat, mampu membantu kompetensi dalam relasi sosial, kesejahteraan sosial, penyesuaian emosional, kesehatan fisik juga membentuk dasar yang kuat bagi kesehatan

mental yang positif untuk remaja. Keluarga merupakan faktor terkuat dalam pembentukan kepribadian remaja. Semakin dekat seorang anak dengan orangtuanya, terutama ibu, anak akan lebih mandiri ketika mereka dewasa. Sebagai figur lekat utama anak, kelekatan pada ibu menjadi hal penting sebab hal tersebut merupakan langkah awal perkembangan dan sosialisasi untuk si anak. Berkat pengalaman yang didapat dari sosok ibunya, ada kemungkinan anak akan mampu menyelesaikan permasalahan yang tengah ia hadapi.

4. Faktor Kelekatan (*Attachment*)

Menurut Surbakti, keluarga merupakan faktor yang paling berpengaruh dalam pembentukan kepribadian remaja (dalam Khaeruddin and Ridfah, 2017). Santrock (dalam Khaeruddin and Ridfah, 2017) menyatakan bahwa lingkungan keluarga merupakan tempat remaja pertama kali membentuk interaksi sosial dengan orang-orang di sekitarnya. Remaja menerima berbagai pengalaman emosional dari orang tuanya sejak usia dini. Remaja aktif menciptakan sebuah pengalaman emosional bagi diri mereka sendiri. Cara orang tua memahami emosi yang mereka kendalikan, cara mereka berempati dengan apa yang dialami orang lain, cara orang tua berinteraksi secara sosial dengan komunitasnya, dan banyak pengalaman emosional lainnya adalah apa yang dipelajari, ditafsirkan, dan distimulasi oleh remaja, dan mereka akan Kami terapkan. untuk membangun hubungan dengan pemuda. lingkungan, lingkungan. Orang tua merupakan sosok penting bagi remaja untuk membentuk *attachmen* dan merupakan *support system* bagi remaja dalam mengarungi dunia sosial yang lebih luas dan kompleks.

Remaja yang memiliki kelekatan yang stabil dengan orang tuanya memiliki harga diri yang baik dan stabil secara emosional. Mereka juga memiliki hubungan keluarga yang kohesif dan jarang mengeluhkan kecemasan sosial. Selain itu, Armsden dan Greenberg (dalam Khaeruddin and

Ridfah, 2017) melaporkan bahwa remaja yang dekat dengan orang tuanya juga memiliki kelekatan yang tinggi dengan teman sebayanya..

Armsden dan Greenberg (dalam Khaeruddin and Ridfah, 2017) menjelaskan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kelekatan orang tua dengan anak, yaitu:

- a. Komunikasi, menumbuhkan komunikasi dengan anak-anak memiliki pengaruh besar pada kelekatan orang tua dengan anak-anaknya. Komunikasi dapat membangun hubungan orang tua dengan anak dan dapat menjadi cara anak berinteraksi dengan orang tuanya.
- b. Kepercayaan, kepercayaan orang tua pada anak-anak memiliki dampak besar pada kelekatan. Dengan kepercayaan, orang tua akan membiarkan anak-anaknya menjelajahi dunia. Karena kepercayaan bayi baru lahir pada ibu yang mewakili figur kelekatan bayi, maka kepercayaan menjadi faktor pertama dalam membentuk kelekatan.
- c. Kepedulian, kualitas kelekatan orang tua dengan anak tergantung pada perilaku orang tua. Gaya kelekatan dikaitkan dengan berbagai indikator kualitas perawatan. Indeks kualitas perawatan yang dimaksud adalah respon menangis, waktu pemberian makan, *psychological accessibility*, sensitivitas, kerjasama dan penerimaan.

Menurut Baradja (2005), faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya kelekatan (*attachment*) antara seorang anak dan remaja dengan ibu ada tiga macam, yakni:

- a. Adanya kepuasan anak dengan memberikan objek lekat, misalnya benda yang ditempelkan setiap kali anak membutuhkan sesuatu, dapat memuaskannya dan siap. Dan subjek yang dilampirkan di sini adalah ibu mereka.
- b. Ada reaksi atau respons terhadap suatu tindakan yang menunjukkan perhatian. Misalnya, ketika anak-anak dan remaja terlibat dalam perilaku

yang mencari perhatian dari ibunya, maka ibu merespons atau bereaksi terhadapnya. Jadi anak memberikan kelekatan.

- c. Sering bertemu dengan anak-anak, mereka akan memberi kelekatan. Misalnya, ibu yang lebih banyak menghabiskan waktu di rumah membuat anak lebih mudah berkomunikasi dengannya.

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor kelekatan memiliki 3 faktor yakni adanya kepuasan anak dan remaja terhadap pemberian objek lekat dimana objek lekat disini adalah ibu, terjadi reaksi atau merespon setiap tingkah laku yang menunjukkan perhatian serta seringnya bertemu dengan anak, maka anak akan memberikan kelekatan. Dimana 3 faktor ini muncul disebabkan karena adanya pengaruh dari komunikasi, kepercayaan dan kepedulian antara anak dan remaja dengan orangtua (ibu).

C. Kematian

1. Pengertian

Kematian adalah bagian normal dari kehidupan, tetapi tanpa dukungan dapat menjadi risiko tinggi (Upton, 2012). Luper (dalam Damm, 2011) berpendapat bahwa kematian dapat dipahami sebagai berhentinya proses kehidupan secara *irreversibel* atau tanpa bisa dipulihkan, hilangnya kemampuan kognitif, dan hilangnya kesadaran manusia. Menurut Kimmel (dalam Wicaksono dan Meiyanto, 2003), kematian merupakan hal yang perlu dan tidak dapat dihindari dalam kehidupan manusia. Eksistensi manusia itu nyata, konkrit, dan mutlak. Tapi kematian itu nyata dan tak terelakkan. Kematian pasti terjadi pada manusia yang hidup di dunia (Miskahuddin, 2019). Kematian adalah akhir kehidupan yang tak terhindarkan. Namun, tidak ada yang tahu bagaimana, kapan atau di mana kematian itu terjadi (Muthoharoh and Andriani, 2014). *Harvard Medical School* mengembangkan

lima konsep kematian: ketidakmampuan untuk menerima dan merespons rangsangan, ketidakmampuan untuk bergerak atau bernapas, kurangnya refleksi, EEG (*elektroensefalogram*) datar, dan kurangnya sirkulasi di otak. Kematian secara biologis penting, tetapi juga membutuhkan gagasan kematian psikologis. Kematian psikologis terjadi ketika pikiran seseorang berhenti berfungsi (Susanti, Wahyuningsih, & Sukamto, 2003).

Stanley dan Beare (dalam Naftali, Ranimpi and Anwar, 2017) berpendapat bahwa hilangnya hidup atau kematian adalah berhentinya secara permanen semua fungsi tubuh yang vital atau akhir dari kehidupan manusia. Munawwir menjelaskan bahwa kata "mati" secara etimologis diterjemahkan dari bahasa Arab '*mata-yamutu-mautan*'. Kata ini berarti kematian, menjadi tenang, menjadi using dan tidak berpenghuni. Sedangkan menurut Ash-Shufi (dalam Karim, 2015), kematian dalam istilah terminologi agama adalah pembebasan jiwa dari jasad atas perintah Allah SWT. Menurut Pasal 117, kematian dinyatakan apabila terbukti bahwa fungsi sistem kardiovaskuler atau gangguan pada jantung dan pembuluh darah. Disfungsi yang dialami oleh jantung dan pembuluh darah merupakan penyebab utama seseorang mengalami henti jantung dan pernafasan terhenti secara permanen, atau terbukti kematian batang otak (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan).

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa mati secara etimologi diterjemahkan dari '*mata-yamutu-mautan*' yang berarti mati, menjadi tenang, using dan tidak berpenghuni. Sedangkan dalam terminologi agama, mati adalah keluarnya ruh dari jasad atas perintah Allah SWT. Sehingga kematian adalah proses dimana berakhirnya kehidupan juga merupakan hal yang niscaya dan tak terelakan dalam kehidupan manusia karena kematian itu nyata adanya. Kapan dan dimana kematian terjadi tak ada seorangpun yang tahu. Konsep kematian adalah ketidakmampuan untuk merespon rangsangan, ketidakmampuan untuk bergerak atau bernapas, tidak

adanya refleks, EEG (*electroencephalogram*), dan aliran darah yang tidak mencukupi ke otak dapat dibagi menjadi dua kategori atau lebih jelasnya adalah penghentian secara permanen semua fungsi tubuh yang vital merupakan sebuah tanda kematian bagi manusia.

2. Kematian Orangtua

Kematian bukan hanya melibatkan seorang individu yang mengalami kematian, tetapi lebih penting adalah beberapa dari mereka yang ditinggalkan harus mengatasi kematian dan beradaptasi dengan kehilangan orang yang dicintai.

Kematian orang tua dapat berdampak besar karena anak telah menghabiskan banyak waktu bersama keluarga. Kematian mendadak orang tua akan berdampak serius pada anak-anak yang kehilangan mata pencaharian. Terkadang lebih sulit meratapi kematian orang tua daripada meratapi orang lain. Orang tua adalah orang yang paling lama Anda kenal dan mereka menambah kemungkinan untuk mengenal satu sama lain secara intim dalam hubungan apa pun. Kematian mendadak orang tua akan memiliki dampak terbesar pada kesehatan dan perkembangan anak-anak yang ditinggalkan. Ini karena anak-anak tidak siap untuk tiba-tiba ditinggalkan oleh orang tua mereka dan menderita kesulitan besar setelah kematian orang tua mereka. Remaja khususnya memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami depresi (Suprihatin, 2013).

Kematian salah satu atau kedua orang tua, ayah dan ibu, meninggalkan luka yang dalam pada mereka semua. Terkejut dan bingung, kesedihan, kekaguman, dan kesepian bercampur menjadi satu, dan itu menghantam keras. Banyak masalah muncul setelah kematian, terutama dalam kasus penyakit mental. Bagi mereka yang kehilangan ibu mereka, itu dapat berdampak besar pada kehidupan mereka. Seorang ibu adalah seseorang yang memainkan peran penting dalam kehidupan, jadi dia selalu mencari dukungan

dan saran, dan terutama untuk putrinya, dia lebih peduli. Jika dia sudah menikah, dia harus lebih mandiri. Demikian pula, seorang remaja yang kehilangan citra ayahnya meninggalkan bekas luka yang dalam. Sosok ayah bukan hanya kepala rumah tangga yang harus memenuhi kebutuhan finansialnya, tetapi ia juga harus memberikan perlindungan, keamanan dan kenyamanan kepada anak-anaknya. Khusus untuk anak perempuan, sang ayah tentu ingin menjadi wali di pesta pernikahan. Status sosial baru seorang anak yatim menambah beban psikologis mereka yang telah mengalami kematian orang tua dan menimbulkan kekhawatiran lain ketika suatu hari orang tua menikah lagi. Orang tua adalah orang yang paling dekat dengan anak-anaknya, dan kehangatan keluarga menciptakan kedekatan yang terjalin antara anak dan orang tua, dan kedekatan ini membuat anak merasa aman dan tenteram. Ketika remaja menghadapi kejadian yang tidak diinginkan dalam hidupnya, seperti kehilangannya, sulit untuk menerimanya. nyonya. Ini adalah kasus yang sulit (Hudria, 2021). Menurut Papalia, Olds and Fieldman (dalam Ramadhan and Ardias, 2019), tidak jarang anak-anak kaget dan syok, seperti ketika seorang remaja kehilangan orang tua karena meninggal, tentu anak akan sulit menerimanya. memukul. Apalagi jika seorang anak adalah remaja, masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dimana semua aspek perkembangan biologis, psikologis dan sosial dialami. Kehilangan orang tua mempengaruhi perkembangan remaja. Remaja yang secara positif dapat memahami kehilangan lebih mungkin untuk melakukan tugas perkembangan seperti memungkinkan perilaku sosial yang bertanggung jawab dan mencapai kemandirian emosional. Di sisi lain, remaja yang tidak memandang kehilangan secara positif mengalami masalah perkembangan (Nurhidayati dan Chairani, 2014).

Melhem dan Brent (dalam Nurriyana and Savira, 2021) berpendapat bahwa kematian orang tua merupakan peristiwa traumatis berupa kehilangan orang yang dicintai. Kehilangan adalah reaksi atas kematian orang yang

dicintai. Menurut Meshot dan Leitner (dalam Astuti, 2005), hubungan dengan almarhum memiliki dampak yang signifikan terhadap respon emosional individu terhadap kematian. Bonanno mengatakan jika orang yang berduka memiliki hubungan positif dengan almarhum, individu tersebut akan mengalami lebih banyak kesedihan daripada individu dengan hubungan yang kurang positif dengan almarhum. Menurut James & Friedman, berduka atas kematian orang yang dicintai adalah masalah kesehatan mental yang paling sulit dan paling sering dihadapi oleh konselor. Kematian orang yang dicintai mungkin merupakan pengalaman kehilangan yang paling berdampak secara fisik, emosional, dan spiritual bagi seseorang. Emosi kesedihan (respons emosional individu terhadap kehilangan yang dialami) mencakup semua emosi alami manusia yang menyertai kehilangan.

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kematian orangtua adalah peristiwa hilangnya nyawa atau penghentian secara permanen semua fungsi tubuh yang vital pada orangtua yang bisa terjadi secara mendadak atau tidak. Kematian orang yang dicintai terlebih itu adalah kematian orangtua, baik ayah ataupun ibu, akan menimbulkan konsekuensi terbesar pada perkembangan kesehatan anak-anak yang ditinggalkannya, terlebih anak-anak tersebut berada di usia remaja. Karena kematian orang yang dicintai merupakan suatu kehilangan yang sangat besar pengaruhnya pada seseorang secara biologis, psikologis dan sosial. Sebab perasaan duka (respon emosional individu) mengiringi kehilangan yang dialami.

3. Perilaku dan Perasaan Individu sebagai Penanggulangan Duka Cita

Kavanaugh (dalam Astuti & Gusniarti 2009) menjelaskan terdapat tujuh perasaan dan perilaku sebagai bagian dari proses penanggulangan duka cita, yaitu sebagai berikut:

- a. *Shock* dan Penolakan

Penolakan bukan hanya pengalaman orang yang baru saja mengalami duka cita, tetapi juga memiliki fungsi positif dalam proses adaptasi. Fungsi utama penolakan adalah perlindungan bagi mereka yang berduka karena kehilangan seseorang dalam kenyataan pahit dunia sosial yang hanya menawarkan kesepian dan penderitaan.

b. Kekacauan

Kekacauan merupakan perilaku peningkatan dalam proses duka cita. Karena pada titik ini, individu merasa sangat bingung dan merasa semuanya tidak sesuai dengan realitas kehidupan sehari-hari.

c. Reaksi yang mudah berubah

Setiap kali orang mengalami kesedihan, mereka menghadapi emosi yang dapat berupa kemarahan, frustrasi, ketidakberdayaan, dan/atau sakit hati. Reaksi yang berubah terhadap terror, kebaruan, dan rasa kecemburuan dialami dan dijadikan manifestasi emosi dari perasaan.

d. Rasa Bersalah

Rasa bersalah adalah kemarahan dan kebencian diri yang sering membuat orang menyalahkan diri sendiri atas segala sesuatu yang terjadi, membuat mereka rentan terhadap depresi. Rasa bersalah adalah bagian dari proses berduka.

e. Kehilangan dan Kesepian

Kehilangan dan kesepian adalah sisi berlawanan dari penolakan. Mereka yang melarikan diri dari pengalaman ini segera menolak kehilangan atau beralih ke perlawanan untuk mendapatkan pengganti. Melarikan diri tidak selamanya. Perasaan kehilangan dan kesepian merupakan bagian penting dari pengalaman sedih yang dialami individu. Menurut Kavanaugh, tujuan akhir dari memerangi kesedihan adalah

untuk membangun kebebasan baru, atau menemukan hubungan positif dengan kebebasan baru.

f. Kelegaian

Kelegaian atau relief dapat meningkatkan perasaan bersalah, seperti penolakan, dan rasa bersalah juga merupakan tempat berlindung yang aman dari rasa sakit, kehilangan, dan kesepian yang dapat ditekan saat individu berduka.

g. Hidup Kembali

Sebagai seseorang yang menjalani hidup, tidak adanya kematian paling jelas ketika prosesnya melibatkan penyesuaian dan penyesuaian waktu, terutama ketika hubungan sangat penting. Sebuah gerakan melawan kematian lahir dalam hubungan antara orang yang merasa kesepian dan kebingungan pada saat yang sama dan orang yang merasa lega. Kesedihan itu normal, dan memahami apa yang diharapkan (membantu orang yang berduka berfantasi bersama) menjanjikan kehidupan baru yang penuh ketertiban, tujuan, dan makna.

Berdasarkan uraian di atas, kita dapat menyimpulkan bahwa ada 7 perilaku untuk perilaku dan emosi manusia ketika menghadapi duka cita dan perasaan yakni *Shock* atau penolakan yaitu perilaku dan perasaan untuk memberikan tempat sementara yang aman untuk mereka yang berduka sebagai proses adaptasi, Kekacauan yaitu perilaku dan perasaan dimana kemungkinan individu benar-benar merasakan ketidaksesuaian dengan kenyataan hidup sehari-harinya. Reaksi yang mudah berubah yaitu perilaku dan perasaan yang muncul sebagai manifestasi emosi dari duka cita, Rasa bersalah yaitu perilaku dan perasaan marah dan benci dengan menyalahkan diri individu sendiri, Kehilangan dan Kesepian yaitu perilaku dan perasaan

yang cenderung menjadikan seseorang berusaha untuk mencari pengisi hidup sebagai penolakan dari perasaan kesepian setelah ditinggalkan. Kelegaannya yaitu perilaku dan perasaan dimana menjadi tempat yang aman dari rasa sakit, kehilangan dan kesepian yang tertahan yang aman dari rasa sakit, kehilangan dan kesepian yang tertahan saat individu bersedih dan Hidup kembali yaitu perilaku dan perasaan yang melibatkan penyesuaian diri dan penyesuaian waktu untuk terus maju dalam hidup.

4. Gambaran Resilien Pada Remaja Pasca Kematian Ibu

Menurut Reivich dan Shatte (2002), resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi ketika menghadapi peristiwa atau masalah serius dalam hidup. Resiliensi dianggap oleh para ahli sebagai kemampuan untuk pulih dari situasi atau peristiwa traumatis. Resiliensi individu didefinisikan oleh Grotberg (2003) sebagai berikut: Dalam pengertian lain, resiliensi adalah kemampuan untuk kembali dan bergerak maju setelah mengalami stres berat, ancaman, atau trauma dalam hidup. Siebert (2005) menjelaskan dalam bukunya *The Resiliency Advantage* bahwa pengertian resiliensi adalah kemampuan untuk pulih dari perkembangan kehidupan yang pada awalnya mungkin memberatkan. Ketika individu yang resilien melewati tantangan hidup, dia memproses emosi mereka dengan cara yang sehat. Individu membiarkan perasaan sedih, marah, kehilangan, dan kebingungan ketika terluka dan tertekan, tetapi tidak membiarkan ini menjadi keadaan emosional yang permanen. Tidak hanya individu yang pulih, hasil yang tidak terduga sering kali merupakan rebound yang lebih kuat dari sebelumnya.

Masa remaja, yang merupakan tonggak penting dalam pembentukan identitas, sangat membutuhkan dukungan dari orang yang dicintai maupun orang tua dalam hal ini. Orang tua yang menanamkan nilai-nilai dasar, memberikan kasih sayang, dan memberikan dukungan moral dan materil, menjadi panutan bagi anak-anaknya (Nurhidayati & Chairani, 2014). Hurlock

(dalam Ramadhan and Ardias, 2019) menyatakan bahwa pada usia remaja terdapat tantangan perkembangan untuk perlahan-lahan membongkar ketergantungan pada orang tua. Namun, remaja masih belum sepenuhnya diberdayakan untuk hidup dengan cara mereka sendiri, karena mereka cenderung merasa tidak aman dalam menyelesaikan sesuatu. Mereka membutuhkan kasih sayang, perhatian, nasehat, dan sosok yang disegani sebagai panutan untuk menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya. Remaja lebih kurang berpengalaman dalam pemecahan masalah karena lebih sering dibantu oleh orang tuanya dalam memecahkan masalah.

Menurut Biro Sensus Amerika Serikat 1993 (dalam Nurhidayati & Chairani, 2014), salah satu peristiwa kehidupan yang dihadapi kaum muda adalah kematian orang yang dicintai atau kematian mereka sendiri yang akan segera terjadi. Kematian bukanlah masalah umum bagi remaja. Sekitar 4% remaja Amerika kehilangan orang tua mereka sebelum mereka berusia 18 tahun, dan sebagai akibat dari kematian, 1,5 juta remaja hidup dalam keluarga orang tua tunggal. Kematian salah satu atau kedua orang tua akan meninggalkan luka yang dalam dan menjadi peristiwa yang berarti bagi remaja. Bahkan, tak jarang para remaja kaget dan putus asa. Krisis yang disebabkan oleh kehilangan orang tua berdampak serius pada tahap perkembangan remaja. Kematian orang tua merupakan peristiwa yang sangat berarti bagi remaja karena keluarga sudah tidak utuh lagi. Akan ada banyak perubahan dan penyesuaian. Hal ini tidak menutup kemungkinan terjadinya konflik di kalangan remaja.

Holmes dan Rahe (dalam Yuliawati, Setiawan, & Mulya, 2007) menyatakan bahwa ketidakhadiran orang tua karena kematian merupakan perubahan yang mengubah hidup yang menyebabkan stres dan menuntut individu untuk merespon penyesuaian. Bagi remaja yang tidak memiliki orang tua, tekanan yang mereka alami akan semakin terkait dengan ketidakhadiran orang tua sebagai sumber cinta, perlindungan, dan dukungan. Ketidakhadiran

orang tua merupakan kondisi yang sangat kompleks bagi remaja. Margaret melaporkan bahwa selain pemenuhan kebutuhan fisiologis, anak membutuhkan kasih sayang untuk perkembangan psikologis yang sehat. Diketahui juga bahwa remaja lebih mungkin bertahan dalam situasi stres jika mereka memiliki hubungan yang dekat dan penuh kasih dengan orang tua, terutama ibu mereka (Suzanna, 2018). Bowlby mengatakan sosok ibunya merupakan sosok yang cukup sentral dalam hubungan antara remaja dan orang tua. Selain itu, dalam keluarga, seringkali figur ibu yang dianggap anak sebagai keluarga (Monks, Knoers, & Haditono, 2014). Kehilangan peran seorang ibu dalam kematian dapat mengubah kehidupan seorang wanita muda, khususnya. Karena ibu memiliki semua peran dan tanggung jawab untuk memastikan bahwa anaknya tetap berada di “jalan yang benar”, ia menekankan pentingnya ibu membesarkan anak-anaknya di lingkungan yang tepat dan ketika remaja tidak berkembang dalam lingkungan sosial. Menekankan. Atau jika ada masalah perkembangan, masalah tersebut disebabkan oleh ibu (Liliana, 2009).

Kematian ibu memiliki dampak besar pada wanita muda. Remaja putri umumnya memiliki hubungan yang erat dengan penampilan ibunya. Hal ini dikarenakan penampilan seorang ibu menjadi sosok penting dalam masa pertumbuhan remaja. Dibandingkan dengan peran ayah dalam memenuhi tugas sebagai orang tua, peran ibu juga mendominasi anak. Kehadiran orang tua khususnya ibu sangat penting bagi perkembangan mental anak. Jika anak kehilangan peran dan fungsi ibu, dan anak kehilangan pembinaan, bimbingan, kasih sayang, dan perhatian selama tumbuh kembang, maka anak akan mengalami dampak pada perkembangannya. Hal ini mungkin disebabkan tidak adanya (kurangnya) peran ibu yang sangat penting dalam peniruan dan identifikasi anak dengan ibu, serta ketika anak secara fisik kehilangan ibunya (Amalia, 2011). Akhirnya, wanita muda itu melakukan penyesuaian untuk

menghadapi kehidupan baru dan pemulihan di mana dia membutuhkan resiliensi setelah kematian ibunya.

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa resiliensi terhadap remaja putri pasca kematian ibu adalah kemampuan remaja putri untuk bangkit kembali dari peristiwa kematian ibu dengan cara beradaptasi pada perubahan hidup yang menimbulkan stress, bangkit dari keterpurukan, menjadi kuat atas berbagai kesulitan yang datang silih berganti dan tetap berada pada jalan yang benar meski peran ibu tidak ada lagi di hidupnya.

5. Karakteristik Lokasi

Tempat penelitian adalah tempat dimana peneliti melakukan kegiatan penelitian. Nasution (dalam Yeni, 2021) menyatakan bahwa lokasi penelitian mengacu pada konsep lokasi atau lokasi sosial dalam penelitian yang ditandai dengan adanya unsur-unsur seperti pelaku, tempat, dan aktivitas yang diamati. Lokasi penelitian berada di Kabupaten Kota Kendal dan di Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal.

Kecamatan Kota Kendal merupakan salah satu dari 20 kecamatan yang ada di Kabupaten Kendal Provinsi Jawa Tengah. Berbatasan dengan Laut Jawa di sebelah utara, Kecamatan Patebon dan Ngampel di sebelah selatan, Kecamatan Patebon di sebelah barat, dan Kecamatan Brangsong di sebelah timur. Kabupaten Kota Kendal terletak pada $109^{\circ}54'-7^{\circ}41'$ LS dan $109^{\circ}59'-110^{\circ}18'$ BT serta memiliki elevasi daratan ± 0 sampai ± 4 m di atas permukaan laut.

Kecamatan Kota Kendal memiliki luas wilayah $27,50 \text{ km}^2$, dengan $54,35\%$ sebagian besar merupakan lahan pertanian (sawah dan lahan kering) dan sisanya $45,65\%$ digunakan sebagai tambak atau tambak dan pekarangan (lahan untuk bangunan dan sekitarnya) dan lain-lain. Pada tahun 2015, rata-rata curah hujan di Kota Kendal sekitar 177 mm , dengan rata-rata curah hujan $6,08$ hari.

Kabupaten Kota Kendal terdiri dari 20 kelurahan dengan 85RW dan 364RT. Jumlah RW terbanyak terdapat di Desa Langenharjo sebanyak 11 RW, sedangkan jumlah RT terbanyak terdapat di Desa Langenharjo sebanyak 55 RT. Kelurahan tersebut adalah Kelurahan Balok, Kelurahan Bandengan, Kelurahan Banyutowo, Kelurahan Bugangin, Kelurahan Candirotro, Kelurahan Jetis, Kelurahan Jotang, Kelurahan Kalibuntu Wetan, Kelurahan Karang Sari, Kelurahan Kebondalem, Kelurahan Ketapang, Kelurahan Langenharjo, Kelurahan Ngilir, Kelurahan Pakauman, Kelurahan Patukangan, Kelurahan Pegulon, Kelurahan Sijeruk, Kelurahan Sukodono, Kelurahan Trompo dan Kelurahan Tunggulrejo.

Jumlah penduduk Kota Kendal pada tahun 2015 sebanyak 54.827 jiwa, terdiri dari 27.736 laki-laki (50,59%) dan 27.091 perempuan (49,41%). Jumlah penduduk terbesar di Desa Langenharjo adalah 6.392 (11,72%) dari total penduduk Kabupaten Kota Kendal. Sedangkan desa dengan jumlah penduduk terkecil adalah Tungulejo yaitu 832 jiwa atau 1,52% dari total penduduk Kendal. Pada tahun 2015, kepadatan penduduk Kabupaten Kota Kendal mencapai 1.994 jiwa/km². Kelurahan terpadat adalah Kelurahan Patukangan dengan kepadatan penduduk 10.738 jiwa/km² dan terkecil adalah Kelurahan Balok dengan kepadatan penduduk 462 jiwa/km². Populasi Kendal Bu-gu pada tahun 2021 akan menjadi 59.921 dan kepadatannya akan menjadi 1.962 orang/km² (Wikipedia).

Cepiring adalah salah satu kecamatan di Kabupaten Kendal, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia. Kecamatan Cepiring berjarak 7 km dari pusat Kabupaten Kendal. Sebagian besar wilayahnya terletak di dataran rendah wilayah pesisir yang berbatasan langsung dengan Laut Jawa di sebelah utara, berbatasan dengan Kabupaten Patevon di sebelah timur, Kabupaten Gemu di sebelah selatan, serta Kabupaten Gemu dan Kang Kung di sebelah barat. Pusat pemerintahan berada di Desa Cepiring. Pada tahun 2016, Jajeong-gu memiliki luas wilayah 30,07 km² dan berpenduduk 50.811 jiwa.

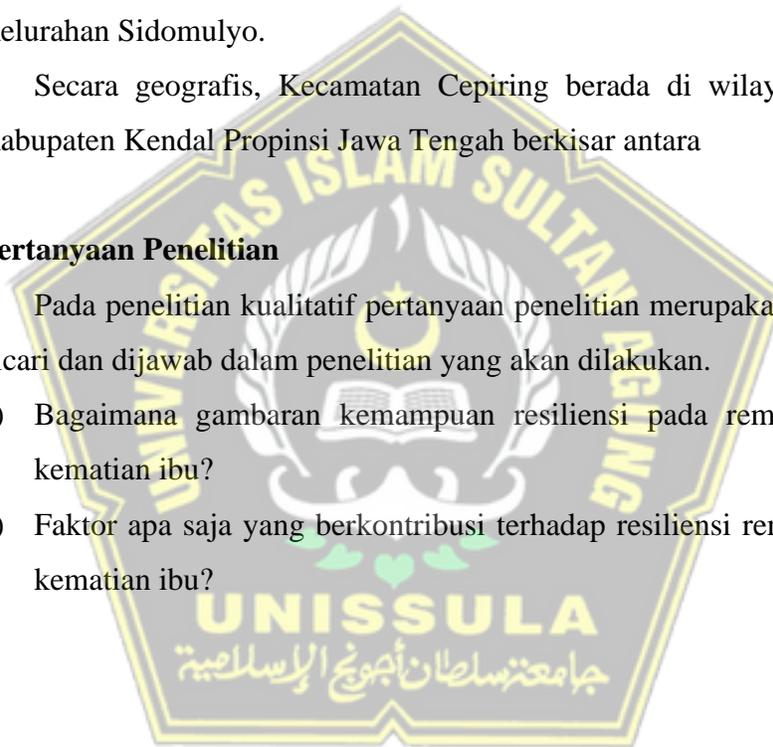
Kecamatan Cepiring terdiri dari 15 kelurahan dengan Rukun Warga sebanyak 53 RW dan jumlah Rukun Tetangga sebanyak 323 RT. Kelurahan tersebut adalah Kelurahan Botomulyo, Kelurahan Cepiring, Kelurahan Damarsari, Kelurahan Gondang, Kelurahan Juwiring, Kelurahan Kaliayu, Kelurahan Kalirandu Gede, Kelurahan Karangayu, Kelurahan Karangsono, Kelurahan Korowelang Anyar, Kelurahan Korowelang Kulon, Kelurahan Margorejo, Kelurahan Pandes, Kelurahan Pandes, Kelurahan Podosari dan Kelurahan Sidomulyo.

Secara geografis, Kecamatan Cepiring berada di wilayah administrasi Kabupaten Kendal Propinsi Jawa Tengah berkisar antara

6. Pertanyaan Penelitian

Pada penelitian kualitatif pertanyaan penelitian merupakan hal yang akan dicari dan dijawab dalam penelitian yang akan dilakukan.

- 1) Bagaimana gambaran kemampuan resiliensi pada remaja putri pasca kematian ibu?
- 2) Faktor apa saja yang berkontribusi terhadap resiliensi remaja putri pasca kematian ibu?



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif sering disebut metode penelitian naturalistik karena penelitian dilakukan dalam kondisi alamiah (*natural setting*); disebut juga metode etnografi, karena pada awalnya metode ini lebih banyak digunakan untuk penelitian di bidang antropologi budaya; disebut sebagai metode kualitatif, karena data yang dikumpulkan dan analisisnya lebih bersifat kualitatif (Sugiyono, 2019). Bogdan dan Biklen (dalam Haryoko, Bahartiar, & Arwadi, 2020) menjelaskan bahwa karakteristik penelitian kualitatif meliputi lima hal penting, yaitu: (1) sumber data berada pada setting yang alamiah dan peneliti merupakan instrumen kunci untuk mengumpulkan data; (2) dalam penelitian kualitatif ini yang utama adalah mendeskripsikan dan yang kedua menganalisis; (3) peneliti harus terlibat dalam proses, yaitu dengan peristiwa yang berlangsung sampai hasil; (4) analisis data menekankan pada metode induktif; dan (5) peneliti memusatkan perhatian pada makna suatu objek, apa yang terjadi, mengapa peristiwa atau fenomena itu terjadi dan bagaimana hal itu terjadi.

Moleong (dalam Guzman and Oktarina, 2018) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang berusaha memahami fenomena yang dialami oleh subjek penelitian, seperti perilaku, motivasi, persepsi, tindakan lainnya secara holistic dan melalui deskripsi dalam bentuk bahasa dan juga kata, pada suatu konteks khusus yang bisa dikatakan alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah di dalamnya.. Hadjar (dalam Martha & Kresno, 2017) berpendapat bahwa penelitian kualitatif bertujuan untuk memperoleh pemahaman umum tentang realitas sosial dari perspektif

partisipan. Pemahaman ini tidak ditentukan sebelumnya, tetapi diperoleh setelah menganalisis realitas sosial yang menjadi fokus kajian. Berdasarkan analisis tersebut, ditarik kesimpulan berupa pemahaman umum yang abstrak tentang fakta atau beberapa kenyataan-kenyataan. Menurut Strauss dan Corbin (dalam Rahmat, 2009), salah satu alasan menggunakan pendekatan kualitatif yakni karena pengalaman dari beberapa peneliti menggunakan metode ini untuk menemukan dan memahami apa yang tersembunyi di balik fenomena yang tidak dipahami secara memuaskan..

Penelitian kualitatif ini menggunakan metode studi kasus. Punch mendefinisikan kasus sebagai fenomena khusus yang ada dalam konteks yang terbatas (*bounded context*) meskipun diantara batas fenomena dan konteksnya dianggap tidak jelas (Poerwandari, 2007). Kasus yang dijabarkan berupa peran, individu, kelompok kecil, komunitas, organisasi, atau sebuah negara (Poerwandari, 2007). Kasus juga dapat berupa kebijakan, keputusan, proses, atau peristiwa khusus tertentu (Poerwandari, 2007). Pendekatan studi kasus memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman yang utuh dan terintegrasi dari berbagai fakta dan dimensi kasus tertentu (Poerwandari, 2007). Studi kasus memungkinkan peneliti untuk menyelidiki individu lebih dalam daripada metode penelitian eksperimental (Rolls, 2012). Karena studi kasus beradaptasi dengan apa yang disebut metode penelitian kualitatif, hasilnya tidak dapat dengan mudah dilaporkan secara numerik (Rolls, 2012). Pendekatan kualitatif sejalan dengan pendapat Lincoln dan Guba (Pujosuwarno, 1994), yang menyatakan bahwa pendekatan kualitatif dapat juga disebut sebagai *case study* atau *qualitative*, yaitu suatu studi yang mendalam dan terperinci tentang segala sesuatu yang berhubungan dengan topik penelitian. Selain itu, Sayekti Pujosuwarno menyampaikan pendapat Moh. Surya dan Djumhur (Wijaya, 2017) yang mengatakan bahwa studi kasus dapat diartikan sebagai suatu teknik untuk mengkaji secara mendalam agar seorang individu dapat beradaptasi dengan baik..

Menurut Lincoln dan Guba, sebagaimana dikutip Mulyana (2013), penggunaan studi kasus sebagai suatu metode penelitian kualitatif memiliki beberapa keuntungan, yaitu:

1. Studi kasus dapat memberikan pendapat tentang topik yang sedang dipelajari.
2. Studi kasus memberikan gambaran yang komprehensif serupa dengan apa yang dialami pembaca dalam kehidupan sehari-hari.
3. Studi kasus merupakan cara yang efektif untuk menunjukkan hubungan antara peneliti dan responden.
4. Studi kasus dapat memberikan penjelasan mendalam yang diperlukan untuk evaluasi atau transferabilitas.

Pada dasarnya, jenis studi kasus dalam penelitian bertujuan untuk menemukan sesuatu hal secara mendalam. Oleh karena itu, dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan metode studi kasus untuk memperdalam dan memahami gambaran terkait kemampuan resiliensi remaja putri pasca kematian ibunya. Dibutuhkan pula kegiatan lapangan, dimana peneliti dapat memiliki kedekatan dengan individu dimana dalam penelitian ini adalah anak perempuan yang mengalami peristiwa ditinggal meninggal oleh ibu kandung saat anak perempuan masih berusia remaja. Penelitian ini menggunakan *setting* alamiah atau sumber data yang wajar yaitu membiarkan kondisi yang akan diteliti dalam keadaan yang sesungguhnya. Hal ini mempengaruhi proses pengambilan data sehingga data yang didapat menjadi lebih kaya.

Data untuk penelitian ini dikumpulkan dari wawancara dengan anak perempuan yang pada usia remajanya kehilangan sosok ibu. Diharapkan data yang diperoleh melalui kerangka prosedural penelitian kualitatif, dapat memberikan penjelasan yang lebih mendalam tentang kondisi informan. Data penelitian kualitatif tidak berbentuk angka, tetapi akan lebih banyak berupa

deskripsi, cerita, narasi, dokumen tertulis dan tidak tertulis (gambar, foto) atau bentuk-bentuk yang non numerik lainnya (Poerwandari, 2007).

Berdasarkan uraian di atas, data yang dihasilkan dalam penelitian ini akan diolah dalam bentuk wawancara tertulis kemudian dalam bentuk narasi. Dengan demikian, hasil yang diperoleh dalam bentuk deskripsi juga relevan dengan gambaran resiliensi seorang gadis yang kehilangan penampilan ibunya hingga meninggal saat remaja.

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini adalah resiliensi remaja putri pasca kematian ibu dilihat dari berbagai macam sumber-sumber resiliensinya. Dalam penelitian ini, sumber resiliensi yang dapat menjelaskan bagaimana resiliensi remaja putri pasca kematian ibu dipahami sebagai kemampuan individu yang tinggi untuk beradaptasi dan bertahan hidup dalam menghadapi situasi sulit atau menekan, baik secara internal maupun juga eksternal. Resiliensi juga dapat digambarkan sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi dan pulih dari pengalaman traumatis, untuk mengatasi kegagalan dalam hidup, untuk menjadi kuat terhadap tantangan yang mereka alami, dan fleksibel dalam kemampuan individu untuk mengubah cara hidupnya ketika individu tersebut merasa cara yang lama atau yang dulu dianggap tidak sesuai dengan kondisi yang ada. Fokus penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana resiliensi remaja putri yang kehilangan sosok seorang ibu, dikarenakan terdapat kedukaan di dalamnya yakni kematian ibu yang dilihat dari berbagai macam sumber-sumber resiliensinya. Peneliti meyakini bahwa sumber-sumber resiliensi merupakan faktor fundamental dalam munculnya resiliensi individu. Grotberg (2003) menjelaskan bahwa terdapat beberapa sumber-sumber kemampuan resiliensi ini dapat diketahui melalui tiga fokus utama, akan dijelaskan pada pembahasan di bawah ini:

1. *I Have* (Sumber Dukungan Eksternal)

Bagaimana subjek menerima hubungan dan dukungan dari anggota keluarga, teman, dan lingkungan sosialnya.

2. *I Am* (Kemampuan Individu)

Kepercayaan dan keyakinan pada diri individu, yakni perasaan puas dan bangga dengan apa yang telah dicapai dan diperoleh oleh diri individu tersebut. Bagaimana subjek dapat merasakan dan juga menyadari kepercayaan ataupun kebanggaan pada diri individu sendiri dan kemampuannya.

3. *I Can* (Kemampuan Sosial)

Kemampuan untuk membangun hubungan atau sebuah relasi. Bagaimana dengan kemampuan subjek dalam membangun sebuah relasi interpersonal kemudian juga bagaimana memecahkan dan menangani masalah yang dialami subjek.

C. Operasionalisasi

Kemampuan resiliensi adalah kemampuan seorang individu untuk beradaptasi dan pulih dari pengalaman traumatis, untuk mengatasi keberhasilan dan kegagalan dalam hidup, untuk menahan kesulitan, dan untuk mengubah cara kita menjalani hidup kita ketika cara lama dianggap tidak sesuai dengan kondisi yang ada. *I Have* merupakan dukungan eksternal (anggota keluarga, orang tua, masyarakat, teman), *I Am* merupakan keyakinan dan keyakinan pada diri sendiri, serta puas dan bangga dengan apa yang telah individu tersebut capai dan juga miliki, kemudian yang terakhir adalah *I Can* merupakan kemampuan individu dalam membangun hubungan atau relasi. Anak perempuan yang kehilangan sosok seorang ibu di usia remaja, akan mengalami tekanan dan masalah yang lebih besar karena hilangnya peran seorang ibu dalam kehidupan. Dengan kemampuan resiliensi

remaja putri pasca kematian ibu, diharapkan remaja putri dapat lebih mengatur kehidupannya baik secara akademik maupun non akademik ataupun aktivitas lainnya dengan baik. Kemampuan resiliensi yang dimiliki remaja putri setelah kematian ibu dapat digunakan untuk mengidentifikasi potensi yang ada pada dirinya maupun dalam lingkungan individu, jadi ketika masalah muncul remaja putri dapat menghadapi dan juga mengatasi hal-hal buruk dari berbagai macam tekanan yang terjadi.

D. Subjek Penelitian

Penelitian ini mengamati dan melibatkan individu-individu yang kehilangan ibu mereka karena kematian. Peneliti menggunakan dua subjek karena sulit menemukan subjek yang mau menceritakan kembali pengalaman sedih mereka pada kasus seperti kematian seorang ibu. Sarantakos (dalam Poerwandari, 2007) mengemukakan bahwa dalam penelitian kualitatif, penentuan subjek dan/atau sumber data biasanya bersifat karakteristik. (2) tidak ditentukan secara kaku di awal, tetapi dapat berubah baik jumlah maupun sifat sampelnya, tergantung pada pemahaman konseptual yang dikembangkan dalam penelitian, dan (3) tidak berorientasi pada representasi dalam hal angka atau kejadian acak, tetapi lebih sesuai dengan konteksnya. Subjek diperoleh dengan cara *purposive sampling* atau dapat diketahui sebagai cara peneliti memilih subjek yang sudah ditentukan dengan berbagai kriteria yang diharapkan subjek dapat menggambarkan kedalaman konteks dan proses resiliensi yang menjadi bahasan utama dari penelitian ini.

Terkait subjek dalam penelitian ini berjumlah dua orang. Dalam hal ini, peneliti mencoba memaparkan beberapa karakteristik-karakteristik utama subjek penelitian ini, yaitu:

1. Individu yang telah ditinggal meninggal oleh ibu kandung.
2. Berjenis kelamin perempuan.

3. Usia responden pada saat mengalami kematian ibu pada masa remaja antara 16-24 tahun (Sarwono, 2011).

E. Metode Pengambilan Data

Dari sudut pandang Emzir, data adalah bagian khusus yang menjadi dasar analitik ketika mengelola dan menganalisis kumpulan data (Haryoko, Bahartiar, & Arwadi, 2020). Data mencakup segala sesuatu yang secara aktif direkam orang selama penelitian, seperti transkrip wawancara dan catatan observasi lapangan (Haryoko, Bahartiar, & Arwadi, 2020). Data meliputi beberapa hal yang dibuat oleh orang lain, seperti buku harian, foto, rekaman gambar atau suara, dokumen resmi, dan artikel surat kabar, serta yang ditemukan peneliti dalam konteks penelitiannya (Haryoko, Bahartiar, & Arwadi, 2020). Mengenai pemahaman kita tentang data di atas, Bogdan & Biklen berpendapat bahwa data adalah bukti sekaligus sinyal isyara; dikumpulkan dengan hati-hati; berfungsi sebagai lembar fakta konsisten yang mengamankan ataupun menghemat penulisan, dimana dianggap bahwa orang yang melakukan pengumpulan data atau peneliti lakukan dari dugaan yang memang belum ditemukan (Haryoko, Bahartiar, & Arwadi, 2020). Bagi peneliti (termasuk studiawan riset umumnya), data didasarkan pada dunia empiris yang dikumpulkan secara *rigorous* dan sistematis (Haryoko, Bahartiar, & Arwadi, 2020). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa data merupakan penghubung antara penelitian kualitatif dan bentuk-bentuk ilmu pengetahuan lainnya. Data tersebut juga mencakup subyek-subyek tertentu, khususnya peneliti kualitatif, yang memerlukan pertimbangan mendalam terhadap aspek-aspek kehidupan sosial yang sedang dieksplorasi/dielidiki oleh peneliti (Haryoko, Bahartiar, & Arwadi, 2020).

Pengumpulan data merupakan langkah penting dalam sebuah rangka penelitian. Pengumpulan data akan berpengaruh pada langkah-langkah

berikutnya sampai dengan tahapan penarikan kesimpulan. Karena sangat pentingnya proses pengumpulan data ini, maka diperlukan teknik yang benar untuk mendapatkan data-data yang akurat, relevan dan dapat dipercaya kebenarannya.

Peneliti merupakan instrumen utama dalam proses penumpulan data karena peneliti memutuskan segala sesuatu ketika melakukan pengumpulan data. Peneliti yang mencarinya. Peneliti yang menemukannya. Peneliti juga menafsirkannya dan menarik kesimpulan dari berbagai hal yang dihasilkan dalam penelitian. Itulah mengapa peneliti disebut sebagai (*key instrument*) atau alat utama dalam penelitian kualitatif (Haryoko, Bahartiar, & Arwadi, 2020). Interaksi antara peneliti dengan para informan diharapkan dapat memberikan informasi yang secara utuh dan utuh mengungkap permasalahan. Berkaitan dengan hal-hal yang sudah dijelaskan di atas, ketika proses pengumpulan data yang digunakan sebagai berikut:

1. Observasi

Banister dkk menjelaskan bahwa istilah observasi berasal dari kata latin yang berarti “melihat” dan “memperhatikan”. Istilah observasi mengacu pada kegiatan memperhatikan suatu fenomena seperti yang terjadi dan memerhatikannya secara tepat, dengan mempertimbangkan hubungan antara aspek-aspek fenomena tersebut. Observasi selalu menjadi bagian dari penelitian psikologi dan dapat terjadi dalam konteks laboratorium (eksperimental) atau dalam konteks alam (Poerwandari, 2007). Observasi sebagai teknik pengumpulan data memiliki karakteristik tertentu jika dibandingkan dengan teknik lain seperti wawancara dan angket. Jika wawancara dan kuisisioner selalu berkomunikasi dengan orang, maka observasi tidak hanya berlaku untuk orang, tetapi juga untuk objek alam lainnya. Sutrisno Hadi berpendapat bahwa observasi merupakan proses kompleks yang terdiri dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua yang terpenting adalah proses

observasi dan memori (Sugiyono, 2019). Observasi bertujuan untuk mendeskripsikan latar belakang yang diteliti, kegiatan yang berlangsung, orang-orang yang terlibat dalam kegiatan, dan makna peristiwa dari sudut pandang mereka yang terlibat dalam peristiwa yang diamati. Deskripsi harus akurat dan faktual, serta menyeluruh tanpa mengambil berbagai catatan panjang yang tidak berhubungan (Poerwandari, 2007).

Teknik observasi yang dipergunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah *observasi non-participatory* yaitu teknik observasi dimana peneliti tidak terlibat dan hanya bertindak sebagai pengamat independen. Pengumpulan data melalui *observasi non-participatory* tidak menghasilkan data yang mendalam dan tidak mencapai tingkat makna. Makna merupakan suatu nilai di balik apa yang dilihat, diucapkan, dan ditulis (Sugiyono, 2019). Pada saat wawancara dilakukan observasi terhadap subjek. Pedoman observasi peneliti ditulis sendiri dengan menentukan apa yang akan diamati dan keadaannya.

Tabel 3. 1 Panduan Observasi

No.	Aspek yang diamati	Keterangan
1.	Penampilan a. Pakaian	Mengamati penampilan subjek pada saat wawancara.
2.	Gerakan Tubuh a. Postur tubuh b. Senyum c. Kerutan dahi d. Kontak mata e. Gerakan kepala	Mengamati gerakan yang muncul pada subjek saat proses wawancara.
3.	Sikap	Mengamati sikap subjek saat

- | | | |
|----|--|---|
| | a. Antusias | wawancara. |
| 4. | Lingkungan | Mengamati keadaan sekitar lokasi penelitian. |
| | a. Kondisi rumah subjek | |
| | b. Kondisi lokasi sekitar rumah subjek | |
| 5. | Bahasa Non-Verbal | Mengamati bahasa non-verbal yang muncul pada subjek saat wawancara berlangsung. |
| | a. Intonasi | |
| | b. Penekanan suara | |
-

2. Wawancara

Pemilihan wawancara sebagai salah satu metode pengumpulan data dengan pertimbangan dapat mengungkapkan lebih mendalam dan detail yang tidak dapat diungkapkan oleh metode lain. Banister dkk menyatakan bahwa wawancara adalah percakapan dan tanya jawab untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Wawancara kualitatif dilakukan ketika peneliti berusaha untuk mendapatkan pengetahuan tentang makna subjektif dari pemahaman individu tentang topik penelitian dan untuk mengeksplorasi masalah yang tidak dapat dilakukan oleh pendekatan lain (Poerwandari, 2007). Selain itu, peneliti dapat mengembangkan pertanyaan sesuai kebutuhan berdasarkan tanggapan langsung yang diberikan oleh subjek melalui metode wawancara ini. Untuk membantu dalam melakukan wawancara guna memperoleh data yang akurat, peneliti menggunakan media rekam berupa pulpen, kertas, dan komputer. Peneliti juga menggunakan media perekam berupa *recorder* suara.

Dalam penelitian ini, teknik wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data utama (Ghony & Almanshur, 2012). Ada dua alasan mengapa wawancara adalah cara utama untuk mengumpulkan data.

Pertama, wawancara memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi tidak hanya apa yang telah diketahui dan dialami subjek atau subjek, tetapi juga apa yang tersembunyi jauh di dalam subjek penelitian. Kedua, pertanyaan yang diajukan kepada informan penelitian dapat mencakup lintas waktu yang berkaitan dengan masa lalu, masa sekarang, dan masa depan (Ghony & Almanshur, 2012).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik wawancara bebas terpimpin atau semi-struktur. Peneliti menggunakan metode wawancara menurut Patton dengan pedoman terstandar yang terbuka, dimana pedoman wawancara dirinci dan lengkap, dengan serangkaian pertanyaan dan penjelasan dalam kalimat. Peneliti diharapkan dapat melakukan wawancara sesuai urutan yang tertera, dan dapat bertanya kepada responden lain dengan cara yang sama (Poerwandari, 2007).

Panduan wawancara yang digunakan selama penelitian dapat berubah seiring berjalannya wawancara. Wawancara dilakukan secara mendalam dan berulang-ulang agar dapat memahami jawaban atas pertanyaan secara fleksibel. Format pertanyaan terkait dengan topik penelitian menggunakan urutan pertanyaan yang diajukan terlebih dahulu.

Langkah-langkah wawancara dalam penelitian ini adalah:

- a. Menjalin *rapport* sekaligus untuk mengemukakan tujuan wawancara pada subjek dan informan.
- b. Membuat suasana yang santai sehingga subjek dan informan nyaman dan tidak merasa tertekan.
- c. Merekam semua hasil wawancara dengan informan dan membuat catatan sambil melakukan wawancara.

Tabel 3. 2 Pedoman Wawancara untuk Subjek

Aspek	Pertanyaan
Remaja	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kapan ibumu meninggal dan meninggal karena apa? 2. Berapa usia ibumu saat beliau meninggal? 3. Berapa usiamu saat ibumu meninggal?
Kelekatan Remaja Putri Dengan Ibu	Pertanyaan
a. Adanya kepuasan remaja terhadap pemberian objek lekat (Ibunya)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah ibumu akan memberikan apa yang kamu butuhkan saat kamu membutuhkan sesuatu? 2. Apa yang kamu rasakan ketika keinginanmu dipenuhi oleh ibumu? 3. Pemberian seperti apa yang ibumu berikan padamu?
b. Terjadinya reaksi atau merespon setiap tingkah laku yang menunjukkan perhatian.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana caramu menarik perhatian ibumu? 2. Apakah ibumu memberikan respon atas apa yang kamu lakukan? 3. Respon seperti apa yang ibumu lakukan saat itu?
c. Seringnya bertemu dengan anak, maka anak akan memberikan kelekatan (Intensitas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah ibumu seorang ibu rumah tangga atau seorang yang bekerja? 2. Berapa banyak waktu ibumu di

bertemu)

rumah?

3. Apakah kamu suka mengobrol dengan ibumu saat berada di rumah?

Pengalaman Kematian

Ibu (Perilaku dan Pertanyaan Perasaan Duka Cita)

a. *Shock* dan Penolakan

1. Apakah kamu kaget saat ibumu meninggal?
2. Kekagetan seperti apa yang kamu alami?
3. Apakah kamu sempat menolak kenyataan yang tengah kamu alami itu?
4. Penolakan seperti apa yang kamu lakukan?
5. Berapa lama kamu merasakan kedua hal ini?

b. Kekacauan

1. Apakah hidupmu terasa kacau pasca meninggalnya ibumu?
2. Kekacauan seperti apa yang kamu rasakan?
3. Berapa lama kamu merasakan kekacauan ini terjadi?

c. Reaksi yang mudah berubah

1. Apakah kamu sering mengalami perubahan emosi dan menunjukkan reaksi yang berubah-ubah?

2. Reaksi macam apa yang kamu rasakan?

3. Saat seperti apa kamu merasakan hal tersebut?

d. Rasa bersalah

1. Apakah kamu merasa bersalah dan menyalahkan dirimu sendiri selepas meninggalnya ibumu?

2. Berapa lama kamu merasakan perasaan ini?

3. Mengapa kamu merasakan dan melakukan hal tersebut?

e. Kehilangan dan Kesepian

1. Apakah kamu kehilangan sosok ibumu?

2. Kehilangan seperti apa yang dirasakan dan saat seperti apa kamu merasa kehilangan?

3. Sejak meninggalnya ibu, merasa kesepiankah kamu?

4. Kesepian yang kamu alami seperti apa?

f. Kelegaan

1. Apa yang kamu rasakan setelah ibumu meninggal?

2. Bagaimana caramu mengatasi perasaan karena ditinggal ibumu?

g. Hidup Kembali

1. Pasca meninggalnya ibu, bisakah kamu kembali ke kehidupanmu yang sebelumnya?

2. Bisakah kamu berbaur dan



menyesuaikan diri dengan lingkunganmu berada pasca meninggalnya ibumu?

3. Butuh berapa lama untukmu kembali menjalani hidup seperti sedia kala?

Sumber-Sumber

Resiliensi

Pertanyaan

- | Sumber-Sumber | Pertanyaan |
|--|--|
| a. <i>I Have</i> (Sumber Dukungan Eksternal) | <ol style="list-style-type: none"> 1. Siapa di dalam keluarga yang dekat denganmu? 2. Bagaimana hubunganmu dengan Ayahmu? 3. Bagaimana hubunganmu teman-temanmu? 4. Bagaimana hubunganmu dengan lingkunganmu? 5. Bagaimana aturan yang ada atau yang diterapkan di dalam keluargamu oleh Ayahmu? 6. Adakah seseorang yang menjadi idola atau panutan dalam hidupmu? 7. Bagaimana bentuk dukungan Ayahmu yang kamu rasakan terhadap dirimu? 8. Bagaimana bentuk dukungan teman-temanmu yang kamu rasakan terhadap dirimu? |

9. Bagaimana bentuk dukungan lingkunganmu yang kamu rasakan terhadap dirimu?

b. *I Am* (Kemampuan Individu)

1. Apa tujuan atau yang ingin kamu capai dalam hidupmu?

2. Bagaimana bentuk perhatian atau kasih sayang orang-orang (Ayah, teman-teman) di sekitarmu yang dapat kamu rasakan?

3. Bagaimana pandanganmu terhadap dirimu sendiri?

4. Bagaimana cara kamu menghargai dirimu sendiri?

5. Bagaimana sikapmu dalam menentukan sesuatu atau keputusan untuk hidupmu sendiri?

6. Bagaimana kamu menanggapi hal buruk yang terjadi padamu?

7. Hal apa yang kamu lakukan saat kamu mengalami hal yang buruk?

c. *I Can* (Kemampuan Sosial)

1. Bagaimana cara kamu menjalin hubungan atau relasi dengan orang lain?

2. Bagaimana cara kamu menyelesaikan masalah yang sedang kamu alami?

3. Apakah kamu mendiskusikan

permasalahanmu dengan orang lain?

4. Apa yang kamu pikirkan dan lakukan ketika kamu berada dalam kondisi yang tertekan, dalam keadaan yang sulit atau bahkan buruk?
 5. Kapan atau pada saat bagaimana kamu merasa marah atau emosi?
 6. Bagaimana cara kamu mengatasi perasaan yang kamu rasakan tersebut?
-

3. Pencatatan Data

Peneliti menggunakan *narrative recording* atau rekaman naratif sebagai metode perekaman dan pencatatan. Metode ini digunakan untuk memperoleh data yang komprehensif dan ekstensif tentang perilaku subjek. Alat yang digunakan untuk merekam saat wawancara adalah aplikasi *recording* atau perekaman pada ponsel dan alat perekam lainnya, jika memang diperlukan kemudian dipergunakan sesuai dengan kebutuhan.

4. Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data dimulai dengan membuat panduan wawancara berdasarkan fokus penelitian Anda. Pertanyaan penelitian disusun dalam format pertanyaan terbuka, sehingga pertanyaan tidak mengarah pada jawaban spesifik tentang topik. Proses penelitian dimulai saat peneliti mulai mencari dan menemukan topik penelitian

berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Selanjutnya peneliti melakukan *rapport* dengan subjek untuk membentuk atau terciptanya rasa saling percaya. Dalam hal ini subjek dan peneliti menjadwalkan wawancara yang disepakati bersama agar tidak mengganggu kehidupan sehari-hari subjek. Kemudian, peneliti menyiapkan pedoman wawancara dan melakukan wawancara.

F. Kriteria Keabsahan Data

Penelitian kualitatif harus mengungkapkan suatu kebenaran yang dianggap objektif. Oleh karena itu, keabsahan data dalam penelitian kualitatif sangatlah penting. Keabsahan data memberikan kepercayaan atau kredibilitas dari penelitian kualitatif. Menurut Suwardi Endraswara (2006), ada empat teknik untuk mencapai validitas data dalam penelitian kualitatif, yakni:

1. Kredibilitas, yang meliputi: (1) *triangulasi* yaitu pengumpulan data tidak hanya dari satu sumber; (2) *peer debriefing* yaitu membicarakan masalah penelitian dengan orang lain yang ahli; (3) *member-check* yaitu mengajak subjek untuk ikut memeriksa tiap akhir wawancara.
2. Transferabilitas adalah validitas eksternal dari suatu penelitian yang mengetahui sejauh mana temuan-temuan tersebut konsisten dan dapat diterapkan pada penelitian-penelitian lain. Kesamaan antara subjek dan data dalam penelitian merupakan indikator kemungkinan adanya transferabilitas.
3. Auditability dan dependabilitas atau sering disebut *reliabilitas* yakni sebuah konsistensi atau paling tidak sebuah kesamaan hasil bila diulang oleh peneliti lain.
4. Konfirmabilitas, yaitu dengan meneliti terkait apakah catatan data yang ada di lapangan konsisten dengan data yang diinterpretasi, disajikan, dan hasil penelitian.

G. Teknik Analisis Data

Menurut Patton (dalam Nugrahani, 2014), analisis data adalah proses menyusun urutan data dan mengorganisasikannya ke dalam sebuah pola, deskripsi dasar, dan kategori. Data penelitian disajikan dalam bentuk cerita, narasi, deskripsi, dokumen tertulis atau tidak tertulis. Beberapa poin penting dalam pengolahan dan analisis data, dalam hal seorang peneliti harus memantau dan melaporkan proses dan prosedur analisis data sejujur dan selengkap mungkin (Poerwandari, 2007).

Langkah-langkah analisis data dalam penelitian ini mengacu pada prosedur analisis menurut Creswell (2017) yakni sebagai berikut:

- 1) Peneliti mengolah dan mempersiapkan data untuk dianalisis. Langkah ini melibatkan transkrip hasil wawancara, mengetik data lapangan dan menyusun data-data tersebut ke dalam jenis-jenis yang berbeda tergantung pada sumber informasi.
- 2) Peneliti membaca dengan teliti keseluruhan data yang sudah diatur. Tujuannya adalah untuk membangun *general sense* atas informasi yang diperoleh dan me-refleksikan maknanya secara keseluruhan.
- 3) Peneliti menganalisis lebih detail dengan mengcoding data. Terdiri dari transkrip hasil wawancara yang ditulis dalam bentuk kolom berisikan *coding* serta makna psikologis yang nantinya akan menghasilkan unit-unit makna berdasarkan keseluruhan transkrip.
- 4) Peneliti menerapkan proses pengkodean atau *coding* untuk mendeskripsikan orang, *setting*, tema-tema, dan kategori-kategori yang akan dianalisis. Deskripsi ini mencakup upaya untuk menyampaikan sedetail mungkin tentang seseorang, lokasi-lokasi, waktu, peristiwa, situasi, aktivitas atau *setting* alami lainnya dalam sebuah *setting* tertentu dalam penelitian.

- 5) Peneliti menunjukkan bagaimana tema-tema dan juga deskripsi akan ditulis ulang dalam laporan kualitatif atau naratif. Peneliti menerapkan pendekatan naratif untuk mengkomunikasikan ataupun menyampaikan hasil pekerjaan analisis data kualitatif, memberikan informasi deskriptif tentang peserta ataupun subjek dalam bentuk tabel naratif, dan merinci secara spesifik lokasi penelitian.
- 6) Peneliti menginterpretasi data untuk mendapatkan makna penuh berdasarkan teori-teori yang sesuai. Pada tahap ini, peneliti menarik kesimpulan hasil penelitian dengan menganalisis fakta-fakta yang diperoleh di lapangan dengan teori-teori terdahulu yang dikemukakan oleh para ahli. Peneliti juga tidak menutup kemungkinan untuk membahas temuan lain diluar pertanyaan penelitian yang masih berhubungan dengan fokus penelitian.

H. Refleksi Peneliti

Peneliti mengambil permasalahan dalam penelitian ini yakni resiliensi pada remaja putri pasca kematian ibu. Kehilangan ibu akibat kematian merupakan peristiwa yang menyedihkan. Remaja putri yang kehilangan ibu akibat kematian tentunya tidak mudah menerima, menghadapi bahkan segera bangkit kembali untuk hidup karena hilangnya sosok dan peran ibu. Rasa kehilangan, kesepian dan permasalahan lainnya pun muncul dan mengakibatkan *stress* terutama bagi remaja putri yang memiliki kelekatan yang kuat dengan ibu. Fenomena tersebut terjadi di sekitar peneliti, bahkan peneliti turut mengalami fenomena yang dijelaskan di atas. Terkait hal tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana resiliensi remaja putri pasca kematian ibu.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancah Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini berawal karena peneliti memiliki pengalaman yang serupa, yaitu kehilangan ibu akibat kematian pada saat peneliti di usia remaja. Sebelum penelitian dimulai, peneliti mencari terkait keberadaan anak perempuan dengan rentang usia 16-24 tahun kemudian mendata subjek dan mencari alamat rumah.

Peneliti menemukan subjek lainnya dengan menunjukkan temannya yang mengalami peristiwa kehilangan ibu akibat kematian. Peneliti tidak terlalu lama dalam membangun *rapport* dengan subjek sebab peneliti jauh sebelumnya sudah mengenal subjek, hanya saja peneliti berusaha semaksimal mungkin untuk menyakinkan subjek bahwa akan dijaga kerahasiaannya dan peneliti menjelaskan tentang tema masalah yang akan diteliti.

Peneliti akhirnya memiliki dua subjek penelitian yaitu MEP dan SVV. Peneliti memulai percakapan dan menjelaskan prosedur wawancara kepada subjek penelitian melalui tatap muka secara langsung dan *WhatsApp*. Respon subjek sangat baik ketika peneliti berdiskusi dengan subjek mengenai waktu dan tempat wawancara akan dilaksanakan. Penelitian ini membutuhkan beberapa persiapan terlebih dahulu, antara lain mempersiapkan pedoman wawancara alat tulis, kemudian alat perekam suara yang menjadi metode untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian. Peneliti menggunakan panduan wawancara yang sebelumnya sudah disiapkan untuk mengetahui informasi-informasi yang dibutuhkan dalam penelitian. Selain itu,

peneliti menggunakan telepon genggam sebagai alat perekam untuk merekam proses wawancara yang berlangsung bersama subjek.

Peneliti kemudian melakukan wawancara. Wawancara dengan subjek hanya dilakukan di dua tempat, yaitu satu subjek di Karangayu, Kecamatan Cepiring, Kendal dan satu subjek lainnya di Langenharjo, Kecamatan Kendal, Kendal yang merupakan kediaman dari masing-masing individu. Peneliti mengumpulkan data tambahan berupa observasi dan dokumentasi yang dimiliki oleh subjek. Observasi yang dilakukan meliputi observasi fisik, gerak tubuh, sikap dan kejadian-kejadian khusus selama proses wawancara berlangsung. Sedangkan dokumentasi yang didapatkan yaitu data berupa gambar selama proses wawancara. Peneliti juga meminta subjek untuk mengisi *informed consent* mengenai kesediaan subjek mengikuti penelitian dari awal sampai akhir. Peneliti mendapatkan informasi tentang apa yang diungkapkan dalam penelitian ini dari kedua subjek. Langkah selanjutnya adalah penulisan transkrip hasil wawancara yang dilakukan sesegera mungkin setelah proses wawancara. Transkrip tersebut kemudian dibaca berulang kali dan dipahami untuk kemudian dilakukan koding.

B. Gambaran Lingkup Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di Kabupaten Kendal. Tema penelitian ini diangkat berdasarkan hasil pengamatan peneliti saat melihat suatu fenomena khusus yang menjadi permasalahan dalam hidup yang berhubungan dengan resiliensi remaja putri pasca kematian ibu, yaitu sebuah bentuk kemampuan remaja putri untuk bangkit kembali dari peristiwa kematian ibu dengan cara beradaptasi pada perubahan hidup yang menimbulkan *stress*, bangkit dari keterpurukan, menjadi kuat atas berbagai kesulitan yang datang silih berganti dan tetap berada pada jalan yang benar meski peran ibu tidak ada lagi di hidupnya.

Tema penelitian ini berkaitan dengan anak perempuan yang pada saat usia remajanya mengalami peristiwa kematian ibu, hal tersebut kemudian dikaitkan dengan resiliensi yang dialami oleh remaja putri yang pada akhirnya menimbulkan permasalahan dalam hidup setelah mengalami peristiwa kehilangan ibu akibat kematian.

C. Hasil Pengambilan Data

Tabel 3. 3 Identitas Subjek

No.	Identitas Subjek	Subjek 1	Subjek 2
1	Nama	MEP	SVV
2	Tanggal Lahir	29 Maret 1997	15 Mei 1997
3	Usia	25 tahun.	25 tahun.
4	Pendidikan Terakhir	S1 Desain Grafis.	D4 Komputerisasi Akuntansi
5	Pekerjaan	Karyawan Swasta.	Belum bekerja.
6	Status	Belum menikah.	Belum menikah.
7	Usia Subjek Saat Ibu Meninggal	23 tahun.	16 tahun.
8	Usia Ibu Saat Meninggal	57 tahun pada tahun 2020.	48 tahun pada tahun 2013
9	Tanggal dan Waktu Wawancara	27 Juni 2022, 21.05 — 21.36 WIB.	29 Juni 2022, 20.10 — 20.47 WIB.
10	Tempat	Kediaman subjek, Karangayu, Cepiring, Kendal.	Kediaman subjek, Langenharjo, Kendal.

1. Data Subjek 1

a. Hasil Observasi Subjek 1

Observasi dilakukan peneliti di ruang tamu kediaman subjek pada tanggal 27 Juni 2022. Subjek mengenakan jaket berwarna coklat muda, celana kulot panjang berwarna hitam dan kerudung hitam. Subjek memiliki perawakan sedikit berisi dengan pipi tembam, berkulit kuning langsung dan suara yang lembut namun tegas. Pada saat peneliti datang ke kediaman subjek, subjek baru saja menyelesaikan kegiatan bersih-bersih tubuhnya, sehingga saat wawancara dilakukan penampilan subjek terlihat sangat *fresh* dan bersih.

Subjek duduk dengan nyaman di samping peneliti dengan posisi saling berhadapan saat wawancara berjalan. Subjek memiliki aroma parfum yang lembut dan menyegarkan, seperti aroma buah-buahan. Subjek memusatkan perhatian dan pandangan mata sepanjang perbincangan berlangsung, sesekali melakukan pergerakan jari-jari tangan yang *random*, seperti menekan-nekan jari atau menjentikkan jari. Subjek juga kerap meminta penjelasan terkait pertanyaan-pertanyaan yang diajukan, sehingga peneliti sedikit menjelaskan dengan penjelasan yang mudah beserta sedikit contoh agar subjek memahami maksud pertanyaan yang diajukan. Subjek menjawab pertanyaan-pertanyaan dalam waktu yang relatif singkat dan langsung menuju inti permasalahan yang ia rasakan, walaupun seringkali subjek menjawab sambil terkekeh dan tertawa pada beberapa kali pertanyaan diajukan. Kontak mata terbina dengan baik dibarengi dengan sikap subjek yang rileks juga nyaman selama obrolan berlangsung dan ketika selesai subjek masih dalam rileks sehingga obrolan berjalan dengan lancar dan nyaman.

b. Hasil Wawancara Subjek 1

Wawancara dilakukan pada hari Senin, 27 Juni 2022 di kediaman subjek di Karangayu, Cepiring, Kendal. Dari hasil wawancara dapat diperoleh bahwa subjek bernama MEP, berumur 25 tahun, merupakan anak tunggal dan hanya tinggal bersama sang Ayah.

Ibu subjek meninggal di usia kira-kira 57 tahun, dimana subjek masih berusia sekitar 23 tahun. Ibu subjek meninggal karena penyakit stroke yang sudah diderita selama 20 tahun yang juga terdapat komplikasi lain yaitu masalah ginjal dan hati, yang melebar ke jantung Ibu subjek.

Kelekatan antara subjek dengan ibu subjek sangatlah lekat. Ditandai dengan ibu subjek yang pasti akan berusaha memberikan apa yang diinginkan subjek dengan cukup mudah sehingga subjek merasa senang dan puas lantaran apa yang ia butuhkan terpenuhi. Subjek juga mengatakan bahwa ibu subjek selalu merespon dengan santai saat subjek meminta perhatian biasanya dengan memijat ibu subjek sambil bersenda-gurau dengan subjek. Terlebih ibu subjek adalah ibu rumah tangga yang memang tidak bekerja sedari dulu, sehingga subjek memiliki banyak waktu bersama ibu subjek di rumah. Subjek juga sering mengobrol dengan ibu subjek.

Berkaitan dengan pengalaman kematian ibu subjek, subjek mengalami perilaku dan perasaan duka cita akibat peristiwa yang membuat subjek merasakan shock dan penolakan, perasaan tidak menyangka dan tidak menerima kenyataan dengan kepergian ibu yang secepat itu. Kekacauan menjadi hal berikutnya yang dirasakan oleh subjek, dimana saat tertentu subjek membutuhkan sosok ibu subjek yang biasa menjadi tempat keluh kesah namun begitu ibu subjek meninggal, subjek hanya bisa memendam apa yang dirasakan lantaran subjek merasakan tidak ada yang bisa diajak bicara dan memberi solusi sehingga kekacauan tersebut menimbulkan stress untuk subjek. Reaksi yang mudah berubah subjek rasakan selama 4 bulan pertama pasca ibu subjek meninggal, diikuti dengan perilaku subjek yang mengurung diri dan tidak mau bertemu dengan orang lain. Subjek mengatakan rasa bersalah dan menyalahkan diri sendiri sempat melanda diri subjek lantaran subjek merasa bahwa subjek belum sempat berbakti yang sesungguhnya sebab ibu sudah pergi meninggalkan subjek baik secara jiwa maupun raga. Kehilangan sosok ibu subjek tentunya mengakibatkan perasaan kesepian di

dalam diri subjek. Yang sebelumnya terbiasa akan kehadiran ibu namun begitu ibu subjek meninggal, subjek merasakan sendiri sebab terbiasa ditemani ibu saat ada di rumah sewaktu ayah subjek bekerja dari pagi hingga sore hari. Terkadang malam hari ayah subjek pergi keluar rumah menjadikan rumah terasa sepi bagi subjek. Entah mengapa rasa syukur menjadi hal lain yang dirasakan oleh subjek selain kesedihan setelah ibu subjek meninggal, dimana subjek mengatakan bahwa subjek bersyukur ibu subjek sudah tidak merasakan sakit lagi karena subjek merasa kasihan dengan rasa sakit yang sudah menahun diderita ibu subjek tersebut. Subjek tentu merasakan kehilangan yang teramat sangat namun mau tidak mau harus ikhlas. Kemudian subjek berkata bahwa untuk kembali hidup seperti sebelum ibu subjek meninggal bisa dilakukan walau tidak sama seperti dulu lantaran rutinitas yang biasa dilakukan bersama dengan ibu tidak bisa dilakukan lagi dan subjek merasa kehilangan dukungan emosional yang didapat dari ibu subjek. Namun sebisa mungkin subjek menyesuaikan diri untuk kembali ke kehidupan pasca ibu subjek meninggal, mau tidak mau harus membiasakan diri pada perubahan yang ada.

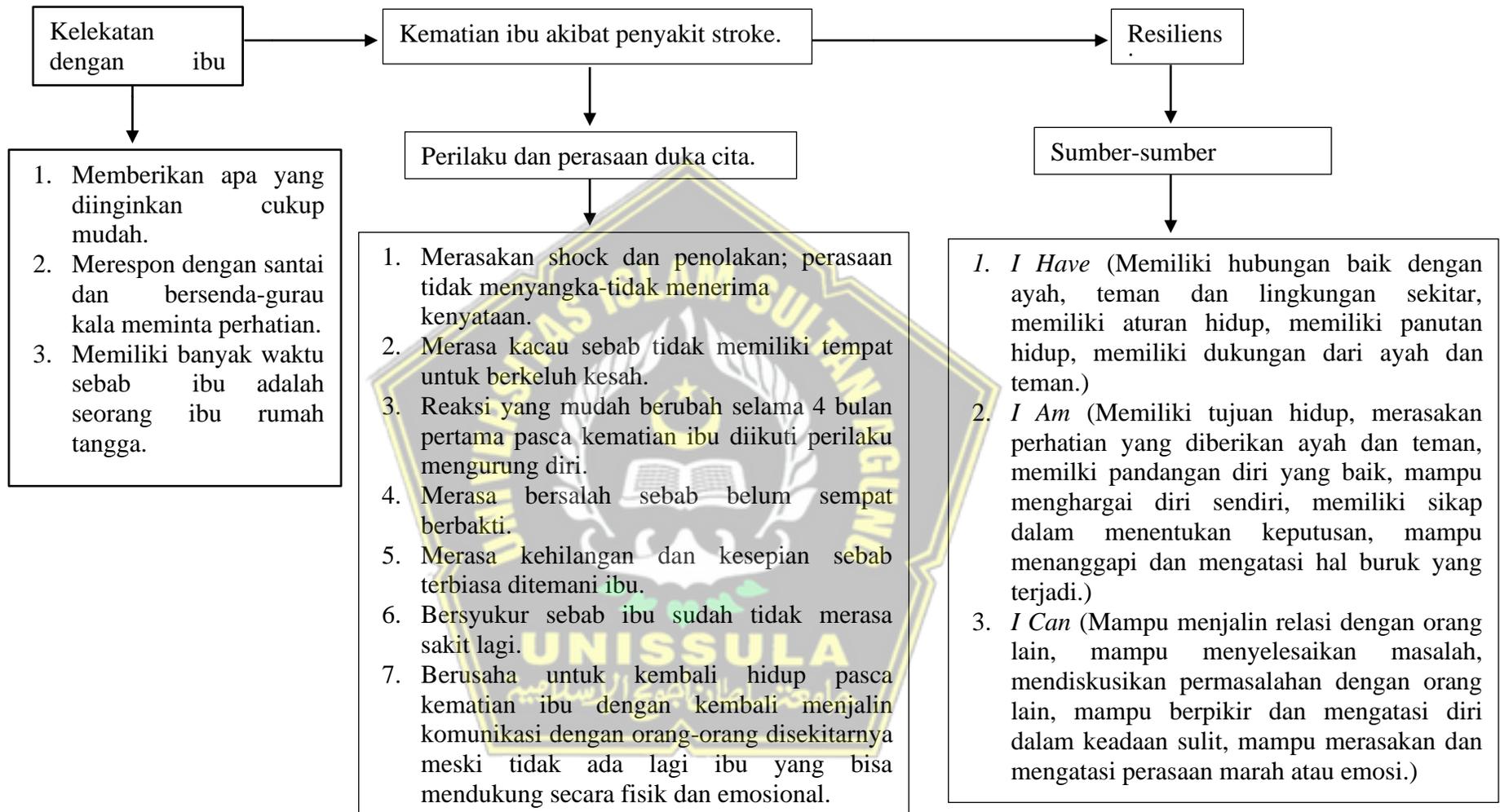
Subjek bukanlah pribadi yang dekat dengan keluarga subjek selain dengan ibu subjek. Subjek mengatakan bahwa subjek tidak bisa terbuka membicarakan masalah subjek dengan ayah subjek namun subjek tetap memiliki hubungan yang baik dengan ayah subjek. Subjek juga memiliki hubungan yang baik dan akrab dengan teman-teman subjek, dimana subjek sering menghabiskan waktu bermain dengan teman-teman sedangkan subjek merasakan biasa saja dalam berhubungan dengan lingkungan sekitar rumahnya, subjek berinteraksi sekenanya saja. Aturan yang diterapkan oleh ayah subjek tergolong sederhana dimana ayah subjek meminta subjek untuk senantiasa membuat rumah bersih dan rapi juga menjadi pribadi yang rajin. Karena menurut subjek, ayah subjek sudah percaya pada subjek sehingga aturan yang ada tidak begitu ketat. Subjek menjadikan ayah subjek panutan

dalam hidup sebab ayah subjek memiliki pendirian yang teguh, setia dan bertanggung jawab. Meskipun bukan ayah kandung subjek, ayah subjek senantiasa untuk ada dikala subjek membutuhkan yang bagi subjek merupakan dukungan tersendiri yang diberikan ayah subjek. Dukungan dari teman-teman subjek juga dirasakan subjek, dimana teman-teman subjek sering mengajak subjek untuk main terlebih saat subjek merasa *galau* sehingga subjek merasa terhibur dengan apa yang dilakukan teman-teman subjek untuk subjek. Namun dukungan dari lingkungan sekitar rumah tidak dirasakan oleh subjek sama sekali.

Subjek memiliki beberapa tujuan yang ingin dicapai dalam hidup, diantaranya adalah membahagiakan orangtua subjek dimana subjek berusaha untuk bekerja keras karena subjek ingin menabung untuk membelikan rumah untuk orangtua subjek. Kemudian perhatian yang dirasakan oleh yang didapat dari ayah subjek sangat dirasakan oleh subjek, semisal subjek sedang sakit, ayah subjek akan berusaha sebaik mungkin untuk merawat subjek yang sedang sakit. Sedangkan perhatian yang didapatkan dari teman-teman, subjek mengatakan jika teman-teman subjek selalu meluangkan waktu untuk subjek dikala subjek membutuhkan juga mendengarkan keluh kesah yang dirasa subjek bisa diceritakan. Subjek memandang diri subjek sebagai sosok yang pendiam namun pemberani. Selain itu subjek merasa harus bekerja keras sehingga di pandangan orang lain, subjek tidak terlihat buruk dimana hal tersebut merupakan cara subjek menghargai diri subjek sendiri. Sikap subjek dalam menentukan keputusan dalam hidup subjek biasa subjek pikirkan terlebih dahulu. Tidak bisa spontan karena subjek harus melihat apakah baik atau tidak, beresiko atau tidak keputusan yang hendak diambil. Subjek menanggapi dengan biasa atau sekenanya saja apabila hal buruk terjadi pada subjek karena menurut subjek, hal buruk bisa terjadi kapan saja dan hal tersebut adalah hal yang sudah biasa terjadi. Subjek akan berusaha tenang dan

mengintrospeksi diri sehingga subjek bisa menyesuaikan diri dengan keadaan yang semisal buruk untuk diri subjek.

Dalam menjalani relasi dengan orang lain, subjek terbiasa untuk sering membangun percakapan santai dan melakukan pendekatan hingga pertemanan bisa terjalin dengan baik. Subjek terbiasa introspeksi dengan diri sendiri digunakan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami. Namun apabila subjek ada disaat dimana subjek tidak tahu harus bagaimana untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami, subjek akan meminta pendapat orang lain, memberikan sudut pandang lain dari sisi orang lain tersebut. Subjek mengatakan ketika subjek berada dalam kondisi yang tertekan atau dalam keadaan sulit, subjek biasanya akan mencurahkan perasaannya dengan menangis terlebih dahulu. Karena subjek beranggapan, dengan mengeluarkan tangisan, subjek akan bisa berpikir jernih dan tenang untuk berpikir bagaimana merubah situasi yang sedang terjadi. Subjek akan merasa marah apabila ada orang yang tidak menghargai, menyepelekan subjek. Awalnya subjek akan tenang dan tidak memikirkan hal tersebut tapi apabila hal tersebut terlalu sering dilakukan orang lain terhadap diri subjek, subjek akan langsung mengungkapkan apa yang dipikirkan ke orang tersebut. Respon seperti apapun yang diberikan orang tersebut, subjek memilih untuk tidak terlalu berurusan lagi dengan orang tersebut, memberikan jarak sehingga subjek tidak perlu bersinggungan dengan orang tersebut.



Gambar 4. 1 Bagan perilaku dan perasaan subjek 1 (MEP)

2. Data Subjek 2

a. Hasil Observasi Subjek 2

Observasi dilakukan peneliti di bagian depan kediaman subjek pada tanggal 29 Juni 2022. Subjek memakai kacamata kotak berframe warna hitam serta mengenakan kaus warna hitam dilapisi kemeja panjang berwarna *latte*, celana kulot panjang berwarna hitam dan kerudung hitam. Subjek memiliki perawakan sedikit berisi dengan pipi tembam, berkulit sawo matang dan suara yang lembut. Pada saat peneliti datang ke kediaman subjek, subjek baru saja pulang dari kegiatan subjek. Subjek bertukar salam dan senyum saat peneliti masuk ke dalam kediaman subjek.

Subjek duduk dengan nyaman berhadapan dengan peneliti saat wawancara berjalan. Subjek memiliki aroma parfum yang lembut dan menyegarkan, seperti aroma bunga. Subjek memusatkan perhatian walaupun pandangan mata subjek sepanjang perbincangan berlangsung tidak berpusat ke peneliti, subjek juga sesekali melakukan pergerakan jari-jari tangan yang *random*, seperti menarik-narik kemeja yang dikenakan atau sesekali membenarkan letak kerudung. Subjek menjawab pertanyaan-pertanyaan dalam waktu yang relatif singkat dimana beberapa jawaban dijabarkan dengan cukup panjang, namun diantaranya terdapat pula jawaban yang langsung menuju inti permasalahan yang ia rasakan. Kontak mata terbina dengan cukup baik dikarenakan subjek lebih sering menundukkan kepala saat menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan. Walau begitu subjek menjawab dengan rileks juga nyaman selama obrolan berlangsung dan ketika selesai subjek masih dalam rileks sehingga obrolan berjalan dengan lancar dan nyaman.

b. Hasil Wawancara Subjek 2

Wawancara dilakukan pada hari Rabu, 29 Juni 2022 di kediaman subjek di Langenharjo, Kendal. Dari hasil wawancara dapat diperoleh bahwa subjek

bernama SVV, berumur 25 tahun, merupakan anak tunggal dan hanya tinggal bersama sang Ayah.

Ibu subjek meninggal di usia 48 tahun, dimana subjek masih berusia sekitar 16 tahun sewaktu subjek berada di kelas 1 SMA. Ibu subjek meninggal karena penyakit kanker payudara.

Kelekatan antara subjek dengan ibu subjek sangatlah lekat. Ditandai dengan ibu subjek yang akan memberikan apa yang dibutuhkan subjek dan subjek juga merasa senang sebab apa yang diinginkan dipenuhi oleh ibu subjek. Respon ibu subjek selalu baik saat subjek meminta perhatian biasanya dengan bermanja-manja dengan ibu subjek yang dilanjut mengatakan pelan-pelan apa yang diinginkan subjek, dimana ibu subjek sudah paham dengan gelagat subjek. Meskipun ibu subjek adalah seorang yang bekerja, ibu subjek tetap meluangkan waktu untuk subjek sehingga keduanya memiliki waktu berbincang akan apa yang dialami masing-masing pada hari tersebut.

Berkaitan dengan pengalaman kematian ibu subjek, subjek mengalami perilaku dan perasaan duka cita akibat peristiwa yang membuat subjek merasakan shock dan penolakan, perasaan kaget, tidak percaya dalam artian menolak kenyataan dengan kepergian ibu yang secepat itu. Sebab subjek merasa belum bisa membahagiakan belum bisa mewujudkan apa cita-cita yang ingin dicapai, bahkan perasaan shock dan menolak ini sebenarnya masih dirasakan subjek sampai saat ini namun subjek berusaha untuk tidak terpuruk terus-terusan. Kekacauan menjadi hal yang selanjutnya terjadi pada kehidupan subjek, karena ibu subjek biasanya mengurus segala yang dibutuhkan oleh subjek dimana sedikitnya subjek bergantung karena hal tersebut. Walau begitu, subjek berkata kekacauan yang dirasakan tidaklah lama, paling lama 3 bulan di awal-awal waktu ibu subjek meninggal. Kemudian, pasca kematian ibu subjek, subjek merasakan sampai sekarang jika reaksi yang dimiliki mudah sekali berubah namun untuk menunjukkan sebisa mungkin tidak subjek lakukan, subjek mengatakan sebisa mungkin dipendam saja. Karena

menurut subjek kalau pun diceritakan akan percuma, semua orang tidak akan mau mengerti masalah yang sedang subjek alami dan tidak ada solusi yang bisa membantu jadi subjek memilih diam saja. Perubahan emosi yang dirasakan subjek dimisalkan, saat subjek sedang pergi keluar jalan-jalan, *mood* subjek sedang bagus tapi subjek tidak sengaja melihat sebuah keluarga yang juga sedang jalan-jalan bersama, tak berapa lama *mood* subjek akan berubah menjadi sedih. Subjek mengatakan rasa bersalah dan menyalahkan diri sendiri sempat melanda diri subjek sampai saat ini, meskipun intensitasnya tidaklah sesering dahulu. Penyebabnya adalah subjek merasa bahwa subjek belum bisa memberikan yang terbaik ketika ibu subjek membutuhkan pertolongan dimana subjek memilih untuk menunda-nunda, tidak pernah langsung nurut sehingga hanya penyesalan yang kini subjek rasakan. Kehilangan sosok ibu subjek tentunya mengakibatkan perasaan sepi dan kosong di dalam diri subjek. Subjek sangat dekat dengan ibu subjek, terbiasa akan kehadiran ibu namun begitu ibu subjek meninggal, subjek merasakan sendiri karena sekarang tidak bisa lagi melihat ibu lagi secara langsung sehingga kehilangan yang dirasakan terasa sekali. Selain itu subjek merupakan anak tunggal, hanya tinggal bersama ayah subjek saja, dimana ayah subjek tidak setiap hari berada di rumah sehingga subjek merasa kesepian. Walau begitu, perasaan lega merupakan perasaan lain yang dirasakan oleh subjek selain kesedihan pasca ibu subjek meninggal, dimana subjek berkata bahwa subjek lega sebab ibu subjek sudah tidak merasakan sakit lagi terlebih selama dirawat di rumah sakit. Karena subjek yang senantiasa membantu ayah subjek saat menjaga ibu subjek yang dirawat di rumah sakit, subjek yang lebih intens merawat ibu subjek saat itu. Kemudian subjek berkata bahwa untuk kembali hidup seperti sebelum ibu subjek meninggal tidak bisa dilakukan subjek, karena subjek merasa semenjak ibu subjek meninggal, subjek menjadi pribadi yang lebih tertutup dan membatasi diri saat berinteraksi dengan orang lain maupun lingkungan sekitar rumah

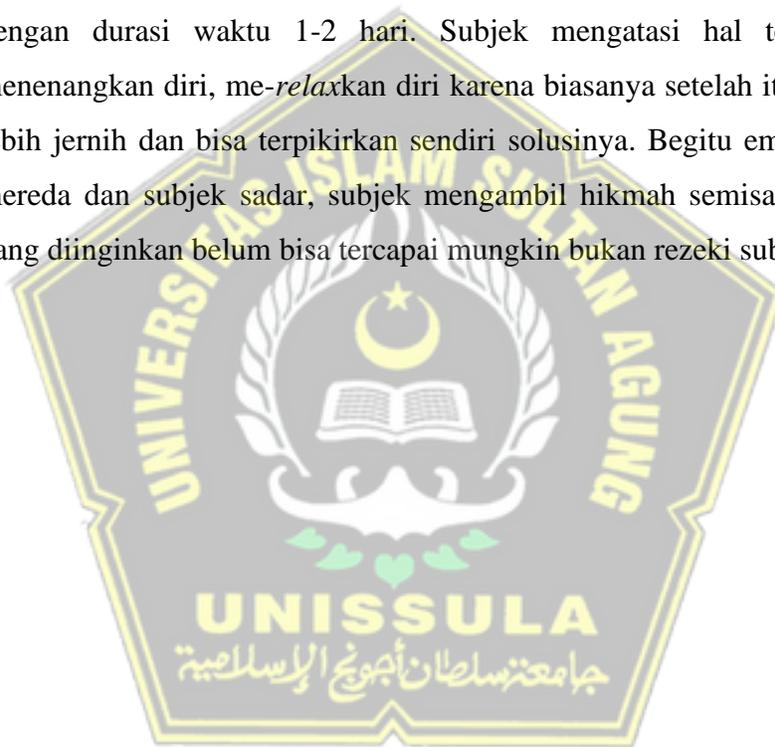
subjek. Subjek mengatakan bahwa subjek bisa berbaur kembali ke lingkungan sekitar, disisi lain subjek juga merasa tidak yakin untuk kembali berbaur dengan lingkungan sekitar dengan baik karena subjek merasa sudah terlanjur menutup dirinya meski tidak dilakukan dengan sengaja.

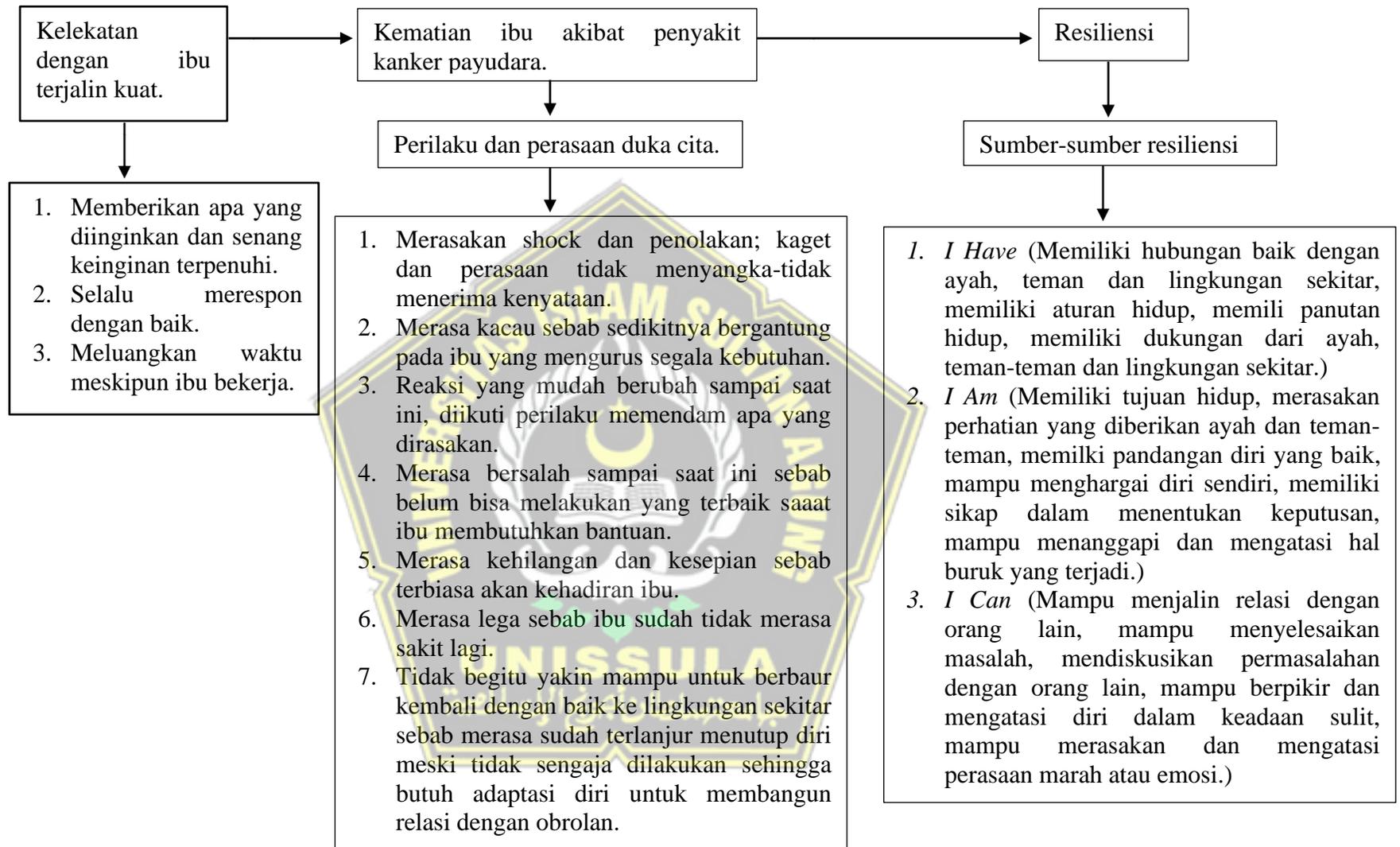
Pasca meninggalnya ibu subjek, subjek bukanlah pribadi yang dekat dengan keluarga subjek, subjek mengatakan dekat dengan ayah subjek hanya saja tidak sedekat itu. Sebab, subjek tidak bisa terbuka membicarakan masalah subjek dengan ayah subjek tapi subjek tetap memiliki hubungan yang baik dengan ayah subjek, dimana subjek dan ayah subjek tetap berbincang-bersenda gurau bersama. Subjek juga memiliki hubungan yang baik dan akrab dengan teman-teman subjek, dimana subjek lebih sering menghabiskan waktu bermain dengan teman-teman dan lebih sering bercerita dengan teman dibanding dengan ayah subjek sebab bisa bercerita lebih luwes dibanding bercerita dengan ayah subjek sedangkan subjek merasakan biasa saja dalam berhubungan dengan lingkungan sekitar rumahnya, subjek berinteraksi sekenanya saja. Aturan yang diterapkan ayah subjek untuk subjek terbilang *simple*, subjek diperbolehkan untuk pergi main sampai jam berapa pun asalkan subjek ingat waktu, utamakan kepentingan terlebih dahulu misalkan selesaikan pendidikan selebihnya ayah subjek ingin subjek untuk tetap taat dengan aturan yang ada. Kemudian, subjek menjadikan ibu subjek sebagai panutan dalam hidup subjek sebab subjek melihat ibu subjek sosok yang tegar dalam menjalani apapun, sabar bahkan saat lelah pun ibu subjek tidak pernah mengeluh membuat subjek kagum akan sosok ibu subjek. Subjek mengatakan ayah subjek memberikan dukungan penuh untuk diri subjek, misalkan subjek diterima bekerja dimana, ayah subjek akan memberikannya. Selain itu dukungan yang diberikan teman-teman subjek juga, mereka menghargai dan menyerahkan semua keputusan pada subjek. Dukungan dari lingkungan yang dirasakan tidak begitu terasa menurut subjek sebab subjek jarang keluar di lingkungan rumahnya.

Subjek memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam hidup, terutama saat ini subjek ingin memiliki pekerjaan yang bagus dengan gaji yang sesuai dan usaha sampingan. Subjek mendapatkan bentuk perhatian atau kasih sayang dari orang-orang di sekitar subjek. Ayah subjek juga teman-teman subjek mendukung apapun yang diinginkan subjek selagi subjek merasa senang dan apa yang diinginkan subjek masih dalam hal yang baik. Selain itu, subjek berpandangan subjek adalah pribadi yang *humble* walaupun bertahap, tidak bisa langsung. Subjek juga merasa bahwa subjek tergolong pribadi yang agak susah membuka perbincangan ataupun berbasa-basi dengan orang lain. Subjek merasa susah untuk lebih mengenal dengan orang baru. Subjek mengatakan saat sudah bekerja keras, subjek akan memberikan *reward* untuk diri sendiri biasanya dengan berbelanja sebagai cara subjek menghargai diri subjek sendiri. Dalam menentukan keputusan, subjek berusaha sebisa mungkin untuk melakukan yang terbaik apa yang menurut subjek terbaik walau terkadang tidak sesuai dengan harapan subjek. Menerima dengan *legowo* (lapang dada) bahwa akan ada hikmah dari hal buruk yang sedang terjadi adalah bagaimana subjek menanggapi hal buruk yang terjadi pada diri subjek. Subjek bukanlah pribadi yang *religious* tapi apabila sedang mengalami hal buruk, otomatis subjek akan berdoa setelah berusaha sebisanya untuk merubah atau melewati hal buruk.

Dalam menjalani relasi dengan orang lain, terlebih dengan orang baru, subjek akan mencoba untuk memulai pembicaraan dengan orang lain yang sebelumnya sudah dipikirkan apa yang ingin disampaikan dengan orang baru tersebut. Cara subjek dalam menyelesaikan masalah bergantung dengan konteks masalah yang dihadapi, apabila masalah yang dihadapi membutuhkan diskusi dengan orang lain, subjek akan meminta bantuan dengan berdiskusi dengan ayah subjek misalkan. Apabila masih bisa subjek *handle* sendiri, akan subjek selesaikan sendiri. Saat kondisi terburuk, kondisi tertekan, subjek pasti akan kepikiran bagaimana menyelesaikan kondisi yang sedang dialami

tersebut. Misalkan menemui jalan buntu, subjek akan rehat sejenak-sebisa mungkin *relax* sejenak dengan menghibur diri, mendengarkan musik setelahnya mencoba lagi untuk memikirkan cara menghadapi kondisi yang sedang dialami. Jika dirasa tidak ada jalan keluar apabila dipikirkan sendiri, subjek akan bertanya dengan orang lain untuk berdiskusi apa yang sekiranya harus dilakukan. Selain itu, subjek akan merasa emosi-amarah misalkan, saat apa yang diinginkan belum bisa tercapai, tidak sesuai yang subjek harapkan dengan durasi waktu 1-2 hari. Subjek mengatasi hal tersebut dengan menenangkan diri, me-*relaxkan* diri karena biasanya setelah itu pikirkan akan lebih jernih dan bisa terpikirkan sendiri solusinya. Begitu emosi yang dirasa mereda dan subjek sadar, subjek mengambil hikmah semisal alasan kenapa yang diinginkan belum bisa tercapai mungkin bukan rezeki subjek.





Gambar 4. 2 Bagan perilaku dan perasaan subjek 2 (SVV)

Tabel 4. 1 Gambaran resiliensi subjek penelitian

No.	Subjek Penelitian	Gambaran Resiliensi		
		<i>I Have</i>	<i>I Am</i>	<i>I Can</i>
1.	MEP	<p>Memiliki hubungan yang baik dengan ayah meskipun tidak bisa terbuka membicarakan masalah yang dialami sebab tidak sedekat dengan ibu namun tetap berusaha dekat dengan ayah.</p> <p>"Baiik," (S1,W1, L194)</p> <p>"Tapi gak sedekat sama ibuu, kek gak, kek gabisa, eee, lebihh, apa ya, membicarakan masalah tuh lebih apah, terbukaa." (S1,W1, L196)</p> <p>"Gak terlalu terbuka, sama ayah, gitu. Gabisa terbuka banget." (S1,W1, L198)</p> <p>"Iyaa."</p>	<p>Memiliki beberapa tujuan yang ingin dicapai dalam hidup.</p> <p>"Apa ya, membahagiakan orang tuaa." (S1,W1, L258)</p> <p>"Berusaha untuk, kaya, bekerja keras lagi, mau nabung yang banyak buat beli rumah sih, buat orang tua." (S1,W1, L260)</p> <p>Merasakan perhatian yang diberikan oleh ayah dan teman-teman.</p> <p>"Bentuk kasih sayang.." (S1,W1, L262)</p> <p>"Banyak ya, kaya semisall, kalau aku sakitt," (S1,W1,</p>	<p>Cara menjalin hubungan atau relasi dengan orang lain.</p> <p>"Emm, ya kitaa, gimana yah, biasanya tuh akuu ngobrol santai sih sama orang." (S1,W1, L336)</p> <p>"Iyaa sering ngobrol, ngulik-ngulik, ee, gimana ya, dalam hub-apa, dalam menjalani hubungan relasi kan, kek, kita tuh harus jadi temen dulu kan." (S1,W1, L342)</p> <p>"Gituloo, mencoba jadi temen yang baik dulu." (S1,W1, L344)</p>

		<p>Memiliki hubungan yang baik dan akrab dengan teman-teman.</p> <p>"Baik bangeet, hehe." (S1, W1, L202)</p> <p>"Hubungan sama teman-teman yaa, biasa," (S1, W1, L204)</p> <p>"Akraab, sering mainn." (S1, W1, L206)</p> <p>"Sering nongkrongg, sering curhaat." (S1, W1, L208)</p> <p>Bersikap biasa saja dan berinteraksi sekenanya saja saat berada di lingkungan sekitar.</p> <p>"Lingkungan rumah?" (S1, W1, L212)</p> <p>"Saya kann, orangnya introvert yaa, jarang keluar, yaa, biasa aja sih." (S1, W1, L214)</p> <p>"Heeh, kaloo misalkan lewat</p>	<p>L264)</p> <p>"Bapakku tuh selaluu, nanyain mau makan apa," (S1,W1, L266)</p> <p>"Terus kalau aku sakit, dicariin obat sampe malem gitu, ke apotek dia, berangkat sendiri gitu." (S1,W1, L268)</p> <p>"Kalau dari teman yaitu, sering ngajak ngobrol keluar, selalu ada waktu, gitu, kalau saya lagi membutuhkan." (S1,W1, L270)</p> <p>Pandangan terhadap diri sendiri.</p> <p>"Tentang apa?" (S1,W1, L272)</p> <p>"Pendiam," (S1,W1, L274)</p> <p>"Pendiam dan pemberani, heheh-" (S1,W1, L276)</p> <p>"Hahahaha-" (S1,W1, L278)</p> <p>"... Yaa aku ngerasa kaya gitu." (S1,W1, L280)</p>	<p>Cara menyelesaikan masalah yang sedang dialami.</p> <p>"Biasanya sih aku berpikir, yaa, gimana ya, mikir panjang dulu." (S1,W1, L346)</p> <p>"Yaa, mikir dulu lah. Mikir lamaa, baru, di, apa yaa, kek introspeksi diri," (S1,W1, L348)</p> <p>"Aku harus gimana ya, kalau aku kek gini gimana ya, oh, terus biasanya kalau udah buntu banget, minta, apa, ban-minta pendapat orang lain, 'aku harus gimana sih', gitu loh," (S1,W1, L350)</p> <p>Mendiskusikan permasalahan dengan orang lain.</p> <p>"Kalauu, saya sih, emm, gimana ya. Dengan upaya sendiri, kalo mentok-mentok</p>
--	--	--	--	---

		<p><i>yaa nyapa biasa gitu," (S1, W1, L216)</i> <i>"Gapernah ngobrol banget sama tetangga ngga, gitu," (S1, W1, L218)</i></p> <p>Memiliki aturan yang tergolong sederhana yang diterapkan oleh ayah dan ayah sudah percaya sehingga aturan yang ada tidak begitu ketat. <i>"Apaya, haruss..." (S1, W1, L220)</i> <i>"Rumah tuh harus bersihh, rajin, rapi, begitu." (S1, W1, L222)</i> <i>"Kalau ada yang berserakan dikit kan dimarahi." (S1, W1, L224)</i> <i>"Itu aturannya hhahah." (S1, W1, L226)</i> <i>"Ngga sih, gaada. Soalnya, bapak saya udah percaya sama saya gitu." (S1, W1,</i></p>	<p>Cara menghargai diri sendiri. <i>"Oh iya iya iya." (S1,W1, L284)</i> <i>"Yaa dengann-" (S1,W1, L286)</i> <i>"Menghargai diri sendiri tuh harus kayak, eee, harus bekerja keras supaya bisa dilihat, dipandang orang gitu loh, kalau saya ni, ga beban bagi orang tua, itu caraku menghargai diri sendiri. Kayak terlihat di mata orang tuh, saya tuh bisa, saya tuh, eee, ga cuman beban bagi orang tua gitu loh. Itu kan salah satu cara menghargai diri sendiri." (S1,W1, L288)</i> <i>"Memperlihatkan diri sendiri tuh gak kek, gak terlihat jelek di mata orang gitu loh." (S1,W1, L290)</i></p> <p>Sikap dalam menentukan keputusan.</p>	<p><i>ya minta bantuan orang lain tentunya." (S1,W1, L354)</i></p> <p>Yang dipikirkan dan dilakukan ketika berada dalam kondisi tertekan, keadaan yang sulit atau bahkan buruk. <i>"Biasanya sih nangis dulu, hehehehe." (S1,W1, L358)</i> <i>"Kalau udah nangis tu bisa mikir, kalau udah selesai nangis tuh bisa mikir." (S1,W1, L360)</i> <i>"Ya terus, ee, apalagi yaa, bisa mikir terus, aku merubah situasi gitu loh." (S1,W1, L362)</i> <i>"Bisa berpikir enak gitu loh kalo udah nangis tuuh." (S1,W1, L364)</i></p> <p>Merasa marah atau emosi. <i>"Kalau orang ituu tidak menghargai saya." (S1,W1,</i></p>
--	--	--	--	--

		<p>L228)</p> <p>Menjadikan ayah sebagai panutan dalam hidup.</p> <p>"Siapaa.. ehahahha." (S1, W1, L230)</p> <p>"Idola?" (S1, W1, L232)</p> <p>"Bapak saya, sih. Heeh, bapa saya. Soalnya kaya, dia tuh pendiriannya teguh." (S1, W1, L234)</p> <p>"Setia." (S1, W1, L236)</p> <p>"Bertanggung jawab." (S1, W1, L238)</p> <p>"Sifat itu tuh kaya menurun di aku gitu loh, walaupun aku bukan anak kandungnya gitu loh." (S1, W1, L240)</p> <p>Adanya dukungan dari ayah.</p> <p>"Apaya, ya dia selalu ada buat aku." (S1, W1, L242)</p> <p>"Ya pokoknya selalu ada. Itu, itukan suatuuu dukungan. Selalu ada." (S1, W1, L244)</p>	<p>"Saya kan orangnya tipe pemikir," (S1,W1, L300)</p> <p>"Kaya, apa-apa melakukan sesuatu itu harus dipikir dulu." (S1,W1, L302)</p> <p>"Sebuah keputusan kan ga bisa diambil secara, oh, spontan gitu, 'oh ya, aku ini', mau gini, mau gitu." (S1,W1, L304)</p> <p>"Harus dipikir dulu, adaa baiknya atau tidakk, maksudnya eee, kedepannya tuh ada-" (S1,W1, L306)</p> <p>"Heeh, maksudnya tuh ada beresiko atau ndal, gitu." (S1,W1, L308)</p> <p>"Harus mikir panjang dulu, kalau aku tuu, mikir panjang dulu, baru bisa mengambil keputusan." (S1,W1, L310)</p> <p>Menanggapi hal buruk yang terjadi.</p> <p>"Yang terjadi hal buruk. Yaa</p>	<p>L372)</p> <p>"Kaya, apa ya, aku udah serius-serius bantu dia, tapi hh, giliran saya minta pertolongan, saya di..acuhkan, atau mereka pura-pura sibukk, gitu lo." (S1,W1, L374)</p> <p>"Kan sama saja tidak menghargai," (S1,W1, L376)</p> <p>"Heeh, disepelekan, gak suka. (S1,W1, L378)"</p> <p>Mengatasi perasaan marah atau emosi.</p> <p>"Emm, tenang duluu," (S1,W1, L380)</p> <p>"Kalau udah mentok sih saya, heehhahaha, kalau udah mentok, sayaa, kasih tau orangnya, kek marah-marahin. Kaya menjelaskan gitu, 'kok lu kaya gini sih? Kenapa sih? Padahal kan</p>
--	--	--	---	---

		<p>Adanya dukungan dari teman-teman.</p> <p>"Sering ngajak main." (S1, W1, L246)</p> <p>"Kalau lagi galau, sering, kaya, 'ayok nongkrong sini yukk', gitu loh." (S1, W1, L248)</p> <p>"Menghiburr, gitu." (S1, W1, L250)</p> <p>Tidak merasakan adanya dukungan dari lingkungan.</p> <p>"Lingkungan rumah?" (S1, W1, L252)</p> <p>"Gaada." (S1, W1, L254)</p> <p>"Ga ada hehehehe." (S1, W1, L256)</p>	<p><i>semua, kita kan manusia, yang bukan, kek, sempurna gitu loh. Yaa udah, biarin aja gitu.</i> (S1, W1, L318)</p> <p>"Menanggapinya, b aja." (S1, W1, L320)</p> <p>"Heeh, heeh, bodoamat." (S1, W1, L322)</p> <p>Yang dilakukan saat mengalami hal buruk.</p> <p>"Kalo diriku sendiri, ya aku kek mikir tenang dulu ya." (S1, W1, L328)</p> <p>"Baru kek, sss, introspeksi diri, 'oh aku salah ya', 'oh jadi aku kedepannya harus gini', gini, gitu." (S1, W1, L330)</p> <p>"Aku tuh orangnya gampang introspeksi, jadi kalau orang lain nganggepnya akuu salah, itu aku langsung merubah sikap, gitu loh." (S1, W1, L332)</p>	<p><i>gue udah gini ke elo..';</i> (S1, W1, L382)</p> <p>" 'Lo tuh bisa mikir gak sih?'" (S1, W1, L384)</p> <p>"Respon aku, oh yaudah aku tau karakter dia, yaudah, kek, 'oh cukup tau ajyaa' hehehe." (S1, W1, L392)</p> <p>"Cukup tauu, oh yauda akuu, rak men belek neh (gak akan balik lagi)," (S1, W1, L394)</p> <p>"Urusan karo wong kui. Yah jan (Urusan sama orang itu, yah gitu). Hehehehe." (S1, W1, L396)</p>
--	--	--	---	--

"Dalam kehidupan maupun pekerjaan." (S1,W1, L334)



2.	SVV	<p>Memiliki hubungan yang baik dengan ayah namun tidak sedekat dengan ibu sehingga tidak bisa terbuka apabila memiliki masalah. <i>"Baik-baik aja." (S2,W1, L231)</i> <i>"Yaa, yaa ngobrol aja tiap, maksudnya, ya biasa aja kalo, masih suka becanda juga," (S2,W1, L233)</i> <i>"Ya ngobrol tapi ga seintens itu ngobrolnya, gitu. Kalo ada apa-apa ya ngga yang cerita banget sama, kaya sama kaya ibu gitu ngga." (S2,W1, L235)</i></p> <p>Memiliki hubungan yang baik dan akrab dengan teman-teman dimana lebih sering menghabiskan waktu bermain dan bercerita dengan teman sebab bisa bercerita lebih luwes.</p>	<p>Memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam hidup. <i>"Emm, pengen, intinya kalau saya sih tujuannya sekarang tuh, pengen kerjaa," (S2,W1, L293)</i> <i>"Yang punya gaji bulanan," (S2,W1, L295)</i> <i>"Dah itu aja, pengennya sih itu." (S2,W1, L297)</i> <i>"Karena yaa, realistis aja sih, maksudnya kalo, jaman sekarang sih, yaa walaupun, yaa pengennya sih ya, punya usaha sampingan juga," (S2,W1, L299)</i> <i>"Cuman, yang pengen saya capai sekarang tuh, kerja yang ada gaji bulannya, gitu." (S2,W1, L301)</i></p> <p>Merasakan perhatian yang diberikan oleh ayah dan teman-teman. <i>"Eee, mereka sih, ya</i></p>	<p>Cara menjalin hubungan atau relasi dengan orang lain. <i>"Nganu, kaya membukaa, gini caranya tuh kalo aku yaa," (S2,W1, L367)</i> <i>"Emang sih, kan orang itu kan ga suka di SKSD-in ya," (S2,W1, L369)</i> <i>"Maksudnya Sok Kenal gitu loh," (S2,W1, L371)</i> <i>"Cuman kalo, eee, caranya tuh aku ngeyakini diri aku sendiri, jadi aku piker dulu, bener bener di otak tuh mikir dulu, hmm kamu harus bisa ngobrol sama ni orang." (S2,W1, L373)</i> <i>"Orang baru lah, atau sama orang, intinya, orang lah, gitu." (S2,W1, L375)</i> <i>"Kamu harus bisaa, yang saya-jadi yang aku pikirin itu, yang aku omongin ke orang itu, jadi itu cara aku</i></p>
----	-----	--	---	--

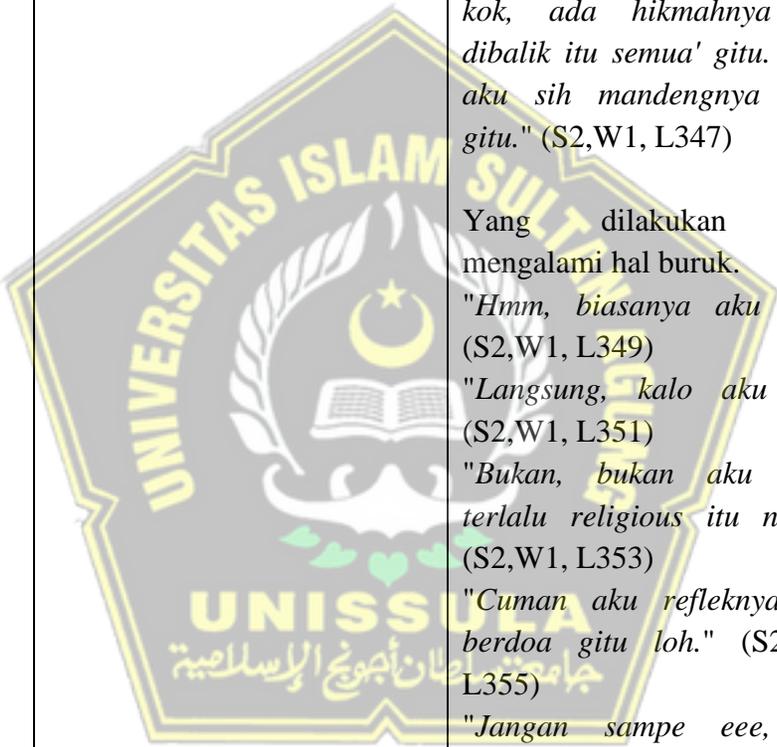
		<p>"Baik-baik ajaa," (S2,W1, L241)</p> <p>"Malah biasanya kalau ada apa-apa ya ceritanya sama temen-temen sih." (S2,W1, L243)</p> <p>"Malah lebih intens cerita ke temen daripada ke bapak, gitu." (S2,W1, L245)</p> <p>Bersikap biasa saja dan berinteraksi sekenanya saja dengan lingkungan sekitar.</p> <p>"Kalau menurut aku sih baik-baik aja ya," (S2,W1, L249)</p> <p>"Cuman kan kalo orang pasti ngelihatkita itu kalo, tertutup tuh pasti mikirnya 'apasih, orang kok ga pernah nyapa?' gitu," (S2,W1, L251)</p> <p>"Cuman kalo menurut aku si, baik-baik aja sih." (S2,W1, L253)</p> <p>Memiliki aturan yang</p>	<p>pokoknya intinya mendukung lah gimana maunya saya, gitu." (S2,W1, L303)</p> <p>"Jadi, ya ada sih, maksudnya, ya yaudah gitu, kamu mau gimana gimana ya yaudah terserah kamu. Yang penting kamunya tuh yaa seneng, tapi yang bener gitu loh." (S2,W1, L305)</p> <p>"Jadi, apa ya, yang bikin kamu bahagia tapi masih di jalan yang bener gitu." (S2,W1, L307)</p> <p>"Intinya masih yang, jangan yang nyelempang gitu." (S2,W1, L309)</p> <p>Pandangan tentang diri sendiri.</p> <p>"Aku tuh orangnya tuh, menurut aku tuh," (S2,W1, L313)</p> <p>"Ehhh, humble, tapi, menurut aku sih humble, cuman,"</p>	<p>ngebuka relasi sama orang gitu." (S2,W1, L377)</p> <p>"Jadi ngeyakinin." (S2,W1, L379)</p> <p>Cara menyelesaikan masalah yang sedang dialami.</p> <p>"Menyelesaikan masalah, hmm, biasanya sih aku, kalo emang misalnya butuh bantuan temen, aku nanya temen." (S2,W1, L383)</p> <p>"Kalo misalnya, tergantung konteksnya sih, kalau misalnya emang butuh bantuan sama bapak aku, ya aku nanya sama bapak aku, gitu, jadi intinya, kalo misalnya bisa didiskusiin, aku diskusiin, kalo misalnya ngga, ya aku nyelesain masalah sendiri gitu." (S2,W1, L385)</p>
--	--	--	--	--

		<p>diterapkan oleh ayah. <i>"Hmm, aturannya yaa intinya 'kamu boleh main sampe malem tapi jangan malem banget dan tau aturan' gitu loh."</i> (S2,W1, L255) <i>"Terus yaa, sebisa mungkin kamu nyelesaiin pendidikan kamu dulu, eee, kerja yang-"</i> (S2,W1, L257) <i>"Kerja yang, kalau bisa ya kerja yang mapan, yang enak gitu, ya pokoknya, intinya tuh memperbaiki diri aja lah gitu. Tau—tau diri lah pokoknya gitu."</i> (S2,W1, L259) <i>"Dan turr—apa, patuh sama aturan, itu aja. Aturan apa aja yang hh, bukan aturan yang dibuat sama bapak saya aja tuh ngga, maksudnya ya aturan apa aja harus diturutin, gitu."</i> (S2,W1, L261) <i>"Yang baik pokoknya."</i></p>	<p>(S2,W1, L315) <i>"Apa ya, humble-nya tuh ga tau kenapa cuman bisa sama, eh, bukan sama orang lama, maksudnya tuh, sama orang bisa humble."</i> (S2,W1, L317) <i>"Cuman tuh bertahap banget gitu loh, gak yang langsung, gak yang pertama langsung humble, ken-apa kenal pertama langsung bisaa ngomong banyak, nah itu tuh gak gak gitu. Jadi,"</i> (S2,W1, L319) <i>"Emang pertamanya sih, kalo menurut aku, aku liat aku sih, emang kalo sama orang baru emang agak susah."</i> (S2,W1, L321) <i>"Maksudnya, emang agak susah tuh dalam artian membuka obrolan, terus buat basa basi tuh agak susah."</i> (S2,W1, L323) <i>"Jadi yaa, itu agak, itu agak,</i></p>	<p>Mendiskusikan permasalahan dengan orang lain. <i>"Heem iya, tergantung sih tapi,"</i> <i>"Maksudnya, masalah apa dulu yang dihadapin, kalo emang misalnya masalahnya membutuhkan diskusi dengan orang lain,"</i> <i>"Ya aku diskusiin, kalo misalnya emang gitu gak-gak apa, gak penting didiskusiin,"</i> <i>"Aku masih bisa handle,"</i> <i>"Yaudah diri aku sendiri aja yang nyelesain masalahnya itu."</i> <i>"Jadi mikir sendiri gitu."</i> <p>Yang dipikirkan dan dilakukan ketika berada dalam kondisi tertekan, dalam keadaan yang sulit atau bahkan buruk. <i>"Ohh, mikirnya sih kalo</i></p> </p>
--	--	--	---	--

		<p>(S2,W1, L263)</p> <p>Menjadikan ibu sebagai panutan dalam hidup.</p> <p>"Emm, cuman ibu saya sih. Sejauh ini..." (S2,W1, L265)</p> <p>"Hmm, yak arena kan, gatauu, ya, apa ya, saya ngerasa ya itu tadi, dia itu orangnya tuh tegar dalam menjlani apapun, dia tuh sabar," (S2,W1, L267)</p> <p>"Ee, kalo misalnya eee, dia cape dia, maksudnya, ga pernah bilang, maksudnya ga geluh gitu, ngga." (S2,W1, L269)</p> <p>"Jadi yaudah ngalir aja gitu, jadi itu yang bikin saya kagum sih." (S2,W1, L271)</p> <p>Ayah memberikan dukungan.</p> <p>"Emm, dukungannya sii, ya penuh si, maksudnya kalo buat kebaikan anaknya sih,</p>	<p>apa yaa, menyulitkan saya sih. Karena kan, kita kan gak mungkin terus kumpul sama orang lama kan." (S2,W1, L325)</p> <p>"Kita kan pasti dimana pun itu pasti akan ketemu sama orang baru, itutuh, nah itu tuh susahnyanya saya kan untuk membuka topik, membuka obrolan, gitu. Jadi ya menurut aku kalau ngeliat diri aku sendiri sih, eee, susah kenal orang baru gitu loh." (S2,W1, L327)</p> <p>"Walaupun sebenarnya pengen, gitu." (S2,W1, L329)</p> <p>Cara menghargai diri sendiri.</p> <p>"Hmm, kalo aku sih yaa, kalau misalnya, misal nih udah kerja keras, misal kerja keras gitu kan," (S2,W1, L331)</p> <p>"Itu kalo misalnya dapet gaji</p>	<p>misalnya dii saat kondisi terpuruk gitu tuh," (S2,W1, L401)</p> <p>"Eee, takutnya kala u terjadi apa-apa, maksudnya, ee, takutnya tuh nanti, eee, masalah ini tuh jadi panjang atau masalah ini tuh jadi besar atau gimana gitu kan." (S2,W1, L403)</p> <p>"Nah itukan, aku mikir gimana caranya, gimana caranya nyelesain ini, kalau misalnya udah, udah aku mentok ga dapet caranya yo, aku, aku rehat dulu." (S2,W1, L405)</p> <p>"Aku nyelesain masalah- ee, nyelesain tekanan ini tu yo dengan menghibur diri, buat dengerin music gitu, jadi tuh kaya, sebisa mungkin tuh dibikin relax dulu," (S2,W1, L407)</p> <p>"Terus abis itu tuh mikir</p>
--	--	---	---	--

		<p><i>dia ngedukung banget apapun itu, gitu." (S2,W1, L273)</i></p> <p><i>"Aapun itu, eee, mau keterima kerjanya dimana, ya udah, maksudnya dia mendukung penuh gitu lah, itu salah satu dukungannya sih." (S2,W1, L277)</i></p> <p>Teman-teman memberikan dukungan.</p> <p><i>"Hmm, sejauh ini sih mereka sih mendukung yaa, maksudnya kalo yang saya rasakan sih mereka mendukung," (S2,W1, L281)</i></p> <p><i>"Aapun yang saya pilih, apapun yang saya ambil." (S2,W1, L283)</i></p> <p><i>"Cuman yaa, misalnya pun eee, itu tidak membuat mereka nyaman, kalo misalnya saya nyaman, yaa mereka yaa hanya bisa</i></p>	<p><i>atau eee, atau iya, kalau dapet gaji gitu tuh biasanya aku ngasih reward diri aku sendiri tuh ya, dengan belanja sih, kaya menghargai aku tuh menurutku tuh kaya, harus bikin aku seneng gitu, nah itu dengan cara belanja sih sejauh ini." (S2,W1, L333)</i></p> <p>Sikap dalam menentukan keputusan.</p> <p><i>"Emmm, aku tuh menentukan keputusan ituu," (S2,W1, L335)</i></p> <p><i>"Yaa, gimana ya, untuk sejauh ini sih masih belum, masih belum stabil yaa." (S2,W1, L337)</i></p> <p><i>"Dalam artian tuh, eee, aku juga baru lulus, aku juga belum kerja," (S2,W1, L339)</i></p> <p><i>"Jadi kan, kaya untuk mengambil keputusan tuh ya</i></p>	<p><i>lagi, gitu." (S2,W1, L409)</i></p> <p><i>"Jadi yaa itu, sebisa mungkin santai dulu lah, santai dulu, terus nanti mikir, kalau misalnya emang mikir itu—mikir sendiri itu udah mentok gak bisa, ya aku nanya sama, eee, orang sekitar gitu. Kalau misalnyaa, apa, emang harus, harus didiskusiin lagi gitu, masalah yang terpuruknya gitu, kalau misalnya ngga, ya ngga, sendiri aja." (S2,W1, L411)</i></p> <p>Merasa marah atau emosi.</p> <p><i>"Eee, marah atau emosi ituu.." (S2,W1, L413)</i></p> <p><i>"Pass, kalo misalnya, apa ya, lag—eee gini, kalau misalnya aku belum bisa mencapai sesuatu yang aku pengen gitu loh." (S2,W1, L415)</i></p>
--	--	--	--	--

		<p>menyerahkanke saya lagi, gitu loh, yang ap—apa yang mau saya pilih gitu." (S2,W1, L285)</p> <p>Ada dukungan dari lingkungan sekitar namun tidak terlalu terasa. "Emm, menurutku sih, ya mereka mendukung-mendukung aja, maksudnya, ee, saya mau apa, saya mau gimana, ya, yaudahh, mereka ngedukung aja, gitu. Kalau buat lingkungan sih saya kuran-saya kurang paham ya, soalnya juga, hhm, jarang—jarang keluar juga di lingkungan sini," (S2,W1, L289)</p> <p>"Jadi yaa, menurut saya ngedukung aja sih," (S2,W1, L291)</p>	<p>masih, masih awangan, maksudnya tuh dalam arti 'kamu harus bisa gini, gamau tau harus bisa gini'." (S2,W1, L341)</p> <p>"Cuman yo kadang, kan ga sesuai ekspektasi ya, jadi yaudah, kamu lebih legowo, gitu. Jadi yaa kalo misalnya untuk mengambil keputusan sih, eee, usaha dulu lah. Usaha duuu, kalo misalnya emang belum bisa, yaudah, lebih legowo aja gitu." (S2,W1, L343)</p> <p>Menanggapi hal buruk yang terjadi.</p> <p>"Emm, ya itu, lebih legowo aja, maksudnya dalam artian eee, lebihapa ya, lapang dada sih, maksudnya sabar," (S2,W1, L345)</p> <p>"Tapi tuh harus yang lebih lebih kaya menerima</p>	<p>"Itu aku ngerasa emosi sih, maksudnya, marah, marah, karena kan 'kok kamu belum bisa nyapai itu sih' gitu, harusnya kan bisa gitu, yaudah cuman ngerasa itu aja. Apa, jadi ngerasa marahnya tu ketika belum bisa nyapai sesuatu ituu, ga sesuai yang aku harapkan gitu loh." (S2,W1, L417)</p> <p>"Eee, gak lama sih kalau kaya gitu, mungkin sehari, sehari dua hari lah, sehari dua hari. Itu udah, udah, terus eee, akhirnya sadar gitu, oh berarti belum rezeki, oh berarti belum punya kamu gitu loh." (S2,W1, L419)</p> <hr/> <p>Cara mengatasi perasaan marah atau emosi.</p> <p>"Emmmm, ga ada sih, cuman—yaitu cuman kaya</p>
--	--	---	---	---

			<p>gitu loh, 'oh gapapa, kalau misalnya hal buruk itu, pasti adaa, eee, kebbaikannya nanti kok, ada hikmahnya lah dibalik itu semua' gitu. Kalo aku sih mandengnya kaya gitu." (S2,W1, L347)</p> <p>Yang dilakukan saat mengalami hal buruk.</p> <p>"Hmm, biasanya aku tuh," (S2,W1, L349)</p> <p>"Langsung, kalo aku ya," (S2,W1, L351)</p> <p>"Bukan, bukan aku yang terlalu religious itu ngga," (S2,W1, L353)</p> <p>"Cuman aku refleknya tuh berdoa gitu loh." (S2,W1, L355)</p> <p>"Jangan sampe eee, hal buruk itu tuh menimpa aku lagi gitu." (S2,W1, L357)</p> <p>"Ya kita kan cuman bisa berdoa sama usaha ya, kalo,"</p>	<p>nenangin diri aja, nenangin diri, terus, maksudnya se relax mungkin, gitu loh, nenangin diri, terus abis itu, kaya nanti tuh otaknya tuh mikir sendiri gitu, oh yaudah gapapa, gitu, udah gitu tok, cuman gitu aja." (S2,W1, L421)</p> <p>"Jadi hanya butuh waktu aja gitu." (S2,W1, L423)</p>
--	--	---	---	---

			<p>(S2,W1, L359)</p> <p><i>"Ya kalo namanya juga manusia kan biasanya cuman berdoa dan usaha, cuman kan,"</i> (S2,W1, L361)</p> <p><i>"Kalo aku sih refleknya langsung berdoa sih, refleknya langsung berdoa. Karena kan, yaa udah usaha, kita belum bisa, yaaa, larinya ke doa, gitu."</i> (S2,W1, L363)</p>	
--	--	--	---	--



D. Tema-Tema Pokok

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap para subjek, dapat diperoleh dari subjek penelitian sebagai berikut:

1. Kelekatan dengan ibu.
2. Perilaku dan perasaan duka cita atas pengalaman kematian ibu.
3. Regulasi emosi
4. Pengendalian Impuls
5. Optimis
6. Analisis penyebab masalah
7. Empati
8. Efikasi diri
9. *Reaching Out*
10. *Overcoming*
11. *Steering Through*
12. *Bouncing Back*
13. Sumber dukungan eksternal
14. Kemampuan individu
15. Kemampuan sosial

E. Unit Makna dan Deskripsi

Perbandingan dan Persamaan kategorisasi makna subjek 1 dan 2.

Tabel 4. 2 Unit Makna dan Deskripsi

Tema-tema pokok	Subjek 1	Subjek 2
Kelekatan	Subjek memiliki kelekatan	Subjek memiliki kelekatan

dengan ibu.	<p>yang besar dengan ibu.</p> <p>Subjek merasakan bahwa ibu subjek selalu berusaha memberikan apa yang subjek inginkan, merespon dengan baik pada saat subjek mencoba untuk berinteraksi dan kehadiran penuh ibu di rumah bersama subjek.</p>	<p>yang lekat dengan ibu.</p> <p>Subjek merasakan bahwa ibu subjek akan memberikan apa yang dibutuhkan subjek, respon yang diberikan ibu selalu baik dan paham apa yang diinginkan subjek, ibu subjek selalu meluangkan waktu sehingga subjek dan ibu subjek bisa berbincang setiap hari meskipun ibu subjek bekerja.</p>
<p>Perilaku dan perasaan duka cita atas pengalaman kematian ibu.</p>	<p>Subjek merasakan shock dan penolakan, tidak menerima kenyataan akan kepergian ibu. Stress akibat kekacauan dialami oleh subjek sebab kehilangan dukungan emosional dan tempat berkeluh kesah, membuat subjek merasakan reaksi yang mudah berubah diikuti perilaku mengurung diri.</p> <p>Subjek juga menyalahkan diri dan merasa bersalah karena belum sempat berbakti yang sesungguhnya pada ibu dan disaat yang sama, rasa</p>	<p>Subjek merasakan shock dan menolak kenyataan dengan kepergian ibu yang dirasakan terlalu cepat karena subjek belum bisa membahagiakan dengan mewujudkan cita-cita yang ingin dicapai. Kekacauan dirasakan subjek, hal ini disebabkan sedikitnya subjek bergantung akan ibu yang biasa mengurus segala kebutuhan subjek. Reaksi yang mudah berubah dirasakan subjek hingga saat ini meski subjek sebisa</p>

	<p>kehilangan dan kesepian melanda subjek yang terbiasa akan kehadiran ibu yang menemani sewaktu ayah pergi bekerja. Namun rasa syukur subjek rasakan, karena ibu sudah tidak merasakan sakit lagi mengingat ibu menderita penyakit stroke yang sudah menahun. Subjek berusaha sebisa mungkin untuk menyesuaikan diri kembali ke kehidupan pasca kematian ibu karena mau tidak mau hal tersebut harus dilakukan.</p>	<p>mungkin tidak menunjukkan apa yang dirasakan. Perasaan bersalah dan menyalahkan diri sendiri subjek lakukan karena subjek merasa tidak menurut dan menunda-nunda kala ibu membutuhkan bantuan, terlebih hal tersebut menambah rasa kehilangan dan kesepian subjek akan sosok ibu yang begitu terasa sebab subjek yang merupakan anak tunggal terbiasa akan kehadiran ibu yang disisi lain ayah subjek tidak setiap hari berada di rumah. Namun, disisi lain kelegaan dirasakan subjek karena ibu sudah tidak merasakan sakit kanker payudara lagi. Subjek menganggap diri mampu kembali ke kehidupan pasca kematian ibu, hanya saja tidak merasa yakin untuk melakukan hal tersebut dengan baik.</p>
--	--	---

Regulasi Emosi	Subjek biasa mencurahkan perasaannya dengan menangis terlebih dahulu, sebab subjek akan bisa berpikir dengan jernih dan tenang untuk memikirkan apa yang harus dilakukan untuk merubah situasi yang sedang terjadi.	Subjek akan berusaha tenang saat berada dalam kondisi tertekan dan berusaha menghadapi kondisi yang sedang dialami tersebut semisal menemui jalan buntu, subjek akan rehat sejenak-sebisa mungkin menghibur diri dan mendengarkan music. Setelahnya memikirkan lagi cara menghadapi kondisi yang menekan tersebut.
Pengendalian Impuls	Subjek bukan tipe orang yang spontan dalam melakukan sesuatu, subjek akan berusaha memikirkan potensi baik dan buruk saat melakukan sesuatu sehingga resiko yang ada bisa dihindarkan atau diminimalisir. Walau begitu apabila ada resiko yang harus ditanggung, subjek merasa itu adalah hal yang biasa sebab hal tersebut sudah biasa terjadi sebagai resiko akan pilihan yang diambil.	Subjek berusaha melakukan yang terbaik walau terkadang apa yang diusahakan tidak sesuai dengan harapan sehingga subjek hanya akan menerima dengan lapang dada bahwa akan ada hikmah dari apa yang sudah terjadi.
Optimis	Subjek ingin membahagiakan	Subjek ingin bekerja yang

	<p>orangtua subjek dimana subjek berusaha bekerja keras untuk menabung membelikan rumah untuk orangtua subjek.</p>	<p>memiliki gaji bulanan dan usaha sampingan sebab subjek merasa di jaman sekarang harus berpikiran realitis akan kehidupan yang membutuhkan biaya yang cukup besar.</p>
<p>Analisis Penyebab Masalah</p>	<p>Karena subjek bukan tipe yang spontan dalam bertindak, terlebih dahulu subjek akan mencoba menjernihkan dan menenangkan diri untuk memikirkan solusi merubah situasi dari permasalahan yang sedang dialami, dimana subjek akan apakah solusi yang didapat memiliki resiko atau tidak jika dilakukan.</p>	<p>Subjek akan menenangkan diri supaya subjek bisa memikirkan solusi untuk mengatasi permasalahan yang ada dengan lebih jernih karena dalam melakukan sesuatu, subjek selalu berusaha sebisa mungkin melakukan yang terbaik.</p>
<p>Empati</p>	<p>Subjek mampu merasakan apabila ada seseorang yang melakukan kegiatan yang menyibukkan diri sehingga mengacuhkan subjek yang saat itu meminta pertolongan dengan orang tersebut.</p>	<p>Subjek mampu merasakan ketidaknyamanan teman-temannya yang subjek tangkap dari bahasa tubuh teman-teman subjek berkaitan dengan suatu keputusan yang diambil subjek.</p>
<p>Efikasi Diri</p>	<p>Subjek memiliki keyakinan</p>	<p>Subjek berkeyakinan untuk</p>

	<p>untuk memecahkan masalah yang sedang dialami dengan cara memikirkan terlebih dahulu langkah apa yang harus diambil, memikirkan baik-buruk dan apakah langkah yang diberikan beresiko untuk menyelesaikan permasalahan. Selain itu, subjek terbiasa mengintrospeksi diri sendiri untuk menyelesaikan masalah yang dialami.</p>	<p>memecahkan permasalahan dengan berusaha sebisa mungkin untuk melakukan apa yang menurut subjek terbaik, selain dengan usaha, subjek juga membarengi dengan berdoa kala mengalami masalah.</p>
<i>Reaching Out</i>	<p>Subjek akan berintrospeksi diri guna meminimalisir resiko masalah yang bisa saja menimpa diri subjek kembali, menentukan apa yang harus dilakukan apabila permasalahan yang datang.</p> <p>Namun subjek beranggapan bahwa hal buruk dalam hidup merupakan hal yang pasti terjadi pada siapa saja bagaimanapun manusia bukanlah makhluk yang sempurna.</p>	<p>Apabila hal buruk yang sedang menimpa subjek dan subjek sudah berusaha sebisa mungkin melakukan yang terbaik untuk menyelesaikan permasalahan tersebut namun tidak sesuai dengan harapan subjek, subjek akan menerima dengan <i>legowo</i> (lapang dada). Karena menurut subjek akan ada hikmahnya dari apa yang terjadi.</p>
<i>Overcoming</i>	<p>Subjek terbiasa</p>	<p>Subjek akan memikirkan</p>

	<p>mengintrospeksi diri sendiri kala memiliki masalah sehingga di masa yang akan datang, jika permasalahan yang sama terjadi lagi, subjek sudah mengetahui apa yang harus dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut.</p>	<p>terlebih dahulu langkah apa yang harus dilakukan saat sedang mengalami permasalahan. Sehingga langkah yang diambil dipikirkan dengan pikiran yang lebih jernih dimana subjek selalu melakukan sesuatu dengan sepenuh hati, melakukan yang terbaik.</p>
<p><i>Steering Through</i></p>	<p>Subjek sebisa mungkin melakukan apapun dalam hidup dengan kemampuannya sendiri. Subjek hanya meminta bantuan kala subjek merasa tidak bisa menyelesaikan apa yang dilakukan sehingga subjek akan meminta bantuan orang lain.</p>	<p>Subjek melakukan yang terbaik sebisa mungkin dalam melakukan sesuatu. Meminta bantuan menurut subjek hanya dilakukan saat subjek sudah merasa tidak mampu menyelesaikan apa yang dilakukan sendirian.</p>
<p><i>Bouncing Back</i></p>	<p>Subjek menunjukkan keyakinan untuk mampu mengatasi kemalangan dengan mengintrospeksi diri sendiri sehingga kedepannya subjek memiliki solusi untuk menyelesaikan permasalahan.</p>	<p>Subjek menunjukkan keyakinan mengatasi kemalangan dengan memikirkan solusi dan langkah kedepannya untuk mengatasi kemalangan yang terjadi. Namun apabila tidak</p>

		sesuai harapan, subjek akan pasrah dan menerima hikmah dari kemalangan yang sedang terjadi.
Sumber Dukungan Eksternal	<p>Subjek tidak memiliki kedekatan dengan keluarga selain dengan ibu namun memiliki hubungan yang baik dengan ayah subjek, tak lupa pula subjek memiliki hubungan yang baik dengan teman-teman subjek namun dengan lingkungan sekitarnya, subjek hanya berinteraksi sekenanya saja. Adanya aturan yang diterapkan ayah subjek untuk subjek. <i>Role model</i> yang dipilih adalah ayah subjek sebab adanya pendirian yang teguh, setia dan bertanggung jawab yang dimiliki ayah subjek. Subjek merasakan adanya dukungan dari ayah maupun teman-teman subjek namun subjek tidak merasakan adanya dukungan dari lingkungan sekitarnya.</p>	<p>Subjek merasakan kedekatan hanya dengan ibu namun memiliki hubungan yang baik dengan ayah subjek, diikuti dengan adanya hubungan baik dengan teman-teman subjek tapi di lingkungan sekitar, subjek hanya berinteraksi sekenanya saja. Ayah subjek memberikan aturan untuk subjek. <i>Role model</i> yang dipilih oleh subjek adalah ibu subjek sebab tegar dalam menjalani segala keadaan, sabar bahkan tidak mudah mengeluh kala lelah mendera. Dukungan yang dirasakan subjek berasal dari ayah maupun teman-teman subjek, hanya dukungan dari lingkungan sekitar yang subjek tidak rasakan.</p>

<p>Kemampuan Individu</p>	<p>Adanya tujuan yang ingin dicapai oleh subjek. Subjek merasakan adanya dukungan yang diberikan oleh ayah dan teman-teman subjek. Subjek memandang dirinya dalam bentuk yang positif. Cara subjek dalam menghargai diri sendiri adalah bekerja keras hingga orang lain tidak memandang subjek buruk. Dalam menentukan keputusan, subjek tidak bisa spontan, subjek harus memikirkan terlebih dahulu untuk mengukur apakah beresiko atau tidak keputusan yang akan diambil. Subjek hanya menanggapi sekenanya saja apabila mengalami hal yang buruk sebab bagi subjek hal buruk sudah biasa terjadi dan bisa terjadi kapan saja. Berusaha tenang dan mengintrospeksi diri sehingga mampu menyesuaikan diri adalah hal yang akan dilakukan subjek apabila ada</p>	<p>Subjek memiliki tujuan yang ingin dicapai selain itu subjek juga merasakan adanya dukungan yang diberikan oleh ayah dan teman-teman subjek. Subjek memandang dirinya dalam bentuk yang positif. Subjek memiliki cara untuk menghargai diri sendiri dengan berbelanja. Berusaha sebisa mungkin untuk melakukan yang terbaik dalam menentukan keputusan. Subjek berpandangan untuk menerima dengan lapang dada bahwa akan ada hikmah dari hal buruk yang sedang terjadi adalah bagaimana subjek menanggapi hal buruk yang sedang terjadi pada subjek dan berdoa untuk melewati hal buruk tersebut.</p>
---------------------------	--	---

	hal buruk yang terjadi.	
Kemampuan Sosial	<p>Subjek membangun percakapan dengan santai sekaligus pendekatan hingga pertemanan terjalin baik.</p> <p>Dalam menyelesaikan permasalahan, subjek terbiasa mengintrospeksi diri sendiri namun apabila tidak tahu harus melakukan apa, subjek akan meminta pendapat orang lain yang memberikan sudut pandang lain. Saat berada dalam kondisi yang sulit, subjek akan menangis untuk mencurahkan perasaannya sebab cara itu membuat subjek mampu berpikir jernih dan tenang untuk berpikir bagaimana merubah situasi yang sedang dialami. Subjek merasa marah apabila ada orang yang tidak menghargai, menyepelekan subjek.</p> <p>Awalnya subjek tidak memikirkan hal tersebut namun apabila hal tersebut terlalu sering terjadi, subjek</p>	<p>Subjek berusaha untuk mendekati dengan memulai percakapan dengan orang tersebut dimana sebelumnya sudah dipikirkan terlebih dahulu apa yang hendak disampaikan. Subjek akan menyelesaikan permasalahan apabila masih bisa subjek <i>handle</i>, jika permasalahan memerlukan diskusi dengan orang lain terutama ayah, subjek akan mendiskusikannya. Saat dalam kondisi tertekan, subjek akan memikirkan solusi untuk menyelesaikan kondisi yang sedang dialami, yang apabila menemui jalan buntu, subjek akan rehat sejenak-merilekskan diri kemudian setelahnya akan mencoba memikirkan cara lain guna menghadapi kondisi yang sedang terjadi. Jika masih tidak menemukan jalan</p>

	<p>akan langsung mengungkapkan apa yang subjek pikirkan ke orang tersebut. Subjek tidak memperdulikan respon balik orang tersebut, subjek tidak terlalu ingin berurusan lagi dan memberikan jarak sehingga subjek tidak perlu bersinggungan dengan orang tersebut.</p>	<p>keluar, subjek akan meminta saran dari orang lain, apa yang harus dilakukan. Pada saat apa yang diinginkan belum bisa tercapai, subjek akan merasa marah dengan durasi waktu 1-2 hari, selama rentang waktu tersebut subjek akan menenangkan diri sebab setelah hal tersebut dilakukan, subjek bisa berpikir untuk mengatasi amarahnya dengan lebih jernih, tak lupa subjek mengambil hikmah dari kejadian yang menyimpannya.</p>
--	--	--



F. Analisis dan Pembahasan

Analisis dan Pembahasan Subjek 1 (MEP)

a. Gambaran Umum Subjek 1 (MEP)

Subjek merupakan seorang perempuan yang saat ini berusia 25 tahun. Seorang anak tunggal yang kini tinggal hanya bersama dengan ayah di rumah. Subjek kehilangan sosok ibu akan kematian sejak subjek berusia sekitar 23 tahun dimana ibu subjek meninggal di usia kira-kira 57 tahun akibat penyakit stroke yang juga terdapat komplikasi ginjal dan hati sehingga melebar ke jantung ibu subjek.

Subjek memiliki kelekatan penuh dengan ibu subjek, dimana subjek merasakan senang dan puas saat apa yang diinginkan dipenuhi oleh ibu subjek, ibu subjek selalu memberikan respon yang santai bahkan sambal bersenda-gurau dengan subjek saat subjek kala subjek mencoba meminta perhatian ibu subjek dan yang terakhir ibu subjek merupakan seorang ibu rumah tangga, sehingga ibu subjek memiliki waktu penuh di rumah bersama subjek dimana subjek dan ibu subjek sering berbincang. Hal tersebut menandakan bahwa subjek yang sangat dekat dengan ibu sehingga ketika subjek mengalami pengalaman kematian ibu, memengaruhi perilaku dan perasaan duka cita akibat peristiwa tersebut.

Subjek mengalami shock dan menolak akan kenyataan akan kepergian ibu yang subjek rasa cepat, yang selanjutnya mempengaruhi subjek, sebab subjek merasakan kekacauan pada hidup subjek. Sebab saat tertentu, subjek yang terbiasa memiliki ibu subjek untuk menjadi tempat subjek berkeluh kesah, kini hanya bisa memendam apa yang dirasakan karena subjek merasa tidak ada yang bisa diajak bicara dan memberi subjek solusi. Perubahan yang mudah dengan reaksi adalah hal

selanjutnya yang dialami subjek. Subjek mengalami hal ini selama 4 bulan pertama pasca kematian ibu subjek, dibarengi perilaku mengurung diri dan tidak ada keinginan untuk bertemu dengan orang lain. Subjek disatu sisi merasakan rasa bersalah dan menyalahkan diri sendiri sebab subjek merasa belum memiliki kesempatan untuk berbakti yang sesungguhnya pada ibu subjek. Tak dipungkiri, kematian ibu subjek membuat subjek kehilangan sosok ibu baik secara jiwa maupun raga membuat perasaan kesepian tumbuh dalam diri subjek, hal ini terjadi karena subjek yang sudah biasa ditemani ibu saat berada di rumah sewaktu ayah subjek bekerja dari pagi dan sore hari, terlebih ada saat tertentu ayah subjek akan pergi keluar di malam hari yang menjadikan rumah terasa sepi bagi subjek pasca meninggalnya ibu subjek.

Akan tetapi, setelah meninggalnya ibu subjek, subjek merasa bersyukur disamping merasakan kesedihan. Subjek bersyukur ibu subjek sudah tidak merasakan sakit lagi, subjek merasa kasihan dengan rasa sakit yang sudah menahun diderita ibu subjek tersebut. Meski rasa kehilangan yang teramat sangat subjek alami, subjek mau tidak mau harus mengikhhlaskan apa yang sudah terjadi. Walau hidup tidak lagi terasa sama setelah meninggalnya ibu, dimana subjek tidak bisa lagi melakukan rutinitas yang dilakukan dengan ibu dan kehilangan seseorang yang merupakan pendukung emosional subjek, subjek sebisa mungkin menyesuaikan diri untuk kembali hidup. Mau tidak mau subjek harus membiasakan diri pada perubahan hidup yang terjadi.

b. Pembahasan Subjek 1 (MEP)

1) Gambaran Resiliensi

Subjek menunjukkan bahwa subjek memiliki sumber dukungan eksternal dalam hidupnya, diantaranya memiliki hubungan baik dan mendapatkan dukungan baik dari ayah maupun teman-teman dan

memiliki aturan yang diterapkan ayah subjek di dalam rumah. Pernyataan tersebut sesuai dengan penjelasan Grotberg (2003) yang menyatakan bahwa individu yang resilien memiliki kecenderungan memiliki aturan atau struktur dalam keluarganya, dan dukungan dari orang tuanya akan membuat individu tersebut akan lebih percaya diri, kemudian mampu menerima dirinya sendiri dan resilien terhadap situasi yang dihadapinya.

Subjek memiliki kemampuan individu untuk meningkatkan resiliensi dalam diri individu diantaranya adalah memiliki tujuan dalam hidup, mendapatkan perhatian yang diberikan oleh ayah dan teman-teman, adanya pandangan yang positif akan diri sendiri dan kemampuan merawat diri sendiri, pandangan apa adanya dalam melihat permasalahan dan cara penyelesaian masalah yang penuh perhitungan. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Henderson dan Milstein (dalam Fransisca, Dewi & Vonny, 2004) menjelaskan bahwa sumber yang meliputi kekuatan pribadi dari dalam diri individu berkaitan dengan integritas pribadi dan konsep diri, yang di dalamnya meliputi perasaan dicintai (*Lovable*), kebanggaan pada diri sendiri (*Proud of my self*) dan memegang kendali kemudian bertanggung jawab atas hidupnya sendiri (*Autonomous and responsible*). Berdasarkan penjelasan tersebut, sesuai dengan pernyataan dari Grotberg (2003) bahwa orang yang resilien mempunyai rasa bangga pada dirinya sendiri dan puas dengan apa yang telah dicapai dan dimilikinya. Individu percaya pada kemampuan dirinya, rasa kepercayaan diri, dan harga diri yang tinggi sehingga dapat mengatasi setiap masalah atau kesulitan yang dihadapinya. Hal ini dikarenakan orang yang resilien cenderung percaya pada kemampuannya, kemudian individu memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi terhadap

pekerjaannya, dan dapat menerima konsekuensi yang akan dihadapinya.

Kemampuan sosial subjek menunjukkan mampunya untuk menjalin relasi dengan orang lain, mengintrospeksi diri untuk melihat apakah ada hal dalam diri yang harus dibenahi juga mencari bantuan kala dirasa perlu saat menyelesaikan permasalahan dan mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan yang dimiliki dengan cukup baik. Berdasarkan penjelasan tersebut, sesuai dengan pernyataan Grotberg (2003) bahwa individu yang resilien menunjukkan bahwa dirinya mampu mengendalikan pikiran dan perasaannya, individu dapat mengekspresikan perasaannya secara baik dan benar, individu juga mampu memahami kepribadiannya sendiri dan juga orang lain sehingga dapat berkomunikasi dengan lebih mudah dengan orang lain, kemudian individu sanggup untuk membangun hubungan sosial yang baik dengan orang lain.

Subjek mencurahkan perasaannya terlebih dahulu untuk menenangkan pikiran sehingga mampu fokus untuk merubah situasi yang sedang terjadi, yang menandakan subjek memiliki dua keterampilan sehingga dapat memudahkan subjek untuk meregulasi emosi yang sesuai dengan apa yang diungkapkan Reivich dan Shatte (2002) dimana ada dua keterampilan ini dapat membantu individu untuk menenangkan emosi yang tidak dapat dikendalikan, membantu memfokuskan pikiran individu ketika banyak hal membingungkan, dan membantu mengurangi stres yang dialami individu.

Subjek akan berusaha memikirkan potensi baik dan buruk saat melakukan sesuatu sehingga resiko yang ada bisa dihindarkan atau diminimalisir. Berdasarkan penjelasan tersebut, sesuai dengan pernyataan Reivich dan Shatte (2002) bahwa individu yang dapat mengontrol impulsivitasnya dengan mencegah kesalahan yang tidak

disengaja dapat memberikan respon yang tepat terhadap suatu masalah yang ada.

Subjek memiliki keinginan membahagiakan orangtua subjek dimana subjek berusaha bekerja keras untuk menabung membelikan rumah untuk orangtua subjek, mengindikasikan subjek memiliki harapan untuk masa depan yang sejalan dengan pendapat Reivich dan Shatte (2002).

Subjek akan mencoba mencari penyebab permasalahan dan berusaha merubah situasi dari permasalahan yang sedang dialami, dimana subjek akan apakah solusi yang didapat memiliki resiko atau tidak jika dilakukan. Berdasarkan pernyataan tersebut, sesuai dengan pendapat Reivich dan Shatte (2002) yang menjelaskan *casual analysis* merupakan kemampuan individu untuk mengidentifikasi penyebab masalah yang dihadapi oleh individu resilienm, ketika mereka tidak menyalahkan orang lain atas kesalahan yang mereka buat untuk mempertahankan harga diri (*self-esteem*) atau melarikan diri dari rasa bersalah.

Subjek mampu untuk menginterpretasikan bahasa non-verbal yang ditampilkan atau ditunjukkan oleh orang lain dalam hal ini termasuk bahasa tubuh orang lain, sehingga subjek dapat menangkap apa yang orang lain rasakan dan juga pikirkan. Menurut Reivich dan Shatte (2002) empati erat memiliki kaitannya dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda keadaan emosi dan psikologis orang lain.

Subjek mempunyai keyakinan untuk memecahkan masalah yang sedang dialami dengan memikirkan langkah apa yang harus diambil, memikirkan baik-buruk dan apakah ada resiko untuk menyelesaikan permasalahan dengan langkah yang diambil. Berdasarkan penjelasan tersebut, sesuai dengan pernyataan Reivich dan Shatte (2002) bahwa efikasi diri (*self-efficacy*) dapat memberikan keyakinan bahwa subjek

mampu mencapai kesuksesan dan juga memecahkan permasalahan yang sedang dialaminya.

Dalam hal ini subjek merasa bahwa hal-hal buruk dalam hidup tidak dapat dihindari bagi setiap orang dan dapat terjadi pada siapa saja, karena pada dasarnya manusia bukanlah makhluk yang sempurna. Hal ini menunjukkan bahwa subjek dapat melakukan *reaching out*, yang artinya terdapat kemampuan individu untuk mencapai aspek-aspek positif dalam hidupnya setelah kemalangan yang menimpanya, hal ini sesuai dengan pernyataan Reivich dan Shatte (2002).

Subjek terbiasa mengintrospeksi diri sendiri kala memiliki masalah sehingga di masa yang akan datang, jika permasalahan yang sama terjadi lagi, untuk mengatasi permasalahan tersebut dalam hal ini subjek sudah mengetahui apa yang harus dilakukan. Subjek menunjukkan adanya fungsi *Overcoming* dimana Reivich dan Shatte (2002) menjelaskan mengenai individu yang membutuhkan resiliensi guna menghindari kerugian-kerugian yang bisa saja berakibat dari hal-hal yang tidak menguntungkan, hal ini bisa dilakukan dengan cara menganalisis dan mengubah cara pandang secara lebih positif, sehingga meningkatkan kemampuan untuk mengontrol kehidupan manusia itu sendiri.

Subjek sebisa mungkin melakukan apapun dalam hidup dengan kemampuannya sendiri. Subjek hanya meminta bantuan kala subjek merasa tidak bisa menyelesaikan apa yang dilakukan sehingga subjek akan meminta bantuan orang lain. Subjek menunjukkan berfungsinya *Steering Through* yang selaras dengan pernyataan dari Reivich dan Shatte (2002) yang menjelaskan bahwa orang yang resilien akan menggunakan sumber daya internalnya atau dari dalam dirinya, untuk mengatasi setiap permasalahan yang ada tanpa harus merasa terbebani dan memiliki sikap negatif terhadap suatu kejadian. Individu yang

resilien dapat membimbing dan mengendalikan diri mereka sendiri saat mereka menghadapi masalah sepanjang hidup mereka.

Subjek memberikan gambaran terkait keyakinan untuk mampu mengatasi kemalangan dengan mengintrospeksi diri sendiri sehingga kedepannya subjek memiliki solusi untuk menyelesaikan permasalahan. Berdasarkan penjelasan tersebut, sesuai dengan pendapat Reivich dan Shatte (2002) yang menyatakan bahwa individu yang resilien biasanya menghadapi trauma dengan tiga sifat atau karakteristik yang digunakan untuk menyembuhkan diri mereka sendiri dengan menunjukkan gaya koping berorientasi tugas (*task-oriented coping style*) di mana individu mengambil tindakan yang ditujukan untuk mereka dalam mengatasi kemalangan. Individu dalam hal ini sangat percaya bahwa dirinya memiliki kendali atas hasil yang ada di hidup mereka. Individu yang dapat kembali ke kehidupan normal lebih cepat dari trauma, dirinya mengetahui bagaimana berhubungan dengan individu lain sebagai cara untuk mengatasi pengalaman yang mereka rasakan. Dalam hal ini, fungsi subjek dari fungsi *bouncing back* menggunakan tiga karakteristik yang disebutkan di atas.

Beberapa karakteristik orang yang dianggap resilien menurut pendapat Wolin dan Wolin (dalam Anggraeni, 2008) digambarkan dalam diri subjek berdasarkan penelitian ini, diantaranya adalah subjek memiliki dan mampu mengembangkan hubungan yang baik dengan ayah serta teman-teman, saling mendukung satu sama lain serta subjek memiliki *role model* yang sehat dimana *role model* subjek adalah ayah subjek. Subjek juga memiliki inisiatif untuk introspeksi diri dan meningkatkan kemampuan diri guna meningkatkan kemampuan untuk hal-hal yang tidak mampu diubah. Kemudian subjek memiliki kreativitas dimana subjek mampu mempertimbangkan konsekuensi

dari keputusan yang dibuat dan moralitas tergambarkan oleh subjek yang berkeinginan untuk bekerja lebih keras lantaran subjek hendak menabung guna membeli rumah yang ingin subjek belikan untuk orangtua subjek.

1. Analisis dan Pembahasan Subjek 2 (SVV)

a. Gambaran Umum Subjek 2 (SVV)

Subjek merupakan seorang perempuan yang saat ini berusia 25 tahun sekaligus seorang anak tunggal yang kini hanya tinggal berdua saja dengan ayah subjek. Subjek kehilangan sosok ibu karena kematian pada saat subjek berusia 16 tahun, dimana subjek berada di kelas 1 SMA. Ibu subjek tutup usia di usia 48 tahun dimana meninggalnya ibu subjek disebabkan penyakit kanker payudara yang diderita ibu subjek.

Kelekatan terjalin antara subjek dengan ibu subjek. Hal ini ditandai adanya rasa senang subjek yang keinginannya dipenuhi oleh ibu subjek, kemudian ibu subjek selalu merespon dengan baik kala subjek meminta perhatian dimana subjek pasti akan bermanja-manja dengan ibu subjek. Meskipun bekerja, ibu subjek berusaha untuk tetap meluangkan waktu sehingga komunikasi diantara subjek dan ibu subjek tetap terjalin, berbincang tentang apa yang dialami masing-masing pada hari tersebut.

Subjek merasakan shock dan penolakan akan kematian ibu subjek, sebab subjek merasa belum mampu membahagiakan ibu dengan mewujudkan cita-cita yang ingin dicapai. Subjek masih merasakan perasaan ini sampai sekarang, akan tetapi subjek berusaha untuk tidak terus menerus terpuruk. Tidak diragukan lagi, kekacauan terjadi juga pada diri subjek. Sebab subjek terbiasa akan ibu subjek yang mengurus segala hal yang dibutuhkan subjek, yang sedikitnya membuat subjek bergantung akan hal tersebut. Namun demikian, perasaan ini hanya subjek rasakan

paling lama 3 bulan di awal-awal waktu kepergian ibu subjek. Reaksi yang dimiliki subjek mudah sekali berubah pasca kematian ibu, yang subjek rasakan sampai sekarang, namun subjek tidak menunjukkan dan memilih memendam sebisa mungkin. Sebab tidak semua orang akan mengerti apa yang sedang dialami subjek dan subjek merasakan tidak adanya solusi yang bisa membantu apabila menunjukkannya. Tak bisa dipungkiri perasaan bersalah dan menyalahkan diri sendiri sempat dirasakan subjek. Karena subjek merasa bahwa subjek belum memberikan yang terbaik dan menurut kala ibu subjek butuh pertolongan. Perasaan sepi dan kosong akibat kehilangan sosok ibu dirasakan subjek, dimana subjek sangat dekat dengan ibu subjek, terbiasa akan kehadiran ibu yang menemani di rumah, terlebih ayah subjek tidak setiap hari berada di rumah. Meski demikian, kelegaan adalah perasaan lain yang dirasakan subjek selain kesedihan pasca kematian ibu subjek. Subjek lega, ibu subjek tidak merasakan sakit lagi sebab subjek mengetahui bagaimana rasa sakit yang ibu subjek rasakan dimana subjek menjadi orang yang sering menjaga ibu subjek saat di rumah sakit. Subjek merasa tidak yakin untuk mampu berbaur kembali dengan lingkungan sekitar dengan baik pasca meninggalnya ibu subjek lantaran peristiwa menyedihkan tersebut membuat subjek menjadi pribadi yang lebih tertutup dan membatasi diri kala berinteraksi dengan orang lain maupun lingkungan sekitar rumah.

b. Pembahasan Subjek 2 (SVV)

1) Gambaran Resiliensi

Subjek menunjukkan sumber dukungan eksternal dalam hidupnya, diantaranya memiliki hubungan baik dan mendapatkan dukungan baik dari ayah maupun teman-teman dan memiliki aturan yang diterapkan ayah subjek di dalam rumah. Pernyataan tersebut sesuai dengan

penjelasan Grotberg (2003) yang menyatakan bahwa individu yang resilien memiliki kecenderungan memiliki aturan atau struktur dalam keluarganya, dan dukungan dari orang tuanya akan membuat individu tersebut akan lebih percaya diri, kemudian mampu menerima dirinya sendiri dan resilien terhadap situasi yang dihadapinya.

Subjek memiliki kemampuan individu untuk meningkatkan resiliensi dalam diri individu diantaranya adalah mempunyai tujuan hidup, mendapatkan perhatian yang diberikan oleh ayah dan teman-teman, adanya pandangan yang positif terhadap diri sendiri dan kemampuan merawat diri sendiri, berusaha melakukan yang terbaik dalam menentukan keputusan dan berlapang dada bahwa akan ada hikmah dari apa yang sudah terjadi. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Henderson dan Milstein (dalam Fransisca, Dewi & Vonny, 2004) menjelaskan bahwa sumber yang meliputi kekuatan pribadi dari dalam diri individu berkaitan dengan integritas pribadi dan konsep diri, yang di dalamnya meliputi perasaan dicintai (*Lovable*), kebanggaan pada diri sendiri (*Proud of my self*) dan memegang kendali kemudian bertanggung jawab atas hidupnya sendiri (*Autonomous and responsible*). Berdasarkan penjelasan tersebut, sesuai dengan pernyataan dari Grotberg (2003) bahwa orang yang resilien mempunyai rasa bangga pada dirinya sendiri dan puas dengan apa yang telah dicapai dan dimilikinya. Individu percaya pada kemampuan dirinya, rasa kepercayaan diri, dan harga diri yang tinggi sehingga dapat mengatasi setiap masalah atau kesulitan yang dihadapinya. Hal ini dikarenakan orang yang resilien cenderung percaya pada kemampuannya, kemudian individu memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi terhadap pekerjaannya, dan dapat menerima konsekuensi yang akan dihadapinya. Selalu berpikir positif tentang masa depan merupakan kecenderungan yang dimiliki oleh individu yang resilien.

Kemampuan sosial subjek menunjukkan sanggupnya untuk menjalin relasi dengan orang lain, menyelesaikan sendiri permasalahan yang ada namun akan mencari bantuan kala dirasa perlu saat menyelesaikan permasalahan dan mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan yang dimiliki dengan cukup baik. Berdasarkan penjelasan tersebut, sesuai dengan pernyataan Grotberg (2003) bahwa individu yang resilien menunjukkan bahwa dirinya mampu mengendalikan pikiran dan perasaannya, individu dapat mengekspresikan perasaannya secara baik dan benar, individu juga mampu memahami kepribadiannya sendiri dan juga orang lain sehingga dapat berkomunikasi dengan lebih mudah dengan orang lain, kemudian individu sanggup untuk membangun hubungan sosial yang baik dengan orang lain.

Subjek akan berusaha tenang dan menghadapi kondisi yang menekan semisal menemui jalan buntu, subjek akan rehat sejenak yang kemudian memikirkan lagi cara menghadapi kondisi yang menekan tersebut. Hal ini juga menunjukkan bahwa subjek memiliki dua keterampilan yang memudahkan untuk meregulasi emosinya berdasarkan apa yang diungkapkan oleh Reivich dan Shatte (2002) dimana ada dua keterampilan ini dapat membantu individu untuk menenangkan emosi yang tidak dapat dikendalikan, membantu memfokuskan pikiran individu ketika banyak hal membingungkan, dan membantu mengurangi stres yang dialami individu.

Subjek berusaha melakukan yang terbaik meski terkadang yang diusahakan tidak sesuai dengan harapan, subjek hanya akan menerima dengan lapang dada bahwa akan ada hikmah dari apa yang sudah terjadi. Sehingga hal tersebut dapat menandakan subjek memiliki pengendalian impuls yang sesuai dengan pernyataan dari Reivich dan Shatte (2002) bahwa pengendalian impuls merupakan kemampuan

individu untuk mengendalikan kesukaan, dorongan, keinginan, dan tekanan yang muncul dari dalam dirinya.

Keinginan subjek untuk mendapatkan pekerjaan yang memiliki gaji tetap dan usaha sampingan sebab subjek merasa segala hal dalam kehidupan membutuhkan biaya yang cukup besar, menunjukkan subjek memiliki optimisme yang sesuai dengan pernyataan Reivich dan Shatte (2002) yang menjelaskan bahwa optimisme memotivasi seorang individu untuk terus bekerja keras untuk memperbaiki situasi individu.

Subjek akan berusaha sebisa mungkin melakukan yang terbaik dalam mencari tahu penyebab permasalahan yang tengah dihadapi. Yang menandakan subjek mampu menganalisis penyebab masalah, selaras dengan pendapat Reivich dan Shatte (2002) yang menjelaskan mengenai individu yang resilien memiliki fleksibilitas kognitif. Seorang individu mampu mengidentifikasi semua penyebab kemalangan yang menimpanya diri individu tersebut, dan individu tidak mengabaikan terkait faktor-faktor *permanent* atau *perpassive*.

Subjek mampu merasakan dan menginterpretasikan tanda-tanda nonverbal dengan melihat dari bahasa tubuh teman-teman subjek, yang menandakan subjek memiliki empati yaitu kemampuan membaca adanya tanda-tanda terkait psikologis dan kondisi emosional yang ditunjukkan oleh orang lain. Berdasarkan penjelasan tersebut, sesuai dengan pendapat yang disampaikan Reivich dan Shatte (2002).

Subjek berkeyakinan untuk memecahkan permasalahan dengan berusaha sebisa mungkin dengan melakukan apa yang menurut subjek terbaik, selain dengan usaha, subjek juga membarengi dengan berdoa kala mengalami masalah. Berdasarkan penjelasan tersebut, sesuai dengan pendapat yang disampaikan Reivich dan Shatte (2002) yang

menyatakan (efikasi diri) *self-efficacy* mengacu pada keyakinan bahwa seseorang dapat memecahkan masalah dan mencapai kesuksesan.

Apabila hal buruk yang sedang menimpa subjek dimana subjek sudah berusaha sebisa mungkin melakukan yang terbaik guna menyelesaikan permasalahan tersebut namun tidak sesuai dengan harapan subjek, subjek akan menerima dengan *legowo* (lapang dada). Sebab menurut subjek akan ada hikmahnya dari apa yang sudah terjadi. Hal ini menandakan subjek mampu melakukan *reaching out* yang merupakan kemampuan individu untuk mencapai aspek positif dari kehidupannya setelah kemalangan yang dialami oleh individu. Berdasarkan penjelasan tersebut, sesuai dengan pendapat yang disampaikan oleh Reivich dan Shatte (2002).

Subjek akan memikirkan terlebih dahulu langkah apa yang harus dilakukan saat sedang mengalami permasalahan. Sehingga langkah yang diambil dipikirkan dengan pikiran yang lebih jernih dimana subjek selalu melakukan sesuatu dengan sepenuh hati, melakukan yang terbaik. Subjek juga menunjukkan adanya fungsi *Overcoming* yang dijelaskan oleh Reivich dan Shatte (2002) yakni individu membutuhkan resiliensi untuk menghindari kerugian yang dapat ditimbulkan oleh berbagai kejadian buruk yang tidak menguntungkan. Individu dapat meningkatkan kemampuan untuk mengendalikan hidupnya sendiri dengan menganalisis dan mengubah cara pandang secara lebih positif.

Subjek melakukan yang terbaik sebisa mungkin dalam melakukan sesuatu. Meminta bantuan menurut subjek hanya dilakukan saat subjek sudah merasa tidak mampu menyelesaikan apa yang dilakukan sendirian. Berfungsinya *Steering Through* pada diri subjek yang sesuai dengan pendapat Reivich dan Shatte (2002) mengenai orang yang resilien akan menggunakan sumber daya internalnya atau dalam

dirinya untuk mengatasi setiap permasalahan yang ada tanpa harus merasa terbebani dan memiliki sikap negatif terhadap suatu kejadian. Individu yang resilien dapat membimbing dan mengendalikan diri mereka sendiri, saat mereka menghadapi masalah sepanjang hidup mereka.

Subjek dapat menunjukkan keyakinan mengatasi kemalangan dengan memikirkan solusi dan langkah kedepannya untuk mengatasi kemalangan yang terjadi. Namun apabila tidak sesuai harapan, subjek akan pasrah dan menerima hikmah dari kemalangan yang dialami individu. Reivich dan Shatte (2002) ang menyatakan bahwa individu yang resilien biasanya menghadapi trauma dengan tiga sifat atau karakteristik yang digunakan untuk menyembuhkan diri mereka sendiri dengan menunjukkan gaya koping berorientasi tugas (*task-oriented coping style*) di mana individu mengambil tindakan yang ditujukan untuk mereka dalam mengatasi kemalangan. Individu dalam hal ini sangat percaya bahwa dirinya memiliki kendali atas hasil yang ada di hidup mereka. Individu yang dapat kembali ke kehidupan normal lebih cepat dari trauma, dirinya mengetahui bagaimana berhubungan dengan individu lain sebagai cara untuk mengatasi pengalaman yang mereka rasakan. Dalam hal ini, keberfungsian subjek akan fungsi *Bouncing Back*, subjek menggunakan dua karakteristik saja yakni individu memiliki keyakinan yang kuat untuk mampu mengontrol hasil dari kehidupannya dan individu dapat melakukan tindakan yang bertujuan mengatasi kemalangan yang dialaminya.

Beberapa karateristik orang yang dianggap resilien menurut Wolin dan Wolin (dalam Anggraeni, 2008) terlihat dari dalam diri subjek berdasarkan penelitian ini, diantaranya adalah *insight*, dimana subjek bertanya pada diri sendiri kala subjek tidak bisa mencapai apa yang diinginkan subjek, lalu subjek memiliki serta mampu mengembangkan

hubungan yang baik dengan teman-teman dan ayahnya, saling mendukung, subjek juga memiliki *role model* yang sehat yakni ibu subjek. Kreativitas subjek muncul dalam hal kala subjek menenangkan diri, subjek akan menghibur diri dengan mendengarkan music. Lalu moralitas subjek ditandai dengan keinginan subjek untuk bekerja dengan gaji tetap dibarengi dengan memiliki usaha sampingan untuk menunjang hidup subjek.

G. Keabsahan Data

Peneliti menggunakan cara-cara agar keabsahan data dari data temuan di lapangan dapat dipertanggungjawabkan dengan benar melalui:

1. Transferabilitas

Transferabilitas adalah kemungkinan mengeneralisasikan kepada peristiwa atau fenomena yang mirip. Transferabilitas dalam penelitian ini melalui

- a. Pendeskripsian secara detail laporan hasil penelitian, hal ini dimaksudkan supaya setiap yang membaca penelitian dapat membayangkan, merasakan dan menggambarkan dengan jelas kondisi lapangan dan subjek penelitian.
- b. Dalam melakukan pemilihan subjek pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yakni teknik pemilihan yang berdasarkan pada kriteria tertentu, hal ini bertujuan agar pembaca dapat mengeneralisasikan temuan pada subjek lainnya yang memiliki karakteristik yang memang mirip atau hampir mirip.

2. Konfirmabilitas

Konfirmabilitas adalah standard kenetralan hasil penelitian atau dengan kata lain hasil dalam penelitian ini tidak terdapat subjektifitas dari peneliti dan tidak bias. Konfirmabilitas dalam penelitian ini menggunakan:

- a. Transkrip mentah hasil wawancara.
- b. Proses analisis data yang menggunakan pendekatan studi kasus. Pertama peneliti membuat transkrip mentah hasil wawancara, membaca ulang beberapa data yang sudah ditranskrip sebelumnya kemudian peneliti mendeskripsikan dengan jelas hasil temuan di lapangan. Selanjutnya peneliti melakukan horionalisasi pada hasil temuan dan melakukan *coding* untuk menemukan unit makna dari setiap uraian wawancara yang telah disampaikan oleh subjek. Lalu dari unit makna tersebut, peneliti membuat deskripsi secara jelas agar terbentuk suatu kesatuan dan makna umum.
- c. Proses pembahasan melalui bimbingan ahli, dalam penelitian ini bimbingan ahli diberikan oleh dosen pembimbing.
- d. Pemeriksaan hasil rekaman (audio).
- e. Peneliti berusaha untuk objektif, menghindari asumsi pribadi yang sekiranya dapat menjadikan bias penelitian.

H. Kelemahan Penelitian

Terdapat berbagai kelemahan dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Proses wawancara yang kurang intens, sehingga probing yang dilakukan peneliti cenderung kurang, dimana peneliti hanya melakukan wawancara sekali dengan subjek secara langsung.

2. Kurangnya jam pertemuan antara subjek dengan peneliti sehingga menjadikan rapport antara peneliti dan subjek kurang baik sehingga subjek kurang terbuka dengan peneliti.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian mengenai gambaran resiliensi remaja putri pasca kematian ibu di Kabupaten Kendal yang telah dilakukan, dapat diketahui gambaran resiliensi yang dialami oleh remaja putri umumnya memiliki beberapa perbedaan dan juga kesamaan. Sehingga dapat ditarik kesimpulan secara garis besar sebagai berikut:

1. Kedua subjek memiliki hubungan yang lekat dengan ibu masing-masing. Kedua subjek merasakan peran penting ibu subjek dalam hidup. Hubungan kelekatan yang baik dengan seorang ibu, akan berdampak yang cukup signifikan bagi kehidupan dua subjek ketika sosok ibunya meninggal dunia. Kedua subjek merasakan proses shock dan penolakan ketika mengetahui ibu telah meninggal. Kemudian kedua subjek mengalami kekacauan dalam hidup, merasakan reaksi yang mudah berubah, muncul perasaan kesepian dan kehilangan yang mendalam kemudian adanya rasa bersalah. Namun, terlepas dari semua perasaan dari pengalaman kematian ibu, kedua subjek berusaha sebisa mungkin untuk beradaptasi dengan kehidupan baru.
2. Dalam proses resiliensi, kedua subjek memiliki faktor *I have, I am* dan *I can*, dari ketiga faktor tersebut membantu resiliensi. Beberapa faktor lain yang didapati pada kedua subjek yakni *casual analysis, emotion regulation, emphaty, impulse control, self-efficacy* dan juga *reaching out*. Kemudian tidak hanya itu, terkait fungsi resiliensi yang didapati dari kedua subjek adalah *bouncing back, kemampuan overcoming, dan steering through*. Beberapa karakteristik orang yang resilien muncul pada kedua subjek, hanya saja keduanya memiliki beberapa kesamaan

dan juga perbedaan karakteristik. Karakteristik yang tergambar pada subjek pertama yakni adanya hubungan, inisiatif, kreativitas dan moralitas, sedangkan karakteristik yang tergambar pada subjek kedua adalah adanya *insight*, hubungan, kreativitas dan moralitas.

B. Saran

Berdasarkan penelitian mengenai gambaran resiliensi pada remaja putri pasca kematian ibu di Kabupaten Kendal, peneliti ingin mengajukan beberapa hal yang menjadi saran untuk berbagai pihak yang terlibat dalam penelitian ini diantaranya adalah:

1. Bagi subjek

Subjek diharapkan mampu untuk mempertahankan kemampuan resiliensi yang telah dilakukannya dan meningkatkan menjadi lebih baik dari sebelumnya. Subjek juga dapat menambahkan aktivitas atau relasi untuk berbagai pengalaman resiliensi dari individu terhadap orang-orang yang mungkin belum mampu kembali bangkit dan beradaptasi dari keterpurukan.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti berharap pada penelitian selanjutnya dapat memperluas temuan mengenai kehidupan remaja putri pasca kematian ibu dengan mewawancarai orang-orang terdekat dari subjek penelitian atau orang-orang yang berkaitan dengan subjek penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, L. (2011). Dampak Ketidakhadiran Ibu Sebagai Tenaga Kerja Wanita (TKW) Terhadap Perkembangan Psikologis Remaja. *Kodifikasia*, 5(1), 1–18.
- Anggraeni, R. R. (2008). Resiliensi Pada Penyandang Tuna Daksa Pasca Kecelakaan. *Jurnal Psikologi*, 1, 105–112.
- Astuti, Puji & Gusniarti, U. (2009). *Dampak kematian ibu terhadap kondisi psikologis remaja putri*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Astuti, Y. D. (2005). Kematian Akibat Bencana dan Pengaruhnya Pada Kondisi Psikologis. *Humanitas : Indonesian Psychological Journal*, 2(1), 41–53.
- Dewi, A. A. A., & Valentina, T. D. (2013). Hubungan Kelekatan Orangtua-Remaja dengan Kemandirian pada Remaja di Smkn 1 Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 181–189. <https://doi.org/10.24843/jpu.2013.v01.i01.p18>
- Eliasa, E. I. (2011). Pentingnya Kelekatan Orang Tua Dalam Internal Working Model Untuk Pembentukan Karakter Anak. *Developmental Psychology*, 33(5), 806–821.
- Fransisca, Dewi & Vonny, M. (2004). Hubungan Antara Resiliensi Dengan Depresi Pada Perempuan Pasca Pengangkatan Payudara (Mastektomi). *Jurnal Psikologi*, 2(2), 101–120.
- Guzman, K. C., & Oktarina, N. (2018). Strategi Komunikasi Eksternal Untuk Menunjang Citra Lembaga. *Economic Education Analysis Journal*, 7(1), 27-28. <https://doi.org/10.2307/j.ctvckq9v8.7>
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is resilience? *Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258–265. <https://doi.org/10.1177/070674371105600504>

- Kalesaran, T. (2016). *Gambaran Resiliensi Remaja Putri Pasca Kematian Ibu*. Tangerang: Universitas Pembangunan Jaya. doi: <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.29423.64169>
- Karim, A. (2015). Makna Kematian Dalam Perspektif Tasawuf. *Abdul Karim ESOTERIK*, 1(1), 21–46.
- Khaeruddin, K. N., & Ridfah, A. (2017). Kelekatan Remaja Dengan Ibu Yang Bekerja. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 3(1), 9. doi: <https://doi.org/10.26858/talenta.v3i1.13065>
- Liliana, A. W. (2009). *Gambaran Kelekatan (Attachment) Remaja Akhir Putri Dengan Ibu (Studi Kasus)*. (Skripsi). Universitas Gunadarma, Jakarta.
- Masten, A. S. & Gewirtz, A. H. (2006). Resilience in development: The importance of early childhood. *Encyclopedia on Early Childhood Development*, 1–6.
- Miskahuddin. (2019). Kematian Dalam Perspektif Psikologi Qur'ani. *Jurnal Ilmiah Al-Mu'ashirah: Media Kajian Al-Qur'an dan Al-Hadits Multi Perspektif*, 16(1), 80–91. doi: [10.22373/jim.v16i1.5743](https://doi.org/10.22373/jim.v16i1.5743)
- Muthoharoh, S., & Andriani, F. (2014). Hubungan antara Religiusitas dengan Kecemasan Kematian pada Dewasa Tengah. *Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial*, 3(1), 23–29.
- Naftali, A. R., Ranimpi, Y. Y., & Anwar, M. A. (2017). Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian. *Buletin Psikologi*, 25(2), 124–135. doi: <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.28992>
- Nurhidayati, C. (2014). Makna Kematian Orangtua Bagi Remaja (Studi Fenomenologi Pada Remaja Pasca Kematian Orangtua). *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 10, 33–40.

- Nurhidayati & Chairani, L. (2014). Makna Kematian Orangtua Bagi Remaja (Studi Fenomenologi Pada Remaja Pasca Kematian Orangtua). *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 10(1), 41–48.
- Nurriyana, A. M., & Savira, S. I. (2021). Mengatasi Kehilangan Akibat Kematian Orang Tua : Studi Fenomenologi Self-Healing pada Remaja. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 46–60.
- Pulungan, A. J. S. & Tarmidi. (2012). Gambaran Resiliensi Siswa SMA Yang Beresiko Putus Sekolah Di Masyarakat Pesisir. *Predicara*, 1, 47–58.
- Rahmat, P. S. (2009). Penelitian Kualitatif. *Jurnal Equilibrium*, 5(9), 1–8. doi: <https://doi.org/10.31227/osf.io/wtncz>
- Ramadhan, R. F., & Ardias, W. S. (2019). Konstrual Diri (Self Construal) Remaja Yang Mengalami Kematian Orang Tua. *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam*, 10(1), 79–90. doi: <https://doi.org/10.15548/alqalb.v10i1.831>
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. United States: Three Rivers Press.
- Sarwono, S. W. (2011). *Psikologi Remaja (Edisi Revisi)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sholichatun, Y. (2008). Hidup Setelah Menikah, Mengurai Emosi Positif dan Resiliensi Pada Wanita Tanpa Pasangan. *EGALITA (Jurnal Kesetaraan Dan Keadilan Gender)*, 3(1), 1–17.
- Suzanna, S. (2018). Makna Kehilangan Orangtua Bagi Remaja di Panti Sosial Bina Remaja Indralaya Sumatera Selatan; Studi Fenomenologi. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(1), 61–76. doi: <https://doi.org/10.30604/jika.v3i1.86>
- Wicaksono, W. M. S. (2003). Ketakutan Terhadap Kematian Ditinjau Dari

Kebijaksanaan Dan Orientasi Religius Pada Periode Remaja Akhir Yang Berstatus Mahasiswa. *Jurnal Psikologi UGM*, 30(1), 57–65. doi: <https://doi.org/10.22146/jpsi.7032>.

Wijaya, R. B. (2017). Pertimbangan Konsumen Memilih Hotel (Study Pada Konsumen Di Swiss-Belinn Ska Pekanbaru). *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Riau*, 4(2), 12.

