

BAB I

Pendahuluan

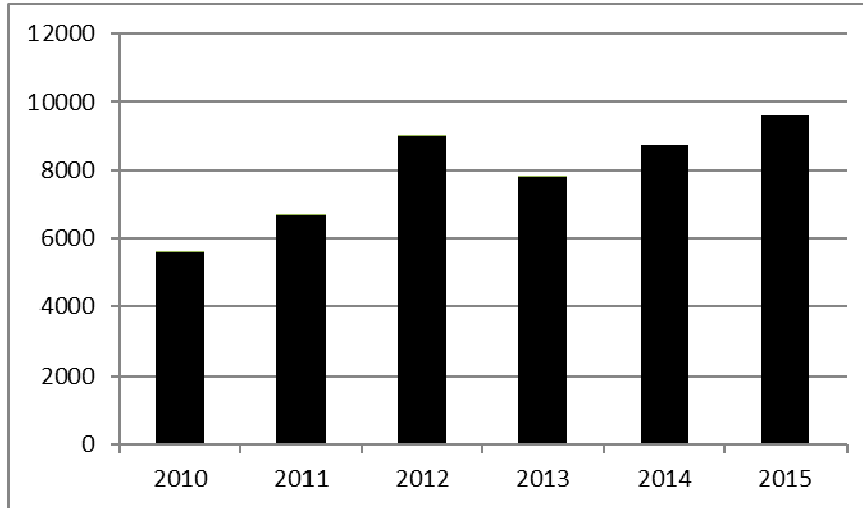
I.A. Latar Belakang Masalah

Perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang laki-laki dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa (Undang-Undang Perkawinan No 1 tahun 1974). Pemerintah mengakui hubungan perkawinan sah secara hukum jikalau kedua belah pihak sudah melaksanakan kegiatan pengadministrasian pernikahan hal ini sesuai dengan peraturan menteri agama tentang pencatatan pernikahan pasal 1 ayat 1.

Menurut Pradipti, dkk (2015) dengan adanya ikatan perkawinan maka tujuan dari ikatan pernikahan tersebut adalah untuk mencapai keluarga yang penuh kasih sayang, saling menyantuni, membangun, membina, dan memelihara hubungan kekerabatan. Tujuan perkawinan itu disamping membentuk keluarga yang bahagia dan harmonis juga untuk membentuk keluarga yang langgeng hingga akhir hayat yaitu perkawinan yang berlangsung seumur hidup atau selama-lamanya, tidak pernah ada pasangan yang berharap hubungannya akan putus ditengah jalan atau bercerai dengan pasangannya (Setyowati, 2014).

Namun saat ini banyak orang yang tidak dapat mempertahankan pernikahannya, hal ini dapat dilihat dari data perceraian yang setiap tahun semakin meningkat. Pada gambar 1.1 menunjukkan bahwa, perceraian kerap meningkat tiap tahunnya, hal ini dilihat dari data perceraian tahun 2010 sebanyak 5579 pasangan, 6684 pada tahun 2011, dan pada tahun 2012 sebanyak 6684 pasangan. Itu menunjukkan peningkatan, namun pada tahun 2013 angka perceraian menurun sebanyak 7806 pasangan, dan kembali meningkat pada tahun 2014 sebanyak 8757 pasangan, sampai dengan tahun 2015 sebanyak 9603 pasangan (BPS, 2020)

Gambar 1.1 Data angka perceraian dari tahun 2010-2015



(Sumber : Badan Pusat Statistik, 2020)

Provinsi Sumatera Utara merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang memiliki data perceraian yang tinggi. Hal ini diketahui berdasarkan data Badan Pusat Statistik Indonesia yang menempatkan provinsi Sumatera Utara berada pada peringkat ke 4 tertinggi dari 34 provinsi di Indonesia yakni sebanyak 609.400 pasangan. Sejalan dengan data Badan Pusat Statistik tersebut, Humas Pengadilan Agama Medan, melalui Paniter, Muslih, Mh menyebutkan bahwa masih memasuki dua bulan hingga akhir Februari 2019 sudah ada 308 kasus perceraian dan hingga akhir Februari perkara perceraian yang masuk itu ada 308 kasus, ini belum termasuk bulan Maret karena masih dalam penghitungan (Hutauruk, 2019).

Menurut Untari (2018), perceraian dapat diartikan sebagai berakhirnya suatu hubungan suami dan istri yang diputuskan oleh hukum atau agama karena sudah tidak ada saling ketertarikan, saling percaya dan juga sudah tidak ada kecocokan satu sama lain, sehingga menyebabkan ketidakharmonisan dalam rumah tangga. Dagun (2002), menambahkan bahwa perceraian dalam keluarga sering kali diawali dengan adanya suatu konflik. Individu yang mengalami perceraian akan menghadapi berbagai permasalahan, di antaranya harus mengatasi

kondisi diri sendiri, memberikan pengertian kepada keluarga bahwa perceraian merupakan keputusan yang harus diambil, serta harus menghadapi permasalahan dari masyarakat. Berbagai masalah tersebut akan menjadi beban bagi individu, dan menjadi terpuruk ke dalam keadaan yang menyedihkan.

Menurut Mitchell (dalam Nuraeni, 2009) pasca bercerai individu tersebut akan merasakan berbagai macam perasaan seperti trauma, kemarahan, kesedihan, penyesalan, sakit hati, kehilangan, kekecewaan, dan merasakan perasaan buruk yang lainnya. Selanjutnya tergantung dari bagaimana seorang mengatur strategi untuk mengatasi perasaan-perasaan tersebut. Dalam penelitian yang telah dilakukan Sudarto & Wirawan (2002), diketahui bahwa sebelum terjadi perceraian individu akan memandang hidupnya sebagai masa yang menyenangkan. Namun, ketika konflik mulai hadir dalam suatu pernikahan dan berdampak pada kehancuran pernikahan yang telah dibina, kehidupan dipandang sebagai masa yang menyedihkan, penuh penderitaan, dan kekecewaan.

Hurlock (1980) menyebutkan perceraian sebagai solusi dari penyelesaian pernikahan yang kurang baik, dan apabila antara suami dan istri sudah tidak ingin dan tidak memiliki kemampuan, untuk mencari penyelesaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak yang bersangkutan. Pada umumnya menjadi janda ataupun duda akan tersisih dan banyak dibicarakan oleh lingkungan. Individu bercerai juga mengalami masalah psikologis, kemudian harus memikirkan dan menanggung biaya hidup keluarga, serta pandangan negatif masyarakat tentang status dan predikat mereka, yang tentunya semua itu cukup berat bagi mereka (Nur'aeni, 2009).

Masalah psikologis itu didukung dengan beberapa pernyataan dalam wawancara yang peneliti lakukan terhadap individu yang bercerai, berikut ini hasil wawancara dengan LI :

Saya bercerai di usia pernikahan 19 tahun, banyak sekali masalah yang kami alami di dalam rumah tangga kami, jadi kami putuskan untuk melakukan perceraian, banyak hal permasalahan kami yang ngga bisa dengan waktu singkat saya sampaikan, setelah perceraian awal nya aku merasa ini adalah keputusan yang paling tepat, sampai saya merasa bagaimana kedepan nya saya akan malu dan saya beberapa saat tidak pergi kemana mana, walaupun saya sedih dan sempat merasa bimbang namun beberapa waktu kemudian saya menyesal, kemudian saya menganggap ini lah paling tepat.

(komunikasi personal, wanita LI November 2019, 54 tahun)

Berdasarkan hasil wawancara diatas, menggambarkan bahwa perasaan subjek sempat sedih dan melakukan tindakan yang menunjukkan dirinya menarik diri dari lingkungan nya.

Hal ini sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap D.W, berikut hasil wawancara nya :

Umur ku 38 tahun sekarang. Anakku dari dia 2 orang, laki laki sama perempuan. Kalau baru bercerai waktu itu, sedih x lah nang, sakit kali kurasa, Cuma ya gimana, ngerasa cocok pun ngga lagi. Pokok nya waktu sudah bercerai kami aku merasa ngga ada lagi artinya hidup, sempat juga sih putus asa, mau melukai diri sendiri nang, ya apalagi aku bercerai saat anak ku dua, merasa gagal kali aku menjadi manusia saat itu. Setelah bercerai pemikiran terhadap orang lain otomatis negative sama semua orang nang, aku berfikir semua orang sama aja membuat putus asa, ya pemikiran ku kosong lah pada saat itu.

(komunikasi personal, wanita DW Desember 2019, 38 tahun)

Begitu juga dengan subjek DW banyak menunjukkan perasaan-perasaan negatif seperti ketika ia merasa tidak memiliki arti hidup, putus asa, melakukan tindakan melukai diri sendiri, merasa gagal menjadi manusia dan berpikiran negatif terhadap orang lain. Keputusan untuk melakukan perceraian bisa menjadi pengalaman yang sangat menyedihkan dan mengganggu emosional, sehingga nantinya akan mengakibatkan penurunan kesejahteraan atau penurunan *psychological well-being* pada individu pasca bercerai (William & Umberson, 2014).

Ryff & Keyes (1995) menyatakan bahwa *Psychological wellbeing* adalah keadaan individu dalam potensi diri yang sejati (*true potensial*) yang ditandai dapat mandiri dalam berperilaku dan mampu menghindar dari tekanan sosial. Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain,

memiliki tujuan yang berarti dalam hidupnya, memiliki kemampuan mengatur lingkungan, menjalin hubungan yang positif dengan orang lain dan berusaha untuk menggali dan mengembangkan diri semaksimal mungkin (Ramadhani & Djunaedi, 2016).

Evaluasi negatif terhadap pengalaman dapat menyebabkan seseorang menjadi pasrah terhadap keadaan yang membuat *psychological well-being* menjadi rendah, sementara evaluasi positif berusaha memperbaiki keadaan hidupnya yang akan membuat *psychological well-being*-nya meningkat. Dengan demikian, individu yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi berarti tidak hanya individu yang terbebas dari hal-hal yang menjadi indikator mental negatif, akan tetapi individu yang mengetahui potensi-potensi positif yang ada pada dirinya (Ryff & Keyes, 1995).

Ryff (1995) menjelaskan bahwa individu yang memiliki *psychological well-being* yang rendah adalah individu yang menilai negatif diri sendiri menunjukkan adanya ketidakpuasan terhadap kondisi dirinya, merasa kecewa dengan apa yang telah terjadi pada kehidupan masa lalu. Individu juga akan bermasalah dengan kualitas personalnya dan ingin menjadi orang yang berbeda dari diri sendiri atau tidak menerima diri apa adanya. Bahkan merasa frustrasi dalam membina hubungan interpersonal, dan tidak berkeinginan untuk berkompromi dalam mempertahankan hubungan dengan orang lain.

Akan tetapi dalam *psychological well-being* tidak hanya berfokus pada evaluasi positif maupun negatif akan tetapi dapat dilihat dari berbagai faktor dan aspek-aspek lainnya. Ada 6 aspek dalam *psychological well-being* seseorang yang dikemukakan oleh Ryff yaitu, penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose of life*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Aspek pertama yaitu *Self-acceptance* adalah berkaitan dengan sikap positif terhadap diri sendiri dan masa lalu individu yang bersangkutan. Pada awal perceraian individu yang bercerai akan memiliki sikap benci, dendam, marah, dan menyalahkan dirinya sendiri, menjalani kehidupannya dengan ketakutan menghadapi tanggapan orang-orang sekitarnya, tentang buruknya dirinya yang tidak dapat mempertahankan pernikahannya, selain itu individu merasa terpuruk dengan kesendirian yang ia lalui, namun individu yang bercerai perlahan berusaha bangkit dari keterpurukannya saat orang-orang terdekatnya mampu memberikan dorongan dan motivasi kepadanya (Humaira, 2016).

Aspek kedua adalah hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*) yaitu kemampuan seseorang untuk membina hubungan yang baik dengan orang lain. Individu yang bercerai sekalipun juga merupakan makhluk sosial yang melakukan interaksi yang positif dengan orang-orang disekitar kehidupannya. Interaksi sosial pada individu yang bercerai, diduga mengalami perubahan di paska perceraian. Wang & Amato, 2000 (dalam Aida, 2013) menjelaskan, bahwa pasangan yang bercerai umumnya kehilangan teman dan hal ini diakibatkan oleh keinginannya untuk mencari lingkungan kehidupan yang baru setelah bercerai.

Aspek ketiga adalah *autonomy* yaitu mampu untuk menentukan nasib sendiri, mandiri dan mengatur perilakunya sendiri. Individu yang memiliki otonomi yang tinggi ditandai dengan bebas, mampu untuk menentukan nasib sendiri dan mengatur perilaku diri sendiri, kemampuan mandiri, tahan terhadap tekanan sosial, mampu mengevaluasi diri sendiri, dan mampu mengambil keputusan tanpa adanya campur tangan orang lain. Peneliti melakukan wawancara dengan subjek D.W, berikut hasil wawancaranya :

Kalau berkaitan dengan kemandirian nya nang kau bilang, ngapa-ngapain pun aku ngga mood, mau kesini sama mamak, kesana pun sama mamak, pokok nya semua yg kakak lakukan itu harus mamak kakak lah yang kakak tanya, kalau ngga, kakak kan punya abang, nanti abang kakak lah kak tanya-tanya sering

pendapat nya kalau mau melakukan sesuatu. Tapi itu dulu nya nang pas baru baru, sekarang udah ngga lagi lah. Sampai sekitaran 2 tahun lah kakak kek gitu.

Dari hasil wawancara tersebut subjek menyatakan bahwa setelah bercerai ia menggantungkan nasib nya di tangan orangtua nya, memilih untuk melakukan apapun sesuai kemauan orangtua nya, dan ia mengatakan bahwa ia tidak mampu untuk mandiri dan melakukan sesuatu tanpa pendapat orang orang terdekatnya, perilaku tersebut menunjukkan bahwa individu yang baru bercerai tidak dapat hidup mandiri.

Aspek berikutnya adalah *environmental mastery* yaitu berkaitan penguasaan lingkungan meliputi rasa penguasaan dan kompetensi serta kemampuan memilih situasi dan lingkungan yang kondusif. Pada individu yang bercerai ditunjukkan oleh Joung et al, 1997 (dalam Aida, 2013) yang menemukan bahwa orang yang bercerai lebih banyak menutup diri dari lingkungan sekitarnya, ia juga akan merasa kurang percaya dengan orang orang disekitar nya, sehingga ia akan menutup diri dari lingkungan nya, cenderung fokus pada diri sendiri dan tidak produktif dalam melaksanakan kegiatan nya.

Aspek selanjutnya adalah *purpose in live* dimensi ini meliputi kesadaran akan tujuan dan makna hidup, serta arah dan tujuan dalam hidup. Pada awal perceraian individu akan merasa stress, terpuruk dan terluka, hal ini membuat pasangan yang bercerai sulit dalam menjalani kehidupannya yang baru, merasa kesepian karena tidak lagi mempunyai teman bertukar pikiran dan teman berbagi cerita yang lebih mendalam, sehingga mereka tidak memiliki gairah untuk merasakan hidup. Tetapi individu bercerai tidak selalu mengurung diri, ia akan memulai hidup yang baru dengan tujuan hidup yang baru, begitu juga dengan individu yang memiliki anak lambat laun akan mulai membangun hidup baru dengan alasan hidup untuk membesarkan anak (Resty, 2016).

Aspek yang terakhir adalah *personal growth* berkaitan dengan kemampuan diri, mengembangkan potensi dirinya untuk tumbuh dan berkembang sebagai individu secara efektif pribadi, meliputi kapasitas tumbuh mengembangkan, meliputi potensi, serta perubahan pribadi dari waktu ke waktu mencerminkan pengetahuan diri, tumbuh dan efektivitas. Dalam hal ini kehidupan setelah perceraian, subjek lebih sering mengurung diri, menjauhkan diri dari lingkungan sekitarnya sehingga sulit bagi individu untuk mengembangkan potensinya, hal ini didukung oleh penelitian Dewi (2017), yang mengatakan bahwa individu yang bercerai memiliki lebih banyak waktu untuk dirinya sendiri dan umumnya individu tersebut mempergunakan waktunya untuk memperdalam agama dan ibadah, sehingga secara perlahan individu tersebut dapat bersyukur dan mau berdamai dengan kehidupan masa lalunya.

Dari fenomena dan hasil wawancara diatas tampaknya pasangan bercerai merasakan perasaan putus asa, melukai diri, dan banyak perasaan negatif lainnya yang akan mempengaruhi *Psychological Well-Being*. Berdasarkan hal tersebut penulis ingin meneliti lebih lanjut lagi tentang gambaran *Psychological Well-Being* pada individu setelah perceraian.

I.B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan dan penjelasan di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana “gambaran *psychological well-being* pada individu setelah bercerai?”

I.C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana “gambaran *psychological well-being* pada individu setelah perceraian”.

I.D. Manfaat Penelitian

I.D.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai bagaimana gambaran *psychological well being* pada individu setelah perceraian dan menjadi tambahan referensi atau pengetahuan khususnya dibidang psikologi klinis dewasa mengenai “gambaran *psychological well being* pada individu setelah perceraian”.

I.D.2. Manfaat Praktis

Dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti-peneliti selanjutnya yang ingin meneliti dan menggali lebih jauh mengenai “gambaran *psychological well-being* pada individu setelah perceraian”.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

II.A. Psychological Well Being

II.A.1. Pengertian Psychological well being

Menurut Ryff (1989) *psychological well-being* merujuk pada perasaan seseorang mengenai aktivitas hidup sehari-hari. Segala aktifitas yang dilakukan oleh individu yang berlangsung setiap hari dimana dalam proses tersebut kemungkinan mengalami fluktuasi pikiran dan perasaan yang dimulai dari kondisi mental negatif sampai pada kondisi mental positif, misalnya dari trauma sampai penerimaan hidup dinamakan *psychological well-being* (Bradburn dalam Ryff & Keyes, 1995). Ryff (dalam Allan, C 2008) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai suatu dorongan untuk menggali potensi diri individu secara keseluruhan. Dorongan tersebut dapat menyebabkan seseorang menjadi pasrah terhadap keadaan yang membuat *psychological well-being* individu menjadi rendah atau berusaha untuk memperbaiki keadaan hidup yang akan membuat *psychological well-being* individu tersebut menjadi tinggi (Ryff & Keyes, 1995).

Individu yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi adalah individu yang merasa puas dengan hidupnya, kondisi emosional yang positif, mampu melalui pengalaman-pengalaman buruk yang dapat menghasilkan kondisi emosional negatif, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, mampu menentukan nasibnya sendiri tanpa bergantung dengan orang lain, mengontrol kondisi lingkungan sekitar, memiliki tujuan hidup yang jelas, dan mampu mengembangkan dirinya sendiri (Ryff, 1989). Ryff (1989) menyatakan ada enam dimensi yang membentuk *psychological well-being* yakni penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan

(*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Untuk mendefinisikan *psychological well-being*, Ryff, (1989, dalam Kusbadini, 2014) meninjau teori pertumbuhan dan perkembangan aktualisasi diri (*self actualization*) milik Maslow. Teori kepribadian dari Rogers, individuasi dari Jung, kematangan dari Allport, teori Psikososial dari Erikson, *basic life* dari Buhler, perubahan kepribadian dalam masa dewasa milik Neugarten dan kriteria positif dari kesehatan mental Jahoda. *Psychological well being* bukan hanya kepuasan hidup dan keseimbangan antara afek positif dan afek negatif, namun juga melibatkan persepsi dari keterlibatan dengan tantangan-tantangan selama hidup (Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002).

Dari beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan kondisi psikologis dari setiap individu yang berfungsi dengan baik dan positif. Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, memiliki tujuan yang berarti dalam hidupnya, memiliki kemampuan mengatur lingkungan, menjalin hubungan yang positif dengan orang lain dan berusaha untuk menggali dan mengembangkan diri semaksimal mungkin

II.A.2. Dimensi-Dimensi *Psychological Well-Being*

Enam dimensi well-being yang merupakan intisari dari teori-teori *positive functioning psychology* yang dirumuskan oleh Ryff juga dalam jurnal ilmiah berjudul "*Happiness Is Everything, or Is It? Explorations On The Meaning of Psychological Well-Being*" (1989) mengembangkan kesejahteraan psikologis menjadi 6 (enam) dimensi dan akan dijabarkan sebagai berikut :

1. Penerimaan diri (*self acceptance*)

Penerimaan diri yang dimaksud adalah kemampuan seseorang menerima dirinya secara keseluruhan baik pada masa kini dan masa lalunya. Seseorang yang menilai positif diri sendiri adalah individu yang memahami dan menerima berbagai aspek diri termasuk di dalamnya kualitas baik maupun buruk, dapat mengaktualisasikan diri, berfungsi optimal dan bersikap positif terhadap kehidupan yang dijalaninya. Sebaliknya, individu yang menilai negatif diri sendiri menunjukkan adanya ketidakpuasan terhadap kondisi dirinya, merasa kecewa dengan apa yang telah terjadi pada kehidupan masa lalu, bermasalah dengan kualitas personalnya dan ingin menjadi orang yang berbeda dari diri sendiri atau tidak menerima diri apa adanya (Ryff, 1995).

Dimensi ini merupakan ciri utama kesehatan mental dan juga sebagai karakteristik utama dalam aktualisasi diri, berfungsi optimal, dan kematangan. Penerimaan diri yang baik ditandai dengan kemampuan menerima diri apa adanya dengan baik. Kemampuan tersebut memungkinkan seseorang untuk bersikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupan yang dijalani, hal tersebut menurut Ryff (Ryff, 1989) menandakan *Psychological Well-Being* yang tinggi. Individu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang baik ditandai dengan bersifat positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya, baik aspek positif maupun aspek negatif, dan memiliki pandangan positif terhadap masa lalu. Demikian pula sebaliknya, seseorang yang memiliki tingkat penerimaan diri yang kurang baik memunculkan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, merasa kecewa dengan pengalaman masa lalu, dan mempunyai pengharapan untuk tidak menjadi dirinya saat ini.

Bisa disimpulkan bahwa penerimaan diri seseorang dilihat dari bagaimana individu memandang dirinya secara positif serta bisa menerima keadaan masa lalunya secara bijak tanpa

harus menyalahkan diri sendiri maupun menjadikan orang lain sebagai kambing hitam atas permasalahannya.

2. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*)

Hubungan positif yang dimaksud adalah kemampuan individu menjalin hubungan yang baik dengan orang lain di sekitarnya. Individu yang tinggi dalam dimensi ini ditandai dengan mampu membina hubungan yang hangat dan penuh kepercayaan dari orang lain. Selain itu, individu tersebut juga memiliki kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan empati, afeksi, serta memahami prinsip memberi dan menerima dalam hubungan antarpribadi. Sebaliknya, individu yang rendah dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain, terisolasi dan merasa frustrasi dalam membina hubungan interpersonal, tidak berkeinginan untuk berkompromi dalam mempertahankan hubungan dengan orang lain (Ryff, 1995).

Banyak teori yang menekankan tentang pentingnya kehangatan, serta hubungan interpersonal yang dilandasi dengan kepercayaan. Kemampuan untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama dari kesehatan mental. Kemampuan yang baik dalam dimensi ini juga mempunyai manfaat dan pengaruh yang sangat positif bagi kondisi kejiwaan individu, yang dapat menghilangkan kejenuhan, kepenatan, kesepian dan akan dapat mengurangi ketegangan jiwa dan emosi individu. Kesimpulannya individu yang memiliki hubungan positif dengan orang lain adalah individu yang bisa membuka diri dengan lingkungannya dan memiliki keinginan untuk berbagi kasih sayang dan kepercayaan dengan orang lain.

3. Otonomi (*autonomy*)

Otonomi digambarkan sebagai kemampuan individu untuk bebas namun tetap mampu mengatur hidup dan tingkah lakunya. Individu yang memiliki otonomi yang tinggi ditandai dengan bebas, mampu untuk menentukan nasib sendiri dan mengatur perilaku diri sendiri,

kemampuan mandiri, tahan terhadap tekanan sosial, mampu mengevaluasi diri sendiri, dan mampu mengambil keputusan tanpa adanya campur tangan orang lain. Sebaliknya, individu yang rendah dalam dimensi otonomi akan sangat memperhatikan dan mempertimbangkan harapan dan evaluasi dari orang lain, berpegangan pada penilaian orang lain untuk membuat keputusan penting, serta mudah terpengaruh oleh tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak laku dengan cara-cara tertentu (Ryff, 1995). Individu yang memperhatikan pengharapan dan evaluasi orang lain, bergantung pada penilaian orang lain dalam pengambilan keputusan, menyesuaikan diri terhadap tekanan sosial dalam berfikir dan bertindak laku maka bisa dinilai sebagai individu yang tidak otonom.

Kesimpulannya individu yang otonom adalah individu yang senantiasa mempercayai kemampuan dirinya dalam menghadapi lingkungan termasuk bila ada situasi yang dianggap dapat mengancam dirinya serta memiliki ketrampilan yang baik dalam mengambil keputusan atas suatu permasalahan.

4. Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*)

Penguasaan lingkungan digambarkan dengan kemampuan individu untuk mengatur lingkungannya, memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan, menciptakan, dan mengontrol lingkungan sesuai dengan kebutuhan. Individu yang tinggi dalam dimensi penguasaan lingkungan memiliki keyakinan dan kompetensi dalam mengatur lingkungan. Ia dapat mengendalikan aktivitas eksternal yang berada di lingkungannya termasuk mengatur dan mengendalikan situasi kehidupan sehari-hari, memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan, serta mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan pribadi. Sebaliknya individu yang memiliki penguasaan lingkungan yang rendah akan mengalami kesulitan dalam mengatur situasi sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah

atau meningkatkan kualitas lingkungan sekitarnya serta tidak mampu memanfaatkan peluang dan kesempatan diri lingkungan sekitarnya (Ryff,1995).

Individu dengan *Psychological Well-Being* yang baik memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisik dirinya. Dengan kata lain, ia mempunyai kemampuan dalam menghadapi kejadian-kejadian diluar dirinya. Hal inilah yang dimaksud dalam dimensi ini mampu untuk memanipulasi keadaan sehingga sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi yang dianutnya dan mampu untuk mengembangkan dirinya secara kreatif melalui aktivitas fisik maupun mental. Sebaliknya, individu yang kurang baik dalam dimensi ini akan menampakkan ketidakmampuan untuk mengatur kehidupan sehari-hari, dan kurang memiliki kontrol terhadap lingkungan luar.

5. Tujuan hidup (*purpose of life*)

Tujuan hidup memiliki pengertian individu memiliki pemahaman yang jelas akan tujuan dan arah hidupnya, memegang keyakinan bahwa individu mampu mencapai tujuan dalam hidupnya, dan merasa bahwa pengalaman hidup di masa lampau dan masa sekarang memiliki makna. Individu yang tinggi dalam dimensi ini adalah individu yang memiliki tujuan dan arah dalam hidup, merasakan arti dalam hidup masa kini maupun yang telah dijalannya, memiliki keyakinan yang memberikan tujuan hidup serta memiliki tujuan dan sasaran hidup. Sebaliknya individu yang rendah dalam dimensi tujuan hidup akan kehilangan makna hidup, arah dan cita-cita yang tidak jelas, tidak melihat makna yang terkandung untuk hidupnya dari kejadian di masa lalu, serta tidak mempunyai harapan atau kepercayaan yang memberi arti pada kehidupan (Ryff,1995).

Dimensi tujuan hidup meliputi keyakinan-keyakinan yang memberikan perasaan bahwa terdapat tujuan dan makna dalam hidupnya, baik masa lalu maupun yang dijalannya kini.

Kesimpulannya individu dalam menjalani hidupnya hendaknya senantiasa memiliki tujuan hidup yang harus ditempuhnya untuk mencapai suatu harapan yang didambakan, sehingga dengan begitu individu dapat merasakan makna hidup yang dijalannya yang bisa membuatnya untuk bisa lebih menghargai diri sendiri secara proporsional.

6. Pertumbuhan pribadi (*personal growth*)

Individu yang tinggi dalam dimensi pertumbuhan pribadi ditandai dengan adanya perasaan mengenai pertumbuhan yang berkesinambungan dalam dirinya, memandang diri sebagai individu yang selalu tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru, memiliki kemampuan dalam menyadari potensi diri yang dimiliki, dapat merasakan peningkatan yang terjadi pada diri dan tingkah lakunya setiap waktu serta dapat berubah menjadi pribadi yang lebih efektif dan memiliki pengetahuan yang bertambah. Sebaliknya, individu yang memiliki pertumbuhan pribadi rendah akan merasakan dirinya mengalami stagnasi, tidak melihat peningkatan dan pengembangan diri, merasa bosan dan kehilangan minat terhadap kehidupannya, serta merasa tidak mampu dalam mengembangkan sikap dan tingkah laku yang baik (Ryff,1995).

Dimensi pertumbuhan pribadi menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mengembangkan potensi dalam diri dan berkembang sebagai seorang manusia, dimensi ini dibutuhkan oleh individu agar dapat optimal dalam berfungsi secara psikologis. Salah satu hal penting dalam dimensi ini adalah adanya kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri, misalnya dengan keterbukaan terhadap pengalaman, dimensi ini meliputi kemampuan untuk bertumbuh dan mengembangkan potensi dirinya secara berkesinambungan.

Kesimpulannya adalah individu menyadari kemampuannya dalam merencanakan dan melakukan berbagai kegiatan yang dapat membantunya untuk mengembangkan diri, belajar dari kesalahannya untuk melakukan perbaikan yang positif secara kontinyu.

II.A.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Psychological Well-Being*

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) seseorang menurut Ryff dalam (Ramadhani, 2016) antara lain:

1. Faktor Demografis Faktor demografis yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yaitu usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya.
2. Dukungan Sosial Dukungan sosial sendiri diartikan sebagai rasa nyaman, perhatian, penghargaan, atau pertolongan yang dipersepsikan Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) anak yang Orangnya Bercerai (Studi oleh seorang individu yang didapat berbagai sumber, diantaranya pasangan, keluarga, teman, rekan kerja, dokter, maupun organisasi sosial.
3. Evaluasi terhadap Pengalaman Hidup Pengalaman hidup mencakup berbagai bidang kehidupan dalam berbagai periode kehidupan. Evaluasi individu terhadap pengalaman hidupnya memiliki pengaruh yang penting terhadap kesejahteraan psikologis.
4. *Locus Of Control (LOC)* didefinisikan sebagai suatu ukuran harapan umum seseorang mengenai pengendalian (kontrol) terhadap penguatan (reinforcement) yang mengikuti perilaku tertentu, dapat memberikan peramalan terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*).

II.B Perceraian

II.B.1 Pengertian Perceraian

Perceraian dapat diartikan sebagai berakhirnya suatu hubungan suami dan istri yang diputuskan oleh hukum atau agama karena sudah tidak ada saling ketertarikan, saling percaya dan juga sudah tidak ada kecocokan satu sama lain sehingga menyebabkan ketidakharmonisan dalam rumah tangga (Dewi, 2017).

Perceraian dapat diartikan sebagai berakhirnya suatu hubungan suami dan istri yang diputuskan oleh hukum atau agama karena sudah tidak ada saling ketertarikan, saling percaya dan juga sudah tidak ada kecocokan satu sama lain, sehingga menyebabkan ketidakharmonisan dalam rumah tangga. Dagun (2002), menambahkan bahwa perceraian dalam keluarga sering kali diawali dengan adanya suatu konflik. Individu yang mengalami perceraian akan menghadapi berbagai permasalahan, di antaranya harus mengatasi kondisi diri sendiri, memberikan pengertian kepada keluarga bahwa perceraian merupakan keputusan yang harus diambil, serta harus menghadapi permasalahan dari masyarakat. Berbagai masalah tersebut akan menjadi beban bagi individu, dan menjadi terpuruk ke dalam keadaan yang menyedihkan.

Menurut Undang-Undang perkawinan, perceraian terjadi apabila kedua belah pihak baik suami maupun istri sudah sama-sama merasakan ketidakcocokan dalam menjalani rumah tangga. Pasal 39 ayat (2) Undang-Undang perkawinan No.1 tahun 1974, serta penjelasannya secara jelas menyatakan bahwa perceraian dapat dilakukan apabila sesuai dengan alasan, bahwa suami istri itu tidak akan dapat hidup rukun sebagai suami istri. Undang-undang perkawinan tidak mengatur secara rinci cara-cara perceraian, tetapi hanya menyebutkan secara umum mengenai putusnya hubungan perkawinan ini dalam pasal 38, sebagai berikut: karena kematian salah satu pihak, perceraian atas keputusan pengadilan. Putusnya perkawinan karena kematian salah satu pihak tidak banyak menimbulkan persoalan, sebab putusnya hubungan perkawinan disini bukan atas kehendak bersama ataupun kehendak salah satu pihak, tetapi semata-mata karena kehendak

Allah, sehingga akibatnya tidak banyak menimbulkan masalah, karena itu, yang akan diuraikan disini adalah masalah putusnya hubungan perkawinan karena perceraian dan putusnya perkawinan karena putusan pengadilan. (Dewi, 2017)

II.B.II. Faktor-Faktor Penyebab Perceraian

Menurut Hasti (2018) Problem sosial terbesar di abad ini adalah banyaknya pertikaian dalam masalah rumah tangga dan meningkatnya jumlah perceraian. Faktanya, penyebab dari perceraian pada umumnya berasal dari satu atau beberapa sifat dan akhlak buruk yang dilakukan pihak wanita, laki-laki atau bahkan keduanya. Apabila seseorang dididik sejak kecil dan dijauhkan dari sifat dan akhlak yang keji, niscaya ia tidak akan menjadi penyebab rusaknya tatanan sebuah rumah tangga dan menjadi musuh anak-anaknya. Pasangan suami istri yang melakukan perceraian tentu didasari sebab-sebab yang tidak dapat diselesaikan bersama. Mungkin mereka berusaha menyelesaikan masalah tersebut, namun tidak kunjung selesai sehingga harus menempuh jalan terbaik bagi mereka, yaitu perceraian.

Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya perceraian suami-isteri diantaranya sebagai berikut:

a. Ketidaksetiaan Salah Satu Pasangan Hidup

Salah satu pasangan (suami atau istri) ternyata menyeleweng atau selingkuh dengan pasangan lain. Keberadaan orang ketiga (wanita lain atau pria lain) memang akan mengganggu kehidupan perkawinan. Bila diantara keduanya tidak ditemukan kata sepakat untuk menyelesaikan dan saling memaafkan, akhirnya perceraianlah jalan terbaik untuk mengakhiri hubungan pernikahan itu. Keharmonisan keluarga dapat sirna ketika terjadi intervensi pihak ketiga. Perhatian suami istri yang melakukan perselingkuhan terbagi tidak fokus pada

pasangannya. Tidak hanya masalah ekonomi, tapi jauh lebih parah adalah hilangnya saling percaya, kasih sayang dan keharmonisan rumah tangga. Perselingkuhan merupakan bentuk kekerasan psikis yang biasanya diikuti kekerasan lain seperti kekerasan fisik, ekonomi dalam bentuk penelantaran keluarga.

Kekerasan psikis sebagai dampak dari kehadiran pihak ketiga merupakan bentuk pencideraan terhadap komitmen perkawinan yang lebih parah dibandingkan dengan kekerasan psikis lainnya. Komitmen pernikahan merupakan amanah yang harus dilestarikan dan dipertahankan seumur hidup. Tidak heran ketika istri atau suami mengalami tekanan pikis yang luar biasa sehingga berani untuk mempertaruhkan nyawa atau menghilangkan nyawa orang lain akibat pengkhianatan dalam perkawinan. Masalah ekonomi, beban ganda, masalah pendidikan anak mudah diatasi bersama sepanjang keduanya masih memegang teguh komitmen yang bernuansa perasaan ini. Perselingkuhan merupakan persoalan penyimpangan cinta dan kasih sayang yang tidak dapat dihitung secara kuantitatif. Karena itu dampak yang ditimbulkan jauh lebih parah.

b. Tekanan Kebutuhan Ekonomi Keluarga

Salah satu modal dasar seseorang berumah tangga adalah tersedianya sumber penghasilan yang jelas untuk memenuhi kebutuhan hidup secara finansial, kelanjutan hidup keluarga antara lain ditentukan oleh kelancaran ekonomi, sebaliknya kekacauan dalam keluarga dipicu oleh ekonomi yang kurang lancar. Sudah sewajarnya, seorang suami bertanggung jawab memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga. Itulah sebabnya, seorang istri berhak menuntut supaya suami dapat memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga. Sementara itu, diketahui bahwa harga barangjasa kebutuhan hidup semakin tinggi karena faktor krisis ekonomi negara yang belum berakhir. Sementara suami tetap memiliki gaji/penghasilan pas-pasan sehingga hasilnya tidak cukup untuk

memenuhi kebutuhan keluarga. Apalagi bagi mereka yang terkena pemutusan hubungan kerja (PHK), hal itu dirasakan amat berat. Untuk menyelesaikan masalah itu, kemungkinan seorang istri menuntut cerai dari suaminya.

c. Tidak Mempunyai Keturunan Dalam perkawinan

Pasangan pada umumnya menghendaki untuk memperoleh keturunan, hal ini merupakan sesuatu yang wajar. Dengan demikian dalam perkawinan salah satu sasaran yang ingin dicapai adalah mendapatkan keturunan, betapa pentingnya masalah keturunan dalam perkawinan, kiranya tidak dapat dielakan. Memiliki anak adalah dambaan setiap suami istri dalam rumah tangga. Apabila salah satu pihak diketahui tidak bisa memberikan keturunan contohnya si suami atau istri yang mandul juga bisa memicu salah satu pasangan untuk mengakhiri dan meninggalkan pasangannya. Kemungkinan karena tidak mempunyai keturunan walaupun menjalin hubungan pernikahan yang bertahun-tahun dan berupaya kemana-mana untuk mengusahakannya, namun tetap saja gagal. Guna menyelesaikan masalah keturunan ini, mereka sepakat mengakhiri pernikahan itu dengan bercerai dan masing-masing menentukan nasib sendiri. Tidak adanya keturunan itu mungkin disebabkan kemandulan yang dialami salah satu atau keduanya.

d. Perbedaan Prinsip

Ideology atau Agama semula ketika pasangan antara laki-laki dan wanita masih dalam masa pacaran, yaitu sebelum membangun kehidupan rumah tangga, mereka tidak memikirkan secara mendalam tentang perbedaan prinsip, Agama atau keyakinan. Mereka merasa yakin bahwa yang penting saling mencintai antara satu dan yang lain akan dapat mengatasi masalah dalam perkawinan sehingga perbedaan itu diabaikan begitu saja. Namun setelah memasuki jenjang pernikahan dan kemudian memiliki keturunan, akhirnya mereka baru sadar adanya

perbedaan-perbedaan itu. Masalah mulai timbul mengenai penentu anak harus mengikuti aliran agama dari pihak siapa, apakah ikut ayah atau ibunya, rupanya hal itu tidak dapat diselesaikan dengan baik sehingga perceraianlah jalan terakhir bagi mereka.

e. Penganiayaan

Adanya kekerasan dalam rumah tangga seperti suami kerap main tangan yang mengakibatkan istri tidak tahan karena orang yang seharusnya memberikan perlindungan dan mengayomi ternyata justru melakukan kekerasan fisik atau bahkan tindakan yang bisa mengancam jiwa juga menjadi penyebab rumah tangga tidak harmonis yang akhirnya berpisah. Kekerasan fisik (KDRT atau kekerasan dalam rumah tangga) merupakan hal yang paling sering dijadikan alasan seseorang dalam mengajukan gugatan perceraian. Meskipun sudah dilarang oleh negara, namun kekerasan fisik masih banyak terjadi. Sebelum menyakiti pasangan, sebaiknya ingat kepada Tuhan atas tanggung jawab yang seharusnya di jalani dalam pernikahan, tidak boleh saling menyakiti. KDRT tidak hanya meninggalkan luka di fisik tetapi juga psikis, oleh karena itu kenalilah pasangan sebaik mungkin sebelum memutuskan menikah dengannya.

g. Campur Tangan Keluarga

Turut campurnya kedua orang tua, kerabat pada permasalahan-permasalahan yang terjadi di dalam rumah tangga sehingga merusak rumah tangganya, baik karena terdorong dari niat yang baik atau niat yang buruk. Adanya hubungan antara anggota keluarga dan keputusan bercerai terjadi karena pengaruh besar ibu dalam kehidupan rumah tangga putra atau putrinya.

Dari uraian diatas dapat dikemukakan dalam setiap hubungan suami istri pasti ada masalah-masalah kecil. Apabila masalah-masalah ini tidak terselesaikan dan timbul lagi masalah baru, lama-lama bisa jadi masalah besar dalam keluarga dan berdampak buruk pada kelangsungan hubungan berumah tangga suami istri. Ada beberapa faktor penyebab perceraian,

baik yang dilakukan oleh suami ataupun istri. Hal ini disebabkan oleh kurangnya komunikasi yang terjalin diantara keduanya dan selalu mengedepankan ego masing-masing, sehingga masalah menjadi besar dan tidak jarang harus berujung dengan perceraian (Hasti, 2018).

II.C. Gambaran *Psychological well being* pada individu pasca perceraian

Perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang laki-laki dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan keTuhanan Yang Maha Esa (Undang-Undang Perkawinan No 1 tahun 1974). Dengan adanya ikatan perkawinan maka tujuan dari ikatan pernikahan tersebut adalah untuk mencapai keluarga yang penuh kasih sayang, saling menyantuni, membangun, membina, dan memelihara hubungan kekerabatan. Tujuan perkawinan itu disamping membentuk keluarga yang bahagia dan harmonis juga untuk membentuk keluarga yang langgeng hingga akhir hayat yaitu perkawinan yang berlangsung seumur hidup atau selama-lamanya, tidak pernah ada pasangan yang berharap hubungannya akan putus ditengah jalan atau bercerai dengan pasangannya (Setyowati, 2014).

Menurut Untari (2018), perceraian dapat diartikan sebagai berakhirnya suatu hubungan suami dan istri yang diputuskan oleh hukum atau agama karena sudah tidak ada saling ketertarikan, saling percaya dan juga sudah tidak ada kecocokan satu sama lain, sehingga menyebabkan ketidakharmonisan dalam rumah tangga.

Pasangan bercerai merasakan perasaan putus asa, melukai diri, dan banyak perasaan negatif lainnya yang akan mempengaruhi *Psychological Well Being* nya. Evaluasi negatif terhadap pengalaman dapat menyebabkan seseorang menjadi pasrah terhadap keadaan yang membuat *psychological well-being* menjadi rendah, sementara evaluasi positif berusaha

memperbaiki keadaan hidupnya yang akan membuat *psychological well-being*-nya meningkat. Dengan demikian, individu yang memiliki *psychological well-being* berarti tidak hanya individu yang terbebas dari hal-hal yang menjadi indikator mental negatif, akan tetapi individu yang mengetahui potensi-potensi positif yang ada pada dirinya (Ryff dan Keyes, 1995).

Ada 6 aspek dalam *psychological well-being* seseorang yang dikemukakan oleh Ryff yaitu, penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose of life*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Aspek pertama yaitu *Self-acceptance* adalah berkaitan dengan sikap positif terhadap diri sendiri dan masa lalu individu yang bersangkutan. Pada awal perceraian individu yang bercerai akan memiliki sikap benci, dendam, marah, dan menyalahkan dirinya sendiri, menjalani kehidupannya dengan ketakutan menghadapi tanggapan orang-orang sekitarnya, tentang buruknya dirinya yang tidak dapat mempertahankan pernikahannya, selain itu individu merasa terpuruk dengan kesendirian yang ia lalui, namun individu yang bercerai perlahan berusaha bangkit dari keterpurukannya saat orang-orang terdekatnya mampu memberikan dorongan dan motivasi kepadanya (Humaira, 2016).

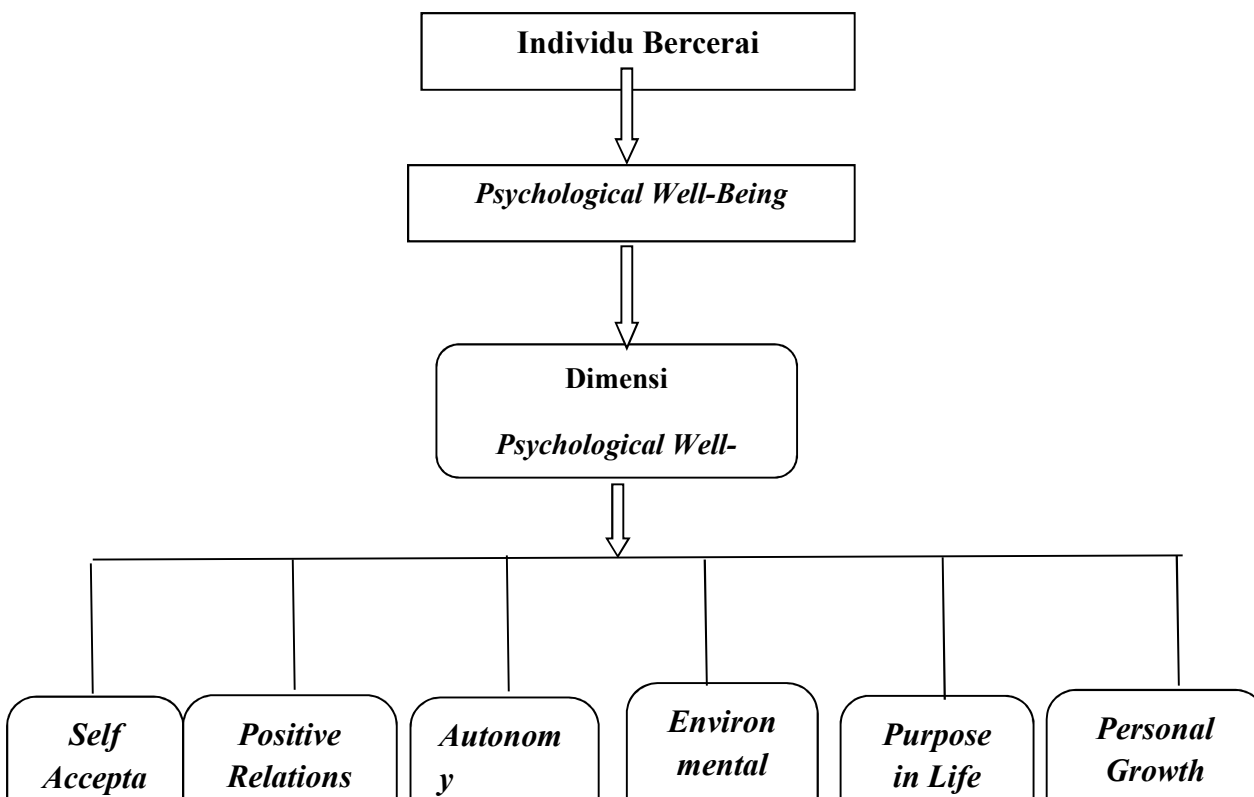
Aspek kedua adalah hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*) yaitu kemampuan seseorang untuk membina hubungan yang baik dengan orang lain. Individu yang bercerai sekalipun juga merupakan makhluk sosial yang melakukan interaksi yang positif dengan orang-orang disekitar kehidupannya. Interaksi sosial pada individu yang bercerai, diduga mengalami perubahan di paska perceraian.

Aspek ketiga adalah *Autonomy* yaitu mampu untuk menentukan nasib sendiri, mandiri dan mengatur perilakunya sendiri. Individu yang baru bercerai tidak dapat hidup mandiri. Aspek berikutnya adalah *Environmental mastery* yaitu berkaitan dengan penguasaan lingkungan meliputi rasa

penguasaan dan kompetensi serta kemampuan memilih situasi dan lingkungan yang kondusif. Pada individu yang bercerai ditunjukkan oleh Joung et al, 1997 (dalam Aida, 2013) yang menemukan bahwa orang yang bercerai lebih banyak menutup diri dari lingkungan sekitarnya.

Aspek selanjutnya adalah *Purpose in live* dimensi ini meliputi kesadaran akan tujuan dan makna hidup, serta arah dan tujuan dalam hidup. Pada awal perceraian individu akan merasa stress, terpuruk dan terluka, hal ini membuat pasangan yang bercerai sulit dalam menjalani kehidupannya yang baru, merasa kesepian karena tidak lagi mempunyai teman bertukar pikiran dan teman berbagi cerita yang lebih mendalam, sehingga mereka tidak memiliki gairah untuk merasakan hidup. Aspek yang terakhir adalah *Personal growth* berkaitan dengan kemampuan diri, mengembangkan potensi dirinya untuk tumbuh dan berkembang sebagai individu secara efektif pribadi, meliputi kapasitas tumbuh mengembangkan, meliputi potensi, serta perubahan pribadi dari waktu ke waktu mencerminkan pengetahuan diri, tumbuh dan efektivitas. Dalam hal ini kehidupan setelah perceraian, subjek lebih sering mengurung diri, menjauhkan diri dari lingkungan sekitar nya sehingga sulit bagi individu untuk mengembangkan potensi nya.

II.D. Kerangka Konseptual



BAB III

METODE PENELITIAN

III.A. Tipe Penelitian

Jenis penelitian pada skripsi ini adalah penelitian kualitatif. Bogdan dan Taylor (dalam Sugiyono 2012), mendefinisikan penelitian kualitatif sebagai penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.

Poerwandari (2007) menjelaskan bahwa pendekatan yang sesuai untuk penelitian yang tertarik dalam memahami manusia dengan segala kompleksitasnya adalah penelitian kualitatif. Pendekatan kualitatif menekankan dinamika dan proses lebih memfokuskan diri pada variasi pengalaman individu-individu atau kelompok-kelompok yang berbeda.

Adapun alasan penulis menggunakan metode kualitatif yakni ingin mendapat data secara alami tentang situasi sosial yang diteliti yaitu *Psychological Well Being* pada individu bercerai. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif naratif. Penelitian narasi merupakan istilah umum yang mengungkap dimensi pribadi dan pengalaman manusia dari waktu ke waktu dan memperhitungkan hubungan antara pengalaman individu dan konteks budaya Connelly (dalam Martono, 2010). Penelitian ini berkaitan dengan proses produksi, interpretasi dan representasi pengetahuan dari pengalaman hidup. Menurut Polkinghorne (dalam Martono 2016) penelitian narasi berkaitan dengan proses deskriptif dan analitis dari sosiologi imajinasi ketika peneliti menemukan diri mereka terlibat dalam interaksi dengan orang lain dan kisah kehidupan yang

mengarah ke arah pembangunan sejarah kehidupan. Dalam konteks penelitian narasi, narasi mengacu pada bentuk wacana ketika sebuah peristiwa dan kejadian dikonfigurasi menjadi satu kesatuan melalui sebuah deskripsi. Narasi adalah bagian dari keseluruhan, dan bagian ini merupakan penyebab terjadinya bagian yang lain.

Ada beberapa langkah yang dapat dilakukan dalam melakukan penelitian naratif ini: pertama, menentukan masalah penelitian atau pertanyaan penelitian. Penelitian naratif sangat baik untuk memotret secara detail cerita atau pengalaman kehidupan seseorang sebagai cerita tunggal atau bagian kelompok kecil (keluarga atau organisasi). Kedua, memilih satu atau beberapa individu yang memiliki cerita atau pengalaman hidup. Mereka lah individu yang memberikan banyak cerita mengenai kisah kehidupannya secara langsung. Ketiga, mengumpulkan data atau informasi mengenai cerita individu yang jadi topik penelitian. Penelitian naratif memposisikan individu sebagai partisipan yang menceritakan pengalaman hidupnya serta latar belakang sosialnya. Keempat, menganalisis cerita dari partisipan, dan kemudian menceritakan kembali (*restory*) kisah atau cerita hidup mereka (Poerwandari, 2007)

III.B. Unit Analisis

Unit analisis merupakan sesuatu yang berkaitan dengan fokus yang diteliti. Unit analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah individu. Individu yang dijadikan unit analisis dalam penelitian ini adalah individu yang bercerai.

III.C. Karakteristik Subjek Penelitian

Adapun karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah individu yang bercerai,

-Wanita bercerai

-Lama bercerai : 1-6 tahun

III.D. Jumlah Subjek Penelitian

Menurut Lincoln dan Guba (dalam Sugiyono, 2012) penentuan sampel dalam penelitian kualitatif sangat berbeda dengan penentuan sampel dalam penelitian konvensional (kuantitatif). Penentuan sampel dalam penelitian kualitatif tidak didasarkan perhitungan statistik. Sampel yang dipilih berfungsi untuk mendapatkan informasi yang maksimum, bukan untuk digeneralisasikan. Dalam penelitian ini, jumlah responden atau subjek yang direncanakan adalah dua individu.

III.E. Informan penelitian

Penelitian ini membutuhkan informan dengan maksud agar peneliti dapat memperoleh informasi yang lebih mendalam mengenai subjek yang akan diteliti. Adapun yang akan menjadi informan pada penelitian ini adalah keluarga, saudara dan subjek peneliti.

III.F. Teknik Pengumpulan Data

Sesuai dengan penelitian kualitatif yang terbuka dan luas, teknik pengumpulan kualitatif sangat beragam, disesuaikan dengan masalah dan tujuan penelitian serta sifat objek yang diteliti. Lofland & Lofland (dalam Moleong, 2006) menyatakan bahwa sumber data dalam penelitian kualitatif adalah kata-kata atau tindakan, selebihnya adalah data tambahan seperti dokumen dan lain-lain.

Dalam penelitian ini, teknik pengambilan data yang digunakan adalah:

1. Observasi

Metode observasi merupakan sebuah metode pengumpulan data dengan turun langsung ke lapangan untuk mengamati hal hal yang berkaitan dengan proses pengumpulan data yang meliputi perilaku subjek secara luas, mengamati berbagai interaksi dan mengeksplorasi topik topik yang akan diteliti.

2. Wawancara

Wawancara mendalam adalah proses memperoleh keterangan untuk memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan subjek atau informan yang diwawancarai, dengan atau tanpa panduan atau pedoman wawancara.

Adapun alat bantu yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

a. Pedoman wawancara

Pedoman wawancara digunakan agar wawancara yang dilakukan tidak menyimpang dari tujuan penelitian. Pedoman wawancara ini juga sebagai alat bantu untuk mengkategorisasikan jawaban sehingga memudahkan pada tahap analisa data. Pedoman ini disusun tidak hanya berdasarkan tujuan penelitian, tetapi juga berdasarkan teori yang berkaitan dengan masalah yang ingin dijawab.

b. Lembar persetujuan wawancara

Lembar persetujuan wawancara digunakan agar responden mengerti tujuan wawancara, bersedia menjawab pertanyaan yang diajukan, mempunyai hak untuk mengundurkan diri dari penelitian sewaktu-waktu serta memahami bahwa hasil wawancara adalah rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian

c. Alat Perekam (*tape recorder*)

Alat perekam ini digunakan untuk memudahkan peneliti untuk mengulang kembali hasil wawancara yang telah dilakukan. Selain itu, untuk memudahkan apabila ada kemungkinan data yang kurang jelas sehingga peneliti dapat bertanya kembali pada responden. Penggunaan alat perekam ini dilakukan setelah memperoleh persetujuan dari responden.

d. Lembar observasi dan catatan subjek

Lembar observasi dan catatan subjek digunakan untuk mempermudah proses observasi yang dilakukan. Observasi yang dilakukan seiring dengan wawancara. Lembar observasi antara lain memuat tentang penampilan fisik subjek, *setting* wawancara, sikap subjek pada peneliti selama wawancara berlangsung, hal-hal yang mengganggu wawancara, hal-hal yang unik, menarik dan tidak biasa dalam wawancara serta hal yang dilakukan subjek dalam menjawab pertanyaan selama wawancara.

e. Alat Tulis

Alat tulis seperti buku catatan, pena dan lain-lain yang berfungsi untuk mencatat semua percakapan dengan sumber data.

III.G. Tahap-tahap Penelitian

Tahap-tahap penelitian kualitatif dengan salah satu ciri pokoknya peneliti sebagai alat penelitian, menjadi berbeda dengan tahap-tahap penelitian non-kualitatif. Adapun tahap-tahap penelitian dalam metode kualitatif (Moleong, 2006) terdiri dari :

1. Tahap Persiapan Penelitian

Tahap persiapan penelitian dilakukan untuk mempersiapkan hal-hal yang dibutuhkan dalam penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan beberapa persiapan sebagai berikut :

a. Mengumpulkan informasi dan teori-teori mengenai penelitian.

Mengumpulkan informasi berupa identitas subjek yang akandituju seperti pekerjaan, latar belakang subjek seperti riwayat pendidikan, kesehatan dan aktivitas yang dilakukan oleh subjek dengan demikian informasi yang diperoleh tersebut dapat menentukan subjek dapat menjadi subjek penelitian atau tidak layak atau tidak sesuai dengan karakteristik yang telah ditentukan dan teori-teori mengenai konsep diri pada pekerja sosial, serta teori-teori yang mendukung dalam penelitian ini.

- b. Menyusun pedoman wawancara dan pedoman observasi.

Agar wawancara yang dilakukan tidak menyimpang dari tujuan penelitian, maka sebelum wawancara dilakukan, peneliti terlebih dahulu menyiapkan pedoman wawancara berdasarkan teori yang ada.

- c. Menghubungi calon responden yang sesuai dengan karakteristik responden.

Setelah peneliti memperoleh beberapa calon untuk menjelaskan tentang penelitian yang dilakukan dan menanyakan kesediaannya untuk berpartisipasi dalam penelitian. Apabila responden bersedia, peneliti kemudian menyepakati waktu wawancara bersama responden.

2. Tahap Pelaksanaan Penelitian

Setelah tahap persiapan penelitian dilakukan, maka peneliti memasuki tahap pelaksanaan penelitian, antara lain :

- a. Mengkonfirmasi ulang waktu dan tempat wawancara.

Sebelum wawancara dilakukan, peneliti mengkonfirmasi ulang waktu dan tempat yang sebelumnya telah disepakati bersama dengan responden. Konfirmasi ulang ini dilakukan sehari sebelum wawancara dilakukan dengan tujuan agar memastikan responden dalam keadaan sehat dan tidak berhalangan dalam melakukan wawancara yang telah dilakukan

- b. Melakukan analisis data.

Bentuk transkrip verbatim yang sudah selesai kemudian dibuatkan salinan verbatim berulang-ulang untuk mendapatkan gambaran yang lebih jelas. Selain itu, verbatim wawancara disortir untuk memperoleh hasil yang relevan dengan tujuan dan diberi kode.

- c. Menarik kesimpulan dan saran.

Setelah analisis data selesai, peneliti menarik kesimpulan untuk menjawab permasalahan, kemudian dengan memperhatikan hasil penelitian, dan kesimpulan data, peneliti mengajukan saran bagi subjek, lingkungan yang terkait dan bagi peneliti selanjutnya.

3. Tahap analisis data.

Semua data yang diperoleh pada saat wawancara direkam dengan alat perekam dengan persetujuan responden penelitian sebelumnya. Berdasarkan hasil rekaman ini kemudian atau ditranskrip secara verbatim untuk dianalisis.

III.H. Prosedur Analisis Data

Tahap analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain (Sugiyono, 2008).

Tahapan menganalisis data kualitatif menurut Poerwandari (2007) adalah :

1. Mengorganisasikan data secara sistematis untuk memperoleh data yang baik, mendokumentasikan analisis yang berkaitan dengan penyelesaian penelitian.
2. *Coding* dan analisis. Mula-mula peneliti menyusun transkrip verbatim atau catatan lapangan sedemikian rupa sehingga ada kolom yang cukup besar sebelah kanan dan kiri transkrip untuk tempat kode-kode atau catatan tertentu, kemudian secara urut dan kontinu melakukan penomoran pada baris-baris transkrip. Selanjutnya peneliti mulai memberikan perhatian terhadap substansi data yang telah dikumpulkan.

3. Pengujian terhadap dugaan. Peneliti akan mempelajari data yang kemudian akan mengembangkan dugaan-dugaan yang juga merupakan kesimpulan sementara. Pengujian terhadap dengan berkaitan erat dengan upaya mencari penjelasan berbeda yang mengenai data yang sama, dalam hal ini peneliti harus mengikutsertakan berbagai perspektif untuk memungkinkan kedalaman analisis serta untuk memeriksa terjadinya bias yang tidak disadari oleh peneliti.
4. Strategi analisis. Proses analisis dapat melibatkan konsep-konsep yang muncul dari jawaban atau kata-kata subjek maupun konsep yang dipilih atau yang dikembangkan peneliti untuk menjelaskan fenomena yang dianalisis serta untuk menjelaskan fenomena yang dianalisis. Kata kunci dapat diambil dari istilah yang disepakati oleh subjek.
5. Interpretasi yaitu upaya untuk memahami data secara lebih ekspansif dan mendalam

III.I. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kualitatif, data diperoleh dari berbagai sumber, dengan menggunakan teknik pengumpulan data yang bermacam-macam (triangulasi), dan dilakukan secara terus menerus sampai datanya jenuh. Dalam hal analisis data kualitatif, Bogdan (dalam Sugiyono 2012) menyatakan bahwa “Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkannya kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain. Analisis data dalam penelitian

kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama dilapangan, dan setelah selesai di lapangan.

Aktivitas dalam analisis data, yaitu *data reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing/verification*.

1. Reduksi data (*data reduction*)

Dalam mereduksi data, setiap peneliti akan dipandu oleh tujuan yang akan dicapai. Tujuan utama dari penelitian kualitatif adalah pada temuan. Oleh karena itu, kalau peneliti dalam melakukan penelitian, menemukan segala sesuatu yang dipandang asing, tidak dikenal, belum memiliki pola, justru itulah yang harus dijadikan perhatian peneliti dalam melakukan reduksi data. Reduksi data merupakan proses berfikir sensitif yang memerlukan kecerdasan dan keluasan dan kedalaman wawasan yang tinggi.

2. Penyajian data (*data display*)

Miles dan Huberman mendefinisikan, “penyajian data adalah pendeskripsian sekumpulan informasi tersusun yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan”.

Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Miles dan Huberman menyatakan, “Yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat kualitatif”. Dalam penelitian ini, penyajian data akan dilakukan dalam bentuk uraian singkat.

Dengan mendisplaykan data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut. Jadi dengan penyajian data ini maka akan memudahkan peneliti dalam memahami apa yang terjadi dan

sejauh mana data yang telah diperoleh, sehingga dapat menentukan langkah selanjutnya untuk melakukan tindakan lainnya.

3. Penarikan kesimpulan (*verification*)

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman adalah penarikan kesimpulan atau verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel. Dalam proses analisis data, *data reduction*, *data display*, dan *verification*, merupakan sesuatu yang saling berkaitan erat, artinya ketiga alur tersebut tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Dilakukan sebelum, selama dan sesudah pengumpulan data atau penarikan kesimpulan.

