

Resiliensi Pasca Perceraian Pada Perempuan Di Usia Muda

Sarmila¹, Eva Meizara Puspita Dewi², Harlina Hamid³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

E-mail: Sarmilaakrim29@gmail.com¹, Eva.meizara@unm.ac.id², Harlina.hamid@unm.ac.id³

Article History:

Received: 10 Maret 2024

Revised: 19 Maret 2024

Accepted: 16 Maret 2024

Keywords: *Perceraian, Resiliensi, Usia Muda*

Abstract: *Berakhirnya hubungan pernikahan pada perempuan di usia muda menimbulkan dampak psikologis, sikap penolakan dan perubahan pada diri hingga pada tekanan sosial. Resiliensi dibutuhkan individu agar mampu bangkit dari kondisi terpuruk akibat dampak negatif perceraian. Penelitian ini berfokus mengetahui pemaknaan perceraian dan gambaran resiliensi pada perempuan di usia muda. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Responden penelitian berjumlah tiga perempuan dengan status cerai di usia 18-25 tahun. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara. Hasil analisis data menunjukkan bahwa responden memaknai perceraian secara positif sebagai bentuk pembelajaran diri di masa depan dan negatif, yaitu sebagai perkara yang menyakitkan, memalukan, kegagalan pernikahan, dan solusi akhir dalam penyelesaian masalah problematika pernikahan. Responden melakukan berbagai upaya dalam mencapai resiliensi, yaitu dengan menumbuhkan pikiran positif dalam diri, upaya beradaptasi dan menerima kondisi diri dengan mengelola perasaan maupun emosi, menyibukkan diri dengan aktivitas positif, dan adanya dukungan sosial dalam bentuk motivasi, nasihat dan pembelaan. Implikasi dalam penelitian ini memberikan gambaran pemaknaan perceraian, dampak dan resiliensi perempuan pasca bercerai di usia muda agar mampu bangkit dari keterpurukan.*

PENDAHULUAN

Manusia pada setiap fase kehidupan memiliki berbagai tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Tugas perkembangan akan berbeda pada setiap fase dan terus berlanjut sesuai dengan kebutuhan dan tuntutan dari peran yang dijalani. Tugas perkembangan penting untuk dilakukan agar kehidupan individu dapat berjalan dengan baik sehingga tidak mengalami permasalahan yang dapat mengganggu fungsi kehidupan, khususnya pada usia muda (masa dewasa awal) karena merupakan puncak dari perkembangan individu (Putri, 2019). Jahja (2015) mengemukakan bahwa tugas perkembangan usia muda adalah dihadapkan pada tuntutan menentukan pasangan hidup untuk kemudian dilanjutkan pada hubungan pernikahan. Pernikahan merupakan ikatan sakral yang menyatukan dua individu dengan status pasangan suami istri. Salah satu tujuan pernikahan adalah

membentuk hubungan harmonis dan bahagia dengan anggota keluarga. Meskipun demikian, dalam pernikahan seringkali timbul permasalahan yang tidak diharapkan sehingga memengaruhi keharmonisan hubungan. Banyak keluarga yang gagal dalam mempertahankan keharmonisan rumah tangga sehingga tidak sedikit yang memutuskan untuk bercerai.

Kasus perceraian pada suatu ikatan pernikahan adalah permasalahan yang belakangan ini banyak dijumpai di kalangan masyarakat. Dikutip dari Katadata.co.id, menurut Badan Pusat Statistik jumlah perceraian di Indonesia pada tahun 2018 meningkat sebesar 9% dari tahun sebelumnya dengan jumlah 408.202 kasus perceraian. Maraknya kasus perceraian ternyata banyak terjadi dikalangan usia muda. Pada tahun 2020, jumlah perceraian didominasi 81% oleh kalangan usia muda sebanyak 2.888 kasus di Kabupaten Bojonegoro (Pengadilan Agama Bojonegoro.go.id). Sementara itu, Provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2019 memiliki peningkatan kasus dari tahun sebelumnya yaitu 15.004 kasus dan mayoritas perceraian dilakukan pada kalangan muda dengan rata-rata usia dibawah 40 tahun (News detik.com).

Perceraian merupakan penghujung dari sebuah pernikahan berupa berakhirnya hubungan pasangan suami istri yang diakui oleh negara dan hukum (Zuhrah, 2018). Alfa (2019) mengemukakan bahwa perceraian pada pasangan usia muda seringkali disebabkan karena faktor pernikahan usia dini, ekonomi rendah, kurangnya pengetahuan terkait ilmu agama, dan kepribadian yang bertentangan antar pasangan sehingga sulit mencapai kehidupan keluarga yang harmonis. Sementara itu, meskipun perceraian merupakan akhir dari pernikahan, dengan bercerai juga dapat menimbulkan masalah baru bagi individu yang mengalami.

Chusnulita (2017) mengemukakan bahwa perceraian merupakan akhir dari suatu pernikahan, akan tetapi dengan bercerai, tidak berarti individu akan terbebas dari masalah, melainkan terdapat masalah lain yang harus dihadapi salah satunya adalah mempersiapkan mental. Hayyuni (2019) mengemukakan bahwa kesulitan yang paling berat dialami pasangan setelah perceraian adalah pada posisi perempuan yang berstatus janda, dikarenakan wanita dengan status janda cenderung lebih pesimis, mencela diri sendiri, dan dipenuhi dengan rasa terima kasih yang lebih sedikit. Dalam lingkungan sosial, masyarakat juga cenderung memandang negatif pada perempuan muda yang telah bercerai karena dianggap berpotensi menjadi perusak rumah tangga (Muardini, Azmi & Fatmariza, 2019). Oleh karena itu, banyaknya perubahan yang dialami pasca perceraian termasuk munculnya berbagai macam emosi negatif dapat berdampak pada kesejahteraan hidup sehingga penting bagi individu untuk bangkit dari keterpurukan akibat perceraian.

Sasongko, NRH dan Febriana (2013) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa dalam menghadapi perubahan kondisi psikologis dan permasalahan hidup setelah perceraian dibutuhkan resiliensi. Stj dan Komariah (2018) mengemukakan bahwa resiliensi merupakan usaha pemulihan diri pada pengalaman menyakitkan, kekecewaan dalam hidup, dan stres sehingga dapat berfungsi dengan baik dalam menjalankan kehidupan. Resiliensi dapat membantu wanita yang bercerai agar dapat bangkit dan bertahan dari keterpurukan yang dialami akibat perceraian.

Gayatri (2016) mengemukakan bahwa tercapainya resiliensi pada wanita bercerai ditandai dengan adanya sikap yang ditunjukkan terhadap masalah yang dihadapi. Sikap yang ditunjukkan dapat berupa harapan dalam melanjutkan hidup, meningkatkan kemampuan diri, interaksi sosial dan spiritualitas. Sejalan dengan dikemukakan oleh Naufaliasari dan Andriani (2013) bahwa faktor protektif seperti dukungan sosial dan aspek religiusitas tinggi dapat mengurangi kesedihan pasca perceraian sehingga mampu mencapai resiliensi.

Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti tertarik dan merasa penting untuk melakukan penelitian terkait “Resiliensi Pasca Perceraian pada Perempuan di usia Muda” untuk mengetahui bagaimana makna perceraian dan gambaran resiliensi pada wanita yang telah bercerai di usia muda.

Penelitian ini penting untuk dilakukan mengingat individu yang berada pada usia muda memiliki tanggung jawab dan tujuan hidup yang ingin dicapai kedepannya. Dampak atau trauma yang dialami pasca perceraian dapat mempengaruhi kesejahteraan individu dalam menjalankan fungsi kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penting untuk individu agar mampu beradaptasi dan tumbuh menjadi resilien.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Rukin (2019) mengemukakan bahwa pendekatan fenomenologi merupakan salah satu penelitian kualitatif yang berakar pada filosofi dan psikologi yang berfokus pada pengalaman hidup manusia. Pendekatan fenomenologi berfokus pada menggali, memahami, dan menafsirkan fenomena dan hubungannya dengan individu dalam situasi tertentu (Yusuf, 2015). Dengan pendekatan ini diharapkan dapat memperoleh informasi penelitian secara menyeluruh sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu untuk mengetahui makna perceraian dan gambaran konkrit mengenai resiliensi pada perempuan yang bercerai di usia muda.

Dalam penelitian ini digunakan teknik purposive sampling pada penentuan sampel. Yusuf (2015) mengemukakan bahwa purposive sampling adalah penentuan sampel atau sumber informasi didasarkan pada maksud yang telah ditetapkan sebelumnya. Peneliti membuat kriteria tertentu yang dijadikan sebagai responden penelitian, yaitu wanita muda yang resmi bercerai secara agama maupun hukum, berusia 18 – 25 tahun dan usia perceraian minimal 2 tahun berdasarkan pertimbangan dari hasil survei oleh Fiftyies.com tahun 2009 pada 4000 individu dewasa yang telah bercerai, diperoleh hasil bahwa rata-rata waktu yang dibutuhkan untuk pulih dari perasaan negatif pasca perceraian adalah 17 bulan 26 hari (Popbela.com).

Untuk memperoleh informasi mengenai keadaan responden, maka peneliti mengumpulkan data dengan teknik wawancara mendalam. Wawancara dilakukan dalam bentuk semi terstruktur sehingga pertanyaan bersifat terbuka, berjalan dengan fleksibel tapi terkontrol, peneliti memiliki kebebasan dalam bertanya, dan mengatur alur serta setting wawancara. Adapun teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan langkah-langkah yang dikemukakan oleh Kahija (2017) yang diawali dengan membaca keseluruhan transkrip wawancara, membuat komentar eksploratoris, merumuskan tema emergen, tema superordinat, dan membuat pola antar pengalaman responden. Sementara itu, untuk memverifikasi validitas dilakukan strategi member checking dalam mengecek keakuratan hasil penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian dilakukan terhadap tiga perempuan dengan status telah bercerai pada usia muda di Kota Makassar.

1. Responden MS

Ms perempuan berusia 21 tahun merupakan mahasiswa pada salah satu perguruan tinggi di Kota Makassar. MS menikah pada usia 17 tahun dan resmi bercerai pada usia 19 tahun. Alasan bercerai dikarenakan suami bersikap cuek dan tidak mendapat nafkah lahir batin.

Pasca bercerai, MS mengungkapkan mengalami berbagai emosi negatif seperti perasaan kecewa, sedih dan marah dengan kondisi yang dialami saat itu. MS mengatakan bahwa saat awal bercerai, dirinya menjadi lebih sensitif, seringkali menangis, menutup diri dari lingkungan, merasa terhina dan tidak percaya diri dengan statusnya sebagai janda di usia yang terbilang muda (19 tahun). Tekanan dari lingkungan sosial juga dirasakan MS berupa penilaian negatif

lingkungan sekitar dan julukan sebagai “janda kembang”.

MS berusaha mengatasi berbagai tekanan yang muncul dengan cara menumbuhkan pikiran positif bahwa perceraian yang dialami merupakan takdir yang telah ditentukan oleh-Nya, berusaha untuk menerima dan tidak merasa rendah diri dengan statusnya sebagai janda di usia muda serta memikirkan adanya sosok kedua orang tua yang peduli dan sayang terhadap dirinya. Selain itu, MS juga menyibukkan diri dengan melakukan berbagai aktivitas positif, seperti mengikuti kajian islami, bekerja sebagai pengajar dan salah satu staf di sebuah pondok pesantren, mengikuti kegiatan kampus, dan mendekati diri dengan Tuhan melalui shalat maupun dzikir. Dukungan sosial juga diperoleh MS berupa adanya motivasi dan nasihat dari ustadz-ustadzah, keluarga maupun teman yang senantiasa menghibur. Dengan demikian, saat ini MS mengaku merasa tenang dan mampu ikhlas menerima kondisi diri.

Pasca mengalami perceraian dan merasakan dampak yang ditimbulkan, MS memaknai perceraian sebagai perkara yang menyakitkan karena pasca bercerai dirinya mengalami berbagai macam emosi negatif hingga pada trauma pernikahan. MS juga memaknai perceraian sebagai perkara memalukan. Hal ini ditandai dengan sikap MS yang senantiasa merendahkan diri dan merasa tidak percaya diri dengan statusnya pasca bercerai. Lebih lanjut, MS memaknai perceraian sebagai bahan pembelajaran terhadap dirinya di masa depan agar lebih berhati-hati dalam memilih pasangan hidup, perceraian sebagai hal yang diperbolehkan oleh Allah SWT akan tetapi dibenci oleh-Nya dan pilihan terakhir yang dapat ditempuh apabila masalah dalam pernikahan tidak dapat terselesaikan.

2. Responden AN

Responden AN merupakan perempuan berusia 23 tahun. AN bekerja sebagai karyawan pada salah satu pusat perbelanjaan di Kabupaten Maros. AN menikah pada usia 19 tahun dan resmi bercerai di usia 21 tahun. Alasan bercerai dikarenakan suami tidak memberi nafkah lahir batin dan menikah tanpa sepengetahuan istri.

AN mengalami perasaan kehilangan arah dan tujuan hidup serta perasaan hampa dalam menjalani keseharian pasca berpisah. AN merasa sedih dan kecewa terhadap diri sendiri dengan perceraian yang dialami. AN mengungkapkan bahwa ± 1 bulan awal setelah bercerai dirinya menangis hampir disetiap malam dan sempat menarik diri dari lingkungan selama ± 6 bulan saat awal bercerai. AN mengungkapkan bahwa saat itu dirinya merasa tidak terima dan malah menyalahkan takdir kehidupan.

AN mengungkapkan bahwasanya salah satu upaya yang dilakukan untuk mengatasi tekanan pasca bercerai yaitu dengan bersikap optimis bahwa dirinya yakin mampu mengatasi segala dampak yang dialami akibat perceraian. Selain itu, AN menyibukkan diri pada aktivitas positif seperti meningkatkan relasi dengan mengikuti kegiatan organisasi karang taruna, mendekati diri dengan Tuhan melalui shalat dan membaca al-qur'an, serta menghibur diri dengan hal yang disukai berupa bermain handphone, sosial media dan menonton animasi bertema komedi. Dengan demikian, saat ini AN mengaku merasa bahagia dan mampu menerima kondisi diri.

AN memaknai perceraian sebagai tindakan yang seharusnya tidak boleh untuk dilakukan, akan tetapi ketika permasalahan dalam pernikahan tidak dapat terselesaikan maka perceraian merupakan pilihan terakhir pada penyelesaian masalah. AN juga memaknai perceraian sebagai peristiwa yang menyakitkan dikarenakan menimbulkan emosi negatif, kurang bersemangat dalam menjalani hidup, serta dengan bercerai dirinya memiliki perasaan trauma terhadap pernikahan. Lebih lanjut, AN menganggap bahwa perceraian merupakan bentuk kegagalan dalam mempertahankan hubungan pernikahan seperti yang dialami oleh kedua orang tuanya

dahulu.

3. Responden KH

KH merupakan seorang mahasiswi berusia 22 tahun pada salah satu Perguruan Tinggi Negeri di Kota Makassar. KH menikah pada usia 19 tahun dan resmi bercerai pada usia 20 tahun. Alasan bercerai dikarenakan suami tidak memberi nafkah dan berselingkuh.

Pasca bercerai, KH merasa frustrasi karena kehidupan pernikahan bahagia yang diinginkan berakhir pada putusan perceraian. KH mengalami emosi negatif seperti perasaan sedih dan kecewa terhadap diri sendiri akibat statusnya, seringkali memunculkan pikiran negatif berupa kekhawatiran akan pandangan negatif masyarakat terkait dirinya sebagai janda di usia muda dengan seorang anak (single parent), kekhawatiran akan ketidakmampuan dalam merawat anak serta kelanjutan pendidikan yang sedang ditempuh. Lebih lanjut, KH mengungkapkan bahwa dirinya mengalami trauma terhadap pernikahan dan seringkali mendapat pandangan negatif dari lingkungan sekitar pasca bercerai.

KH berusaha bangkit dengan menumbuhkan pikiran positif bahwa dirinya tidak harus terus menerus terpuruk dengan kondisi pasca bercerai dan menumbuhkan motivasi bahwa kedepannya mampu membahagiakan kedua orang tua yang saat ini telah dirinya kecewakan. KH berusaha untuk menghindari situasi menyendiri dan memilih untuk menyibukkan diri dengan berbagai aktivitas dengan tujuan mengurangi munculnya pikiran-pikiran negatif terkait kasus perceraian yang dialami. KH juga menjalankan hobi seperti bermain futsal dan bernyanyi. Sementara itu, dari lingkungan sosial KH mendapat dukungan orang tua dan teman berupa ucapan semangat dan motivasi untuk bangkit dan melanjutkan pendidikan. Saat ini, KH merasa bahagia dan fokus untuk masa depan.

KH memaknai perceraian sebagai solusi untuk menghilangkan rasa sakit yang dialami selama pernikahan sehingga dapat merasakan kebahagiaan dan terbebas dari permasalahan pernikahan. Akan tetapi, KH juga menganggap perceraian sebagai perkara yang memalukan karena perubahan status yang dimiliki.

Pembahasan

1. Pemaknaan terhadap perceraian

Responden memaknai perceraian dalam beberapa kategori, pertama perceraian dimaknai sebagai perkara yang menyakitkan dan memalukan karena adanya perubahan status dari seorang istri menjadi wanita bercerai terlebih di usia muda. Responden mengalami kesedihan, sakit hati, frustrasi, merasa kehilangan arah dan semangat hidup hingga pada trauma pernikahan.

Kedua, perceraian dimaknai sebagai bentuk kegagalan dalam mempertahankan hubungan pernikahan. Responden merasakan kegagalan pernikahan dikarenakan berakhir pada putusan perceraian dan mengikuti jejak kedua orang tuanya yang juga bercerai.

Ketiga, perceraian dimaknai sebagai bentuk pembelajaran terhadap diri agar mampu lebih teliti dan berhati-hati dalam memilih dan menentukan pasangan hidup dimasa depan sehingga tidak kembali merasakan dan mengalami dampak negatif akibat bercerai. Welly (2017) mengemukakan bahwa perceraian dapat menjadi bahan introspeksi diri bagi individu dalam mengambil hikmah utamanya pada pemilihan pasangan hidup kedepannya.

Keempat, perceraian dimaknai sebagai bentuk pilihan akhir dan jalan keluar yang dapat ditempuh oleh pasangan suami istri dalam penyelesaian problematika pernikahan. Welly (2017) mengemukakan bahwa perceraian dianggap sebagai alternatif solusi yang dapat ditempuh individu agar mampu terbebas dari masalah rumah tangga yang tidak mampu terselesaikan. Selain itu, perceraian dianggap sebagai perkara yang diperbolehkan akan tetapi merupakan

perbuatan yang dibenci oleh Allah SWT.

2. Reaksi yang ditunjukkan pasca bercerai

Pasca perceraian responden mengalami berbagai macam reaksi, diantaranya yaitu dampak psikologis, penolakan pada kondisi diri, perubahan pada diri akibat bercerai dan tekanan sosial dari lingkungan sekitar. Pertama, dampak psikologis yang dialami responden berupa emosi negatif seperti perasaan sedih, kecewa dan marah dengan perceraian yang dialami, perasaan ketidakberdayaan terhadap diri, guncangan emosional berupa perasaan frustrasi, seringkali menangis, melamun, murung dalam keseharian dan munculnya pikiran berulang terhadap kondisi yang dialami. Responden juga merasa kehilangan arah tujuan hidup dan tidak bersemangat dalam menjalani kehidupan pasca bercerai serta mengalami trauma berupa perasaan takut dalam menjalin kembali hubungan pernikahan.

Kedua, responden pasca bercerai merasakan penolakan pada kondisi diri. Responden merasa sensitif dan belum mampu menerima status diri sebagai perempuan yang telah bercerai di usia muda. Selain pada status diri, responden terkadang menyalahkan takdir hidup dan merasa tidak mampu menerima kondisi kehidupan yang dialami saat itu. Istiqamah, Dewi dan Nurdin (2021) mengemukakan bahwa pasca bercerai perempuan cenderung merasa tidak mampu menerima kenyataan terkait perubahan pada status diri dari seorang istri menjadi wanita bercerai (janda).

Ketiga, responden mengalami perubahan terhadap diri. Pasca bercerai, responden menjadi pribadi yang lebih pendiam, tidak percaya diri dan menarik diri dari lingkungan. Farhanindya dan Rista (2019) mengemukakan bahwa pasca bercerai individu menunjukkan perilaku menarik diri dari lingkungan sekitar.

Keempat, responden mendapat berbagai reaksi negatif dari lingkungan sekitar pasca mengalami perceraian seperti perlakuan, julukan dan prasangka negatif dari masyarakat. Irmayanti (2019) mengemukakan bahwa perempuan yang menyandang status bercerai di usia muda mendapatkan sorotan dan penilaian negatif dari lingkungan masyarakat serta segala perilakunya seringkali dipandang buruk.

3. Upaya bangkit

Berbagai upaya dilakukan responden untuk bangkit dari keterpurukan akibat perceraian, diantaranya yaitu pertama, upaya beradaptasi dan menerima kondisi diri. Sabariman dan Kholifah (2020) mengemukakan bahwa hal mendasar yang harus dimiliki perempuan pasca bercerai yaitu upaya penyesuaian diri dari berbagai masalah yang dihadapi. Responden berusaha agar mampu menerima kondisi diri, ikhlas dan tidak ingin menunjukkan perilaku dendam terhadap mantan pasangan akibat perceraian yang dialami.

Kedua, menumbuhkan pikiran positif dalam diri. Edelweis dan Hermaleni (2019) mengemukakan bahwa dalam mengatasi masalah psikologis seperti perasaan sedih, kesepian dan ketidakberdayaan pasca bercerai dibutuhkan kontrol diri dengan mengendalikan pikiran dan perasaan ke arah yang lebih positif. Pikiran positif yang dimunculkan responden seperti masih memiliki sosok keluarga yang peduli dan sayang, menumbuhkan kesadaran bahwa dirinya harus bangkit dan menerima kondisi diri sehingga tidak terus terpuruk dalam jangka waktu yang lama akibat perceraian.

Ketiga, menyibukkan diri dengan aktivitas positif. Responden menyibukkan diri dengan berbagai aktivitas pasca bercerai dengan tujuan untuk mengurangi situasi menyendiri dan munculnya pikiran serta emosi negatif. Aktivitas yang dilakukan responden pun beragam, mulai dari meningkatkan interaksi sosial, melakukan aktivitas yang disenangi dan meningkatkan hubungan dengan yang Maha Kuasa melalui shalat, dzikir maupun membaca al-qur'an.

Keempat, dukungan sosial yang diperoleh responden baik dari keluarga, teman sebaya, dan ustadz/ustadzah yang merupakan mentor pada kajian yang diikuti oleh responden. Bentuk dukungan sosial yang diperoleh berupa pemberian motivasi, nasihat dan pembelaan terhadap diri responden. Pangestu dan falah (2018) mengemukakan bahwa peran lingkungan sekitar berupa pemberian dukungan merupakan faktor penting bagi individu untuk bangkit dari permasalahan sehingga mampu menjadi pribadi yang lebih bijak dalam mengatasi masalah dan menuju proses pengikhlisan serta pendewasaan.

4. Hasil resiliensi

Pasca mengalami berbagai dampak setelah bercerai dan melakukan berbagai upaya dalam mengatasi dampak yang dirasakan, kini responden mampu menunjukkan kondisi yang lebih baik dari sebelumnya. Responden mampu bangkit dari kondisi terpuruk yang dirasakan pasca bercerai. Pertama, responden saat ini mampu menerima kondisi diri dengan status sebagai perempuan bercerai di usia muda (janda), mampu mengembalikan kepercayaan diri, tidak lagi merasa sensitif maupun risih dengan status yang dimiliki.

Kedua, Responden mampu merasakan emosi positif setelah sebelumnya dipenuhi dengan emosi negatif akibat perceraian. Responden mampu berpikir positif dengan takdir kehidupan yang dialami.

Ketiga, responden dalam kesehariannya mampu melakukan kegiatan produktif dan memperoleh capaian positif berupa prestasi dalam bidang pendidikan. Responden disibukkan dengan kegiatan produktif seperti bekerja sehingga memiliki penghasilan dan mampu memenuhi kebutuhannya secara mandiri. Perempuan yang lebih aktif dalam kegiatan produktif seperti bekerja keras tanpa melupakan peran dalam rumah tangga merupakan bentuk resiliensi pasca bercerai (Sabariman & Kholifah, 2020).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat ditarik kesimpulan mengenai makna perceraian dan gambaran resiliensi pada perempuan yang bercerai di usia muda sebagai berikut:

1. Pemaknaan perceraian pada perempuan yang bercerai di usia muda

Makna perceraian terbagi menjadi dua kategori, yaitu makna positif dan makna negatif. Makna positif berupa perceraian dianggap sebagai bentuk pembelajaran bagi diri agar lebih berhati-hati dan teliti dalam penentuan pasangan hidup di masa depan, sedangkan perceraian dimaknai negatif sebagai perkara menyakitkan, memalukan, kegagalan dalam hubungan pernikahan, dan alternatif solusi akhir yang dapat ditempuh individu dalam mengakhiri problematika pernikahan yang sebelumnya tidak mampu terselesaikan.

2. Gambaran resiliensi pasca bercerai perempuan di usia muda

Berbagai upaya dilakukan perempuan usia muda dalam mengatasi dampak pasca bercerai dan mencapai resiliensi, diantaranya yaitu menumbuhkan pikiran positif sehingga mampu mengontrol diri ke arah yang lebih positif, mengelola perasaan dan emosi agar mampu beradaptasi dan menerima kondisi diri, menyibukkan diri dengan aktivitas positif dan adanya dukungan yang diperoleh dari lingkungan sekitar. Oleh karena itu, dengan berbagai upaya dan dukungan yang diperoleh, responden mampu bangkit dari keterpurukan dan mencapai resiliensi. Hasil resiliensi pada perempuan bercerai di usia muda berupa penerimaan diri yaitu kemampuan menerima kondisi maupun status sebagai perempuan bercerai di usia muda, merasakan emosi positif berupa perasaan tenang, bahagia, lega, dan bebas pasca bercerai, dan mampu menyibukkan diri dengan kegiatan produktif serta pencapaian positif berupa meraih prestasi.

DAFTAR REFERENSI

- Abdurrahman, M. N. (2019, Desember 20). 3,543 pasutri di makassar cerai selama 2019, mayoritas karena ekonomi. *News detik.com*. <https://news.detik.com/berita/d-4830034/3543-pasutri-di-makassar-cerai-selama-2019-mayoritas-karena-ekonomi>
- Aini, F. N. (2020, Agustus 4). Berapa lama luka putus cinta dan perceraian sembuh? *Popbela.com*. <https://www.popbela.com/relationship/single/fera/berapa-lama-luka-putus-cinta-dan-perceraian-akan-semuh/full>
- Alfa, F. R. (2019). Pernikahan Dini Dan Perceraian Di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Ahwal Syakhshiyah (JAS)*, 1(1), 49. <https://doi.org/10.33474/jas.v1i1.2740>
- Chusnulita, E. (2017). *The power of single mother*. Jakarta: PT Alex Media Komputindo.
- Edelweis, A., & Hermaleni, T. (2019). Perbedaan post-divorce adjustment ditinjau dari strategi coping pada wanita bercerai. *Jurnal Riset Psikologi*, 2019(3), 1-11.
- Farhanindya, H. H., & Rista, K. (2019). Dimensi forgiveness individu yang bercerai. *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin*, 2(2), 272-278
- Gayatri, F. E. (2016). *Resiliensi pada janda cerai mati*. (Skripsi). Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hayyuni, M. A. (2019). Spiritualitas dan religiusitas perempuan yang mengalami perceraian di usia muda. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*. 102-109. ISSN: 2715-7121.
- Irmayanti. (2019). Marginalisasi janda muda di Kecamatan Tamalate Kota Makassar. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 8(2), 1-10.
- Istiqamah, N., Dewi, E. M. P., & Nurdin, M. N. (2021). Dinamika post traumatic growth pada wanita pasca bercerai. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(2), 117-127.
- Jahja, Y. (2015). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Jayani, D. H. (2020, Februari 20). Ramai RUU ketahanan keluarga: Berapa angka perceraian di indonesia?. *Katadata.co.id*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2020/02/20/ramai-ruu-ketahanan-keluarga-berapa-angka-perceraian-di-indonesia>.
- Kahija, Y. L. (2017). *Penelitian fenomenologis: Jalan memahami pengalaman hidup*. Yogyakarta: PT Kanisius.
- Muardini, S., Azmi, A., & Fatmariza, F. (2019). Dampak Perceraian Pada Perempuan Usia Muda Di Kecamatan Pondok Tinggi Kota Sungai Penuh. *Journal of Civic Education*, 2(1), 1-11.
- Naufaliasari, A., & Andriani, F. (2013). Resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kematian pasangan. *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi*, 2(2), 264-269.
- Pangestu, S. V., & Falah, F. (2020). Resiliensi Single Mother Pasca Perceraian. *Proyeksi*, 13(1), 68-77.
- Pengadilan Agama Bojonegoro. (2021, November 21). Kasus perceraian capai 2888 kasus 81 persen usia muda. *PA Bojonegoro.go.id*. <https://www.pa-bojonegoro.go.id/Kasus-Perceraian-Capai-2888-Kasus-81-Persen-USia-Muda>.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35.
- Rukin. (2019). *Metodologi penelitian kualitatif*. Takalar: Yayasan ahmar cendekia indonesia.
- Sabariman, H., & Kholifah, S. (2020). Menjanda sebagai model resiliensi. *Jurnal Sosiologi Walisongo*, 4(1), 1010-114.
- Sasongko, R. D., Frieda, N.R.H., & Febriana K, I. (2013). Resiliensi pada wanita usia dewasa awal
-

- pasca perceraian di Sendangmulyo, Semarang. *Jurnal Empati*, 2(3), 500-515.
- Stj, R. C. M. A., & Komariah, K. (2018). Resiliensi Kepala Keluarga Perempuan (Keppa) dalam Memenuhi Fungsi Keluarga pada Anggota PJJl Armalah Yogyakarta. *Jurnal Penelitian Kesejahteraan Sosial*, 17(3), 257–266.
- Welly, N. S. (2017). Makna hidup janda muda pelaku cerai gugat di Kota Pekanbaru. *JOM FISIP*, 4(2), 1-13.
- Yusuf, M. (2015). *Metode penelitian: Kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Zuhrah, F. (2018). Perempuan menggugat: Telaah perceraian wanita muslimah berkarir di kota Medan. *MIQOT*, XLII(2), 319-334.
-