

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Perkawinan merupakan suatu tahap yang penting dalam kehidupan individu. Tujuan dari perkawinan adalah untuk membentuk keluarga baru, mendapatkan kebahagiaan, kepuasan, cinta kasih, dan keturunan. Perkawinan juga bertujuan untuk berusaha memahami pasangan dalam hal apapun, menyatukan pendapat dan perbedaan. Secara psikologis perkawinan adalah suatu komitmen hubungan emosional yang legal antara dua orang untuk saling berbagi dalam perasaan, fisik, berbagai macam tugas, dan sumber perekonomian (Olson & DeFrain, 2003). Pasal 1 Undang-Undang Perkawinan I/1974 (dalam Patmonodewo, 2001) menyatakan perkawinan adalah suatu ikatan lahir batin antara seorang pria dan wanita sebagai suami dan istri dengan tujuan membentuk keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Duval dan Miller (dalam Patmonodewo, 2001) menyatakan perkawinan adalah suatu hubungan yang diakui secara sosial antara pria dan wanita, yang mensahkan hubungan seksual dan adanya kesempatan mendapatkan keturunan. Perkawinan memiliki dampak yang positif bagi kesehatan fisik dan emosi (Handayani, Suminar, Hendriani, Alfian, & Hartini, 2008). Orang yang menikah memiliki gaya hidup yang lebih sehat, memiliki harapan hidup yang lebih panjang, memiliki kehidupan seksual yang lebih sehat dan memuaskan, dan memiliki aset ekonomi yang lebih baik.

Perkawinan memiliki beberapa tahapan siklus kehidupan yang akan dilalui oleh keluarga seiring dengan perkembangan orang-orang yang menjadi anggota keluarganya (Patmonodewo, 2001). Tahapan-tahapan perkembangan kehidupan keluarga tersebut adalah pengantin baru, keluarga dengan anak kecil, keluarga dengan anak remaja, melepas anak, dan keluarga usia lanjut. Ketika sepasang suami istri sudah berperan menjadi orangtua mereka memiliki peran dan tugas masing-masing. Dalam menjalankan tugas dan peran tersebut mereka harus saling bekerja sama terhadap satu dengan yang lainnya. Saat timbul berbagai masalah dalam keluarga suami dan istri akan memikirkan cara untuk menyelesaikannya secara bersama-sama, namun saat suami meninggal dunia keadaan akan berubah. Individu akan kehilangan sahabat, kekasih, dan pasangan untuk mendidik anak-anaknya. Individu merasa kehilangan sosok yang begitu berarti dalam hidupnya yang membuat dirinya menjadi tidak utuh dan merasa ditelantarkan. Istri menghadapi kehidupan baru tanpa suami, dimana pekerjaan yang sebelumnya menjadi tugas suami kini menjadi tugas istri dan menjalani peran ganda sebagai ibu dan ayah bagi anak-anaknya.

Kotwal dan Prabhakar (2009) menjelaskan bahwa wanita yang kematian suaminya baru berusia satu tahun akan lebih merasakan pengalaman yang penuh dengan stres dibandingkan dengan wanita yang kematian suaminya sudah lebih dari satu tahun. Bulan-bulan awal setelah kematian pasangan individu rentan mengalami gangguan kesehatan fisik, seperti menurunnya sistem imunitas tubuh. Individu juga mengalami kesulitan untuk tidur, kehilangan nafsu makan, kehilangan semangat untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Individu merasa

tidak percaya dengan kematian pasangannya. Perasaan takut, marah, rasa bersalah akan sering muncul. Individu merasa takut dan cemas untuk menghadapi kehidupan selanjutnya.

Wanita lebih rentan untuk kehilangan pasangannya dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini dikarenakan wanita memiliki kecenderungan untuk hidup lebih lama dibandingkan laki-laki (Handayani, dkk., 2008). Hasil survey di Amerika Serikat hampir 40% wanita berusia diatas 65 tahun menjanda dan memutuskan untuk tidak menikah lagi (Papalia, 2002). Hasil Survey Sosial Ekonomi Nasional yang dilakukan oleh Biro Pusat Statistik pada tahun 1994 jumlah wanita yang menjadi kepala rumah tangga karena kematian suami berjumlah 3.681.568 orang. Data Susenas Indonesia tahun 2007 menunjukkan bahwa jumlah rumah tangga yang dikepalai perempuan mencapai 13.60% atau sekitar 6 juta rumah tangga yang mencakup lebih dari 30 juta penduduk (Pekka). Tahun 2010 berdasarkan data dari Biro Pusat Statistik jumlah wanita yang berumur diatas 10 tahun yang suaminya telah meninggal berjumlah 8.772.225 orang.

Kematian pasangan merupakan peristiwa kehidupan yang menjadi sumber utama penyebab stress bagi pasangan yang ditinggalkan (Holmes & Rahe, 1967; dalam Davidson, 1994). Kematian pasangan juga merupakan saat-saat sulit dalam transisi kehidupan bagi kebanyakan individu dan cenderung menjadi suatu krisis personal (Handayani, dkk., 2008). Perempuan yang suaminya meninggal akan menghadapi permasalahan seperti kehilangan pasangan, kehidupan sosial yang berbeda, kesulitan finansial, dan masalah yang berkaitan kesehatan fisik ataupun mental (Papalia, 2002). Masalah terbesar yang dihadapi perempuan setelah

suaminya meninggal dunia adalah masalah finansial. Hargreaves (1991; dalam Bronnimann, 2006) menyatakan bahwa 60% anak-anak yang hanya tinggal bersama ibunya hidup dalam kemiskinan. Istri akan bergantung pada pendapatan yang diperoleh suaminya ketika suami yang menjadi satu-satunya sumber pemasukan utama keluarga, sehingga setelah kepergiannya menjadikan ancaman bagi istri dan anak-anaknya. Pemasukan keuangan menurun drastis setelah suami meninggal (Papalia, 2002). Individu akan mengalami kesulitan untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari, mempertahankan gaya hidupnya saat sebelum suami meninggal, dan mengalami kesulitan untuk membiayai pendidikan anak-anak mereka (Kotwal & Prabhakar, 2009)

Masalah lain yang timbul adalah individu kehilangan bagian dirinya yang lain (Kotwal & Prabhakar, 2009). Individu merasa tidak ada lagi yang mencintai dan menyayangi dirinya seperti pasangannya. Bagi individu yang mendedikasikan hidup dan identitasnya untuk pasangannya akan mengalami kehilangan identitas setelah kematian pasangannya. Kehidupan sosial individu setelah kematian pasangannya juga ikut berubah. Individu merasa memiliki sedikit tempat diantara orang-orang yang masih memiliki pasangan dan merasa tidak nyaman ketika harus berkumpul dengan orang-orang yang masih memiliki pasangan. Individu akan lebih sering berkumpul dengan teman-teman wanitanya. Individu yang kehilangan pasangannya lebih rentan mengalami gangguan kesehatan mental dan fisik. Penelitian yang dilakukan oleh Cairney, Boyle, Offord, dan Racine (2003) menjelaskan setelah kehilangan pasangannya perempuan lebih rentan mengalami episode depresi yang berkepanjangan dan level stress yang tinggi.

Masalah-masalah seperti kehilangan pasangan, kesulitan finansial, kehidupan sosial yang berbeda, dan gangguan kesehatan, apabila tidak dapat diatasi dapat menimbulkan stress. Stress merupakan suatu keadaan ketika individu merasa terbebani/tidak dapat memenuhi tuntutan-tuntutan dalam kehidupannya dan dapat mengancam kesehatannya (Lazarus & Folkman, 1994; dalam Smet, 1994). Individu yang mengalami stress akan menunjukkan beberapa gejala, seperti gejala fisik misalnya individu akan mengalami insomnia atau kesulitan tidur, sakit kepala atau pusing, perubahan dalam selera makan, dan sering merasa cepat lelah. Individu juga akan menunjukkan gejala emosi seperti gelisah, perasaan yang berubah-ubah, mudah marah, dan lebih sensitif. Selain itu ada gejala intelektual (kognitif) misalnya susah untuk berkonsentrasi, kesulitan dalam membuat keputusan, dan sering mengalami kekeliruan ketika mengerjakan suatu hal. Gejala yang terakhir adalah gejala interpersonal seperti sering menyalahkan orang lain, sering membatalkan janji, dan mencari-cari kesalahan orang lain. Stress yang dialami dapat dikelola atau dikurangi dengan strategi coping.

Coping adalah suatu proses dimana individu berusaha untuk mengelola jarak yang ada dalam tuntutan, baik tuntutan dari individu itu sendiri maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan eksternalnya, dengan berbagai cara ketika menghadapi keadaan stressful (Lazarus & Folkman, 1984; dalam Smet, 1994). Individu akan menggunakan strategi coping untuk mengurangi atau mengelola tekanan yang dialami ketika dihadapkan pada situasi yang penuh stres,

Individu yang kehilangan pasangannya melakukan coping untuk beradaptasi dengan kehidupan baru yang dialaminya. Coping juga diperlukan

untuk mengatasi masalah-masalah yang dihadapi. Strategi coping menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan fisik maupun psikis ibu tunggal (Gass-Sternass, 1994). Strategi coping yang digunakan oleh setiap individu berbeda-beda walaupun masalah yang dialami sama. Penggunaan strategi coping disesuaikan dengan jenis masalahnya. Individu akan cenderung menggunakan strategi coping yang menekankan pada pemecahan masalah, misalnya ketika mengalami masalah finansial (Sarafino, 2008). Strategi coping akan menjadi efektif ketika individu menggunakan strategi coping yang sesuai dengan jenis masalahnya.

Ada dua faktor yang dapat mempengaruhi efektif atau tidaknya strategi coping yang dilakukan oleh individu, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi gaya coping dan jenis kepribadian, sedangkan faktor eksternal meliputi dukungan sosial dan faktor eksternal lainnya.

Dukungan sosial termasuk dalam salah satu faktor yang mempengaruhi terbentuknya strategi coping pada individu. Taylor (2008; dalam Budd, 2009) menyampaikan bahwa dukungan sosial adalah metode yang efektif untuk membentuk strategi coping ketika menghadapi situasi stressful. Dukungan sosial dapat bersumber dari orang-orang terdekat individu, seperti keluarga, kerabat, dan sahabat. Keluarga merupakan salah satu sumber dukungan sosial yang paling mudah dan sering didapatkan oleh individu. Keluarga merupakan sistem pendukung yang memainkan peranan yang sangat penting bagi anggota di dalamnya (Friedman, 1998; dalam Wulandari, 2014). Menurut Rodin dan Salovey (1989; dalam Smet, 1994) keluarga merupakan sumber dukungan sosial

yang paling penting bagi individu. Dukungan sosial keluarga adalah sebagai sumber emosional, informasional, atau pendampingan yang dicurahkan oleh orang-orang di lingkungan individu untuk menjalani dan menghadapi permasalahan dan krisis yang ada dalam kehidupan sehari-hari (Pierce, dalam Wulandari, 2014). Individu yang memiliki hubungan yang positif dan pola komunikasi yang jelas dengan keluarganya dapat berhubungan dengan level stress yang rendah dan strategi coping yang tinggi. Potter dan Perry (2005; dalam Hadisepoetro, Utami, & Ismi, 2013) menyatakan bahwa anggota keluarga memiliki potensi untuk menjadi pendorong utama mekanisme coping yang dilakukan oleh individu, hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hadisepoetro, Utami, dan Ismi (2013) yang meneliti mengenai tingkat dukungan keluarga dengan mekanisme coping individu pada pasien kusta, yaitu terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara tingkat dukungan keluarga dengan mekanisme coping individu.

Penelitian lain mengenai hubungan antara strategi coping, dukungan sosial, ketidakmampuan fungsional, dan depresi pada lanjut usia yang dilakukan oleh Greenglass, Fiksenbaum, dan Eaton (2006) menunjukkan adanya hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan strategi coping proaktif. Hasan dan Rufaidah (2013) melakukan penelitian mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan strategi coping pada penderita *stroke* menunjukkan hubungan yang positif antara dukungan sosial dan strategi coping pada penderita *stroke*.

Hasil beberapa penelitian yang telah dijelaskan diatas menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara dukungan sosial

dengan strategi coping, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan maka semakin baik pula strategi coping yang dilakukan individu. Dengan acuan tersebut, penulis berasumsi bahwa dukungan sosial yang berasal dari keluarga juga memiliki hubungan dengan strategi coping pada wanita yang berperan sebagai orangtua tunggal setelah kematian suami, dimana semakin tinggi dukungan sosial keluarga yang didapatkan maka semakin efektif pula strategi coping yang dilakukan dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial keluarga yang di dapatkan maka semakin tidak efektif pula strategi coping yang dilakukan oleh individu.

1.2. Identifikasi Masalah

Kematian pasangan merupakan saat-saat sulit dalam transisi kehidupan bagi kebanyakan individu dan cenderung menjadi suatu krisis personal (Handayani, dkk., 2008). Wanita lebih rentan untuk kehilangannya dibandingkan dengan laki-laki, karena wanita memiliki kecenderungan untuk hidup lebih lama dibandingkan dengan laki-laki. Berbagai permasalahan muncul setelah kematian pasangan, seperti kehilangan *partner* hidup dan pengasuhan anak, kehidupan sosial yang berubah dari sebelumnya, masalah kesulitan ekonomi, dan masalah yang berkaitan dengan kesehatan mental ataupun fisik (Papalia, 2002).

Masalah-masalah seperti yang telah disebutkan diatas dapat mengakibatkan timbulnya stress apabila tidak dapat diatasi. Untuk menghindari terjadinya stress dibutuhkan strategi coping. Gass-Sternass (2010) menyatakan bahwa strategi coping menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan fisik maupun

psikis wanita yang berperan sebagai orangtua tunggal. Strategi coping yang efektif dapat menurunkan tingkat stress yang dialami oleh individu. Penggunaan strategi coping berbeda-beda pada setiap individu yang disesuaikan juga dengan jenis masalahnya. Strategi coping akan menjadi efektif ketika digunakan sesuai dengan jenis masalah yang dihadapi.

Salah satu faktor yang mempengaruhi strategi coping yang dilakukan oleh individu adalah dukungan sosial. Dukungan sosial sendiri adalah informasi verbal maupun non-verbal, saran, bantuan nyata, atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dalam hal-hal yang memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya (Gottlieb, 1983; dalam Smet, 1994). Taylor (2008; dalam Budd, 2009) menyampaikan bahwa dukungan sosial merupakan metode yang efektif untuk membentuk strategi coping ketika menghadapi situasi yang penuh stress. Dukungan sosial dapat berasal dari orang-orang di sekitar individu, seperti keluarga, sahabat, dan kerabat.

Penulis memilih dukungan sosial yang berasal dari keluarga sebagai variabel bebas dari penelitian ini. Hal ini dikarenakan keluarga merupakan salah satu sumber dukungan sosial yang paling mudah dan sering didapatkan. Keluarga juga merupakan sistem pendukung yang memainkan peranan yang sangat penting bagi anggota di dalamnya (Friedman, 1998; dalam Wulandari, 2014). Alasan lainnya adalah karena hidup dengan keluarga yang mempunyai interaksi positif dapat berhubungan dengan tingkat stress yang rendah dan strategi coping yang tinggi (Wamboldt, 2000; dalam Mudzalifah, 2009).

Hasil yang didapatkan dari beberapa penelitian yang menggunakan dukungan keluarga sebagai variabel bebas menunjukkan hubungan yang positif antara dukungan keluarga dengan variabel lainnya. Penelitian yang dilakukan Elizur (2001) menunjukkan hubungan yang positif antara dukungan keluarga dengan penyesuaian psikologis dan identitas diri kaum *gay*. Penelitian yang dilakukan Harris (2000) menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima akan berhubungan dengan rendahnya angka kecenderungan untuk bunuh diri dan deperesi pada mahasiswa Afrika-Amerika. Ambariyanto (2010) juga menemukan hubungan yang signifikan dan positif antara dukungan keluarga dengan keberfungsian sosial pasien skizofrenia. Beberapa penelitian mengenai dukungan sosial dan strategi coping menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan strategi coping. Penelitian tersebut antara lain penelitian yang dilakukan oleh Greenglass, Fiksenbaum, dan Eaton (2006), Hasan dan Rufaidah (2013), dan Hadiseputro, Utami, dan Ismi (2013).

Penelitian sebelumnya yang meneliti mengenai dukungan sosial dan strategi coping belum ada yang meneliti menggunakan konteks wanita yang berperan sebagai orangtua tunggal setelah kematian suami dan dukungan sosial yang didapatkan subyek penelitian adalah dukungan sosial secara umum. Penelitian kali ini penulis mencoba untuk meneliti hubungan dukungan sosial yang berasal dari keluarga sebagai variabel bebas dan strategi coping sebagai variabel terikat dengan menggunakan konteks wanita yang berperan sebagai orangtua tunggal setelah kematian suami.

1.3. Batasan Masalah

Penulis membuat batasan masalah pada variabel-variabel dalam penelitian ini untuk menghindari pembahasan masalah yang menyimpang dari permasalahan yang diteliti. Berikut batasan masalah dalam penelitian ini:

a. Ibu Tunggal

Yang dimaksud ibu tunggal dalam penelitian ini adalah wanita yang berperan sebagai orangtua tunggal setelah kematian suaminya.

b. Strategi Coping

Strategi coping menurut Lazarus (1984, dalam Smet, 1994) adalah suatu proses dimana individu berusaha untuk mengelola jarak yang ada dalam tuntutan, baik tuntutan dari individu itu sendiri maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan eksternalnya, dengan berbagai cara ketika menghadapi keadaan stressful. Strategi coping dalam penelitian ini adalah strategi coping yang dilakukan ibu tunggal setelah kematian suaminya.

c. Dukungan keluarga

Gotlieb, 1983 (dalam Smet, 1994) mengatakan dukungan sosial adalah informasi verbal maupun non-verbal, saran, bantuan nyata, atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan individu di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dalam hal-hal yang memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Keluarga merupakan salah satu sumber dukungan sosial bagi individu. Dukungan sosial keluarga merupakan suatu bentuk yang diberikan lewat perhatian dan dorongan yang didapatkan individu dari anggota

keluarganya melalui hubungan interpersonal yang meliputi perhatian, emosional, serta penilaian (Stole, 2004; dalam Wulandari, 2014). Dukungan keluarga dalam penelitian ini adalah dukungan keluarga yang berasal dari keluarga subyek, baik keluarga kandung maupun keluarga pasangan.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan strategi coping pada wanita yang berperan sebagai orangtua tunggal setelah kematian suami?”

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan strategi coping pada wanita yang berperan sebagai orangtua tunggal setelah kematian suami.

1.6. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari pelaksanaan penelitian ini terbagi ke dalam dua macam manfaat, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis:

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan informasi dan menambah pengetahuan dari hasil penelitian tentang hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan strategi coping

pada wanita yang berperan sebagai orangtua tunggal setelah kematian suami.

- b. Mengembangkan ragam penelitian dan sebagai bahan referensi untuk memahami strategi coping dan dukungan sosial keluarga pada wanita yang berperan sebagai orangtua tunggal setelah kematian suami.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi pembaca, khususnya ibu tunggal agar meningkatkan hubungannya dengan keluarga untuk membentuk strategi coping yang efektif. Karena strategi coping yang efektif dapat mengelola atau mengurangi stres yang dialami setelah kematian suami.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, digunakan sebagai rujukan untuk penelitian selanjutnya terkait dengan hal-hal yang dibahas dalam penelitian ini.