

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Setiap orang pernah mengalami berbagai peristiwa dalam hidupnya, baik yang membahagiakan maupun menyedihkan. Peristiwa-peristiwa tersebut akan memberikan perubahan dalam kehidupan mereka. Peristiwa yang terjadi dapat direncanakan sebelumnya atau tidak pernah diharapkan akan menimpa diri mereka. Peristiwa yang tidak diharapkan tersebut bisa meliputi kecelakaan maupun sakit yang dapat menyebabkan kecacatan dan membuat anggota tubuh kehilangan fungsinya. Individu yang mengalami kejadian tersebut biasanya dikenal dengan penyandang cacat atau penyandang disabilitas (Erikson dalam Anggraeni, 2008).

Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), jumlah penyandang disabilitas di Indonesia mencapai 2,8 juta dari jumlah penduduk Indonesia. Sementara menurut Badan Pusat Statistik tahun 2013, jumlah penyandang disabilitas di Provinsi Jawa Timur sebanyak 46.670 orang, dengan penyandang disabilitas fisik berjumlah 11.142 orang. Di kota Surabaya, tercatat sebanyak 718 orang mengalami disabilitas fisik (BPS, 2013).

Disabilitas menurut Somantri (2007) merupakan suatu kondisi yang menghambat kegiatan individu sebagai akibat dari kerusakan atau gangguan pada tulang, otot, dan sendi, sehingga mengurangi kapasitas normal individu untuk mengikuti pendidikan dan berperilaku mandiri. Kondisi ini dapat disebabkan oleh

penyakit, kecelakaan atau bawaan dari lahir. Menurut Undang-Undang RI No. 4 tahun 1997 (Kemos, 2012), penyandang cacat atau disabilitas adalah setiap orang yang mempunyai kelainan fisik dan/atau mental yang dapat mengganggu atau menghambat seseorang dalam melakukan sesuatu. Disabilitas terdiri dari tiga jenis, yaitu disabilitas fisik, mental, serta fisik dan mental. Pada penelitian ini yang akan dibahas oleh peneliti adalah disabilitas fisik. Disabilitas fisik merupakan suatu kondisi yang disebabkan oleh kehilangan atau gangguan pada fisik seseorang untuk menggunakan anggota tubuhnya dengan efektif (Hardman, 2002). Keterbatasan pada anggota tubuh yang diakibatkan oleh penyakit, kecelakaan atau faktor bawaan dapat menghambat individu dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Seseorang yang awalnya menjalani kehidupan dengan bahagia dan sehat tanpa kekurangan apapun tiba-tiba dapat mengalami peristiwa yang mengubah hidupnya seratus delapan puluh derajat, seperti mengalami kecelakaan atau menderita penyakit kronis yang mengakibatkan kehilangan anggota tubuh. Tidak pernah terbersit dalam benak mereka akan menjadi penyandang cacat atau disabilitas yang tidak hanya berdampak bagi diri mereka tetapi juga keluarga mereka.

Disabilitas memberikan dampak psikologis yang negatif pada individu yang mengalaminya. Dampak psikologis yang mengikuti penyandang disabilitas tersebut menurut Senra (2011), antara lain: (1) depresi, yaitu merasakan berbagai kesulitan dalam menggunakan kemampuan dasar dalam kehidupan sehari-hari dan kehilangan kepercayaan diri dan merasa rendah diri sehingga menimbulkan depresi; (2) trauma, yaitu mengalami periode kesedihan dan frustrasi ketika

merasa identitasnya berubah menjadi penyandang disabilitas dan memiliki ketergantungan kepada orang lain; (3) marah, yaitu perasaan menyesal melakukan kegiatan tersebut atau tidak meyakini garis kehidupan yang diberikan; (4) *shock*, yaitu perasaan yang sangat sedih dan tidak menyangka akan keadaan yang telah berubah; (5) tidak dapat menerima keadaan, yaitu keadaan dimana subjek belum bisa membiasakan diri dengan tubuh baru yang dimiliki; (6) bunuh diri, yaitu kehilangan semangat dan berpikiran pendek ketika jiwanya terguncang yang dapat menyebabkan tindakan bunuh diri.

Individu yang mengalami perubahan fisik menjadi penyandang disabilitas akibat kecelakaan atau sakit dapat mengalami kesulitan untuk menerima perubahan dalam dirinya, sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya, seperti munculnya perasaan rendah diri, frustrasi, merasa tidak berguna, dan menarik diri dari lingkungannya (Anggraeni, 2008). Salah satu subjek dalam penelitian terdahulu misalnya, yaitu suami yang mengalami disabilitas pasca kecelakaan mengungkapkan bahwa awal kejadian ia sangat marah terhadap pelaku kecelakaan, hingga memutuskan berhenti berhubungan seksual dengan istri. Subjek menjadi lebih tertutup dari teman-teman dan keluarganya. Subjek merasa depresi dan *shock* sehingga membutuhkan bantuan. Setelah kondisi fisiknya berubah, subjek berhenti bekerja dan melakukan sesuatu yang ia sukai. Subjek merasakan banyak perubahan pada dirinya, dari yang awalnya dinamis menjadi kurang mandiri dan lebih banyak bergantung kepada orang lain (Senra, 2011).

Kondisi psikologis yang dialami oleh subjek dalam penelitian Senra (2011) tersebut dapat berpengaruh pula terhadap keluarga terutama istri sebagai orang terdekat suami. Seperti diketahui, suami memiliki peran penting dalam keluarga, antara lain sebagai pemimpin dan kepala rumah tangga, bertanggung jawab dalam pengambilan keputusan dalam keluarga, bertugas mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan hidup, dan pendidik dalam rumah tangga (Kadarisman, 2012). Ketika kemudian suami mengalami perubahan fisik menjadi penyandang disabilitas, maka perubahan tersebut akan mempengaruhi dinamika dalam keluarganya. Suami yang pada awalnya bertugas mencari nafkah untuk keluarga menjadi kesulitan bekerja setelah kondisi fisiknya berubah.

Dampak psikologis yang dirasakan setelah mengalami perubahan kondisi fisik juga dapat mempengaruhi suami ketika mengambil keputusan dalam keluarga. Kondisi suami yang merasa rendah diri, menjadi lebih gugup dan meledak-ledak setelah mengalami perubahan fisik akan mempengaruhi suami dalam mengambil keputusan terhadap persoalan yang ada (Senra, 2011). Perubahan-perubahan yang dialami suami tersebut kemudian turut memunculkan tekanan yang cukup berat pada istri. Terkait penjelasan tersebut penelitian ini berangkat dari fenomena yang sama dengan penelitian Senra (2011) dan bermaksud untuk mengkaji lebih lanjut tentang kondisi psikologis istri yang memiliki suami seorang penyandang disabilitas.

Berikut ini kutipan dari artikel mengenai kondisi istri yang suaminya mengalami perubahan fisik menjadi penyandang disabilitas pasca kecelakaan:

Suatu saat saya merasa sangat murung hingga tidak dapat bangun dari tempat tidur di pagi hari. Saya berpikir tidak akan bahagia atau memiliki kehidupan normal lagi. Kenyataan menjadi pekerja full-time membuat saya ketakutan. Saya harus memenuhi kebutuhan hidup. Saya ingin mendorong dan mendukung suami saya, namun rutinitas sehari-hari dalam menjaga anak-anak dan suami saya sangat melelahkan. (Hardy, 2011)

Dari kutipan tersebut tampak bahwa istri yang memiliki suami menjadi penyandang disabilitas mengalami kesulitan dalam menghadapi perubahan kondisi suaminya. Keadaan suami yang tidak lagi bekerja karena perubahan kondisi fisiknya dapat berpengaruh terhadap kondisi ekonomi keluarga, sehingga istri harus menggantikan peran suami dalam mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan hidup. Kondisi psikologis yang sama juga dirasakan oleh individu lain yang juga memiliki suami penyandang disabilitas. Berikut adalah kutipan pernyataan istri tersebut:

Saya memiliki dua anak yang berusia 9 dan 16 tahun saat suami saya sakit. Saya tidak memiliki bantuan finansial lagi, jadi saya bekerja 60 jam setiap minggu untuk mendukung suami dan kedua anak saya. Tidak tidur, makan sangat sedikit, kehilangan berat badan, cemas, depresi, dan tidak ada seseorang untuk bersandar untuk dukungan atau bantuan sedangkan saya hanya dapat beristirahat selama 30 menit. Ini berlangsung selama tiga tahun...namun ia masih bergantung karena disabilitas fisik yang dialaminya. (Caring, 2014)

Berdasarkan kutipan di atas diketahui bahwa sebagai seorang istri yang memiliki suami penyandang disabilitas, selain memenuhi kebutuhan finansial keluarga, ia harus memberikan perhatian dan mendukung suami dalam melewati masa-masa sulit. Dalam waktu yang sama, sebagai seorang ibu ia juga dituntut untuk mampu merawat dan mengasuh anak dengan berbagai macam

tantangannya. Tekanan atau situasi sulit yang kerap dialami istri berpengaruh terhadap kondisi fisik dan psikologisnya. Kurang tidur dan makan menyebabkan istri kehilangan berat badan, serta mengalami kecemasan dan depresi.

Namun demikian beberapa kasus menunjukkan bahwa tidak semua istri mengalami kondisi fisik dan psikologis yang berat ketika menghadapi perubahan kondisi fisik suami. Sebagian istri ternyata mampu menunjukkan pengelolaan emosi yang baik dan bangkit mengatasi tekanan psikologis yang dirasakan setelah kondisi fisik suaminya berubah. Berikut terdapat kutipan pernyataan salah seorang istri yang menampakkkan adanya kemampuan dalam mengatasi tekanan psikologis setelah suami mengalami perubahan kondisi fisik menjadi penyandang disabilitas :

Aku bersumpah pada diriku bahwa aku tidak akan terpuruk, apa pun keadaannya aku akan menemukan maknanya. Aku dan suamiku telah menghadapi banyak tantangan, tetapi kita juga telah berhasil memenangkan banyak pertarungan dan mampu berkembang dari semua itu. Selama 4 tahun ini kita menemui banyak orang-orang hebat. Kita saling mencintai lebih dari sebelumnya, kita telah memenuhi hal-hal yang tidak pernah kita bayangkan sebelumnya, dan hati kita didedikasikan untuk membantu orang lain yang senasib dengan kita. (Roxana, 2013)

Berdasarkan kutipan di atas tampak bahwa istri mampu melalui masa-masa sulit setelah kondisi fisik suaminya berubah dan mampu menjalin hubungan interpersonal dengan orang lain, seperti membantu orang lain yang memiliki nasib atau pengalaman yang sama dengan mereka. Kondisi psikologis yang sama juga dirasakan oleh individu lain yang menunjukkan adanya kemampuan dalam mengatasi tekanan psikologis setelah kondisi fisik suaminya berubah. Berikut adalah kutipan pernyataan istri tersebut:

Aku meluangkan waktu dari merawat suamiku setiap hari, meskipun hanya beberapa menit. Aku dan suamiku memusatkan diri pada semua yang baik dalam hidup kami, kami memiliki teman dekat yang datang berkunjung secara teratur, kami berhasil membesarkan anak kami dan mereka juga sering datang berkunjung. (Rotolo, 2014)

Berdasarkan gambaran kondisi yang dialami istri tersebut dapat disimpulkan bahwa ada sebagian individu yang mampu bertahan dan pulih dari situasi negatif dengan cara yang positif, dan ada sebagian lain yang gagal karena tidak berhasil keluar dari situasi yang tidak menyenangkan. Kemampuan untuk bangkit kembali melanjutkan hidup setelah ditimpa kemalangan atau setelah mengalami tekanan yang berat dikenal dengan istilah resiliensi (Tugade & Fredrickson, 2004). Resiliensi menurut Kaplan (dalam VanBreda, 2001) adalah kemampuan untuk mempertahankan fungsi yang kompeten dalam menghadapi tekanan hidup yang besar. Sedangkan Grotberg (2003) menjelaskan resiliensi sebagai kapasitas individu untuk mampu menghadapi dan mengatasi kesulitan hidup yang tak terelakkan, individu bahkan dapat berubah dan belajar dari kesulitan-kesulitan tersebut. Setiap individu pernah mengalami kemalangan atau kesulitan dalam hidupnya dan mereka harus menghadapi kesulitan tersebut untuk melangkah ke fase kehidupan berikutnya. Misalnya ketika individu kehilangan seseorang yang berharga namun ia tidak memiliki banyak koneksi dengan orang lain, maka individu tersebut perlu membuka diri dan memperluas koneksinya dengan lingkungan sosial.

Individu yang resilien merupakan individu yang mampu menghadapi berbagai situasi sulit atau tekanan yang berat dan mampu menjadikan

pengalamannya sebagai pelajaran yang positif. Seorang istri yang resilien akan dapat menerima perubahan suaminya menjadi penyandang disabilitas dan menghadapi kesulitan tersebut dengan cara yang positif untuk terus melanjutkan hidupnya. Penting bagi istri dengan pasangan penyandang disabilitas untuk memiliki resiliensi, agar istri mampu bangkit dan pulih dari kesulitan yang dialami pasca perubahan kondisi fisik suami. Setelah mampu bangkit dan memulihkan diri dari kondisi psikologis yang tertekan, istri akan dapat menetapkan rencana-rencana perubahan atau melakukan berbagai penyesuaian yang positif dalam aktivitas sehari-hari.

Menurut Grotberg (2003), resiliensi terdiri dari 3 faktor yaitu *I have*, *I am* dan *I can*. *I have* adalah faktor resiliensi yang berhubungan dengan dukungan eksternal yang mendorong terbentuknya resiliensi pada diri individu. Dengan adanya dukungan keluarga dan lingkungan sosial, individu mampu menghadapi kesulitan yang dialaminya. Melalui orang-orang terdekatnya, individu juga dapat memperoleh dukungan dan dorongan untuk mampu mandiri dalam menyelesaikan suatu persoalan. Kondisi keluarga dan lingkungan sosial yang stabil dapat membantu membentuk dan meningkatkan resiliensi pada diri individu. Istri yang mengalami masa-masa sulit setelah perubahan kondisi fisik suami membutuhkan dukungan dari keluarga maupun lingkungan sosial untuk mampu mengembangkan kemampuan resiliensinya.

I am adalah faktor resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan yang terdapat dalam diri individu. Individu yang mampu bersikap tenang dan menghargai diri sendiri saat menghadapi kesulitan akan membantu individu untuk menjadi

resilien. Seorang istri yang memiliki rencana masa depan dan dapat tetap tenang ketika berada dalam keadaan yang tidak menyenangkan akan membantu istri dalam melewati masa-masa sulit tersebut. Faktor terakhir *I can* berkaitan dengan keterampilan interpersonal dan kemampuan individu dalam menemukan penyelesaian masalah yang dihadapinya. Kemampuan istri dalam mengekspresikan perasaan dan pikirannya kepada orang lain akan berpengaruh terhadap cara istri menyelesaikan masalah. Istri yang memiliki banyak ide-ide baru serta mampu menyelesaikan berbagai kesulitan yang dialaminya akan turut membentuk kemampuan resiliensi pada diri individu. Ketiga faktor *I have*, *I am* dan *I can* ini saling melengkapi satu sama lain ketika individu menghadapi kesulitan dan juga mempengaruhi resiliensi pada diri individu. Seseorang mampu resilien pada suatu situasi, namun ada juga yang lebih menonjol ketika menghadapi situasi sulit lainnya (Grotberg, 2003).

Menutup uraian latar belakang ini, peneliti merasakan bahwa situasi dan tekanan hidup yang dialami seorang istri atas perubahan kondisi fisik suami menjadi penyandang disabilitas adalah hal yang berat untuk dihadapi. Tidak hanya harus selalu mendukung suami dalam melewati masa sulit, seorang istri juga harus siap menggantikan posisi suami sebagai tulang punggung keluarga karena kondisi suami yang tidak memungkinkan lagi untuk bekerja. Peran sebagai ibu rumah tangga juga menuntut istri untuk tetap memberikan perhatian dan membesarkan anak-anaknya. Tekanan atau kesulitan yang dirasakan istri tersebut dapat menyebabkan istri mengalami kelelahan secara fisik dan psikologis, namun seorang istri yang resilien akan mampu menghadapi kesulitan tersebut dengan

cara yang positif. Atas dasar itu, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut tentang resiliensi istri terhadap perubahan kondisi suami menjadi penyandang disabilitas fisik, serta menggali faktor-faktor resiliensi yang menurut Grotberg (2003) turut mempengaruhi terbentuknya resiliensi pada diri individu.

1.2. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan dalam *grand tour question*, yaitu “bagaimana resiliensi istri terhadap perubahan kondisi suami menjadi penyandang disabilitas fisik?” Untuk memperdalam *grand tour question*, dibuat *sub question* sebagai berikut:

1. Bagaimana dukungan keluarga dan sosial yang diperoleh istri dapat membantunya dalam menghadapi perubahan kondisi suami menjadi penyandang disabilitas fisik?
2. Bagaimana sikap istri dalam menghadapi perubahan kondisi suami menjadi penyandang disabilitas fisik?
3. Bagaimana perasaan istri dalam menghadapi kondisi suaminya yang berubah menjadi penyandang disabilitas fisik?
4. Bagaimana keyakinan istri dalam menghadapi perubahan kondisi keluarga dan suaminya?
5. Bagaimana komunikasi istri dengan keluarga dan lingkungan sosialnya sebelum dan setelah kondisi fisik suami berubah?
6. Bagaimana kemampuan istri dalam menghadapi kesulitan setelah kondisi suami berubah menjadi penyandang disabilitas fisik?

1.3. Signifikansi dan Keunikan Penelitian

Penelitian ini berawal dari cukup besarnya jumlah penyandang disabilitas di Indonesia dan besarnya pengaruh psikologis bagi keluarga penyandang disabilitas terutama istri. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), penyandang disabilitas di Indonesia mencapai 2,8 juta dari jumlah penduduk Indonesia. Sementara menurut Badan Pusat Statistik tahun 2013, jumlah penyandang disabilitas di Provinsi Jawa Timur sebanyak 46.670 orang, dengan penyandang disabilitas fisik berjumlah 11.142 orang. Di kota Surabaya, tercatat sebanyak 718 orang mengalami disabilitas fisik (BPS, 2013). Selain itu, fenomena mengenai istri yang memiliki suami dengan perubahan kondisi menjadi penyandang disabilitas fisik penting untuk dikaji. Seorang istri yang berada dalam kondisi yang penuh tekanan setelah kondisi fisik suaminya berubah selain harus bekerja dan menjalankan perannya sebagai seorang ibu yang mengasuh dan mendidik anak-anak, ia juga harus mendukung suami untuk melewati masa-masa sulit pasca perubahan kondisi fisik suami (Caring, 2014).

Penelitian ini perlu dilakukan karena istri yang memiliki suami penyandang disabilitas harus mampu melalui situasi sulit dan bangkit kembali menjalani kehidupan dengan cara yang positif. Sebab jika istri sebagai salah satu anggota keluarga tidak mampu mengatasi situasi tersebut, akan berdampak kepada pasangan yang juga membutuhkan perhatian serta dukungan untuk berjuang menghadapi perubahan kondisi fisik suami.

Penelitian mengenai disabilitas bukan merupakan hal yang baru, karena beberapa penelitian sebelumnya telah banyak membahas mengenai penyandang

disabilitas. Pada penelitian sebelumnya pernah dibahas mengenai faktor-faktor resiliensi yang ada pada diri penyandang tuna daksa dengan menggunakan faktor resiliensi Grotberg (Anggraeni, 2008). Penelitian lain juga pernah mengulas mengenai penerimaan diri penyandang disabilitas setelah kondisi fisiknya berubah pasca kecelakaan dan cara individu tersebut memaknai perubahan kondisi fisiknya menjadi penyandang disabilitas (Puspasari, 2012).

Penelitian lain mengenai disabilitas juga pernah dikaji sebelumnya, yaitu mengenai pengalaman orang dewasa yang mengalami amputasi pada anggota tubuh bagian bawah setelah kecelakaan dan perubahan identitas diri yang berkaitan dengan kecacatan yang dialami (Senra, 2011). Penelitian lain mengenai keluarga yang memiliki anggota keluarga penyandang disabilitas juga pernah diteliti sebelumnya. Penelitian tersebut mengulas penerimaan keluarga terhadap anak yang mengalami retardasi mental dan penerimaan tersebut untuk membantu mengoptimalkan perkembangan anak yang berkebutuhan khusus (Hendriani, dkk, 2006). Penelitian dengan tema yang sama juga pernah dilakukan sebelumnya oleh Heiman (2002) yang mengkaji tentang respon orang tua dan dukungan keluarga, serta perasaan dan harapan orang tua terhadap anak-anak mereka yang mengalami disabilitas. Beberapa penelitian yang telah diketahui peneliti belum ada yang memfokuskan dampak penyandang disabilitas bagi istri dan kemampuan resiliensi istri dalam menghadapi perubahan kondisi suami menjadi penyandang disabilitas fisik.

Penelitian ini berfokus pada istri yang mengalami masa-masa sulit setelah kondisi fisik suami berubah dan berjuang untuk bangkit dari kesulitan yang

dihadapinya. Peneliti mencoba untuk mengkaji faktor-faktor yang membentuk resiliensi pada diri istri dalam menghadapi perubahan kondisi suami menjadi penyandang disabilitas fisik.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, diharapkan dengan metode penelitian kualitatif, proses pengumpulan data dapat lebih intensif serta mendalam, sehingga dapat memperoleh gambaran mengenai keadaan subjek, faktor-faktor resiliensi pada istri hingga akhirnya mencapai resiliensi.

Hasil penelusuran terhadap penelitian di perpustakaan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, penulis tidak menemukan penelitian yang bertemakan resiliensi istri terhadap perubahan kondisi suami menjadi penyandang disabilitas fisik.

1.4. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan antara lain:

1. Memahami resiliensi pada diri istri terhadap perubahan kondisi fisik suami menjadi penyandang disabilitas.
2. Memahami dukungan keluarga dan sosial yang diperoleh istri sehingga dapat membantunya menghadapi perubahan kondisi suami menjadi penyandang disabilitas fisik.
3. Memahami sikap istri dalam menghadapi perubahan kondisi suami menjadi penyandang disabilitas fisik.
4. Memahami perasaan istri dalam menghadapi kondisi suaminya yang berubah menjadi penyandang disabilitas fisik.

5. Memahami keyakinan istri dalam menghadapi perubahan kondisi keluarga dan suaminya.
6. Memahami komunikasi istri dengan keluarga dan lingkungan sosialnya sebelum dan setelah kondisi fisik suami berubah.
7. Memahami kemampuan istri dalam menghadapi kesulitan setelah kondisi suami berubah menjadi penyandang disabilitas fisik.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman terkait dengan resiliensi dan faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya resiliensi pada diri istri terhadap perubahan kondisi suami menjadi penyandang disabilitas fisik kepada kajian psikologi maupun masyarakat.
2. Menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya terutama penelitian yang terkait dengan topik resiliensi pada istri yang memiliki pasangan dengan kondisi fisik yang berubah menjadi penyandang disabilitas fisik.

1.5.2. Manfaat Praktis

1. Memberikan masukan kepada praktisi psikologi dalam menangani persoalan tentang resiliensi istri terhadap perubahan kondisi suami menjadi penyandang disabilitas fisik, serta dapat memberikan

penanganan atau intervensi yang tepat kepada istri yang mengalami hal tersebut.

2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi kepada keluarga atau istri yang memiliki suami/anggota keluarga penyandang disabilitas, sehingga mereka dapat lebih memahami situasi yang dihadapi oleh istri maupun keluarga yang mengalami hal tersebut.
3. Keluarga maupun lingkungan sosial di sekitar istri yang memiliki suami/anggota keluarga penyandang disabilitas diharapkan memberikan dukungan kepada istri agar mereka mampu bangkit kembali dari situasi sulit dan menjalani hidupnya dengan positif.