

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa perempuan yang kematian suami memiliki proses yang panjang untuk dapat mengembangkan resiliensinya dan bangkit dari pengalaman traumatis yang mereka alami.

Ke dua subjek dalam penelitian ini memiliki perbedaan dalam mengembangkan resiliensinya. Adapun dampak yang dirasakan oleh subjek pertama setelah kematian suaminya adalah: selalu teringat suami, terbayang, bermimpi, merasa putus asa, sulit tidur dan makan. Walaupun demikian Subjek pertama ini memiliki dorongan dari dalam dirinya (*I Am*) untuk bangkit seperti subjek kedua, optimis, berfikir positif, ikhlas menerima keadaan dan adanya rasa empati sehingga subjek bersyukur.

Kemudian dukungan dari keluarga (*I Have*) juga merupakan salah satu faktor yang membuat individu bangkit. Karena dengan adanya dukungan yang diberikan oleh pihak keluarga dan tetangga mulai dari suami SB meninggal sampai sekarang dan ketika ada masalah maka keluarga SB selalu membantu dan memberikan pertolongan kepada SB, ia juga mendapatkan perhatian dan kasih sayang serta hubungan yang saling mempercayai dari keluarganya.

Selain hal tersebut SB juga mempunyai cara lain agar dia bisa bangkit dari masalah yang dia hadapi disebut dengan *I Can* adalah faktor yang

bersumber dari apa saja yang dapat dilakukan oleh individu sehubungan dengan keterampilan-keterampilan sosial dan interpersonal seperti SB mampu mengelola perasaan serta mampu mengukur temperamen dirinya sendiri.

Kemudian faktor agama yang dimiliki SB juga membantu dia untuk mengembangkan resiliensinya seperti ia menerima keadaan, lebih mendekatkan diri kepada Allah sehingga ia mampu mengelola perasaannya dengan melakukan hal-hal yang positif seperti shalat lima waktu, mengikuti pengajian, berzikir dan mengikuti kelompok yasin, subjek juga yakin akan takdir Allah dan yakin bahwa semua masalah ada jalan keluarnya sehingga subjek sabar dalam menghadapi musibah ini karena subjek menyakini bahwa pertolongan Allah itu amat dekat seperti yang dijelaskan dalam QS al-Baqarah ayat 214:



أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخَلُوا الْجَنَّةَ وَلَمْ يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّتْهُمُ الْبَأْسَاءُ
وَالضَّرَاءُ وَزُلْزَلُوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالرَّسُولَاتُ أَعْمَاءُ ثُمَّ نَحْنُ مُنْقَلَبُونَ أَلَا إِنَّ فَضْلَ اللَّهِ
قَرِيبٌ

Artinya: *Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, Padahal belum datang kepadamu (cobaan) sebagaimana halnya orang-orang terdahulu sebelum kamu? mereka ditimpa oleh malapetaka dan kesengsaraan, serta digoncangkan (dengan bermacam-macam cobaan) sehingga berkatalah Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya: "Bilakah datangnya pertolongan Allah?" Ingatlah, Sesungguhnya pertolongan Allah itu Amat dekat.*

Inilah yang selalu menjadi pegangan bagi SB bahwa setiap cobaan akan ada jalan keluarnya karena Allah itu amat dekat dengan hambanya. Dengan adanya faktor agama yang dimiliki oleh SB sehingga ia yakin akan masa depan, menerima keadaan saat ini, optimis dan sabar. Sehingga ini

Menjadi dorongan yang kuat bagi SB dalam menghadapi musibah dan cobaan yang menimpanya.

Sementara subjek kedua dampak yang ia alami setelah suaminya meninggal adalah: selalu terbayang suami, selalu ingat suami, kehilangan, selalu bermimpi suami, tidak menerima status janda, tidak mempunyai rasa cinta dan keinginan untuk menikah. Maka dari itu jika dilihat dorongan dari dalam dirinya Ia hanya sedikit sekali memiliki dorongan dari dalam dirinya (*I AM*) untuk bangkit, Di mana S ada mempunyai harapan untuk bangkit cuma tidak tahu bagaimana caranya, S tidak ikhlas suaminya meninggal, tidak bisa menerima keadaannya sekarang serta tidak optimis dalam menjalani hidupnya. S juga tidak memiliki rasa empati dan kasihan kepada orang yang sama-sama kematian suami, malahan S menginginkan orang juga merasakan penderitaannya, dengan menyumpah semua suami orang yang sebaya dan orang yang sebaya sama dengan meninggal suaminya, S hanya ada rasa kasihan kepada orang yang kematian istri saja.

Kemudian dukungan dari keluarga (*I Have*) juga merupakan salah satu faktor yang membuat individu bangkit. Di mana S memiliki hubungan yang dilandasi kepercayaan, S juga memiliki struktur dan peraturan di rumah, S memiliki model panutan, S juga disayang dan dicintai oleh anggota keluarganya seperti, anak, menantu, kakak dan adeknya. S juga mendapatkan perhatian dari anggota keluarganya.

Selanjutnya bahwa S juga mempunyai cara lain untuk bisa bangkit dari masalah yang dia hadapi *I Can* adalah faktor yang bersumber dari apa

saja yang dapat dilakukan oleh individu sehubungan dengan keterampilan-keterampilan sosial dan interpersonal seperti: S mampu mengelola perasaan, S juga mampu memecahkan masalah.

Jadi dapat disimpulkan bahwa subjek pertama dapat mengembangkan resiliensinya karena adanya faktor dorongan dari dalam dirinya (*I Am*), faktor dari keluarga (*I Have*) dan faktor dari apa saja (*I Can*) yang ia lakukan sehingga ia bisa bangkit. Sedangkan subjek kedua ia dapat mengembangkan resiliensinya karena adanya faktor dari keluarga (*I Am*) faktor dari keluarga (*I Have*) dan faktor dari apa saja (*I Can*) yang ia lakukan sehingga ia juga bisa bangkit dan menjadi individu yang resilinsi. Tidak cukup hanya dari tiga faktor itu saja, tetapi seseorang juga membutuhkan faktor agama karena pada dasarnya faktor agama juga sangat penting dalam mengembangkan resiliensi seseorang. Jika seseorang sudah memiliki faktor agama yang baik tentunya dia sudah mampu menerima kesulitan dalam situasi apapun, dia akan menjadi optimis, dia juga yakin akan takdir Allah maka dengan sendirinya seseorang itu sudah akan mampu bangkit dan menjadi individu yang resiliensi. Ini terlihat pada subjek pertama sehingga ia mampu mengembangkan resiliensinya baik dari faktor internal maupun eksternal. Sedangkan subjek kedua ia hanya mampu mengembangkan resiliensinya dari faktor eksternal saja.

5.2. Saran

Berdasarkan proses dan hasil penelitian, penulis memberikan beberapa saran ke pihak-pihak sebagai berikut:

5.2.1. Bagi perempuan yang kematian suami

Perempuan yang kematian suami hendaknya jangan selalu terpuruk dan meratap dalam keadaan traumatis. Karena hal yang demikian akan membuat hati tidak tenang dan tentram, serta tidak mempunyai masa depan. Lebih mendekatkan diri kepada Allah Belajar lah untuk mengikhlaskan sesuatu yang telah pergi, karena semuanya adalah takdir dari Allah SWT.

5.2.2. Bagi keluarga perempuan yang kematian suami

Keluarga perempuan yang kematian suami hendaknya keluarga selalu mendukung, memberika nasehat dan perhatian yang lebih lagi kepada perempuan tersebut. Karena dalam situasi terpuruk seseorang memang membutuhkan orang lain, untuk saling bercerita dan berbagi. Karena dukungan yang positif terhadap perempuan yang kematian pasangan dapat membantu ia bangkit dari masalah yang mereka hadapi.

5.2.3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema resiliensi, peneliti disarankan agar mempertimbangkan hal berikut:

5.2.3.1. Hendaknya dapat menjalin kedekatan dengan subjek supaya informasi yang dibutuhkan lebih mendalam. Karena mengingat ini merupakan kasus yang sensitif dan tidak semua subjek langsung mau membagikan pengalamannya.

- 5.2.3.2. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya memperdalam penelitian resiliensi pada perempuan kematian suami terkait tentang faktor agama dan pendidikannya.
- 5.2.3.3. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti resiliensi pada laki-laki yang kematian istri.

