

KECEMASAN DAN STRATEGI COPING ISTRI YANG MENJADI KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA DI SAMARINDA

Setya Ninik Sri Rahayu¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *This study aims to determine what forms of anxiety experienced by a wife facing domestic violence and what coping strategies do wives do towards domestic violence. The method used in this research is descriptive qualitative. While the subjects of this study were three housewife volunteers who are domiciled in Samarinda with the process of collecting data using data collection methods in the form of observations, interviews and documents. The results obtained showed that the research subjects who were victims of violence in their households both physically and psychologically experienced high-level categories. Research subjects who experience anxiety can be seen from symptoms that appear like psychic symptoms, namely nervousness, discomfort, excessive worry, fear, discomfort, feeling threatened and physical symptoms of heart beating strongly, often cold sweats, dizziness, trembling nausea and pale. Overall, the process experienced by most research subjects in dealing with anxiety is to build a more dominant ego function so that, the selection of coping strategies becomes more effective, the subject uses two forms of coping strategies namely problem focused coping (PFC) and emotion focused coping (EFC) adapted to the problem, two out of three research subjects took action as the subject decided to stay in the household by taking positive values more, while one in three subjects preferred to get divorced from her husband, with considerations underlying the decision. that is, the husband rarely goes home so that the subject feels that there is no clarity in his marital status anymore and is not supported physically and mentally again.*

Keywords: *anxiety, coping strategy*

ABSTRAK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk kecemasan apa saja yang dialami oleh seorang istri menghadapi kekerasan dalam rumah tangga dan strategi coping apa yang dilakukan istri terhadap tindak kekerasan dalam rumah tangga. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif. Sedangkan subjek penelitian ini adalah tiga sukarelawan ibu rumah tangga yang berdomisili di Samarinda dengan proses pengambilan data dengan metode pengumpulan data berupa observasi, wawancara dan dokumen. Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa subjek peneliti yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangganya baik secara fisik dan psikis mengalami kecemasan kategori tingkat tinggi. Subjek penelitian yang mengalami kecemasan dapat dilihat dari gejala-gejala yang nampak seperti gejala psikis yakni gugup, rasa tidak tenang, khawatir yang berlebihan, takut, tidak nyaman, merasa terancam dan gejala fisik yakni jantung berdetak kuat, sering berkeringat dingin, pusing, gemetar mual dan pucat. Secara keseluruhan proses yang dialami sebagian besar subjek penelitian dalam menghadapi kecemasannya yaitu dengan membangun fungsi ego yang lebih dominan sehingga, pemilihan strategi coping menjadi lebih efektif, subjek menggunakan kedua bentuk strategi coping yaitu problem focused coping (PFC) dan emotion focused coping (EFC) yang disesuaikan dengan masalah yang ada, dua dari tiga subjek peneliti mengambil tindakan seperti subjek memutuskan bertahan dalam rumah tangganya dengan lebih mengambil nilai-nilai positif, sedangkan satu dari ketiga subjek lebih menginginkan untuk bercerai dari suaminya, dengan pertimbangan-pertimbangan yang melatarbelakangi keputusan tersebut ialah, suami jarang pulang sehingga subjek merasa tidak terdapat kejelasan status perkawinannya lagi dan tidak dinafkahi lahir batin lagi.

Kata kunci: kecemasan, strategi coping

¹ Email: setyansr121@gmail.com

PENDAHULUAN

Keluarga atau rumah tangga merupakan lingkungan sosial yang dikenal pertama pada elemen masyarakat. Menurut kamus besar bahasa Indonesia (2005) keluarga adalah orang yang tinggal dalam satu rumah dan menjadi elemen masyarakat yang terkecil. Dalam keluarga, manusia belajar untuk mulai berinteraksi dengan orang lain. Oleh karena itu umumnya banyak orang menghabiskan waktunya dalam lingkungan keluarganya. Rumah tangga, keluarga merupakan suatu institusi sosial paling kecil dan bersifat otonom, sehingga menjadi wilayah domestik yang tertutup dari jangkauan kekuasaan publik. Sekalipun keluarga merupakan lembaga sosial yang ideal guna menumbuh kembangkan potensi yang ada pada setiap individu, namun dalam kenyataannya keluarga seringkali menjadi wadah bagi munculnya berbagai kasus penyimpangan sehingga menimbulkan kesengsaraan atau penderitaan, yang dilakukan oleh anggota keluarga satu terhadap anggota keluarga lainnya, seperti penganiayaan, pemerkosaan, pembunuhan. Situasi inilah yang disebut dengan kekerasan dalam rumah tangga.

Perkembangan dewasa ini mewujudkan bahwa tindakan kekerasan secara fisik, psikis, seksual dan penelantaran rumah tangga banyak terjadi dan terutama menimpa kaum perempuan atau istri. Tindak kekerasan dalam rumah tangga merupakan jenis kejahatan yang kurang mendapat perhatian dan jangkauan hukum, hal terjadi didepan umum maupun dalam kehidupan pribadi. Tindak kekerasan didalam rumah tangga pada umumnya melibatkan pelaku dan korban diantara anggota keluarga didalam rumah tangga, sedangkan bentuk tindak kekerasan bisa berupa kekerasan fisik dan kekerasan psikis terhadap mental yang bisa mengancam dalam kehidupan berumah tangga dimasyarakat. Kekerasan dalam berumah tangga bagi masyarakat Indonesia bukanlah fenomena baru, KDRT makin marak dimasyarakat.

Kekerasan dalam rumah tangga merupakan suatu permasalahan dalam keluarga. Kekerasan dalam rumah tangga bisa menimpa siapa saja termasuk bapak, suami, istri, dan anak, namun secara umum pengertian dalam KDRT di sini dipersempit artinya penganiayaan terhadap istri oleh suami. Hal ini bisa dimengerti karena kebanyakan korban dalam KDRT adalah istri. Tindak kekerasan secara luas adalah melakukan kontrol, kekerasan dan pemaksaan meliputi tindakan seksual, psikologis, fisik dan ekonomi yang dilakukan individu terhadap individu yang lain dalam hubungan rumah tangga atau hubungan intim karib. Menurut Nurhayati (2005) kekerasan suami terhadap istri adalah berbagai bentuk perilaku penyerangan baik secara psikis (verbal dan nonverbal), fisik, seksual maupun ekonomi dengan maksud untuk melukai fisik atau emosi yang dilakukan oleh suami terhadap istri yang dapat menyebabkan hidup istri dalam bahaya baik secara fisik maupun psikis.

Namun dalam penelitian ini lebih ditekankan pada dampak kekerasan secara psikologis, yakni kecemasan.

Kecemasan merupakan gangguan yang ditandai dengan perasaan ketakutan pada sesuatu yang akan terjadi secara berlebihan. Kecemasan merupakan respon emosional yang tidak menentu terhadap suatu obyek yang tidak jelas. Manakala seseorang sedang mengalami cemas karena perasaan atau konflik, maka perasaan itu akan muncul melalui berbagai bentuk emosi yang disadari dan yang tidak disadari. Segi yang disadari dari cemas tampak dalam segi seperti rasa takut, terkejut, rasa lemah, rasa berdosa, rasa terancam. Menurut hasil penelitian Arif (2009) gejala istri yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga merasa rendah diri, cemas penuh rasa takut yang berlebihan, terlihat lebih tua dari usianya, sering merasa sakit kepala, mengalami kesulitan tidur, mengeluh nyeri yang tidak jelas penyebabnya, nyeri perut, kesemutan dan bersifat agresif tanpa penyebab yang jelas.

Sebagian besar perempuan atau istri sering bereaksi pasif dan apatis terhadap tindak kekerasan yang dihadapi. Ini memantapkan kondisi tersembunyi terjadinya tindak kekerasan pada istri yang diperbuat oleh suami. Bukan tidak mungkin sikap yang diambil oleh istri menimbulkan tekanan bagi diri istri, yaitu berusaha untuk mempertahankan keharmonisan keluarga namun disisi lain ia juga harus terus mencoba bertahan dalam situasi yang penuh kekerasan baik secara fisik, psikologis, seksual dan ekonomi yang dilakukan oleh pasangan intimnya sendiri.

Berlangsungnya kekerasan yang menimpa secara berulang-ulang merupakan situasi yang menekan dan menyakitkan yang dapat menimbulkan kecemasan pada istri. Tentunya setiap istri memiliki cara masing-masing untuk menghadapi dan mengurangi tekanan berupa kekerasan yang dilakukan oleh suaminya. Lazarus dan Flokman (1991) menyatakan usaha untuk menghadapi tekanan, juga usaha untuk mengatasi kondisi yang menyakitkan atau mengancam tersebut dikenal dengan istilah *coping*, yang selanjutnya disebut dengan strategi menghadapi masalah. Strategi menghadapi masalah merupakan kecenderungan bentuk tingkah laku individu untuk melindungi diri dari tekanan-tekanan psikologis yang ditimbulkan oleh problematika sosial. Hal ini melibatkan strategi *coping* untuk mengatasi keadaan dari situasi yang menekan, menantang atau mengancam dari tindak kekerasan dalam rumah tangga yang di alami oleh istri.

Menurut Folkman, Lazarus, Gruen & DeLongis (1986) strategi *coping* didefinisikan secara terperinci sebagai bentuk usaha kognitif atau perilaku seseorang untuk mengatur tuntutan internal dan eksternal yang timbul dari hubungan individu dengan lingkungan. Usaha untuk mengatur tuntutan tersebut meliputi

usaha menurunkan, meminimalkan dan juga menahan. Lebih lanjut Folkman dan Lazarus mengemukakan bahwa melalui *coping* dapat diketahui bagaimana individu beradaptasi dengan kecemasan dan bagaimana cara individu tersebut mengendalikan dirinya sendiri.

Perilaku *coping* yang dilakukan oleh istri yang mengalami kecemasan terhadap tindak kekerasan dalam rumah tangga tidak muncul begitu saja atau tiba-tiba namun *coping* terbentuk melalui proses yang panjang. Folkman, Lazarus, Gruen, dan DeLongis (1986) mengklasifikasikan strategi *coping* menjadi dua bentuk, yaitu *problem focused coping* (PFC) dan *emotion focused coping* (EFC). *Problem focused coping* adalah cara-cara penyelesaian masalah secara langsung disertai tindakan yang ditujukan untuk menghilangkan atau mengubah sumber stres, sedangkan *emotion focused coping* adalah strategi *coping* yang berorientasi pada emosi dan hanya bersifat sementara, selama seseorang memandang permasalahan sebagai sesuatu yang tidak dapat berubah. Strategi *coping* yang dilakukan akan dipengaruhi oleh bentuk permasalahan yang dihadapi dan siapa yang mempunyai permasalahan, karena setiap orang mempunyai tingkat ketahanan stres yang berbeda-beda. Menurut Cohen dan Lazarus (Folkman, Lazarus, Gruen & DeLongis, 1986), tujuan melakukan *coping* adalah untuk mengurangi hal-hal yang membahayakan dari situasi dan kondisi lingkungan, meningkatkan kemungkinan untuk pulih, menyesuaikan diri terhadap kejadian-kejadian negatif yang dijumpai dalam kehidupan nyata, mempertahankan keseimbangan emosional, meneruskan hubungan yang memuaskan dengan orang lain, serta mempertahankan citra diri positif.

Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui bentuk kecemasan apa saja yang dialami oleh seorang istri menghadapi kekerasan dalam rumah tangga dan mengetahui Strategi *coping* apa yang dilakukan istri terhadap tindak kekerasan dalam rumah tangga.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan deskriptif kualitatif, yaitu penelitian yang berusaha untuk menggambarkan atau melukiskan objek yang akan diteliti berdasarkan fakta yang ada di lapangan. Penelitian yang datanya dikumpulkan berupa kata-kata, gambar dan bukan angka-angka. (Moleong, 2007;8). Subjek penelitian ini istri yang menjadi korban KDRT. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu, observasi, wawancara, dokumentasi. Teknik analisa data dalam penelitian ini, mengacu pada model interaktif yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman (1994) yang menyebutkan terdapat empat prosedur dalam analisis data kualitatif, pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan kesimpulan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Observasi

Observasi menggunakan Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS) sebagai alat tes kecemasan untuk mempermudah mengamati perilaku yang ditunjukkan subjek.

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Subjek

No	Subjek	Total Poin (TMAS)	Kategori Tingkat Kecemasan
1	MM	24 Poin	Tinggi
2	LL	27 Poin	Tinggi
3	WT	24 Poin	Tinggi

Hasil Wawancara

Tahap wawancara dilakukan pada saat yang telah ditentukan sesuai dengan perjanjian yang telah dilakukan dengan subjek. Wawancara dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan kepada subjek, kemudian subjek menjawab pertanyaan tersebut dengan lancar tanpa hambatan sesuai dengan yang dialami. Adapun waktu dan tempat wawancara dilakukan sesuai dengan table di bawah ini:

Tabel 2. Kekerasan yang dialami Subjek Penelitian

No	Subjek	Kekerasan Fisik	Kekerasan Psikis	Yang Melatarbelakangi
1	Subjek LL	Dipukul, dijambak, dilempar barang	Mendapat perkataan kasar (dicaci maki), tidak dinafkahi.	Ekonomi (suami subjek di PHK, dan tidak bekerja).
2	Subjek MM	Dipukul, ditampar, dipaksa melayani suami (hubungan suami istri) walaupun dalam keadaan capek.	Mendapat perkataan kasar, dihina, ditekan harus menurut pada suaminya.	Pernikahan yang dijodohkan, suami tidak berkerja menetap, (serabutan).
3	Subjek WT	Dipukul, ditendang, tidak dinafkahi secara lahir dan batin	Mendapat perkataan kasar, tanpa ada penyebab.	Ekonomi (banyak utang, kerja tidak menetap).

1. Kecemasan Istri yang menjadi korban KDRT

Hasil wawancara kecemasan setiap subjek dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Kecemasan Subjek LL

No	Simtom-Simtom Kecemasan	Secara Fisik	Secara Psikis
1	Suasana Hati	Menangis	Merasa takut yang berlebihan, cemas.
2	Kognitif	Suka Melamun	Khawatir, selalu bersikap waspada.
3	Somatik	Pusing, detak jantung kencang, sering berkeringat dingin	Gugup, sering kaget, tidak focus.
4	Motor	Sering mengigit bibir, menepuk-nepuk paha.	Merasa tidak tenang

Tabel 4. Kecemasan Subjek MM

No	Simtom-Simtom Kecemasan	Secara fisik	Secara psikis
1	Suasana Hati	Menangis	Merasa takut, kecewa, merasa terancam.
2	Kognitif	Suka Melamun	Khawatir, gelisah.
3	Somatik	Pusing, sesak napas, leher terasa tegang, cepat capek sering berkeringat dingin	Gugup, tidak focus.
4	Motor	Sering mengigit bibir	Merasa tidak tenang, sering kaget.

Tabel 5. Kecemasan Subjek WT

No	Simtom-Simtom Kecemasan	Secara Fisik	Secara Psikis
1	Suasana Hati	Menangis	Merasa takut, kecewa, merasa terancam
2	Kognitif	Suka melamun	Khawatir, gelisah
3	Somatik	Pusing, sesak napas, leher terasa tegang, cepat lelah, sering berkeringat dingin.	Gugup, tidak fokus
4	Motor	Sering mengigit bibir	Merasa tidak tenang

2. *Problem focused coping* istri yang menjadi korban KDRT

Hasil wawancara *Problem focused coping* subjek penelitian dapat disimpulkan pada table sebagai berikut:

Tabel 6. *Problem focused coping* subjek LL

No	Problem focused coping	Tindakan yang dilakukan subjek LL
1	Aktif mengatasi masalah dan perencanaan	Berfikir untuk merubah sikap suaminya, subjek ingin mempertahankan rumah tangganya.
2	Kontrol diri dan menahan diri menghadapi masalah	Subjek bersikap tenang, diam dan subjek mengikuti apa yang menjadi keinginan suaminya agar tidak memperparah keadaan.
3	Mencari dukungan sosial	Subjek pergi mencari bantuan lembaga-lembaga pemerintahan P2TPA, dan LBH, meminta nasehat perceraianya.

Tabel 7. *Problem Focused Coping* subjek MM

No	Problem focused coping	Tindakan yang dilakukan subjek MM
1	Aktif mengatasi masalah dan perencanaan	Berencana mengajukan masalah ke lembaga LBH dan P2TP guna menanggulangi masalah KDRT yang subjek sedang hadapi.
2	Kontrol diri dan menahan diri menghadapi masalah	Subjek melawan balik jika dipukul sudah melampaui batas, menghindar, lari, dan subjek mengalah demi anak-anaknya.
3	Mencari dukungan sosial	Subjek meminta nasehat kepada orang tuanya, berbagi dengan teman dekatnya.

Tabel 8. Problem focused coping subjek WT

No	Problem focused coping	Tindakan yang dilakukan subjek WT
1	Aktif mengatasi masalah dan Perencanaan	Subjek ingin kejelasan status pernikahannya untuk menyelesaikan masalah dengan mengadu kepada lembaga negara konstitusi guna ingin meminta keadilan, subjek ingin bercerai dari suaminya.
2	Kontrol diri dan menahan diri menghadapi masalah	Subjek menginginkan mengakhiri semua pertikaian dalam rumah tangganya, subjek berusaha diam tenang agar tidak menimbulkan masalah baru, namun kalau suami subjek memukul.
3	Mencari dukungan sosial	Subjek pergi mencari bantuan lembaga-lembaga pemerintahan P2TPA, dan LBH, untuk membantu dalam rencana perceraianya.

3. *Emotion Focused coping* istri yang menjadi korban KDRT

Hasil wawancara *Emotion Focused coping subjek* penelitian dapat dilihat pada tabel dibawah ini sebagai berikut:

Tabel 9. Emotion Focused coping subjek LL

No	Emotional Focused coping	Tindakan yang dilakukan subjek LL
1	Mencari dukungan sosial yang bersifat emosional.	Subjek meminta nasehat kepada orang tuanya, berbagi dengan teman dekatnya, subjek juga sering meminta nasehat kepada kakak ipar yang dianggap dapat memberikan saran, serta meminta saran kepada ketua RT yang dianggap dapat membantu dalam masalah di rumah tangganya, karena dimata suami subjek pak RT lah sosok orang yang di segani.
2	Penafsiran ulang secara Positif	Berusaha untuk melakukan hal-hal yang baik di depan suaminya, mencari kesibukan (menjual gorengan), merenung dan berfikir positif.
3	Penerimaan diri	Jika subjek dan suami menghadapi perselisihan subjek banyak mengalah, diam, menghindari agar tidak ribut terus-menerus, menahan diri (tidak membalas), pasrah.
4	Kembali kenilai-nilai agama religiusitas.	Subjek lebih banyak berdoa, subjek lebih mendekatkan diri pada Yang Maha Kuasa, dengan cara sembahyang.

Tabel 10. Emotion Focused coping subjek MM

No	Emotional Focused coping	Tindakan yang dilakukan subjek MM
1	Mencari dukungan sosial yang bersifat emosional.	Subjek sering bertukar pikiran atau sharing pada teman dekatnya, subjek juga meminta nasehat pada mertuanya, mencari dukungan baik moril maupun spiritual dari orang terdekat.
2	Penafsiran ulang secara positif	Subjek menginginkan ada perubahan dalam tabiat suaminya, dan menginginkan suasana rumah tangga kembali damai.
3	Penerimaan diri	Subjek berusaha untuk mencari kesibukan, subjek banyak mengalah, menahan diri, pasrah serta diam.
4	Kembali kenilai-nilai agama religiusitas.	Banyak beribadah dan melakukan doa malam, subjek lebih mendekatkan diri pada Yang Maha Kuasa.

Tabel 11. Emotion Focused coping subjek WT

No	Emotional Focused coping	Tindakan yang dilakukan subjek WT
1	Mencari dukungan sosial yang bersifat emosional.	Subjek menceritakan keluh kesahnya kepada orang terdekatnya atau subjek pun biasa meminta nasehat dan petunjuk pada keluarga juga pada guru spritualnya seorang habib.
2	Penafsiran ulang secara positif	Subjek berusaha diam, tenang agar tidak menimbulkan masalah baru, menuangkan menulis pada buku diariannya, kadang subjek berinteraktif dengan radio, sekedar berbagi pengalaman hidup, subjek lebih perfikir positif
3	Penerimaan diri	Subjek banyak mengevaluasi dan berfikir sehat, banyak meditasi dan relaksasi ringan, mencari kesibukan, berusaha bergembira.
4	Penolakan	Subjek menginginkan mengakhiri semua pertikaian dalam rumah tangga dengan cara bercerai dari suaminya.
5	Kembali kenilai-nilai agama religiusitas.	Subjek juga disamping beribadah puasa dan berdoa, zikir.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dari ketiga subjek penelitian dapat disimpulkan pada dasarnya subjek LL, MM dan WT mengalami kondisi yang tidak menyenangkan (KDRT). Secara keseluruhan proses yang dialami LL dapat disimpulkan bahwa dalam menghadapi kecemasannya, subjek LL melakukan *coping* awal berbentuk *problem focused coping* (PFC) dan *emotion focused coping* (EFC) yang berdasarkan pertimbangan ego yang belum cukup kuat.

Namun pada akhirnya subjek LL mampu membangun fungsi ego yang lebih dominan sehingga, pemilihan strategi *coping* menjadi lebih efektif. Ia menggunakan kedua bentuk strategi *coping* yang disesuaikan dengan masalah yang ada. Subjek LL memutuskan bertahan dalam rumah tangganya dengan kesiapan-kesiapan akan segala konsekuensinya sebagai bentuk *problem focused coping* (PFC). Pertimbangan-pertimbangan tersebut yaitu status anak dikemudian hari, ketidak siapan untuk memperoleh status sosial baru sebagai janda dan ketakutan-ketakutan menjalani hidup tanpa suami. Secara bersamaan subjek juga melakukan *emotion focused coping* (EFC) untuk meredusir ketegangan-ketegangan yang muncul akibat bayangan-bayangan akan kecemasan yang dapat mungkin lebih besar terjadi dikemudian harinya dengan mengadopsi nilai-nilai positif yang diterimanya dari orang-orang lain seperti nasihat dari keluarga dan teman dan juga melakukan perilaku yang diyakini dapat menanggulangi permasalahan yaitu berdoa atau beribadah.

Hal tidak jauh berbeda dengan subjek MM, secara keseluruhan proses yang dialami subjek MM dapat disimpulkan bahwa dalam menghadapi kecemasannya, subjek MM melakukan *coping* awal berbentuk *problem focused coping* (PFC) dan *emotion focused coping* (EFC) yang berdasar pertimbangan ego yang belum cukup kuat. Namun pada akhirnya subjek MM mampu membangun fungsi ego yang lebih dominan sehingga, pemilihan strategi *coping* menjadi lebih efektif. Ia menggunakan kedua bentuk strategi *coping* yang disesuaikan dengan masalah yang ada. Subjek MM memutuskan bertahan dalam rumah tangganya dengan kesiapan-kesiapan akan segala konsekuensinya dengan lebih mengambil nilai-nilai positif yang diperolehnya dari orang tua dan pengalaman-pengalaman masa lalunya (introyeksi). Pengalaman masa lalu ini secara spesifik menggambarkan tentang kisah ibunya yang rela bersabar menghadapi KDRT hingga akhirnya ayahnya (suami ibunya) dapat berubah menjadi lebih baik.

Berdasarkan hal tersebutlah maka dalam mengambil strategi *coping* berbentuk *problem focused coping* (PFC) subjek MM lebih banyak meminta nasehat kepada orang tua dan teman-temannya. Selain itu subjek MM juga melakukan strategi *coping* berbentuk *emotion focused coping*

(EFC) untuk meredusir ketegangan-ketegangan yang muncul akibat bayangan-bayangan akan kecemasan yang dapat mungkin lebih besar terjadi dikemudian harinya dengan lebih banyak menahan diri dan sebisa mungkin melakukan hal-hal yang disukai suaminya dengan harapan suaminya akan berubah dan kondisi keluarga kembali damai, selain itu subjek MM juga lebih banyak beribadah dan melakukan doa malam.

Sedangkan pada subjek WT secara keseluruhan proses yang dialami subjek WT dapat disimpulkan bahwa dalam menghadapi kecemasannya, subjek WT, melakukan *coping* awal berbentuk *problem focused coping* (PFC) dan *emotion focused coping* (EFC) yang berdasar pertimbangan ego yang belum cukup kuat. Namun pada akhirnya subjek WT mampu membangun fungsi ego yang lebih dominan lagi dari sebelumnya, sehingga pemilihan strategi *coping* menjadi lebih efektif. Ia menggunakan kedua bentuk strategi *coping* yang disesuaikan dengan masalah yang ada. Subjek WT memutuskan untuk mengakhiri hubungan rumah tangganya dengan bercerai yang lebih mengarah kepada strategi *coping* berbentuk *problem focused coping* (PFC).

Pertimbangan-pertimbangan yang melatar belakangi keputusan tersebut ialah, suami jarang pulang sehingga subjek WT merasa tidak terdapat kejelasan status perkawinannya lagi (punya suami dengan tidak sama saja), tidak dinafkahi lahir batin lagi, suami memiliki banyak utang yang ditakutkan akan berimbas kepadanya juga dan subjek tidak tahan dituduh sebagai penyebab kematian anaknya. Kemudian subjek WT juga melakukan EFC untuk meredusir ketegangan-ketegangan yang muncul akibat rasa bersalah karena tuduhan suaminya sebagai penyebab kematian anaknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (2005). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of personality and social psychology*, 56 (2), 267-283.
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. (terjemahan Kartini Kartono). Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Yogyakarta: Balai Pustaka.
- Durand, V. M., & Barlow, D. H. (2006). *Intisari psikologi abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Gruen, R. J., & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of personality and social psychology*, 50 (3), 571-579

- Ghufroon, M. N., & Risnawita, R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media
- Herdiansyah, H. (2010). *Metodologi penelitian kualitatif untuk ilmu-ilmu sosial*. Jakarta: Salemba Humanika
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1991). *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Lubis, N. (2010). *Melawan Rasa Takut*. Yogyakarta: Gara Ilmu.
- Moleong, L. J. (2008). *Metodologi Penelitian Kualitatif eds. Revisi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Miles, M. B. & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis*. (terjemahan Tjetjep Rohendi Rohidi). Jakarta: UI Press.
- Nurhayati, S. R. (2005). Atribusi kekerasan dalam rumah tangga, kesadaran terhadap kesetaraan gender, dan strategi menghadapi masalah pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga. *Jurnal Psikologi*, 32 (1).
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development*. McGraw-Hill.
- Rahardjo, W. (2007). Penganiayaan Emosional Dan Kekerasan Dalam Rumah Tangga: Sebuah Potret Buram Kehidupan Berkeluarga. *Jurnal Psikologi*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Rasmun, N. M., & Kep, M. (2004). *Stres, Koping Dan Adaptasi*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Semiun, Y. (2006). *Kesehatan mental 2*. Yogyakarta: Kanisius.
- Safaria, T. (2005). *Autisme: pemahaman baru untuk hidup bermakna bagi orang tua*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Edisi 6 (terjemahan Shinto B. Adelar & Sherly Saragih). Jakarta: Erlangga.