

BAB 4

ANALISIS HASIL DAN INTERPRETASI



Pada bab ini peneliti akan menganalisis hasil dan menginterpretasikannya berdasarkan wawancara dan observasi yang telah dilakukan. Peneliti juga akan menguraikan data demografis subjek. Peneliti akan melakukan analisis dan interpretasi intrasubjek terlebih dahulu. Setelah itu, peneliti melakukan analisis dan interpretasi antar kasus.

4.1. Data Demografis Subjek

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, diperoleh data demografis masing-masing subjek sebagai berikut:

Tabel 4.1 Karakteristik Umum Subjek

Nama <i>Caregiver</i> *	Ibu Ida	Ibu Tri	Ibu Iin	Ibu Sul
Usia	52 tahun	50 tahun	51 tahun	56 tahun
Status	Menikah	Menikah	Menikah	Menikah/ Janda
Domisili	Jakarta	Jakarta	Bekasi	Jakarta
Urutan keluarga	Anak pertama dari empat bersaudara	Anak pertama dari empat bersaudara	Anak pertama dari lima bersaudara	Anak keenam dari sepuluh bersaudara
Pendidikan terakhir	S1	SD	SD	SMP
Jumlah Anak	2 orang (Perempuan)	1 orang (Laki- laki)	5 orang (2 laki- laki, 3 perempuan)	3 orang (2 laki-laki, 1 perempuan)
Pekerjaan	PNS (dokter)	Pedagang	Pedagang	Pensiunan PNS
Agama	Islam	Islam	Islam	Islam
Suku Bangsa	Minang	Jawa	Sunda	Jawa
Hubungan dengan	Adik (Ani, 49 tahun)*	Suami (Joko, 50 tahun)*	Anak (Adi, 25 tahun)*	Anak (Harry, 24 tahun)*

<i>care-receiver</i>				
Masa <i>Caregiving</i>	7 tahun	± 20 tahun	8 tahun	3 tahun

Keterangan:

(*) = bukan nama sebenarnya

4.2. Analisis Intrakusus

4.2.1. Subjek 1 (Ibu Ida)

4.2.1.1. Hasil Observasi

Selama wawancara pertama Ibu Ida menjawab pertanyaan dengan cukup jelas dan tenang. Ibu Ida menjaga volume suaranya agar tidak terlalu keras karena wawancara dilakukan di rumahnya ketika menjelang sore. Saat itu, hampir semua anggota keluarga Ibu Ida berada di rumah kecuali anak sulung Ibu Ida karena belum pulang bekerja. Ibu Ida mengajak peneliti ke ruang tamu untuk melakukan wawancara sementara anggota keluarga yang lain ada di kamar masing-masing.

Wawancara kedua dilakukan pada malam hari. Saat wawancara dilakukan, rumah Ibu Ida sangat sepi karena suami dan anak-anaknya belum pulang. Ibu Ida menjawab dengan suara yang jelas dan terkesan lebih santai. Ibu Ida juga lebih terbuka menceritakan masa kecilnya. Saat topik yang dibahas tentang masa kecilnya, ekspresi Ibu Ida sering terlihat berseri-seri. Wawancara ketiga dilakukan dengan situasi yang tidak jauh berbeda dengan wawancara kedua. Anak Ibu Ida sedang berada di kamarnya sehingga suasana cukup sepi. Ibu Ida menceritakan tentang masa kecil dan pekerjaannya di kantor. Ekspresi muka Ibu tetap ceria jika mengenang masa kecilnya walaupun kesehatan Ibu Ida sedang menurun. Ibu Ida juga mengaku ia sedang tidak fit karena munculnya gejala flu.

Ibu Ida jarang melakukan kontak mata dengan peneliti selama wawancara berlangsung. Pandangan mata Ibu Ida tidak fokus dan kadang-kadang menerawang namun tidak terlihat kesan tidak nyaman ketika Ibu Ida berbuat seperti itu. Jadi peneliti menyimpulkan memang Ibu Ida sulit mempertahankan kontak mata dengan lawan bicaranya.

Ibu Ida merupakan orang yang ekspresif. Selama wawancara, Ibu Ida banyak melakukan gerakan tangan dan sering menggerakkan kepalanya (*body language*) ketika mengutarakan pikiran-pikirannya. Intonasi Ibu Ida naik-turun

tergantung apa yang sedang dibicarakannya. Misalnya ketika membicarakan kesulitannya ketika merawat adiknya, intonasi Ibu Ida menjadi rendah dan sedih. Namun ketika Ibu Ida menceritakan tentang hobinya, intonasinya akan meninggi dan bersemangat. Ibu Ida menjawab pertanyaan dengan cukup terbuka, singkat, dan fokus (jawaban yang diberikan tidak melebar kemana-mana).

4.2.1.2. Gambaran Umum *Caregiver* dan Hubungannya dengan *Care-receiver*

Ibu Ida lahir pada bulan April tahun 1957 di Semarang. Ibu Ida merupakan anak pertama dari empat bersaudara dari pasangan ayah Minang dan ibu Minang. Ia memiliki seorang adik perempuan dan dua orang adik laki-laki. Masa kecilnya dihabiskan di banyak daerah karena pekerjaan ayahnya menuntut kondisi demikian. Ibu Ida tidak pernah merasa hidup susah sewaktu kecil. Ia tidak pernah dibebani dengan pekerjaan mengurus rumah karena sudah ada pembantu yang mengurusnya. Meskipun demikian, ia berminat terhadap pekerjaan rumah tangga. Kedua orang tuanya juga selalu mengajarkan untuk disiplin dan bertanggung jawab terhadap barang-barang atau ruangan pribadi, misalnya kebersihan kamar dan pakaian dalam. Sejak kecil, Ibu Ida sudah dibiasakan tepat waktu untuk segala hal, misalnya bangun pagi, waktu makan, waktu belajar, waktu bermain, dan waktu tidur malam. Ibu Ida dibiasakan untuk makan bersama keluarga. Biasanya, di waktu makan itulah seluruh keluarga bisa menceritakan kegiatan sehari-hari mereka dan masalah-masalah yang dihadapi saat itu. Walaupun orang tuanya disiplin dan tegas, namun hubungan orang tua-anak cukup terbuka dan hangat. Orang tua Ibu Ida merupakan penganut agama Islam yang taat sehingga sejak kecil Ibu Ida sudah diajarkan dan diwajibkan untuk mengamalkan ajaran agama. Sesekali Ibu Ida bersama keluarganya pergi bersama-sama untuk bersenang-senang.

Ibu Ida menghabiskan masa kecilnya di Jawa Tengah dan Ambon. Ketika remaja, ayahnya ditugaskan di Medan. Walaupun sering berpindah tempat tinggal, Ibu Ida tidak memiliki masalah beradaptasi dengan lingkungan baru. Ia memiliki banyak teman dan sering menghabiskan waktu untuk bermain bersama teman-temannya. Semasa kecil, Ibu Ida sangat suka bermain di alam terbuka. Ia biasa bermain di pantai, sawah, bukit, dan kebun. Permainan yang dimainkan pun

beraneka ragam, dari permainan rakyat sampai permainan yang dibuat bersama teman-temannya.

Ibu Ida menjalani masa kecil yang seimbang antara bermain dan belajar. Ia bisa mendapatkan pendidikan di sekolah yang bagus. Ibu Ida juga pernah memenangkan kompetisi menyanyi di sekolahnya. Prestasi Ibu Ida pun selalu baik karena ia selalu menduduki peringkat tiga besar di kelasnya. Hal ini terjadi sampai ia kelas 2 SMA. Ketika Ibu Ida naik kelas 3 SMA, ia sekeluarga pindah ke Jakarta. Ibu Ida mengalami *culture shock* sehingga ia membutuhkan waktu cukup lama untuk beradaptasi dengan kota besar. Pelajaran yang diajarkan di Jakarta pun berbeda kurikulumnya dengan pelajaran yang terakhir diterimanya di Medan sehingga ia kesulitan mengikuti pelajaran. Karena proses adaptasi yang cukup lama dan kesulitan mengikuti pelajaran di sekolah, Ibu Ida untuk yang pertama kalinya tidak mendapat peringkat di kelas. Namun dengan berusaha keras, Ibu Ida tetap lulus dengan nilai yang baik.

Setelah lulus SMA, Ibu Ida melanjutkan kuliah di fakultas kedokteran di universitas swasta, mengikuti profesi ayahnya. Ia bisa mengikuti kuliah dengan mudah dan mendapat nilai yang baik. Ia bisa lulus tepat waktu dari pendidikan kedokterannya. Ibu Ida tidak bisa melanjutkan kuliah spesialisasi karena kondisi fisiknya yang lemah karena penyakit asma kronis.

Ibu Ida menikah 26 tahun yang lalu. Ia memiliki dua orang anak perempuan. Kedua anak perempuannya belum ada yang menikah. Anak-anak Ibu Ida pun memiliki prestasi yang baik sejak SD hingga tingkat universitas. Anak pertamanya sudah bekerja sedangkan anak keduanya belum selesai kuliah. Suami Ibu Ida adalah seorang dokter yang bertanggung jawab dan sangat menyayangi keluarganya.

Sejak kecil, Ibu Ida sudah hobi membaca dan menonton televisi. Ibu Ida menyukai berbagai jenis bacaan dan acara TV terutama yang mengandung banyak informasi. Ibu Ida gemar membaca buku agama. Ia melakukannya untuk menambah pengetahuan dan mendalami agamanya dengan lebih baik. Saat ini Ibu Ida bekerja sebagai dokter (PNS) di TNI AD sejak 20 tahun yang lalu. Ia tidak mengalami kesulitan menekuni pekerjaannya. Hubungan dengan teman-teman dan pasien pun terjalin dengan baik. Saat ini, Ibu Ida sedang menanti masa pensiun

namun ia masih bekerja dengan giat. Jika sudah memasuki masa pensiun, Ibu Ida berharap bisa menghabiskan bersama keluarganya dan melihat anak-anaknya berkeluarga. Ibu Ida juga memiliki rencana untuk membangun usaha misalnya rumah kost atau minimarket. Karena membutuhkan modal besar untuk mewujudkan rencananya, Ibu Ida mulai menabung untuk mengumpulkan modal agar rencananya bisa diwujudkan.

Ibu Ida memiliki seorang adik perempuan (Ani, 49 tahun) yang menderita skizofrenia. Ani dilahirkan di Blora pada bulan Februari 1960. Sejak bayi perkembangan Ani sudah terlambat. Ani juga mengalami gangguan pada penglihatannya (juling) dan asma. Ani masuk SD pada usia 7 tahun. Ia bersekolah sampai kelas 4 SD karena ia kesulitan mengikuti pelajaran. Setelah itu, untuk mengisi waktu ia disekolahkan di SLB, itu pun tidak lama. Di SLB Ani hanya diajarkan berbagai keterampilan sederhana misalnya menjahit dan menyulam. Karena penglihatan yang terganggu, Ani juga kesulitan mempelajari keterampilan ini. Ani masih bisa mengerjakan pekerjaan rumah yang sederhana seperti menyapu dan mencuci piring. Jika Ani sedang dalam kondisi yang sehat, ia mengerjakan pekerjaan tersebut atas inisiatifnya namun jika penyakitnya kambuh Ani tidak memiliki inisiatif sama sekali untuk melakukan pekerjaan apapun.

Hubungan Ibu Ida dan Ani cukup baik. Sejak kecil Ani adalah anak yang pendiam. Kemampuan komunikasinya pun terbatas di mana Ani tidak bisa berkomunikasi dua arah. Oleh karena itu, Ibu Ida dan Ani tidak pernah bertengkar. Jika Ibu Ida bermain di sekitar rumah dan halaman maka Ani akan mengikutinya namun hanya mengamati. Jika Ibu Ida bermain di luar rumah, Ani tidak bisa mengikutinya. Hal ini disebabkan karena Ani masih terlalu kecil dan kesehatannya tidak memungkinkannya pergi terlalu jauh. Jika teman-teman Ibu Ida datang untuk bermain di rumah, Ani tetap bergabung bersama mereka namun hanya mengamati. Ibu Ida pun sebagai seorang kakak kadang-kadang sebal jika Ani mengikutinya tapi mereka tidak pernah bertengkar.

Onset skizofrenia Ani terjadi saat ia remaja sekitar 30 tahun yang lalu sehingga saat itu ia harus dirawat di rumah sakit. Setelah keluar rumah sakit, Ani berobat ke beberapa orang psikiater. Sayangnya, tidak seorang psikiater pun yang berhasil menyembuhkan penyakit Ani. Psikoterapi yang diberikan pun tidak

berpengaruh pada Ani karena kemampuan komunikasinya yang terbatas. Karena tidak bisa berkomunikasi dua arah, psikiater sulit mengambil kesimpulan untuk melakukan psikoterapi. Terapi yang dijalankan selama ini hanya pemberian obat-obatan. Psikiater mendiagnosis Ani dengan skizofrenia tak tergolongkan.

Sejak ibunya meninggal tujuh tahun yang lalu, Ibu Ida yang menjadi *caregiver* bagi Ani. Ibu Ida berjanji pada ibunya untuk merawat Ani namun pada prakteknya Ibu Ida merasa terbebani. Ia tidak mungkin menyerahkan Ani kepada kedua adik laki-lakinya walaupun kedua adik laki-lakinya tidak keberatan. Menurut Ibu Ida, biar bagaimanapun, jika Ani tinggal di rumah adik laki-lakinya maka yang merawat Ani adalah adik iparnya yang baginya tetap merupakan orang lain; bukan berasal dari keluarga intinya. Sekarang Ani tidak pernah melakukan pemeriksaan ke psikiater. Karena psikoterapi dan kesulitan psikiater menghadapi Ani, Ani diputuskan dirawat di rumah saja dengan pemberian obat-obatan dari psikiater. Jika penyakitnya kambuh, Ibu Ida mengonsultasikan keadaan Ani ke koleganya yang berprofesi sebagai psikiater namun Ani sudah tidak pernah diajak untuk menemui psikiater.

Ibu Ida menceritakan sejak ibunya meninggal, frekuensi skizofrenia Ani semakin sering kambuh. Menurut Ibu Ida hal ini berkaitan dengan umur Ani yang semakin tua dan rasa kesepian yang dirasakannya. Dulu keluarga Ibu Ida tinggal bersama dengan orang tua dan ketiga adiknya. Keadaan rumah juga semakin ramai karena kehadiran pembantu. Sejak Ani tinggal bersama Ibu Ida sekeluarga, pada siang hari Ani ditinggal sendirian di rumah karena mereka harus beraktivitas. Ani dikunci di dalam rumah namun sebelumnya Ibu Ida sudah menyiapkan makanan dan obat untuk Ani. Ibu Ida berpikir seharusnya ada pembantu yang bisa menemani Ani dan menyelesaikan pekerjaan rumah lainnya namun sampai saat ini ia tidak memiliki pembantu. Menurut Ibu Ida hal ini disebabkan karena pembantu yang pernah bekerja dirumahnya takut jika ditinggal berdua saja bersama Ani.

Ani bukanlah orang yang destruktif jika skizofrenianya kambuh. Ia tidak pernah menyakiti dirinya maupun menyerang orang lain. Perilaku yang ditunjukkan Ani yaitu sering teriak-teriak, marah sendiri, dan menarik diri dari orang lain. Pola makan dan pola tidurnya pun menjadi tidak teratur. Ani bisa tidak

tidur sehari-hari dan selera makannya pun menurun. Jika kondisi Ani seperti ini, obat yang dikonsumsi setiap hari seperti tidak berpengaruh. Meskipun demikian, biasanya Ani akan pulih dengan sendirinya.

Sebelum orang tuanya meninggal, mereka meninggalkan sejumlah uang untuk biaya pengobatan Ani. Karena membutuhkan biaya pengobatan sangat banyak, uang pemberian orang tuanya sudah habis. Oleh karena itulah, semua biaya pengobatan dan biaya hidup Ani menjadi tanggung jawab Ibu Ida. Ibu Ida pun sudah memikirkan jika suatu hari ia meninggal, maka yang akan bertanggung jawab merawat Ani adalah anak-anaknya. Sebagai seorang dokter, Ibu Ida mengetahui bahwa prognosis adiknya tidak bagus di mana semakin tua semakin sering skizofrenianya kambuh. Meskipun demikian, Ibu Ida berharap skizofrenianya tidak bertambah parah oleh karena itu Ibu Ida tetap memberinya obat.

Dalam merawat Ani sehari-hari, peran suami dan anak-anak Ibu Ida hanya mengawasi Ani. Mereka memperhatikan kebutuhan Ani dan menyampaikan ke Ibu Ida jika ada Ani kehabisan suatu barang, misalnya pembalut, peralatan mandi, lampu kamar, dll. Mereka juga menjaga kesehatan Ani agar penyakit asma yang dideritanya tidak kambuh. Suami Ibu Ida bisa diharapkan untuk mengantar ke rumah sakit jika diperlukan atau mengganti lampu kamar. Untuk keperluan sehari-hari seperti membersihkan kamar, menyiapkan obat, dan mencuci pakaian Ani dilakukan oleh Ibu Ida sedangkan untuk perawatan badan Ani bisa melakukannya sendiri. Ibu Ida merasa kedua adik laki-lakinya kurang memberikan perhatian kepada Ani. Hal ini disebabkan karena kesibukan pekerjaan mereka. Ibu Ida pernah berusaha membicarakan hal ini kepada mereka, namun sampai saat ini belum menemukan solusinya. Ibu Ida pun memaklumi jika hal ini terjadi karena pekerjaan adik-adiknya yang sangat menyita waktu dan tenaga. Walaupun Ibu Ida kurang mendapatkan bantuan dari keluarganya ketika merawat Ani, Ibu Ida tetap bisa mengandalkan keluarganya untuk membantunya jika ada masalah.

4.2.1.3. Kebahagiaan

Berikut adalah analisis mengenai emosi positif terhadap masa lalu, masa kini, dan masa depan:

A. Emosi Positif terhadap Masa Lalu

Ibu Ida merasa masa kecilnya bahagia dan orang tuanya juga mengajarkan disiplin dan tanggung jawab. Sedari kecil Ibu Ida pun sudah menunjukkan minatnya pada pekerjaan rumah tangga seperti memasak atau membersihkan rumah. Berkat ajaran disiplin, tanggung jawab, dan minat pada pekerjaan rumah tangga ia merasa lega karena ia telah mendapat “modal” yang baik untuk menjalani kehidupannya.

“walo saya ga pernah susah waktu masih kecil, tapi orang tua saya tuh... umm ibu bapak saya selalu ngajarin untuk tanggung jawab sama disiplin... hmm, waktu semuanya diatur... terus ibu saya juga ngajarin buat nyuci pakaian dalam sendiri sama beresin kamar sendiri... jadi setidaknyanya walopun ga pernah dapet tugas buat beres-beres rumah, tapi yah diajarin tanggung jawab sama barang-barang sendiri...”

“untung... dulu saya diajarin begitu... untung saya udah suka ke dapur dari kecil... makanya jadi bisa masak... hehehe”

Hubungan Ibu Ida dengan orang tua dan adik-adiknya cukup dekat dan terbuka. Mereka bebas berdiskusi apa saja asal sopan. Ibu Ida merasa puas dengan kedekatan keluarganya dan ia juga bangga memiliki orang tua seperti orang tuanya.

“saya sih juga terbuka... gayanya demokrasi juga... ibu saya juga selalu terbuka... kita sih bebas bicara asal sopan ...”

“iya... senang... tapi yah banyak yang udah diajarin ke saya... agama... segala macam de. Kalo ga karena mereka, saya ga bisa begini de...(tersenyum)”

Ibu Ida merasa sangat puas dengan kehidupan masa kecilnya. Ia puas bisa merasakan tinggal di berbagai daerah, masih bisa merasakan bermain di alam terbuka, dan memiliki banyak teman.

“enak lah masa kecil saya dulu... emang sih pindah-pindah... tapi yah kapan lagi bisa ngerasain tinggal di berbagai kota? Trus anak jaman dulu mah ga kayak anak jaman sekarang... dulu tuh kalo main di pantai... naik turun bukit... hehehe ...”

Ibu Ida juga merasa puas karena sejak kecil memiliki prestasi akademis yang bagus. Ketika Ibu Ida memenangkan kompetisi menyanyi, walaupun hanya juara empat, ia tetap merasa bangga karena naik ke atas panggung dan mendapat hadiah juga. Ibu Ida yang selalu mendapat juara kelas pun selalu dipanggil naik podium saat pengumuman juara. Ia merasa bangga mendapat prestasi yang bagus.

“mungkin... apa yah... umm, waktu masih sekolah dulu kali yah... waktu masih sekolah, yah... bukan gimana-gimana gitu yah... tapi syukur Alhamdulillah saya selalu ranking lah gitu kalo istilah anak sekarang yah... ranking satu, dua...”

“kalo dulu kan tiap terima rapport suka dipanggil tuh ke depan... yah karena juara... senang saya... hehehe puas juga lah ya... bangga bisa naik podium... senang dapat hadiah...hehehe”

Ketika kelas 3 SMA Ibu Ida pindah ke Jakarta. Untuk pertama kalinya Ibu Ida tidak mendapat juara kelas karena ia kesulitan mengejar pelajaran di Jakarta. Ia juga memerlukan cukup lama waktu untuk beradaptasi dan mendapat teman. Ibu Ida merasa dirinya gagal dan merasa dirinya bodoh.

“ummm... dulu pernah sih pas kelas 3 SMA ga ranking lagi.. ya dulu pindah ke Jakarta... gimana sih... anak daerah pindah ke kota besar kan kaget yah... mana pelajarannya tuh beda banget. Yah daerah ketinggalan jauh deh! akhirnya ga ranking. Sedih. Suka heran gitu... gemes... Sedih. Kok yah bego banget...”

Ibu Ida semakin putus asa karena ia tidak diterima di perguruan tinggi negeri. Akhirnya Ibu Ida masuk ke salah satu perguruan tinggi swasta di Jakarta. Awalnya ia ragu masuk kampus tersebut karena tampilan gedung kampus yang jelek. Ternyata kampus Ibu Ida merupakan kampus yang dibimbing oleh dokter dari universitas negeri yang diinginkannya. Ibu Ida pun percaya kualitas kampusnya tidak kalah dengan kampus kedokteran lainnya.

“masuk kuliah... saya kan di FK yah. Dulu sempet ga diterima umptn... sedih. Udah putus asa de! Soalnya cita-cita saya cuma 1 pengen jadi dokter. Pokoknya saya ga mau kuliah kalo ga di FK! Akhirnya saya masuk aja kampus swasta walo yah... sempet ragu juga masuk situ ... yah ga kalah juga deh kampus saya...hehehe”

Ibu Ida dengan mudahnya mengikuti kuliah di FK. Nilai-nilai yang didapatnya juga bagus. Ibu Ida merasa dirinya yang lama telah kembali. Ia merasa pintar dan bangga karena termasuk salah satu orang yang diandalkan teman-temannya untuk mengajar bahkan menyontek. Ibu Ida merasa jika teman-temannya memercayainya sebagai salah satu “sumber” sontekan, maka ia sebenarnya tidak bodoh. Ibu Ida bisa meraih lagi kepercayaan dirinya yang menurun karena tidak juara waktu di kelas 3 SMA. Ibu Ida juga termasuk mahasiswa yang lulus tepat waktu dari FK.

“iya di FK... Alhamdulillah yah lancar... nilai boleh lah... ujian Alhamdulillah ga pernah her... bahkan sesekali jadi sumber contekan temen-temen...hehehe ...”

Seselesainya pendidikan kedokteran umum, Ibu Ida ingin melanjutkan pendidikan spesialisasi penyakit dalam. Hal ini tidak bisa ia laksanakan karena kondisi kesehatan yang tidak baik. Ibu Ida merasa sedih dan kecewa karena tidak bisa mewujudkan keinginannya padahal kemauannya besar. Di lain pihak, Ibu Ida sadar bahwa dia hanya bersikap realistis menilai kondisinya. Lambat laun

kekecewaan Ibu Ida hilang karena sudah sibuk dengan pekerjaan dan kehidupan rumah tangga.

“ada sih... dulu planning saya umm tentu ngambil spesialisasi yah... Cuma ga kesampean karena alasan kesehatan... yah saya ga kuat yah buat begadang ... saya tahu diri aja... daripada ntar saya putus ditengah jalan... ga usah ngambil spesialisasi...”

“ya sedihlah pasti...(memberi penekanan) tapi kita harus sadar diri yah... nyadar gitu. Ga bisa memaksakan kehendak kalo kemauan ya besar.... Tapi yah...tapi yah... ga bisa.. ya realistis aja lah! tapi setelah disibukkan dengan kehidupan rumah tangga, ngurus pasien... udah ga sempet lagi mikirin hal itu.... Udah saya tutup. Ga sempet lagi saya mikirin dan (memberi penekanan) ga kepikiran juga ...”

Ibu Ida menikah 26 tahun yang lalu dan dikaruniai dua orang anak perempuan. Ia merasa bangga atas prestasi anak-anaknya, misalnya prestasi akademis anak-anaknya dan saat anaknya diterima bekerja di perusahaan yang bagus. Sebagai orang tua, ia juga merasa lega karena telah berhasil membimbing anak-anaknya sampai sejauh ini. Ibu Ida juga merasa sangat bersyukur karena suaminya adalah sosok yang bertanggung jawab dan sangat menyayangi keluarganya.

“yah.. kalo anak-anak berhasil ya sudah pastilah..yang namanya ibu senang... Anak-anak berhasil... sekolah selesai, lulus, kerja, masuk kuliah di tempat yang bagus..yah senang kan... ya itulah kira-kiranya... pergi jalan-jalan ...”

“Alhamdulillah selain anak-anak yang yah... baik-baik aja... saya juga nikah sama orang yang sangat bertanggung jawab... sayang banget sama keluarganya.

Karier Ibu Ida pun juga bisa dikatakan cukup baik. Ibu Ida puas bisa bekerja sesuai dengan cita-citanya yaitu sebagai dokter. Ia juga puas dengan hubungan sosial yang terjalin di rumah sakit. Ibu Ida juga tidak pernah memiliki masalah tertentu di rumah sakit tempatnya bekerja. Ia memiliki hubungan yang baik dengan kolega-koleganya dan dengan pasien-pasiennya. Ibu Ida bekerja dengan giat tetapi tidak menargetkan apa-apa, misalnya gaji yang lebih atau kenaikan golongan PNS yang dipercepat. Ia menerima segala sesuatu secara wajar dan sesuai pada waktunya. Karena hal-hal inilah, Ibu Ida sangat menikmati pekerjaannya.

“umm, kalo dari karier sih baik-baik aja yah saya rasa... saya senang bisa jadi dokter sesuai cita-cita...hehe terus juga hubungan saya dengan orang-orang di rumah sakit ga pernah bermasalah ... saya jalanin aja ga terasa udah 20 tahunan juga jadi PNS...hehehe”

Ibu Ida agak bingung ketika menjelaskan hubungannya dengan Ani. Secara keseluruhan Ibu Ida cukup puas dengan kualitas hubungannya dengan Ani. Di lain sisi, ia juga terkesan menganggap Ani “tidak ada” karena sikap dan

perilaku Ani yang sangat pasif sehingga interaksi mereka terbatas dan seadanya saja. Karena sudah terbiasa dengan kepasifan Ani, Ibu Ida merasa hal ini wajar saja terjadi sehingga ia tidak memiliki keluhan apapun terkait dengan kualitas hubungan Ibu Ida dan Ani.

“yahh...biasa aja sih sampe sekarang... biasa aja... baik-baik aja saya rasa...”

” yah dia kan orangnya emang pendiem gitu dari kecil. Ga banyak omong... yah kalo saya main-main ga jauh dari rumah, dia suka ikutin saya... ya kadang-kadang sebel diikutin mulu... kakak kan suka begitu...hehehe kalo teman-teman yang main ke rumah, ya dia suka ikutan ngumpul... tapi ya gitu diem aja... gimana yah... jadi kadang-kadang ga berasa aja kalo dia ada... dia suka berada di tengah-tengah orang tapi juga ga melakukan interaksi apa-apa kecuali kalo ditanya orang ...”

Setelah ibunya meninggal tujuh tahun yang lalu, Ibu Ida menerima tanggung jawabnya sebagai *caregiver* Ani. Sebagai kakak perempuan Ani satu-satunya sudah pasti Ibu Ida yang akan merawat Ani jika orang tuanya meninggal. Oleh karena itu, Ibu Ida sudah menyiapkan mentalnya. Walaupun karena tuntutan keadaan, Ibu Ida bisa menerima peran dan tanggung jawab barunya.

“tadinya kan ibu saya yang merawat. Setelah ibu saya meninggal 7 tahun yang lalu... lalu beralih ke saya karena kita perempuan cuma berdua... yang dua lagi laki-laki..sodara saya.”

“yah... mau ga mau.. tapi akhirnya yah..rela-rela aja. Karena siapa lagi yang akan merawat dia? Kita berdua perempuan... yang lain laki-laki kan ga mungkin... tentu saya yang harus merawat..”

Terlepas dari beberapa peristiwa buruk yang pernah dialami Ibu Ida, peneliti menyimpulkan secara keseluruhan Ibu Ida memiliki emosi positif terhadap masa lalunya. Ibu Ida merasa puas dengan masa kecilnya di mana ia bisa merasakan tinggal di berbagai daerah. Ibu Ida juga merasa bangga dengan orang tuanya yang telah mengajarkan ia untuk bertanggung jawab dan disiplin. Ibu Ida merasa puas dengan kualitas hubungan keluarganya yang cukup terbuka. Ibu Ida merasakan kepuasan, kebanggaan, dan kesuksesan atas prestasi akademisnya. Ia hampir selalu mendapat juara kelas dan berhasil mencapai cita-citanya yaitu menjadi seorang dokter. Ibu Ida juga merasa bangga atas prestasi yang pernah diraih anak-anaknya cukup baik. Ia, sebagai orang tua, merasa lega karena telah berhasil membimbing anak-anaknya sampai sejauh ini. Ia juga merasa bersyukur karena memiliki suami yang bertanggung jawab dan sayang keluarga. Dalam bidang karier, Ibu Ida juga merasa puas karena ia bekerja sesuai cita-citanya. Ibu Ida juga tidak pernah memiliki masalah dengan orang lain baik kolega maupun

pasien. Ibu Ida juga bisa menerima peran dan tanggung jawab barunya sebagai seorang *caregiver* meskipun karena tuntutan keadaan. Peneliti menyimpulkan secara keseluruhan Ibu Ida merasa penuh (*fulfillment*) karena menjalani masa kecil yang bahagia, memiliki prestasi akademis yang baik, berhasil mencapai cita-citanya, menikah dan berkeluarga dengan suami dan anak-anak yang bisa dibanggakan, dan memiliki karier yang baik.

B. Emosi Positif terhadap Masa Kini

Karena tuntutan keadaan, Ibu Ida bisa menerima peran dan tanggung jawabnya sebagai *caregiver* adiknya tetapi hal ini tidak membuatnya bebas dari perasaan terbebani. Ibu Ida merasa dirinya tidak bebas untuk melakukan hal-hal yang dia inginkan. Ia juga merasa tidak tenang dan khawatir karena setiap hari harus meninggalkan adiknya sendirian di rumah. Kekhawatirannya disebabkan karena Ani kurang bisa mandiri, misalnya Ani tidak bisa memasak, tidak bisa bergaul, dll sementara seluruh anggota keluarganya harus melakukan aktivitas pada siang hari dan Ibu Ida juga tidak memiliki pembantu yang dapat menemani adiknya jika semua orang sedang beraktivitas.

“yah..memang rada terbebani yah... karena saya tuh yah.... Ga bebas. Mau keluar kota berapa hari.. pikiran ke dia yang dirumah.. kalo saya pergi sekeluarga, nanti dia bagaimana?? Siapa yang ngeliatinnya? Siapa yang ngurusnya?? Apalagi sekarang ini saya ga ada pembantu... yang bisa dimintain tolong ngeliatin dan ngurusin..menjaganya.. ya jadi perasaan saya ga tenang kalo pergi-pergi... pikiran yah ke dia di rumah... itu menyebabkan yah...keterbatasan lah ya... ga tenang lah gitu pergi meninggalkan dia...”

Ibu Ida juga merasa tidak tenang meninggalkan adiknya sendirian di rumah karena faktor keamanan lingkungan yang semakin rawan. Karena khawatir adiknya akan keluar rumah atau ada orang lain yang berbuat jahat pada adiknya, maka sehari-hari adiknya dikunci di dalam rumah. Selain mengkhawatirkan adiknya, Ibu Ida juga mengkhawatirkan sesuatu yang buruk terjadi di rumahnya sementara adiknya terkunci di dalam rumah, misalnya kebakaran. Hal ini menyebabkan beban pikiran bagi Ibu Ida.

“yah... ga tenang juga...karena kalo terjadi apa-apa di rumah.. ya kan kepikiran.. tapi yah... apa boleh buat lah?! Mo gimana lagi...”

“yah adek saya ini yah tinggal sendiri di rumah... saya kunci dari luar. Biar dia ga bisa keluar gitu... kan sekarang ngeri yah... faktor keamanan kan yah rawan lah sekarang... tapi yah itu membuat pikiran juga yah.. karena kalo terjadi apa-apa di rumah yah dia ga bisa keluar... itu juga jadi pikiran buat saya... tapi yah mau gimana lagi ya? Ya di jalanin aja... karena ga ada orang lain di rumah ...”

Ibu Ida juga terbebani secara ekonomi karena skizofrenia membutuhkan biaya pengobatan yang besar sementara kebutuhan rumah tangga juga banyak. Ia harus memenuhi semua kebutuhan dengan gaji seorang PNS.

“yaa..ada beban ekonomi yah.. sedikit-tidaknya kan obat-obatnya saya yang... beli. Dan itu ga sedikit biaya buat obat-obat... biaya kehidupannya yah udah beralih ke saya.. tadinya kan masih ada ibu saya, yah..ibu kan (yang membayar -pen).. sekarang seluruh hidupnya kan tergantung sama saya... maklum lah saya kan PNS, buat obat aja sebulan udah berapa... belum yang lain-lain...”

Ibu Ida sering merasa kesal seiring dengan semakin sering skizofrenia Ani kambuh. Perilaku yang ditunjukkan Ani seperti teriak sambil marah-marah terutama pada malam hari seringkali membuat Ibu Ida kesal dan marah karena tidak bisa tidur. Ibu Ida juga merasa khawatir dan sungkan terhadap tetangga karena suara Ani yang keras bisa mengganggu mereka. Hal ini dirasakan Ibu Ida sangat mengganggu ketenangan rumah dan lingkungan sekitar. Ibu Ida merasa lebih repot karena ia tidak hanya menyiapkan makanan tetapi juga harus mengantarkannya ke kamar. Walaupun merasa kesal dan repot, Ibu Ida tetap merasa khawatir dan semakin tidak tenang jika harus meninggalkan Ani dirumah.

“yah kesal juga...kalo malam-malam dia teriak-teriak.. nanti kan mengganggu tetangga... kadang-kadang kan kedengeran ke rumah tetangga... yah saya juga kadang-kadang kesel... soalnya ga bisa tidur! Karena dia bisa 3 hari 3 malam kadang ga tidur-tidur kalo lagi kumat.. obat-obat kayaknya ga mempan... tapi nanti yah reda sendiri... Ga mo makan... mesti diambilin..dianterin.. ke kamarnya... kalo ga ada kita kadang-kadang ga dimakan... kan repot juga”

Di sisi lain, ada juga hal positif yang diperoleh Ibu Ida sejak menjadi *caregiver*. Ibu Ida merasa ia menjadi pribadi yang lebih sabar sejak menjadi *caregiver*. Dulu Ibu Ida hanya membantu ibunya untuk mengawasi adiknya, tidak benar-benar merawatnya. Sejak ia menjadi *caregiver*, ia baru merasakan sulitnya menjalani peran ini dan dibutuhkan kesabaran yang tinggi.

“mungkin saya umm.. apa yah... menjadi lebih.. belajar lebih sabar yah dibanding dulu.. kalo dulu sama ibu saya, yah saya cuma jadi orang keberapanya yang liat-liatin.. ya ga ngerasain gimana rasanya ngerawat orang yang sakit begini ...”

Ibu Ida tidak merasa malu karena kondisi adiknya. Ia mengerti adanya stigma masyarakat terhadap penderita kelainan jiwa tetapi ia tidak memedulikannya. Ibu Ida tidak pernah menutup-nutupi kondisi adiknya dari lingkungan tempat tinggalnya. Menurutnya, selama ini keluarga dan tetangga-tetangganya sudah mengerti kondisi adiknya.

“ya saya karena mengerti ga ada rasa apa2 sih jadinya... biasa aja... udah maklum aja... mau masyarakat bilang apa... emang kondisinya begitu ya udah silakan aja...”

“perasaan saya datar aja... biasa aja. Emang adanya begitu... yah cuek aja saya... ga malu juga... kalo tetangga ngeliatin yah mungkin mereka udah ngerti, udah tau... jadi saya cuek aja... kalo keluarga udah tau dari lama yah cuek aja ...”

Walaupun ada juga hal positif yang didapatkannya, secara keseluruhan Ibu Ida merasa ia tidak mendapatkan hal yang positif dengan menjadi *caregiver*. Bagi Ibu Ida, peran sebagai *caregiver* sangat menguras tenaga, pikiran, waktu, dan biaya. Jika diberi kesempatan untuk memilih, ia tidak ingin menjadi *caregiver*. Jika ia bisa mengubah masa lalunya, maka ia ingin agar adiknya sehat sehingga ia tidak merasa terbebani seperti sekarang.

“kalo ditanyain seneng saya rasa ga yah... siapa sih yang senang ngerawat orang sakit?? Saya rasa ga ada... karena menguras pikiran, energi, waktu... biaya... saya rasa ga ada sukanya yah. Kalo bisa memilih ya tentu ga memilih begini...”

“apa yah??(berpikir) ya mungkin kalo mo diubah... yah adik saya ini sehat... jangan kaya gini... yang lain-lain saya rasa ga lah ya... udah bagus-bagus aja...”

Keluarga Ibu Ida tidak banyak berperan dalam merawat Ani karena kesibukan masing-masing. Peran suami dan anak-anaknya hanya mengawasi dan memperhatikan kebutuhan adiknya saja, misalnya kesehatan, pakaian, pembalut, dll sedangkan semua pemenuhan kebutuhan Ani dilakukan oleh Ibu Ida.

“ya mengawasi... mengawasi. Terus umm... kalo2 dia sakit atau dia butuh sesuatu yaa dipenuhi kebutuhannya... kalo dia sakit ya dibawa berobat...”

“iya menjaga semua-semuanya... ampe membersihkan kamarnya semuanya ya saya semuanya gitu... jadi kalo hari libur ya termasuk itu... membersihkan seluruh rumah termasuk kamar-kamarnya, mencuci bajunya... untung ada mesin cuci yah ...”

Ibu Ida seringkali merasa kesal dengan kedua adik laki-lakinya karena tidak memberikan perhatian yang cukup untuk Ani. Kedua adik laki-laki Ibu Ida selalu sibuk dengan pekerjaannya. Karena tugas merawat yang sangat terpusat pada Ibu Ida, Ibu Ida juga merasa kecewa dan tidak puas. Ia merasa tidak terbantu karena kesibukan anggota keluarganya. Hal ini juga dirasakan Ibu Ida semakin membatasi gerakannya. Ibu Ida juga sudah pernah membicarakan masalah ini pada kedua adiknya tapi ia tidak mau membesar-besarkan masalah karena ia mengerti kesibukan pekerjaan adiknya.

“yah sebenarnya, ya terus terang yahh... ga puas juga... karena semua ketibannya di saya... dan itu membatasi gerak saya juga gitu... pikirannya ke dia gitu di rumah...”

“pernah... pernah... yah tapi mereka sekedar bertanya sikonnya aja gitu... nanya “gimana sekarang?” yah gitu aja... tapi yah ga ada solusinya juga.... Solusi semuanya disaya...”

Walaupun tidak menerima banyak bantuan ketika merawat sang adik, Ibu Ida masih bisa mengandalkan keluarganya ketika ia memiliki masalah. Anggota keluarganya masih bisa diandalkan untuk menolongnya. Orang pertama yang akan dimintai tolong oleh Ibu Ida adalah suaminya. Saudaranya juga masih bisa diandalkan untuk menolongnya. Keberadaan orang-orang terdekat dirasakan sangat berarti dan penting bagi Ibu Ida.

“yah... sudah pasti nomor satu suami dulu... terus ada juga kadang-kadang orang lain...”

“yah sangat besar.. orang-orang itu kan saudara sendiri... ya pasti sangat besar, sangat berarti.. kemana lagi minta tolong kalo ga sama orang-orang terdekat?? Sangat penting de bagi saya orang-orang terdekat saya...”

Ibu Ida merasakan gratifikasi dari kegiatan membaca. Membaca adalah hobi Ibu Ida sejak masih anak-anak. Ia merasakan dengan membaca banyak manfaat yang ia dapat. Ia menyukai berbagai jenis bacaan dan menikmati apa yang dibacanya. Bagi Ibu Ida, membaca juga memiliki banyak manfaat. Walaupun sekarang penglihatannya sudah rabun, ia tidak berhenti menekuni hobinya.

“iya udah hobi... banyak pengetahuan yang bisa didapat... banyak informasi... kalo baca buku cerita juga suka... seru aja ngikutinnya. Kalo baca koran bisa dapet banyak informasi... suka aja... udah hobi dari dulu...hehehe waktu masih kecil, kalo bukunya belum tamat... saya ga bisa berhenti baca. Tapi setiap hari harus baca... kalo belum tamat yah dibaca terus... walo bisa berhari-hari baru bisa tamat...hehehe”

Selain membaca, ia juga merasakan gratifikasi dari pekerjaannya. Ibu Ida bekerja sesuai dengan cita-citanya sejak kecil. Walaupun Ibu Ida jika sudah pensiun ingin mencoba usaha baru, pada dasarnya ia mencintai dunia kedokteran.

“walopun saya pengen punya usaha kalo udah pensiun... saya pengen pensiun dari profesi dokter... tapi bukan berarti saya ga suka sama profesi dokter... dokter itu udah cita-cita saya sejak kecil... ga mungkin saya benci... tapi yah, kalo ngobatin orang sebenarnya bisa kapan aja... ga harus di rumah sakit... jadi dokter kan ga harus di rumah sakit aja... hehehe”

Ibu Ida belum terlalu merasakan kebahagiaan dalam kehidupannya. Ada hal-hal yang membuatnya bahagia dan ada yang tidak membuatnya bahagia. Hal yang membuat Ibu Ida merasa tidak bahagia adalah kondisi adiknya.

“hidup bahagia?? Hidup sehat, sehat yah... ga penyakitan artinya... dengan keluarga yang harmonis... suami harmonis, ga ada yang membebani... seperti saya yang sekarang kan ada yang membebani... membatasi kehidupan saya... dengan keberhasilan anak-

anak... lega di bidang ekonomi, sosial-ekonomi lancar... semua sehat walafiat... saya rasa itu... itu yang bahagia... semuanya harmonis de...”

Saat ini sumber kebahagiaan Ibu Ida adalah keluarga dan karier. Ibu Ida juga merasakan gratifikasi saat membaca dan bekerja menjadi seorang dokter. Ibu Ida merasa terikat dengan perannya sebagai *caregiver* sehingga peneliti menyimpulkan Ibu Ida tidak terlalu bahagia karena masih memiliki beban *caregiving*. Hal utama yang terasa sangat memberatkan bagi Ibu Ida adalah beban pikiran yang dirasakannya sehingga menimbulkan keterbatasan untuk melakukan sesuatu. Selain itu, beban ekonomi juga memberatkan kehidupan Ibu Ida.

C. Emosi Positif terhadap Masa Depan

Ibu Ida tidak memiliki rencana khusus dalam merawat adiknya. Karena keduanya sudah semakin tua maka Ibu Ida akan merawatnya sampai salah satu dari keduanya meninggal. Ibu Ida akan menyerahkan tanggung jawab sebagai *caregiver* kepada anak-anaknya jika ia yang terlebih dulu meninggal.

“saya rasa ga ada yah... ya mo di apain lagi ya?? Dia umurnya udah segitu.. hampir 50.. dengan keadaan yang makin lama makin berat... yah saya, kalo saya masih panjang umur.. sehat... ya saya merawat dia sampe akhir juga, siapa yang berakhir duluan dah... ya ga ada rencana lagi sih... merawat dia dengan sebaik-baiknya itu aja ...”

“ya sepertinya... seandainya saya meninggal dan dianya masih panjang umur... ya mungkin yah.. otomatis ke anak saya.. yah ke mereka, siapa lagi?? Ga mungkin kan orang lain... ipar saya yang merawat dia...”

Walaupun mengetahui prognosis skizofrenia tidak bagus seiring dengan semakin tua penderitanya, Ibu Ida tetap berharap skizofrenia Ani tidak bertambah parah. Untuk memenuhi harapannya ini, Ibu Ida akan terus meneruskan terapi dan merawat adiknya.

Ibu Ida tidak memiliki terlalu banyak rencana untuk masa depannya. Ia ingin terus bekerja sampai masa pensiunnya tiba. Setelah ia pensiun, ia ingin menikmati masa tuanya dengan melihat keberhasilan anak-anaknya dan melihat mereka berkeluarga.

“... Bekerja lah sampe nanti saya pensiun... ya abis pensiun, yah..melihat anak-anak dengan keluarganya... sama cucu. Yah sama aja dengan ibu-ibu pekerja yang lain saya rasa...”

Ibu Ida juga berencana untuk berwirausaha setelah pensiun. Ia ingin memiliki rumah kost atau minimarket sebagai usahanya kelak. Ibu Ida menyadari untuk memulai usaha dibutuhkan modal yang besar, oleh karena itu ia sudah mulai

menabung agar bisa mewujudkan rencananya. Ibu Ida ingin memiliki usaha karena ia ingin terus aktif setelah pensiun dan tidak ingin mengandalkan uang pensiunnya saja untuk tabungan hari tua. Ibu Ida juga tidak ingin membebankan anak-anaknya. Ibu Ida akan terus berusaha selama kesempatan itu masih ada.

“...jadi kan ngurusnya gampang... masih bisa berkegiatan... kalo punya usaha kan enak, pemasukan masih ada juga...ga ngandelin uang pensiun aja... bisa buat tabungan juga... buat keluarga... jadi kalo ada apa2 juga ga ngeberatin orang lain... ga ngebebanin anak2... selama masih bisa berusaha yah berusaha terus...”

Dari penjelasan di atas, peneliti menyimpulkan Ibu Ida merasakan emosi positif terhadap masa depannya. Ia memiliki harapan dan optimis bisa mewujudkannya. Ia berharap agar rencananya untuk berwirausaha dapat terwujud setelah ia pensiun. Ibu Ida sudah mulai mengumpulkan modal untuk usahanya. Hal ini menandakan Ibu Ida serius ingin mewujudkan rencananya. Selain berwirausaha, Ibu Ida tidak memiliki rencana lain selain pensiun dan menikmati hari tua bersama keluarganya. Sampai waktu pensiunnya tiba, Ibu Ida akan terus bekerja. Sebagai seorang dokter, Ibu Ida mengetahui prognosis adiknya tidaklah bagus. Hal ini tetap tidak membuatnya berhenti berharap agar penyakit adiknya tidak bertambah parah. Agar hal ini terwujud, Ibu Ida tetap merawat adiknya dan meneruskan terapi obat yang telah dijalankan.

Dari analisis yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan Ibu Ida merasakan emosi positif pada masa lalu dan masa depan. Emosi positif terhadap masa lalu yang dirasakannya berupa perasaan bangga dan puas atas pencapaian prestasi akademisnya. Ibu Ida juga memiliki perasaan lega karena menjalani masa kecil yang bahagia dengan keluarga yang harmonis. Emosi positif terhadap masa depan yang dirasakan Ibu Ida berupa harapan dan optimisme. Keseriusan Ibu Ida mengumpulkan modal usahanya merupakan gambaran dari harapan dan optimisme yang dimilikinya. Selain itu, Ibu Ida juga tetap merawat adiknya agar kondisinya tidak bertambah parah walaupun Ibu Ida mengetahui prognosis kelainan jiwa adiknya tidak baik.

Meskipun Ibu Ida merasakan emosi positif terhadap masa lalu dan masa depannya, Ibu Ida tidak merasakan hal yang sama saat ini. Ibu Ida bahagia karena keluarganya dan pekerjaannya namun terjadi perubahan besar setelah menjadi *caregiver* yang membuat kebahagiaannya berkurang dibanding sebelumnya. Perannya sebagai *caregiver* menyebabkan keterbatasan pada dirinya untuk

melakukan hal yang disukainya. Beban ekonomi Ibu Ida karena harus menanggung biaya hidup adiknya dan memenuhi kebutuhan lain juga menyebabkan beban pikiran.

4.2.1.4. Karakteristik Positif

Dari wawancara yang telah dilakukan, karakteristik positif menonjol yang dimiliki Ibu Ida adalah spiritualitas (*spirituality*), bersyukur (*gratitude*), integritas (*integrity*), dan harapan atau optimisme (*hope/optimism/future-mindedness*). Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, peran *caregiver* yang dijalani Ibu Ida bukanlah peran yang mudah. Ibu Ida seringkali merasa kesal jika penyakit adiknya sedang kambuh. Ia juga selalu merasa tidak tenang jika harus meninggalkan adiknya sendirian di rumah. Di saat ia merasakan kekesalan dan kekhawatiran, Ibu Ida akan berdoa kepada Tuhan agar diberi kesabaran. Ia juga berdoa agar Tuhan menjaga adiknya.

“yah..balik lagi lah.. balik lagi ke Tuhan. Ngucap astaghfirullahaladzim kadang-kadang berdoa biar disabarkan Tuhan.. mo gimana lagi?? Ga bisa lagi...”

“yah saya berdoa aja lah... pasrah. Hanya bisa itu saya, ga bisa yang lain... yah larinya ke Tuhan aja, pasrah... doanya yah moga-moga Tuhan menjaganya... biar ga ada yang membahayakan... pasrahkan saja ke Tuhan.”

Ibu Ida menyadari merawat seseorang merupakan salah satu bentuk ibadah. Oleh karena itulah, ia berharap apa yang dilakukannya sekarang mendapat pahala dari Tuhan.

“... harapannya yah mungkin bisa nambah pahala lah.. mudah-mudahan (tersenyum)”

Ibu Ida sudah berusaha maksimal untuk mencari solusi dari masalah yang ia hadapi. Solusi yang dirasa paling dapat membantu meringankan situasi adalah jika Ibu Ida memiliki seorang pembantu sehingga ia tidak lagi meninggalkan adiknya sendirian. Sayangnya hingga sekarang Ibu Ida tidak mendapatkan solusi tersebut maka ia memasrahkan semuanya kepada Tuhan.

“untuk saat ini yah blom bisa.... Ga ada... masih begitu keadaannya... mungkin mestinya ada orang lain yah... pembantu... yang bisa menjaga dia juga, mengawasi... tapi pembantu2 juga biasanya takut kalo melihat dia tuh... jadi ya pembantu mungkin faktor itu juga yah ga betah...”

“...Kalo saya terlalu khawatir juga kehidupan ga akan bisa berlangsung... kan kehidupan berlangsung terus... kita kan yah... nyari pembantu sudah, tapi ga betah... mungkin pembantu itu takut... sedangkan saya harus kerja, beraktivitas harian... ya tentu pasrahkan saja ke Tuhan yang penting sudah berusaha...itu aja...”

Spiritualitas Ibu Ida juga terlihat dari hobi membacanya. Topik yang sedang ia dalami saat ini adalah mengenai agama. Menurut Ibu Ida semakin tua umurnya maka semakin penting ia mendalami ilmu agama.

“hobi saya membaca. Saya lagi senang baca buku-buku agama ni sekarang...”

“hmm yah untuk menambah pengetahuan agama saya... karena dari dulu mungkin kurang yah baca-baca buku agama yang dibaca buku lain-lain aja... jadi yah karena umur udah setengah abad ke atas, saya ngerasa udah perlu menambah pengetahuan agama...”

Ibu Ida juga memegang prinsip bahwa hidup harus sesuai dengan kaidah agama; bahwa hidup harus jujur dan lurus. Ibu Ida juga memercayai hati nurani untuk membuat keputusan yang benar dan terhindar dari keputusan yang salah.

“menurut saya hidup tuh yah sesuai kaidah agama yah... ya hidup lurus, jujur, yah... jangan melenceng-lenceng lah... Tanya hati nurani, kalo hati nurani bilang salah... berarti ada yang salah. Hati nurani ga pernah boong. Kalo kita mau apa-apa, tanya aja hati ...”

Ibu Ida percaya akan keberadaan Tuhan. Ia percaya agama akan menuntun kehidupannya. Ibu Ida juga percaya Tuhan akan memberinya kekuatan menjalani hidup. Ibu Ida juga percaya Tuhan akan menolongnya jika ia berdoa kepada-Nya. Ibu Ida tetap berusaha sebaik mungkin menjalani perannya namun ia juga memasrahkan hasil akhirnya pada Tuhan. Hal-hal ini merupakan tanda bahwa Ibu Ida memiliki keterkaitan dengan sesuatu yang lebih besar darinya, yaitu Tuhan.

Selain spiritualitas, Ibu Ida juga memiliki kekuatan bersyukur. Ibu Ida merasa bersyukur karena adiknya masih bisa mengurus dirinya sendiri. Ani masih bisa mandi, makan, berpakaian, bahkan meminum obatnya tanpa disuruh. Ibu Ida merasa bersyukur karena kondisi adiknya tidak separah pasien kelainan jiwa yang lain di mana banyak diantara mereka yang tidak bisa mengurus dirinya sendiri.

“Cuma saya bersyukur aja... karena adik saya itu masih bisa lah mengurus dirinya sendiri... kalo dia menstruasi, dia masih bisa umm... membereskan... mengertilah gitu membereskannya, nyuci pakaian dalamnya... itu masih bisa. yah masih bersyukur lah dia masih bisa merawat dirinya sendiri... ga yang semua harus diurus gitu... yah masih bersyukur... kalo saya liat, orang lain masih ada yang lebih berat ... kalau adik saya ini yah syukur Alhamdulillah ya ga...”

Ibu Ida merasa bersyukur atas prestasi akademis yang telah berhasil diraihinya. Ibu Ida selalu menduduki peringkat dua besar di kelasnya. Ibu Ida juga berhasil menyelesaikan pendidikan kedokterannya tepat waktu.

“umm, waktu masih sekolah dulu kali yah... waktu masih sekolah, yah... bukan gimana-gimana gitu yah... tapi syukur Alhamdulillah saya selalu ranking lah gitu kalo istilah anak sekarang yah... ranking satu, dua...”

“yah... saya ranking... terus lulus kedokteran termasuk yang tepat waktu ...”

Karena ia bekerja sebagai dokter, Ibu Ida merasa lebih bersyukur dan benar-benar memercayai adanya mukjizat Tuhan. Sebagai seorang dokter, ia terbiasa melihat berbagai macam penyakit yang tampak mustahil untuk sembuh namun ternyata bisa disembuhkan. Ia juga terbiasa melihat kehidupan dan kematian. Hal ini membuatnya semakin menghargai hidup dan menumbuhkan iman di dalam dirinya.

“yah namanya juga dokter yah... ada-ada aja yang dilihat di rumah sakit... jadi dokter itu malah bisa bikin keimanan seseorang nambah... hidup, mati... penyakit yang ga bisa sembuh eh ternyata tiba-tiba sembuh... percaya kalo Tuhan itu ada, takdir itu ada... hidup itu yah sesuai takdir...”

Ibu Ida memperlihatkan kekuatan integritas. Ibu Ida agak sulit diminta menilai dirinya sendiri karena menurutnya orang lain lah yang harus menilai namun setelah beberapa saat ia berkata bahwa ia adalah orang yang apa adanya. Ibu Ida terbuka menyampaikan pendapat dan memperlihatkan perasaannya. Jika merasa marah, maka Ibu Ida akan menyampaikannya; tidak menutup-nutupinya dengan pura-pura sabar.

“waduh saya ga bisa menilai diri sendiri juga yah... orang lain dong yang menilai... tapi saya rasa saya orang yang terbuka apa adanya... ga bisa menahan-nahan, ga bisa menyimpan-nyimpan sesuatu... kalo saya marah, saya langsung ngomong.. kalo ga suka langsung ngomong... ga tipe yang sabar-sabar menyimpan marah gitu... ga munafik... apa adanya... itu aja. Ga tau deh tuh bagus atau ga... saya ga tahu...”

Bentuk integritas diri Ibu Ida juga dapat dilihat dari perilakunya yang tidak pernah menyembunyikan keadaan adiknya dari lingkungan sekitar. Ibu Ida juga tidak merasa malu akan kondisi adiknya. Baginya, kondisi adiknya memang begitu adanya jadi Ibu Ida tidak peduli jika ada orang yang memberi stigma. Ibu Ida tidak malu memiliki adik yang mengalami kelainan jiwa. Dalam hal ini, Ibu Ida bisa dikatakan memiliki integritas diri yang baik.

Ibu Ida juga memiliki kekuatan harapan atau optimisme atau berpikiran ke depan. Ibu Ida akan terus bekerja sampai saatnya ia pensiun. Setelah pensiun, Ibu Ida ingin berwirausaha dengan mendirikan rumah kost atau minimarket. Ibu Ida menyadari dibutuhkan modal yang besar untuk memulai usahanya oleh karena itulah Ibu Ida sudah menabung untuk modal usahanya.

“pengennya itu loh.... Punya rumah kost gitu... ngurus rumah kost... kalo praktek sih ga deh.. udah tua saya ga mo praktek lagi, mo pensiun aja dari profesi ... mo yang lain lagi. Biar ga jenuh.... Hmm punya rumah kost... mungkin punya mini market...hehehehe”

“...belum punya duitnya, blom ada modal...hehehe kan modalnya gede juga.... Jadi yah ngumpulin dulu lah... semoga ntar bisa tercapai...”

Alasan Ibu Ida ingin berwirausaha adalah untuk mencari pemasukan agar ia tidak bergantung pada uang pensiunnya saja. Dengan memperoleh pemasukan tambahan, Ibu Ida juga bisa menabung untuk hari tuanya dan tidak membebani anak-anaknya.

“jadi kan ngurusnya gampang... masih bisa berkegiatan... kalo punya usaha kan enak, pemasukan masih ada juga...ga ngandelin uang pensiun aja... bisa buat tabungan juga... buat keluarga... jadi kalo ada apa2 juga ga ngeberatin orang lain... ga ngebebanin anak2... selama masih bisa berusaha yah berusaha terus...”

Selain itu, Ibu Ida tetap berharap kelainan jiwa adiknya tidak bertambah parah walaupun ia mengetahui prognosis skizofrenia tidak bagus seiring dengan bertambahnya umur pasien. Hal ini tidak membuatnya berhenti merawat dan melanjutkan terapi obat agar kondisi adiknya tidak bertambah parah. Keseriusan Ibu Ida untuk terus berusaha mewujudkan rencananya berwirausaha dan merawat adiknya merupakan gambaran dari kekuatan harapan, optimisme, dan berpikiran ke depan.

4.2.1.5. Gambaran Karakteristik Positif terkait dengan Kebahagiaan

Dari analisis yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan karakteristik positif menonjol yang dimiliki Ibu Ida adalah spiritualitas, rasa bersyukur, integritas, dan harapan. Ketiga kekuatan Ibu Ida merupakan bagian dari keutamaan (*virtue*) transendensi, yaitu spiritualitas, rasa bersyukur, dan harapan. Integritas merupakan bagian dari keutamaan (*virtue*) keberanian.

Dengan adanya spiritualitas, Ibu Ida terus berusaha mendapatkan yang terbaik namun ia juga menyerahkan keputusan akhir kepada Tuhan. Ibu Ida juga selalu berusaha menjalani hidup sesuai dengan perintah agama yang dianutnya. Hal ini juga dipengaruhi oleh pendidikan agama yang sudah ditanamkan orang tuanya sejak masa kecilnya. Dengan keyakinan yang kuat akan keberadaan Tuhan, Ibu Ida menjadikan Tuhan tempat mengadu dan bergantung sehingga ia bisa bertahan ketika ia merasakan kesedihan atau putus asa.

Ibu Ida percaya ada kekuatan yang melebihi dirinya yang dapat mengubah keadaan menjadi lebih baik. Hal ini juga mendukung munculnya kekuatan harapan

pada dirinya. Ibu Ida memiliki keyakinan dan optimisme rencananya akan terwujud. Hal ini terlihat dari kematangan rencana yang disusun dan upaya-upaya yang telah dilakukan selama ini. Selain itu, Ibu Ida merasa banyak hal yang dapat ia syukuri dalam kehidupannya diantaranya keluarga dan karier. Ia memiliki keluarga yang bahagia dan perkawinannya pun berumur panjang. Ibu Ida juga memiliki anak-anak yang bisa memberikannya kebanggaan. Selain itu, Ibu Ida bekerja sesuai dengan cita-citanya sejak kecil. Pekerjaannya juga dapat menambah keyakinannya pada Tuhan. Perasaan bersyukur ini juga tak lepas dari keyakinannya akan Tuhan terutama jika dikaitkan dengan pekerjaannya sebagai seorang dokter.

Ibu Ida juga berusaha untuk menjalani kehidupannya dengan jujur dan tanpa kepura-puraan sehingga ia merasa bukanlah seorang yang munafik. Kejujuran Ibu Ida terlihat dari ia berusaha menjalani kehidupannya dengan “lurus” dan mengikuti hati nurani. Selain itu, Ibu Ida juga jujur dalam mengungkapkan hal-hal yang disukai dan tidak disukai kepada orang lain. Dengan adanya pegangan hidup (Tuhan), harapan, perasaan bersyukur yang menambah keimanan, dan hidup yang jujur apa adanya, Ibu Ida dapat merasakan emosi positif dalam kehidupannya walaupun di sisi lain ia juga memiliki banyak permasalahan hidup. Karakteristik positif yang dimiliki Ibu Ida bisa membuat ia merasakan kebahagiaan.

4.2.2. Subjek 2 (Ibu Tri)

4.2.2.1. Hasil Observasi

Ibu Tri menerima peneliti di rumahnya dengan ramah. Ia menjawab pertanyaan dengan terbuka dan sering tertawa. Ibu Tri adalah orang yang ramah dan murah senyum. Di saat wawancara berlangsung, ada tetangga Ibu Tri yang menyapa dan mampir ke dalam rumah. Ibu Tri menanggapi dengan ramah. Tutur kata Ibu Tri juga halus dan sopan baik terhadap orang yang lebih tua maupun anak-anak.

Wawancara dilakukan di ruang tamu Ibu Tri. Rumah Ibu Tri terletak di dalam gang dan cukup kecil sehingga Ibu Tri mengatur volume suaranya agar pelan. Saat wawancara berlangsung, Pak Joko juga ada di dalam rumah namun

sedang beristirahat setelah minum obat. Rumah Ibu Tri sangat sederhana dan tidak memiliki terlalu banyak barang.

Ibu Tri menjawab pertanyaan dengan tenang walaupun kadang-kadang suaranya terlalu kecil. Suara Ibu Tri semakin tidak terdengar ketika ada anak-anak yang bermain dan mengobrol di depan rumah Ibu Tri. Rumah Ibu Tri pun juga sering dilewati pejalan kaki. Karena selama wawancara pintu rumah dibiarkan terbuka, maka suara-suara yang berasal dari luar rumah juga ikut terekam.

Ibu Tri selalu mempertahankan kontak mata selama wawancara berlangsung. Ia tidak banyak menggunakan gerakan tangan tapi selama wawancara ekspresi muka Ibu Tri terlihat ceria. Ia juga tidak sungkan menjawab pertanyaan yang menyangkut hal yang biasanya dianggap sensitif. Ibu Tri juga sempat menunjukkan obat penelitian yang diminum Pak Joko. Diakhir wawancara, Ibu Tri sempat menawarkan untuk mengantar peneliti sampai jalan raya karena ia khawatir peneliti lupa jalan. Peneliti melakukan wawancara kedua melalui telepon karena Ibu Tri sedang membantu tetangganya sehingga tidak bisa menerima tamu. Wawancara kedua berlangsung selama setengah jam karena Ibu Tri menerima telepon di rumah saudaranya. Wawancara dilakukan untuk melakukan probing. Ibu Tri tetap menjawab pertanyaan peneliti dengan terbuka dan sering tertawa.

4.2.2.2. Gambaran Umum Caregiver dan Hubungannya dengan Care-receiver

Ibu Tri adalah wanita berusia 50 tahun yang berasal dari Yogyakarta. Keluarga Ibu Tri merupakan petani di Yogyakarta. Ibu Tri menikah dengan Pak Joko, seorang penderita skizofrenia, dan dikaruniai satu orang anak laki-laki yang beranjak remaja. Sebelum menikah dengan Pak Joko, Ibu Tri sudah mengetahui bahwa Pak Joko sakit. Pada saat itu Pak Joko belum didiagnosis skizofrenia dan ia masih bekerja sebagai buruh pabrik di pabrik kendaraan bermotor. Ibu Tri pun masih bekerja sebagai buruh di pabrik alat tulis. Walaupun mengetahui kondisi Pak Joko, Ibu Tri tetap mau berteman dengan Pak Joko. Setelah beberapa lama berteman, Pak Joko sangat ingin menikahi Ibu Tri. Karena mereka baru bekerja beberapa tahun, Ibu Tri meminta Pak Joko untuk fokus pada pekerjaan dan mengumpulkan uang. Pak Joko terus mendesak Ibu Tri untuk menikahinya.

Akibatnya, Ibu Tri memutuskan pulang kampung untuk menghindari Pak Joko. Tak disangka, setelah menerima gaji, Pak Joko dan ayahnya menyusul Ibu Tri ke kampung untuk melamarnya. Setelah dibicarakan dengan keluarga disertai harapan Pak Joko bisa sehat kembali, Ibu Tri bersedia menikah dengan Pak Joko. Pernikahan Ibu Tri dan Pak Joko telah berjalan selama kira-kira 20 tahun. Ibu Tri harus menunggu cukup lama untuk bisa hamil. Ia sempat mengira penyebab ia tidak bisa punya anak karena Pak Joko terlalu banyak mengonsumsi obat.

Baru sekitar dua bulan menikah, Pak Joko mengalami onset skizofrenia. Suatu hari ia pulang bekerja dalam keadaan panik karena merasa dikejar oleh seseorang. Ibu Tri berusaha menenangkan dan meyakinkan Pak Joko bahwa tidak ada yang mengejarnya. Sejak kejadian ini, Pak Joko sering tidak bekerja dan memilih mengurung diri di rumah. Karena performa bekerja yang buruk, pihak kantor berusaha mencari tahu keadaan Pak Joko yang sebenarnya. Pihak kantor mengirim Pak Joko ke rumah sakit untuk memeriksakan kesehatannya. Pak Joko sempat dirawat di rumah sakit atas bantuan biaya dari kantor. Karena performanya tidak membaik, pihak kantor menyarankan Pak Joko untuk mengundurkan diri saja. Ibu Tri kemudian berdiskusi dengan keluarga Pak Joko mengenai masalah ini dan semua pihak setuju agar Pak Joko berhenti bekerja. Pak Joko mendapat pesangon sebanyak dua juta rupiah. Uang itu digunakan Ibu Tri untuk memperbaiki rumah dan ditabung. Perilaku lain yang sering ditampilkan Pak Joko, terutama jika ia sedang putus-obat, diantaranya timbul halusinasi (melihat burung di dalam rumah atau sosok nenek-nenek), tidak pernah tidur, selalu merasa ada orang yang mengejar atau mengawasinya, tertawa dan bicara sendiri.

Ibu Tri tinggal bersama Pak Joko dan keponakan (dari pihak suami) sedangkan anaknya dirawat oleh orang tua Ibu Tri di Yogyakarta. Setiap hari Ibu Tri membantu ibu mertuanya berjualan di warung yang berada di rumah mertuanya. Ibu Tri juga memiliki warung yang bersebelahan dengan warung mertuanya. Seringkali Pak Joko datang sendiri ke rumah ibunya untuk mendatangi Ibu Tri di warung. Selain membantu berjualan di warung, Ibu Tri juga membantu mertuanya belanja kebutuhan warung atau hanya sekedar membersihkan rumah. Sejak Pak Joko berhenti bekerja, mertua Ibu Tri membantu sebagian biaya hidup Pak Joko dan Ibu Tri. Mertua Ibu Tri setiap hari memberinya uang sekedarnya

untuk keperluan sehari-hari mereka, misalnya rokok Pak Joko dan ongkos ke rumah sakit. Ibu mertuanya juga membolehkan Ibu Tri untuk mengambil bahan makanan sehari-hari. Ibu Tri berusaha untuk membalas kebaikan mertuanya dengan cara membantunya berjualan dan membersihkan rumah. Keponakan yang tinggal di rumah Ibu Tri juga membantu meringankan kehidupan Ibu Tri dan Pak Joko dengan cara membayar listrik setiap bulan.

Sejak berhenti bekerja, Pak Joko berobat ke RSCM karena biaya pengobatan disana lebih murah. Karena kondisi keuangan yang terbatas, Ibu Tri juga membuat kartu Gakin. Setahun terakhir ini Pak Joko diikutsertakan dalam penelitian obat. Ibu Tri merasa sangat terbantu karena penelitian ini. Kesehatan Pak Joko juga lebih terkontrol karena setiap bulan dilakukan *check-up* untuk melihat apakah obat yang diberikan memengaruhi kesehatannya secara keseluruhan. Pada tahap awal penelitian, Pak Joko harus dirawat di RSCM selama sebulan. Setiap hari Ibu Tri mengunjungi Pak Joko untuk membawa makanan ringan dan rokok. Seringkali makanan yang dibawa Ibu Tri dihabiskan oleh pasien lain tetapi Ibu Tri tidak pernah marah jika hal ini terjadi. Ia cenderung merasa kasihan terhadap orang sakit. Ibu Tri menjenguk Pak Joko setiap hari karena ia merasa khawatir jika kebutuhan Pak Joko kurang. Ia juga khawatir kalau pasien lain mem-*bully* Pak Joko karena tidak memberikan makanan atau rokok.

Sebagai seorang istri dari penderita skizofrenia, Ibu Tri kadang-kadang merasa sedih dengan kehidupan dan nasibnya. Hal ini terjadi jika ia kelelahan namun Pak Joko tidak mau membantunya. Sejak sakit, Pak Joko tidak memiliki inisiatif untuk melakukan sesuatu kecuali kalau disuruh. Jika Pak Joko malas atau merasa lemas setelah minum obat maka ia tetap tidak mau menolong istrinya. Ibu Tri tidak mau sedih berkepanjangan. Ia berusaha mengalihkan pikirannya dengan cara melakukan sesuatu, misalnya pergi belanja atau membersihkan rumah. Ibu Tri juga menerima dukungan sosial dari keluarganya maupun keluarga mertuanya, tetangga sekitar rumah, dan teman-teman pengajiannya. Hal lain yang sering menyebabkan kesedihan bagi Ibu Tri adalah jika ia mengingat kehidupannya sewaktu Pak Joko masih bisa bekerja karena sosok Pak Joko yang rajin dan ada pemasukan tetap untuk keluarganya.

Jika Ibu Tri merasa sedih, ia jarang menceritakan perasaannya kepada orang lain. Kadang-kadang ia menceritakannya kepada keponakannya namun ia tidak pernah mengungkit kesedihannya di depan mertuanya. Ibu Tri tidak mau menambah beban mertuanya karena ia mengetahui mertuanya juga sedih karena kondisi Pak Joko. Ibu Tri juga tidak mau merepotkan keluarganya. Sebisa mungkin Ibu Tri yang membantu keluarganya walaupun sekeadarnya. Ibu Tri juga selalu berusaha membantu tetangga dan tidak memilih-milih siapa yang akan dibantunya. Ibu Tri bersyukur kehidupan yang dijalannya walaupun kehidupannya sulit. Ia menyadari tidak semua orang diberikan kesehatan oleh Tuhan. Ia bersyukur karena tetangga sekitar rumah mengerti keadaannya dan membantunya secara moral.

Ibu Tri tidak memiliki harapan dan rencana khusus untuk kehidupannya. Ia hanya berharap bisa membesarkan anaknya dan terus bisa berjualan. Pemasukan Ibu Tri hanya dari berjualan dan uang pemberian mertuanya. Ibu Tri juga sadar ia tidak bisa selamanya menggantungkan diri ke mertuanya. Ibu Tri juga berharap ia bisa merawat suaminya sampai akhir. Ibu Tri paham umur manusia di tangan Tuhan namun ia berdoa agar Pak Joko yang meninggal lebih dulu darinya. Hal ini disebabkan karena ia tidak ingin memberatkan orang tua Pak Joko yang sudah tua jika ia yang meninggal lebih dulu. Ia memikirkan siapa orang yang merawat suaminya kelak jika ia meninggal. Pada akhirnya ia memasrahkan segala sesuatunya kepada Tuhan.

4.2.2.3. Kebahagiaan

Berikut adalah analisis mengenai emosi positif terhadap masa lalu, masa kini, dan masa depan:

A. Emosi Positif terhadap Masa Lalu

Ibu Tri mengenal Pak Joko sejak kira-kira 20 tahun yang lalu. Saat itu, Ibu Tri menyukai sosok Pak Joko yang rajin dan pekerja keras. Ibu Tri tidak pernah takut atau khawatir jika berteman dengan Pak Joko.

“dulu sih... sebelum nikah... yah biasa aja... teman aja kayak biasa... saya tau sih, kayak ngerasa gitu...kok kayaknya ada yang “beda” gitu yah dari Mas Joko? tapi ga pernah mikir macem-macem juga sih... dia juga sering cerita kalo malam ga bisa tidur... itu udah dari dulu dia begitu... tapi yah saya biasa aja... ga takut, ga apa...”

Ketika Pak Joko mengajaknya menikah, Ibu Tri juga merasa tersanjung. Ibu Tri menyukai Pak Joko karena ia rajin bekerja dan sepertinya bertanggung jawab. Terlintas juga dalam benak Ibu Tri tentang “kejanggalan” Pak Joko, tapi dia memutuskan untuk tidak berprasangka buruk. Ibu Tri juga keluarga kedua belah pihak berpikir mungkin “kejanggalan” Pak Joko akan hilang setelah menikah. Ibu Tri sebenarnya merasa bersalah waktu ia pulang kampung untuk menghindari Pak Joko. Di satu sisi, alasan dia menghindari Pak Joko juga untuk kebaikan bersama. Ibu Tri merasa bingung. Ketika Pak Joko menyusulnya, Ibu Tri kaget dan merasa tersanjung. Ia juga tidak tega jika menolak lamaran Pak Joko mengingat pengorbanan Pak Joko sampai ke Yogya.

“hehehe yah...senang lah yah ada yang ngajak saya nikah... apalagi waktu itu Mas Joko rajin kerjanya... kayaknya kalo jadi suami juga tanggung jawab gitu... tapi saya pengennya dia kerja dulu aja, kan biar bisa ngumpulin duit juga... yah, sempat ngerasa gimana gitu waktu saya pulang kampung... umm, sedih ada ...”

“umm... waktu dia nyusulin saya ke kampung, ya kaget juga saya! senang juga ada... bingung juga ada... hahaha campur aduk yah... yah saya mikirnya mungkin dia jodoh saya ... mungkin juga ntar kalo udah nikah bisa sembuh... eh ternyata malah makin parah...hehe”

Dua bulan setelah menikah Pak Joko mengalami onset skizofrenia, Ibu Tri merasa bingung dengan keadaan Pak Joko. Ibu Tri berusaha bersikap tenang. Ibu Tri juga merasa kecewa karena ternyata keadaan tidak seperti yang dia harapkan. Tetapi Ibu Tri sadar ia telah menikah dan ini adalah tanggung jawabnya sebagai istri untuk mendampingi suaminya. Ibu Tri merasa lega karena orang tuanya juga memberikan dukungan dengan menasihatinya agar bersabar. Kebaikan hati mertuanya juga salah satu hal yang disyukuri Ibu Tri dan bisa membuatnya bertahan sampai sekarang.

“yah sebenarnya waktu itu saya bingung juga yah... sedih juga... kok malah jadi begini Mas Joko... apalagi waktu dia akhirnya berhenti kerja... duit dari mana ntar? Saya kan juga berhenti kerja abis nikah... tapi ya udah, udah bagian saya... udah jodoh saya dia... saya urusin...”

“...ya udah biarin... udah bagian saya... kata orang tua saya juga ya udah ga papa, orang tua mah kalo ikut campur kan ga enak yah...emang udah bagian kamu begini... karena tanggung jawab saya... udah kamu juga jangan pergi-pergi, jangan pulang ... urusin aja.” katanya begitu, nasihatnya begitu... kebetulan orang tuanya Mas Joko tuh baik sama saya... Alhamdulillah... dia tau kali yah anaknya sakit begini yah..hehe baik orangtuanya...”

Ibu Tri seringkali merasa khawatir jika skizofrenia Pak Joko kambuh. Pada masa awal Pak Joko sakit, Ibu Ida sering tidak memberinya obat karena dia belum

mengerti pentingnya pemberian obat secara kontinu. Ibu Tri merasa khawatir jika Pak Joko tidak bisa tidur malam dan terus menerus merasa ada orang yang sedang mengawasi.

“iya... yang katanya ada burung lah, nenek-nenek lah, orang jahat lah di luar... ya ampun, sampe saya ga bisa tidur... ya ampun, ngikutin aja saya... takutnya kan ngejar kemana, ntar jauh... jadi saya ngikutin aja... sampe ditanyain tetangga...”

Ibu Tri merasa lega sewaktu kantor mau membiayai biaya perawatan Pak Joko. Ibu Tri juga merasa lega dan terbantu karena adanya program Gakin. Ibu Tri tidak mampu jika harus membayar sendiri biaya pengobatan Pak Joko oleh karena itulah ia membuat kartu Gakin. Ibu Tri juga merasa bersyukur dan lega waktu Pak Joko diikutsertakan ke dalam penelitian. Dengan mengikuti penelitian, semua biaya pengobatan, *check-up* rutin, rawat inap, dan transport ditanggung oleh rumah sakit. Ibu Tri bisa menabung lebih banyak dari biasanya.

“untung waktu itu kantornya Mas Joko mau bayar... ditanggung semua... kamar, dokter, obat... kalo bayar sendiri, saya ga sanggup...”

“iya, saya pake Gakin... kalo di cipto pake gakin semua juga ditanggung... jadi yah tiap bulan kesana buat ambil obat... kontrol juga... Mas Joko masih kontrol tiap bulan... nah sejak penelitian juga ditanggung sama rumah sakit. Uang yang dari mamanya Mas Joko bisa saya tabung dikit jadinya ...”

Ibu Tri juga merasa lega karena mertua dan keponakannya ikut membantu meringankan bebannya. Di lain pihak, Ibu Tri juga merasa sungkan karena hidupnya disokong oleh mertua dan keponakannya.

“katanya (ibu Pak Joko -pen-) “ga usah belanja” gitu... trus uang buat rokok Mas Joko juga dikasih... gitu... yah abis mo kerja apa, suaminya udah ga kerja...hehehe Tapi kita juga harus malu yah namanya ikut mertua yah... kita harus bisa ngimbangin... dia baik sama saya, saya juga harus baik sama dia yah...”

“ga sih... ada keponakan juga. Dia bisa bantuin ibu bayar listrik...hehehe”

Orang tua Ibu Tri berperan dalam mengasuh anaknya. Agar Ibu Tri bisa fokus merawat suaminya, anak Ibu Tri dirawat oleh orang tua Ibu Tri di Yogya. Ketika anaknya berumur 6 tahun, Ibu Tri menyerahkannya untuk diasuh oleh orang tua. Saat itu Ibu Tri merasa sedih dan kangen. Pikirannya juga tidak tenang karena teringat anaknya. Sekarang ia merasa tenang karena anaknya dirawat oleh orang tuanya. Selain itu, anggota keluarga lain juga ikut mengasuh anaknya. Orang tua Ibu Tri juga sangat teliti dan sayang terhadap cucunya.

“waktu awal-awal pisah yah gimana gitu yah rasanya... namanya juga anak... pikirannya ke dia aja gitu... ga tenang juga... ada sedihnya juga... yah, tenang tapi ga tenang kan

harusnya masih diurusin saya... tapi untungya Mbahnya teliti sih... Mbahnya sayang juga...hehehe”

“ga, ga kenapa-napa... saya juga kalo ada duit, juga nengokin... ga papa, udah tenang... soalnya sama mbahnya sendiri... sama orang tua saya... ada bu lek saya juga... masih banyak keluarganya... ada keponakan-keponakan juga...”

Ibu Tri merasa bangga dan puas setelah melahirkan anaknya. Ibu Tri sempat merasa putus asa karena tidak kunjung mempunyai anak setelah bertahun-tahun menikah. Ia putus asa hingga terlintas ingin meninggalkan Pak Joko. Ibu Tri mengira ia tidak akan punya anak karena Pak Joko terlalu banyak mengonsumsi obat. Setelah akhirnya hamil dan melahirkan, Ibu Tri puas karena ia telah menjadi seorang ibu dan memiliki seseorang tempat ia bersandar di hari tuanya. Ibu Tri juga merasa bersyukur telah dikaruniai anak walaupun hanya satu.

“hmm, saya punya anak... saya bangga. Kan saya lama baru punya anak... kosongnya lama gitu... saya Alhamdulillah... kan suami begini, sakit...saya kira kebanyakan obat sampe saya ga bisa punya anak... saya bangga... di kasih satu... Alhamdulillah... yah namanya anak yah, bisa buat payungan saya ntar kalo istilah orang Jawa yah... untuk berteduh kita nanti, jagain... pegangan kita kalo udah tua... dulu sempat putus asa juga, sempet pengen ninggalin karena ga punya-punya anak... tapi banyak yang nasehatin “jangan begitu... ga boleh... Allah belum ngasih...” banyak yang nasehatin, sodara saya... ga papa anak cuma satu... saya juga banyak keponakan... dekat saya sama keponakan...hehehehe”

Ibu Tri merasa puas bisa membelikan anaknya kambing dari uang tabungannya. Sudah lama anaknya minta dibelikan kambing tetapi Ibu Tri belum punya uang untuk memenuhinya. Setelah beberapa lama menabung, ia bisa membelikan kambing untuk anaknya dibantu dengan uang dari ayahnya.

“ga.. bukan... celengan saya aja.. kan tiap hari dikasih duit sama mamanya Mas Joko, 10rb, 20rb... bantuin gitu yah... saya kumpulin, saya celengin... dapet 300rb... saya beliin kambing buat anak saya ...”

“yang kemarin minta dibeliin kambing itu, Mbahnya juga ikut bantuin... hehehe”

Dari analisis di atas, peneliti menyimpulkan Ibu Tri sangat menerima kondisi kesehatan suaminya. Adakalanya dulu ia merasa kecewa karena apa yang dialaminya tidak sesuai dengan harapannya namun Ibu Tri bisa ikhlas menerimanya. Ibu Tri juga merasa lega dan bersyukur karena ia memiliki keluarga yang sangat peduli padanya baik keluarga kandungnya maupun keluarga mertuanya. Keluarga kandung Ibu Tri beranggapan merawat Pak Joko adalah tanggung jawabnya sebagai istri namun mereka juga tidak lepas tangan begitu saja. Mereka juga berperan dalam merawat anak Ibu Tri dan karena inilah Ibu Tri

sangat berterima kasih. Keluarga mertuanya selalu memberikan bantuan kepada Ibu Tri dan Pak Joko dengan memberi uang, membantu memenuhi kebutuhan Pak Joko, dan menyediakan bahan makanan mentah. Ibu Tri juga merasakan kepuasan dan kebanggaan karena bisa melahirkan anaknya. Memang Ibu Tri tidak bisa mengasuh anaknya secara langsung, tapi ia tetap puas karena dari jauh ia pun berjuang untuk anaknya dengan cara mencari uang untuk anaknya. Walaupun jumlah uang yang ditabung tidak banyak, ia masih bisa memenuhi keinginan anaknya.

B. Emosi Positif terhadap Masa Kini

Ibu Tri kadang-kadang merasa kesal jika Pak Joko tidak mau membantu padahal ia sudah memintanya. Hal inilah yang membuat Ibu Tri memarahi Pak Joko. Ibu Tri juga sedih jika skizofrenia Pak Joko kambuh. Ibu Tri sedih jika ia merenungi nasibnya, misalnya kenapa dia memiliki suami yang sakit atau kenapa hidupnya susah. Ibu Tri hanya membagi perasaannya ke keponakannya itu pun tidak selalu. Ibu Tri tidak pernah menceritakan kesedihannya pada mertuanya karena tidak mau menambah kesedihan mertuanya. Ibu Tri lebih senang mengalihkan pikirannya dengan cara melakukan sesuatu.

“iya sih... kadang-kadang saya suka sedih... suka mikir kok saya punya suami begini... nasib saya begini... suka sedih saya... tapi yah di dalam hati aja... simpen aja... ngomel sih ga saya... kadang dia gitu sih, disuruh ga mau... abis bantuin mamanya belanja ke pasar, disuruh ngangkatin apa gitu... kan berat yah... dia ga mau... ya kan sedih juga yah kalo digituin... ga pernah sampe nangis sih... Cuma yah pusing aja gitu... jadi kaya banyak pikiran aja gitu... paling saya cerita ke keponakan yang tinggal disini...hehehe tapi ga pernah cerita ke mertua... kan orang tuanya juga tau yah keadaannya... mamanya juga suka sedih punya anak begitu ...”

“hmm saya tuh kalo lagi sedih... saya mendingan cape kerjaan daripada cape pikiran... saya kalo lagi sedih mendingan kerja deh... kerja apa kek gitu... jadi ilang gitu pikirannya. Ngapain kek... jalan ke pasar, daripada mikirin yang bikin sedih ...”

Ibu Tri merasakan gratifikasi ketika ia menolong orang lain. Pada dasarnya Ibu Tri memang suka menolong orang. Ia merasa adanya kepuasan tersendiri jika ia menolong orang walaupun hal yang dilakukannya tidak seberapa, misalnya membersihkan rumah atau membantu memasak. Oleh karena itulah, jika ada kesempatan untuk menolong orang, ia akan menolongnya. Ibu Tri bahkan tidak keberatan kehilangan pemasukan satu hari karena menolong tetangganya.

“Apa yah neng... saya bingung... hmm, apa yah?? Kalo kayak hobi gitu... saya ga punya neng...hmm, tapi saya suka aja kalo bisa nolong orang... itu mah bukan hobi yah neng? Hmm, ga tau yah... suka aja. Bingung jelasinnya...hehehe yah kalo ada kesempatan buat nolong orang, yaudah saya tolong...hehehe”

“yah, saya berusaha baik aja ma orang lain... kadang-kadang tetangga minta saya untuk bantuin mereka, yah saya bantuin... saya ga buka warung... orang yang ga baik sama saya... saya bantuin aja semuanya... kata ustadzah kan orang yang jahat jangan dibales sama kejahatan... yah kalo sama orang yang ga terlalu baik emang sih ga terlalu dekat, tapi kalo dimintain tolong ya saya kerjain aja... jangan dibales jahat juga...hehe”

Ibu Tri membantu mertuanya berjualan di warung setiap hari. Ia merasa, tanpa harus diminta mertuanya terlebih dahulu, sudah kewajibannya untuk menolong karena mertuanya sudah memberikan banyak bantuan. Pada dasarnya, Ibu Tri berusaha bersikap baik pada semua orang baik orang yang baik padanya maupun orang yang tidak menyukainya.

Ibu Tri merasa lebih bahagia waktu suaminya masih bekerja dan mendapat penghasilan tetap. Sekarang ia merasa lebih tidak bahagia karena suaminya sakit dan memikirkan anak. Kedua hal ini menyebabkan beban pikiran pada Ibu Tri. Ibu Tri menyadari masih banyak orang yang kondisi hidupnya jauh lebih tidak beruntung dibandingkan dirinya. Ibu Tri selalu “melihat ke bawah” dan menyadari ia masih lebih baik dibandingkan mereka. Hal ini membuat Ibu Tri bisa bersyukur atas rezeki yang masih diterimanya sehingga ia merasa lebih bahagia.

“iya... suami sehat, bisa kerja... ada pemasukan... saya bisa urus rumah... hehehe walaupun hidupnya tetap sederhana tapi saya bahagia... lah sekarang suami sakit... banyak pikiran... mikirin anak juga... yah tapi, ada yang masih dibawah saya yah... yang lebih ga bahagia dari saya juga ada yah... saya masih bisa makan tiap hari, masih bisa nyelengin seribu tiap hari, saya Alhamdulillah... Alhamdulillah... udah dikasih rezeki... sehari dagang dikasih rezeki 10ribu, saya Alhamdulillah... saya ditegur tetangga, saya Alhamdulillah... saya istigfar aja lah... tetangga ada yang jelasin ke orang yang baru ngontrak kalo Mas Joko sakit, saya Alhamdulillah...terima kasih... hehehe”

Peneliti menyimpulkan Ibu Tri secara keseluruhan memiliki emosi positif pada masa kini. Jika Ibu Tri merasa sedih atau ada hal yang dipikirkannya, ia dengan cepat bisa mengalihkan pikirannya dengan mengerjakan sesuatu. Ibu Tri, walaupun tidak selalu menceritakan kesedihannya, masih memiliki seseorang yang bisa diajak berbagi, yaitu keponakan yang tinggal di rumahnya. Dengan begitu ia tidak pernah bersedih terlalu lama. Kegiatan sehari-hari Ibu Tri adalah membantu mertuanya berjualan di warung atau membersihkan rumahnya. Walaupun hal yang dilakukannya sederhana, bisa dikatakan setiap hari Ibu Tri menolong seseorang. Oleh karena itu, Ibu Tri merasakan gratifikasi setiap hari. Ibu Tri menyadari bahwa masih banyak orang yang lebih tidak beruntung dari

dirinya sehingga merasa bersyukur atas rezeki yang diterimanya sampai saat ini. Perasaan bersyukur ini membuat Ibu Tri merasa lebih baik dan lebih bahagia.

C. Emosi Positif terhadap Masa Depan

Ibu Tri tidak memiliki harapan atau rencana khusus untuk kehidupannya. Ia hanya ingin membesarkan anaknya, bisa terus berjualan agar mendapat penghasilan, dan merawat Pak Joko hingga akhir.

“Saya pengen gedein anak saya... ngurus anak... udah itu aja, saya mah terima aja... pasrah aja... udah bisa dagang, cari duit sendiri udah Alhamdulillah... pengen bisa dagang aja terus, uangnya kan buat anak juga... hmm kalo bapak... saya mah ngerawat aja... udah sakit begitu, susah disembuhin... saya rawat aja...”

Ibu Tri berharap bisa merawat Pak Joko sampai Pak Joko meninggal. Ibu Tri berharap ia tidak meninggal lebih dulu daripada Pak Joko. Ibu Tri tidak ingin membebankan orang tua Pak Joko karena harus merawatnya. Ibu Tri sadar masalah umur sudah diatur oleh Tuhan oleh karena itu ia memasrahkan semuanya kembali pada Tuhan.

Peneliti menyimpulkan Ibu Tri bukanlah orang yang optimis atau menyimpan harapan besar. Ibu Tri cenderung menerima saja kondisinya saat ini. Ibu Tri hanya akan meneruskan apa yang sudah dijalannya saat ini. Ibu Tri juga tidak mengajak anaknya tinggal bersama; masih membiarkan anaknya tinggal bersama orang tuanya. Ia jadi terlihat sangat pasrah sehingga tidak mau berusaha memperbaiki nasibnya. Oleh karena itu, peneliti menyimpulkan Ibu Tri tidak memiliki emosi positif terhadap masa depannya.

Dari analisis yang telah dilakukan, Ibu Tri merasakan emosi positif terhadap masa lalu dan masa kini. Kekecewaan yang pernah dirasakan Ibu Tri karena kehidupan yang tidak sesuai dengan harapannya tidak dirasakannya lagi karena Ibu Tri menerima kejadian ini sebagai takdirnya. Ibu Tri juga menemukan banyak hal yang bisa ia syukuri di tengah kehidupannya yang sulit. Pada masa kini, Ibu Tri merasakan gratifikasi dari menolong orang lain. Kadang-kadang ia merasa sedih jika memikirkan nasibnya namun hal ini tidak berlangsung lama karena ia menerima *social support* dari lingkungan sekitarnya. Ibu Tri juga tidak pernah membiarkan dirinya larut dalam kesedihan. Meskipun demikian, Ibu Tri tidak memiliki emosi positif terhadap masa depannya. Hal ini dikarenakan sikap Ibu Tri yang terlalu pasrah dalam menjalani hidup sehingga ia tidak memiliki harapan dan rencana untuk masa depannya. Ibu Tri hanya akan menjalankan apa

yang sudah ia jalani selama ini. Ibu Tri berharap ia bisa membesarkan anaknya namun ia juga tidak mengajak anaknya untuk tinggal bersamanya. Kepasrahan Ibu Tri membuat Ibu Tri mudah menerima hal-hal buruk yang terjadi dalam hidupnya.

4.2.2.4. Karakteristik Positif

Dari wawancara yang telah dilakukan, karakteristik positif menonjol yang dimiliki Ibu Tri adalah kebaikan dan kemurahan hati (*kindness and generosity*), mencintai dan bersedia dicintai (*loving and allowing oneself to be loved*), kepahlawanan dan ketegaran (*valor and bravery*), bersyukur (*gratitude*), spiritualitas (*spirituality*), serta pemaafan dan belas kasih (*forgiveness and mercy*). Ibu Tri memperlihatkan kekuatan kebaikan dan kemurahan hati. Ia selalu berusaha memberikan bantuan kepada mertuanya dalam bentuk apapun. Bentuk bantuan yang biasa ia berikan adalah menjaga warung dan membersihkan rumahnya.

“iya dagang... bantuin apa aja...(tersenyum) nyapu... apa aja... bersihin rumah...”

“ibu bantu-bantu aja... bungkusin gula seperempat-seperempat... terigu seperempat-seperempat... gitu aja...hehehe”

Ibu Tri juga selalu berusaha membantu tetangga-tetangganya yang meminta bantuan sekalipun orang yang pernah membuat hatinya tersinggung. Ia tidak pernah memilih-milih mana orang yang akan dia bantu mana yang tidak ia bantu. Hal ini juga memperlihatkan kekuatan pemaafan dan belas kasih. Ibu Tri juga rela jika ia tidak bisa buka warung jika sudah berjanji akan membantu tetangganya.

“yah, saya berusaha baik aja ma orang lain... kadang-kadang tetangga minta saya untuk bantuin mereka, yah saya bantuin... saya ga buka warung... orang yang ga baik sama saya... saya bantuin aja semuanya... kata ustadzah kan orang yang jahat jangan dibales sama kejahatan... yah kalo sama orang yang ga terlalu baik emang sih ga terlalu dekat, tapi kalo dimintain tolong ya saya kerjain aja... jangan dibales jahat juga...”

Ibu Tri sebenarnya sadar ia merepotkan keluarganya maupun keluarga mertuanya. Ibu Tri sebenarnya tidak mau hal ini terjadi karena ia ingin dirinyalah yang bisa membantu keluarganya. Sebisa mungkin Ibu Tri membalas pertolongan keluarganya walaupun mungkin tidak sebanding dengan apa yang sudah ia terima.

“kalo sebisa mungkin mah saya ga mau nyusahin orang tua, mau mertua atau orang tua saya... sebisa mungkin saya yang bantuin mereka... anak saya diurusin mereka aja saya udah bersyukur banget... makanya sebisa mungkin saya yang bantuin...”

Ibu Tri juga tidak pernah marah jika makanan atau rokok yang ia bawa untuk suaminya diambil oleh pasien lain. Ia cenderung memaklumi dan kasihan terhadap

orang sakit. Ia ikhlas jika barang-barang yang dibawa untuk suaminya dinikmati bersama-sama pasien lain.

“Terus saya kesana tiap hari, bawain rokok...kue... apa aja deh buat Mas Joko.. dibawain makanan, bukannya Mas Joko yang makan... malah temennya yang makan...hehehe ... yah maklumin yah orang sakit... kan jarang ada yang besuk, cuma Mas Joko aja yang dibesuk ...”

Ibu Tri juga menampilkan kekuatan mencintai dan bersedia dicintai. Kekuatan ini terpancar dari penerimaan Ibu Tri yang luar biasa atas kondisi kejiwaan suaminya. Sebelum menikah pun, Ibu Tri sudah mengetahui kesehatan jiwa Pak Joko terganggu walaupun belum didiagnosis menderita kelainan jiwa. Ia tetap berteman dan menjalin hubungan baik dengan Pak Joko. Memang Ibu Tri sempat menghindari Pak Joko ketika ia diminta untuk menikah. Ibu Tri menghindari Pak Joko bukan karena benci melainkan karena ia ingin Pak Joko fokus pada pekerjaannya dulu.

“taunya yah dia kerja...umm, kalo malem ga bisa tidur... tapi belum pernah dirawat di rumah sakit tuh... “tidur deh kamu sana...udah malem...” terus dia pulang... udah kayak...pusing gitu he’eh. Umm terus saya urusin bisa kerja tuh dia... saya baik-baikin terus nikah...abis nikah malah jatuh sakit...”

“iya, pernah... hehehe saya ngindar biar dia kerja dulu gitu... kan baru kerja 2 tahun apa sebelum nikah sama saya... biar dia kerja dulu, kumpulin duit dulu... hehehehe siapa tau ntar Mas Joko pikirannya bisa sehat gitu setelah nikah katanya... akhirnya yah emang udah bagian saya, udah jodoh saya begitu...hehehe ...”

Pernah terlintas dalam pikiran Ibu Tri untuk meninggalkan Pak Joko karena ia mengira tidak bisa punya anak. Ibu Tri memilih untuk memeriksakan dirinya ke dokter terlebih dahulu. Ibu Tri tidak ingin meninggalkan Pak Joko karena ia merasa Pak Joko adalah jodohnya. Walaupun Ibu Tri bisa saja memilih untuk berpisah, ia tetap bertahan untuk mendampingi suaminya. Lingkungan sekitarnya pun selalu memberikan dukungan moral kepada Ibu Tri.

“kasian...(senyum) kasian saya... jangankan dia sakit begini yah, orang yang punya suami...hmm cacat... yah kasian... yang lebih parah dari Mas Joko gitu yah... kasian...masa saya mo tinggal...hehe terus udah ada anak juga... emang udah ditakdirkan, udah bagian saya begini...”

Keputusan Ibu Tri untuk menikah dengan Pak Joko juga mencerminkan kekuatan ketegaran dan kepahlawanan. Ibu Tri mempertimbangkan mungkin jika menikah dengannya maka keadaan Pak Joko akan membaik. Ia tidak menyangka keadaan Pak Joko justru semakin parah. Ibu Tri tetap tegar dan setia mendampingi

Pak Joko walaupun ia didiagnosis menderita skizofrenia. Ibu Tri tetap tabah menjalani kehidupan bersama suaminya selama lebih dari 20 tahun.

Kekuatan bersyukur dan spiritualitas juga tampil dalam diri Ibu Tri. Ibu Tri percaya bahwa jodoh adalah takdir yang telah ditentukan oleh Tuhan. Jika bisa memilih tentu tidak ada orang yang ingin mendapat jodoh penderita kelainan jiwa. Ibu Tri bisa menerima Pak Joko apa adanya bahkan sejak mereka belum menikah. Ibu Tri tahu tidak semua orang dikaruniai kesehatan jiwa dan raga. Ibu Tri juga sudah berusaha mengobati suaminya namun suaminya tetap sakit.

“orang kan ga semuanya sehat yah... ada juga yang sakit begitu... ya saya sabar aja... maklum aja lah... Allah lah yang tau, biarin aja... saya udah usaha, ngobatin udah puluhan tahun ... Orang saya kan nemunya juga waktu itu ga begitu sakit... eh malah tambah parah...”

“akhirnya yah emang udah bagian saya, udah jodoh saya begitu...hehehe”

Kehidupan Ibu Tri bisa dikatakan tidak sejahtera. Ibu Tri memiliki suami yang menderita skizofrenia sehingga tidak bisa menjalankan perannya sebagai kepala keluarga. Ibu Tri juga harus membanting tulang dengan berjualan di warung. Bisa dikatakan hidup mereka dapat berjalan juga karena uluran tangan dari orang lain. Walaupun kondisinya demikian, Ibu Tri tetap bersyukur atas apa yang Tuhan berikan kepadanya. Ia bersyukur memiliki keluarga yang selalu membantunya dan tetangga yang mengerti keadaannya. Ibu Tri bersyukur karena baginya keadaan keluarganya masih jauh lebih baik daripada orang lain. Ibu Tri masih bisa menabung walau hanya 1000 setiap hari, masih bisa membeli beras untuk keluarganya, masih diberi rezeki dengan berjualan di warung walaupun tidak banyak yang dihasilkannya dalam sehari.

“iya... suami sehat, bisa kerja... ada pemasukan... saya bisa urus rumah... hehehe walaupun hidupnya tetap sederhana tapi saya bahagia... lah sekarang suami sakit... banyak pikiran... mikirin anak juga... yah tapi, ada yang masih dibawah saya yah... yang lebih ga bahagia dari saya juga ada yah... saya masih bisa makan tiap hari, masih bisa nyelengin seribu tiap hari, saya Alhamdulillah... Alhamdulillah... udah dikasih rezeki... sehari dagang dikasih rezeki 10ribu, saya Alhamdulillah... saya ditegur tetangga, saya Alhamdulillah... saya istigfar aja lah... tetangga ada yang jelasin ke orang yang baru ngontrak kalo Mas Joko sakit, saya Alhamdulillah...terima kasih... hehehe”

“saya bersyukur aja sama apa yang udah dikasih Allah... Alhamdulillah aja... ga banyak ngeluh ...”

Dari analisis yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan karakteristik positif yang menonjol yang ditampilkan Ibu Tri adalah kebaikan dan kemurahan hati (*kindness and generosity*), mencintai dan bersedia dicintai (*loving and*

allowing oneself to be loved), kepahlawanan dan ketegaran (*valor and bravery*), bersyukur (*gratitude*), spiritualitas (*spirituality*), serta pemaafan dan belas kasih (*forgiveness and mercy*). Dari beberapa kekuatan yang muncul dapat disimpulkan keutamaan yang muncul yaitu kemanusiaan dan cinta (*humanity and love*), keberanian (*courage*), transendensi (*transcendence*), dan kesederhanaan (*temperance*).

4.2.2.5. Gambaran Karakteristik Positif terkait dengan Kebahagiaan

Ibu Tri selalu berusaha berbuat baik terhadap orang lain. Dengan berbagi dan menolong orang lain, Ibu Tri merasa ia dapat membalas kebaikan orang lain pada dirinya dan dapat berkontribusi dalam masyarakat. Hal ini terlihat dari keikhlasannya berbagi dengan orang lain walaupun benda yang dibagi tidak seberapa nilainya. Ia juga ikhlas menutup warungnya jika sudah berjanji akan menolong tetangga. Ibu Tri juga tidak berniat membalas perbuatan orang yang pernah menyinggung hatinya. Ibu Tri juga tahu cara membalas budi kepada keluarga suaminya. Ia dengan ikhlas selalu menolong mertuanya mengingat bantuan dan dukungan keluarga suaminya selama ini.

Penerimaan Ibu Tri atas kondisi suaminya membuat pernikahannya langgeng dan ia dapat menjalin hubungan yang sangat baik dengan keluarga suaminya. Sejak awal Ibu Tri sudah mengetahui kondisi suaminya namun ia dengan niat yang baik ingin menolongnya agar sembuh. Ketika kehidupan yang dijalannya tidak berjalan sesuai harapannya, Ibu Tri tetap menerima dan berusaha untuk tidak mengeluh karena ini sudah merupakan takdir dari Tuhan untuknya.

Keyakinannya pada Tuhan juga membuat Ibu Tri dapat menerima takdirnya bahwa ia memiliki suami penderita skizofrenia. Ia tidak menyalahkan Tuhan akan nasibnya dan tetap bertahan dalam pernikahannya. Ibu Tri juga bersyukur atas kehidupan yang Tuhan berikan kepadanya. Ia merasa dirinya masih jauh lebih beruntung walaupun hidupnya tergolong pas-pasan. Ibu Tri juga selalu berusaha “melihat ke bawah” padahal kondisinya sendiri juga tidak bisa dikatakan baik. Ibu Tri bisa merasakan kehidupannya jauh lebih baik karena menyadari ada orang-orang yang lebih memprihatinkan kehidupannya.

Kekuatan-kekuatan ini menimbulkan perasaan berguna pada diri Ibu Tri, memungkinkan Ibu Tri mendapat dukungan sosial dari keluarga dan tetangganya, dapat mempertahankan pernikahannya, dan Ibu Tri dapat menjalani kehidupannya tanpa banyak mengeluh dan tetap merasa hidupnya masih lebih baik dibanding dengan orang lain yang tidak mampu. Hal-hal ini menimbulkan emosi positif pada diri Ibu Tri karena ia menerapkannya setiap hari pada berbagai aspek kehidupannya. Ibu Tri bisa merasakan kebahagiaan karena menampilkan karakteristik positif pada berbagai aspek kehidupannya.

4.2.3. Subjek 3 (Ibu Iin)

4.2.3.1. Hasil Observasi

Selama melakukan wawancara, Ibu Iin menjawab pertanyaan dengan jelas. Ia juga menceritakan pengalaman secara kronologis. Selama wawancara, Ibu Iin jarang sekali melakukan kontak mata dengan peneliti. Ia bercerita dengan mata menerawang atau dipejamkan. Meskipun demikian, Ibu Iin menjawab pertanyaan secara terbuka. Beberapa kali Ibu Iin menangis saat menceritakan masa lalunya.

Ibu Iin terkesan kurang percaya diri dengan kondisi rumahnya karena Ibu Iin sering sekali meminta maaf pada peneliti atas kondisi rumahnya yang tidak terlalu baik. Ibu Iin mendeskripsikan rumahnya dengan kata “rombeng”. Setelah beberapa lama berada di rumahnya, Ibu Iin tidak sungkan mengajak peneliti untuk melihat kondisi rumahnya. Ia memperlihatkan tembok yang rusak karena perilaku Adi. Rumah Ibu Iin sangat sederhana namun memiliki halaman yang luas dan rimbun. Barang yang ada di ruang tamu terdiri dari meja, televisi, dan lemari baju. Wawancara dilakukan sambil lesehan di atas tikar.

Saat wawancara dilakukan, Ibu Iin sedang menjaga cucunya. Keberadaan cucunya membuat wawancara sedikit terganggu. Cucu Ibu Iin berusaha menarik perhatian Ibu Iin dengan beberapa kali meminta uang jajan. Ia juga minta diambikan payung untuk pergi ke warung, minum, dan minta dibukakan bungkus jajannya. Ibu Iin meladeni cucunya dengan sabar. Beberapa kali ia juga meminta cucunya tenang agar wawancara tidak terganggu. Cucu Ibu Iin juga sering keluar masuk rumah sampai akhirnya ia kelelahan dan berbaring di tikar.

Saat wawancara berlangsung, kondisi kesehatan Ibu Iin tidak begitu baik. Ibu Iin menderita pilek dan batuk. Ia juga beberapa kali membaurkan minyak

kayu putih di pelipisnya. Ibu Iin juga memperlihatkan obat yang dikonsumsi Adi dan lembar informasi penelitian yang sedang diikuti Adi. Ibu Iin sempat meminta peneliti untuk menjelaskan maksud penelitian yang diikuti Adi. Peneliti menjawab pertanyaan Ibu Iin secara sederhana dan bersifat umum saja. Sebelum berpamitan, Ibu Iin juga meminta peneliti untuk makan siang di rumahnya namun peneliti harus segera pulang karena hujan sudah mulai turun.

4.2.3.2. Gambaran Umum Caregiver dan Hubungannya dengan Care-receiver

Ibu Iin adalah seorang wanita yang berumur 51 tahun. Ia menghabiskan masa kecilnya di Sukabumi bersama kedua orang tuanya dan keempat adiknya. Kedua orang tua Ibu Iin bekerja sebagai buruh sehingga kehidupan mereka jauh dari kondisi sejahtera. Tidak banyak yang Ibu Iin ingat dari masa kecilnya selain kehidupan mereka yang susah. Ibu Iin dan adik-adiknya pun harus membantu orang tuanya bekerja dan mengurus rumah. Ibu Iin menikah dengan seorang supir angkutan umum dan dikaruniai lima orang anak. Ibu Iin juga menjual bensin eceran untuk mencari uang tambahan. Ibu Iin dan suaminya bekerja keras demi bisa menyekolahkan anak-anaknya sampai lulus SMA. Keempat anak Ibu Iin dapat menyelesaikan pendidikan sampai tingkat SMA kemudian langsung bekerja.

Anak bungsu Ibu Iin, Adi (25 tahun), adalah seorang penderita skizofrenia. Onset skizofrenia Adi terjadi pada tahun 2001 yaitu saat Adi duduk di bangku kelas 2 STM. Sejak kecil, Adi adalah anak yang pendiam, cenderung penakut, lebih suka berada di rumah, dan penurut. Kondisi kesehatan dan akademisnya cukup baik. Walaupun lebih sering berada di rumah, Adi juga memiliki banyak teman di sekolah dan lingkungan rumahnya. Walaupun hubungannya dekat, Adi tidak pernah menceritakan masalah yang dihadapinya pada ibunya. Ketika lulus SMP, Ibu Iin ingin mendaftarkan Adi ke STM yang letaknya tidak terlalu jauh dari rumah namun Adi tidak mau sekolah disana. Adi memilih sekolah di STM yang terletak di Cakung di mana STM ini terkenal sebagai biang tawuran. Hampir setiap hari STM ini tawuran, tanpa mengenal waktu. Karena penakut, Adi cenderung menghindari konflik sehingga ia sering bolos untuk menghindari tawuran. Saat kenaikan kelas 2, Adi dinyatakan tinggal kelas karena terlalu sering bolos sehingga ketinggalan pelajaran. Adi tidak mau mengulang di sekolah yang

sama sehingga Ibu Iin dan suaminya memutuskan untuk memindahkan Adi ke STM yang berada di Sukabumi.

Beberapa bulan sekolah di Sukabumi, saat itu Adi masih duduk di kelas 2 SMA, Adi pulang ke rumah karena ibunya sakit. Malam harinya Adi mengeluh meriang dan kepalanya seperti melayang. Belum sempat Ibu Iin membawanya ke dokter, Adi berteriak dan seolah-olah berusaha melepaskan diri dari cekikan orang. Menurut tetangga-tetangga Ibu Iin, Adi mengalami kerasukan. Ibu Iin membawa Adi ke rumah sakit saat itu juga. Adi dirawat selama 3 minggu dan didiagnosis menderita meningitis namun dokter membatalkan diagnosis ini beberapa hari kemudian.

Selama dirawat, Adi harus diikat karena ia selalu ingin kabur. Karena tidak ada perubahan, Ibu Iin memutuskan agar Adi pulang. Setelah kejadian itu, perilaku Adi menjadi tidak normal. Adi tidak mau berbicara, tidak punya selera makan, dan sering menangis. Ibu Iin membawa Adi ke banyak pengobatan alternatif namun tidak ada yang berhasil. Akhirnya anak-anak Ibu Iin menyarankan Adi dibawa ke RSJ. Setelah diberi obat dari RSJ, Adi memperlihatkan kemajuan di mana ia mau berbicara lagi namun pembicaraannya sulit dimengerti (tidak *nyambung*). Jika kambuh, Adi sangat agresif. Ia bisa menyakiti keluarga dan dirinya namun ia tidak pernah menyakiti orang lain. Adi juga sering berhalusinasi melihat ular dan sering diajak bertengkar oleh orang lain. Kadang-kadang Adi tertawa sendiri karena ada “temannya” yang lucu.

Saat itu, Ibu Iin dan keluarganya berusaha menyembuhkan Adi. Ibu Iin membawa Adi ke banyak pengobatan alternatif di mana biayanya lebih mahal daripada pengobatan medis. Karena tidak ada yang berhasil, Ibu Iin beralih ke pengobatan medis. Adi dibawa ke sejumlah RSJ, yaitu Bogor, Grogol, dan Cimahi. Saat itu, Ibu Iin tidak mengurus keanggotaan Jamkesmas atau Gakin. Ia berhutang ke banyak pihak untuk biaya pengobatan Adi. Menurut Ibu Iin, ia sudah mengeluarkan uang lebih dari seratus juta untuk pengobatan Adi. Karena sudah tidak sanggup membayar, atas saran psikiater RSUD Bekasi, Ibu Iin mengurus keanggotaan Gakin dan memindahkan Adi ke RSCM. Saat ini Adi diikutsertakan ke dalam penelitian obat yang diadakan oleh RSCM. Ibu Iin sangat bersyukur karena penelitian ini bisa meringankan bebannya.

Adi pernah tiga kali dirawat di RSJ Grogol dan ia berhasil kabur dua kali dari sana. Adi pernah kabur dari RSJ dan menghilang selama 40 hari sampai akhirnya ia berhasil pulang. Ibu Iin terus berdoa agar Adi ditemukan dalam kondisi apa pun. Ibu Iin berusaha mencari Adi di sekitar Jakarta dan Bogor namun tidak berhasil. Ibu Iin juga sempat ingin memasukkan Adi ke dalam berita orang hilang yang ditayangkan televisi. Ibu Iin juga mengamati setiap pengemis atau gelandangan yang ia temui di jalan, berharap kemungkinan salah satunya adalah Adi. Disaat Ibu Iin sudah lelah mencari, Adi akhirnya pulang setelah Ibu Iin mendapat pertanda yang sifatnya mistis yaitu kehadiran “seseorang” yang mengatakan Adi baik-baik saja dan akan pulang.

Sampai sekarang ia tidak tahu apa penyebab Adi bisa menderita kelainan jiwa karena ia dan suaminya tidak memiliki keturunan kelainan jiwa. Ibu Iin berpikir mungkin dulu jiwa Adi menolak ketika dipindahkan ke Sukabumi. Karena anak bungsu, Adi tidak mau dipisahkan dari keluarganya namun ia tidak bisa menolak keputusan orang tuanya. Ibu Iin mengetahui bahwa skizofrenia tidak bisa disembuhkan dan penderitanya akan bergantung pada obat seumur hidup. Walaupun begitu, Ibu Iin berharap Adi dapat mandiri dan berfungsi senormal mungkin.

Saat wawancara berlangsung, Ibu Iin baru kehilangan ibunya. Ibu Iin masih menyesali karena ia tidak bisa merawat ibunya di saat terakhir padahal ibunya sudah memintanya ke Sukabumi. Ibu Iin tidak bisa memenuhi keinginan Almarhumah ibunya karena ia memikirkan kondisi Adi. Sehari-hari, hanya Ibu Iin yang merawat Adi. Kakak-kakak Adi sudah berkeluarga dan tinggal di rumah masing-masing sedangkan ayahnya hanya fokus pada pekerjaannya sebagai supir angkutan umum. Ibu Iin juga lebih sering memendam kesedihan atau pikiran-pikirannya. Ia tidak ingin membebankan banyak orang. Ibu Iin juga tidak bisa mengharapkan bantuan dari keluarganya karena kondisi mereka pun juga susah sedangkan keluarga suaminya sibuk masing-masing. Ibu Iin berusaha tidak memikirkan masalahnya karena ia tidak ingin sakit karena beban pikiran. Ia tidak memiliki harapan atau rencana tertentu untuk kehidupannya. Ia hanya ingin menyembuhkan Adi agar dapat mandiri dan memiliki pekerjaan walaupun harus tergantung dengan obat seumur hidup. Ia juga sangat ingin membetulkan

rumahnya dan membuka usaha. Tetapi Ibu Iin tidak bisa mewujudkan keinginannya karena tidak memiliki dana. Ibu Iin juga tidak bisa berharap pada anak-anaknya karena kehidupan mereka pun tidak sejahtera.

4.2.3.3. Kebahagiaan

Berikut adalah analisis mengenai emosi positif terhadap masa lalu, masa kini, dan masa depan:

A. Emosi Positif terhadap Masa Lalu

Ibu Iin tidak terlalu mengingat masa kecilnya selain ia dan adik-adiknya harus membantu orang tuanya bekerja dan membersihkan rumah. Ia merasa sejak kecil hidupnya sudah penuh dengan kegetiran.

“umm yah neng... ibu mah udah lupa waktu kecil gimana... ibu mah orang susah neng... dari kecil juga udah susah hidupnya... ibu bapak ibu jadi buruh... ibu sama adek-adek ibu juga bantuin neng... beresin rumah juga... kerja... ya gitu neng waktu kecil... susah ibu mah...”

Walaupun harus bekerja keras, Ibu Iin puas bisa menyekolahkan anak-anaknya sampai tingkat SMA. Ibu Iin juga bangga empat anaknya sudah menikah dan hidup mandiri. Ia juga bangga anaknya sudah bekerja dan berterima kasih karena mereka bisa membantu biaya pengobatan Adi.

“iya neng... Ibu bapak pengen anak-anak bisa sekolah, lulus. Tapi yah cuma bisa nyekolahin sampe SMA... Alhamdulillah bisa juga sampe SMA... sekarang juga udah pada nikah, pada kerja... abangnya si Adi malah pernah di training sampe korea neng... kerja di pabrik... bisa bantuin Adi berobat... tapi itu dulu neng... sekarang mah ga lagi... udah pada nikah, ga mau bebanin mereka lagi ibu...”

Ibu Iin merasa kecewa waktu Adi tinggal kelas dan tidak bisa menyelesaikan sekolahnya. Di lain sisi, Ibu Iin lega karena Adi termasuk anak baik yang tidak pernah membuat masalah, misalnya kecanduan narkoba. Ibu Iin berusaha mencari tahu bagaimana kehidupan Adi di Sukabumi sebelum ia sakit. Ibu Iin juga merasa lega karena paling tidak skizofrenia Adi bukan disebabkan karena narkoba atau karena Adi mempelajari ilmu hitam sehingga ia tidak perlu malu.

“iya neng... sedih juga yah waktu Adi tinggal kelas... apalagi dia juga ga tamat STM karena sakit ini... tapi ya udah, mo diapain lagi? Ibu ikhlas neng... Alhamdulillah Adi termasuk anak baik neng... pendiam... ga pernah ngelawan... ga narkoba... padahal lingkungan sini banyak yang narkoba...”

“... ibu ga perlu malu... toh anak ibu ini sakitnya bukan karena “dibikin”... bukan karena narkoba atau apalah... hmm ibu ga merasa malu ...”

Pada masa-masa awal skizofrenia Adi, Ibu Iin sering merasa “sendiri”. Ia merasa hanya dia satu-satunya ibu yang mengalami nasib seperti ini, memiliki anak dengan skizofrenia. Ibu Iin merasa hidupnya sangat sial. Setelah ia sering mendatangi RSJ dan melihat banyak orang tua yang senasib dengannya, Ibu Iin merasa lega dan tidak “sendiri” lagi. Ibu Iin merasa mendapat semacam *support group* dari kehadiran orang tua pasien RSJ yang pernah didatanginya.

” dulu awal-awal Adi sakit ibu suka nyesek yah... kirain ibu aja... ibu udah datang ke RSJ yang di Bandung tuh, yang hmm Cimahi yah... udah... Bogor udah... Grogol... ternyata ibu liat banyak juga yang kayak ibu, ibu rasa terobati neng... pikiran ibu, ibu sendiri aja... “Ya Allah, dosa apa saya sampe anaknya sakit begini...”

Ia juga merasa panik sehingga tidak bisa berpikir dengan tenang sehingga mempercayai saja perkataan orang-orang pengobatan alternatif. Ia menyesal dulu tidak langsung membawa Adi ke dokter.

“ibu udah ga pake mikir de, disuruh orang kesana kemari ibu mau aja... ngeluarin duit sekian ratus ribu, sekian juta... ibu keluarin... jadi ibu yang gila, aneh karena panik yah liat anak sakit begini... lebih mahal neng daripada dokter... harusnya mah jelas-jelas aja yah neng... misalnya ya sakit jantung ya datangnya ke dokter jantung... ini malah ibu kaya bodoh gitu... panik neng...”

Dari analisis di atas, peneliti menyimpulkan Ibu Iin merasakan kelegaan karena telah berhasil mengantarkan keempat anaknya hingga bisa mandiri. Ia juga merasa puas sudah bisa menyekolahkan anak-anaknya walaupun hanya sampai tingkat SMA. Ibu Iin merasakan emosi negatif berupa kegetiran karena sejak kecil hidupnya sudah susah. Ia juga merasa kecewa karena tidak secepat mungkin membawa Adi ke dokter. Dari penjelasan di atas, peneliti menyimpulkan Ibu Iin tidak terlalu merasakan emosi positif terhadap masa lalunya terutama masa kecil dan masa-masa awal ketika Adi sakit.

B. Emosi Positif terhadap Masa Kini

Ibu Iin merasa bingung mengapa skizofrenia Adi masih sering kambuh padahal Adi selalu meminum obatnya. Ia merasa khawatir dan sedih jika skizofrenia Adi kambuh. Perilaku Adi yang agresif baik kepada dirinya maupun keluarganya membuat Ibu Iin merasa takut juga.

“perasaan ibu yah... deg-degan neng... lemas juga... takut juga... hehehe kasian juga... padahal obatnya rutin neng... tapi kok yah masih suka kumat gitu... sama dokternya akhirnya dinaikin dosis obatnya... ibu kasih obat aja buru-buru biar dia tidur... ibu mah kalo dia begitu yah ibu baik-baikin aja... ibu sabar-sabarin Adinya... ibu berdoa ke Allah aja neng biar Adinya cepet tenang...”

Ibu Iin sebenarnya sudah merasa tidak kuat untuk menanggung cobaan ini. Ia berdoa kepada Tuhan agar mengakhiri cobaannya. Meskipun demikian, Ibu Iin tetap menerima dan tegar menghadapinya.

“kadang ibu mikir “Ya Allah... kok berat banget... azab apa ini... udah Ya Allah, akhirin aja...” yah ga kuat juga neng ibu... tapi ya itu tadi... udah, enjoy-in aja semuanya... tegar aja...”

“yah ibu sebenarnya sedih yah neng... kadang yah walaupun ibu udah ikhlas, udah nerima banget... dari tahun 2001... yah kadang masih nanya Ya Allah kok begini amat hidup... tapi ya udah terima aja... ibaratnya ni otak udah penuh banget tapi ibu ga mau dibawa pikiran ...”

Walaupun Ibu Iin sudah menerima cobaan hidupnya, ia seringkali masih merasa bersalah karena memindahkan Adi ke Sukabumi. Ibu Iin berpikir mungkin jika waktu itu Adi tidak dipindahkan, ia tidak sakit seperti ini.

“iya sih... ibu sering bilang sama bapak, coba dulu Adi ga dipindahin yah... mungkin ga kaya gini... abis mungkin karena anak bungsu yah... yang ibu tau juga, yang sakit kaya gini kebanyakan anak bungsu... anak-bungsu pengennya lebih kali kasih sayang dari orang tuanya... yah tapi ibu terima, udah takdir neng...”

“ibu juga udah ngoreksi diri ibu sendiri yah mungkin salah ibu Adi jadi begini... karena dulu ga mau dipisahin...”

Ibu Iin juga masih merasa bersalah karena ia tidak bisa memenuhi permintaan ibunya yang terakhir. Ibu Iin tidak sempat merawat ibunya sebelum ia meninggal.

“hmm kemarin juga tuh neng, sebelum ibunya ibu meninggal yang 40 harian ini... ibu tuh ditelpon ibu... disuruh ke Sukabumi, minta diurusin... lah tapi si Adi gimana... mana waktu itu obatnya udah mau abis, ntar kalo abis disana repot kesininya lagi... ibu belum sempet ngurusin ibu neng... ga sempet ketemu... suka keinget ibu... kalo lagi shalat... ibu blom bisa bakti ngurus orang tua... mungkin kalo ibu waktu itu kesana, ibu sempet ketemu neng... eh pas ibu datang, udah dikafanin... kalo ibu lagi inget yah ibu diem aja... udah terjadi... ibu istigfar aja...”

Ibu Iin merasa kehidupannya belum lega karena masih terjerat hutang dengan rentenir. Kondisi kesehatan suaminya akhir-akhir ini juga kurang baik sehingga memengaruhi pendapatan mereka. Ibu Iin merasa seharusnya tugasnya sebagai orang tua sudah selesai karena anak-anaknya sudah mandiri dan berkeluarga. Seharusnya ia sedang menjalani masa tuanya dengan tenang namun hal ini tidak terjadi. Ibu Iin merasa tugasnya sebagai orang tua belum berakhir karena ia masih punya tanggung jawab yaitu Adi.

“yah kalo kaya gini nyesek neng... udah ada anak, hutang masih ada dimana-mana... ibu mah belum lega neng... masih banyak hutang... hidup ibu belum lega... kalo bapak sehat bisa cari uang...”

“... hmm ibu dulu mikirnya selesai ibu nikahin anak-anak, ibu kira udah yah... tugas ibu udah selesai...eh ternyata dapat cobaan dari Allah... Adi sakit... ada lagi yang harus ibu urus... hmm, istilahnya ibu belum dapat enak neng dari anak...”

Ibu Iin mengikuti pengajian di lingkungan rumahnya. Teman-teman pengajian Ibu Iin selalu memberi dukungan moral pada Ibu Iin. Ibu Iin merasa senang jika bertemu teman-temannya di pengajian karena mereka selalu memberinya semangat.

“iya neng, ibu ikut pengajian juga... bareng sama ibu-ibu sini... mereka baik neng sama ibu... mereka kasihan juga kali yah... suka sabar-sabarin ibu, kasih semangat... senang ibu kalo datang ke pengajian...”

Peneliti menyimpulkan Ibu Iin saat ini tidak merasakan emosi positif. Ia cenderung menghukum dirinya karena memindahkan Adi ke Sukabumi. Ia juga masih merasa bersalah karena tidak sempat merawat ibunya menjelang meninggal. Ibu Iin juga merasa tidak lega karena masih terjatuh hutang. Ia juga merasa khawatir dan bingung karena skizofrenia Adi masih sering kambuh walaupun ia minum obat secara teratur. Meskipun Ibu Iin tidak pernah membagi kesedihannya, Ibu Iin merasa terbantu karena kehadiran teman-teman pengajiannya. Pengajian menjadi satu-satunya kegiatan yang ia senangi karena ia bertemu teman-teman yang selalu mendukungnya.

C. Emosi Positif terhadap Masa Depan

Ibu Iin pernah bertemu dengan seorang pasien skizofrenia yang bisa mandiri dan tidak membebani orang lain. Ibu Iin berharap Adi dapat mandiri dan tidak menjadi beban walaupun ia harus bergantung dengan obat-obatan seumur hidup. Ibu Iin merasa cukup optimis jika ia terus merawat Adi dan melatihnya dengan memberikan kegiatan, maka Adi masih bisa mandiri seperti pasien skizofrenia yang ditemuinya.

“ibu pernah neng, ketemu pasien di Cipto cewe... udah sakit 20 tahun, sekarang udah bisa berobat sendiri... katanya dulu dia parah neng... tapi sekarang udah bisa berobat sendiri... ibu pengen Adi juga ntar bisa kayak gitu... ibu mah harapannya gitu neng... Adi bisa mandiri... ga jadi beban orang kalo ibu ga ada... makanya sekarang juga ibu ajarin kerja... dulu juga suka bantuin ibu ngepel... ibu sering bilang ke Adi anak cowo harus bisa kerja juga, ga jadi beban keluarga... terus dia bilang dia pengen ngojek...”

Ibu Iin juga berharap ia dalam kondisi yang sehat agar bisa mengurus Adi. Ibu Iin sebenarnya memiliki banyak rencana, diantaranya membetulkan rumahnya dan membuka usaha. Tetapi Ibu Iin tidak bisa mewujudkan rencana itu karena tidak memiliki dana. Ibu Iin ingin menjadi TKW untuk menambah penghasilan

keluarga namun ia juga tidak bisa mewujudkan keinginannya karena harus mengurus Adi.

“ibu mah pengennya sehat aja neng... biar bisa ngurusin Adi... ibu juga pengen bisa betulin rumah... udah rombeng banget ini... kalo ujan, ini bocor semua neng... tapi yah duitnya ga ada... ibu juga pengen neng buat nambah uang, ibu bisa kerja... ibu pengen neng, kerja di luar negeri... jadi TKW... tapi yah ga mungkin kan si Adi sakit...”

“ibu pengennya dagang neng... modal dari mana... bingung... ga punya tabungan neng... yah kalo punya tabungan ibu mah ga punya hutang neng... duit ibu udah abis...”

Peneliti menyimpulkan Ibu Iin memiliki optimisme bahwa Adi bisa mandiri jika ia terus merawatnya. Berkat adanya program Gakin ataupun penelitian, Ibu Iin tidak mengeluarkan biaya besar untuk perawatan Adi. Di sisi lain, Ibu Iin tidak memiliki harapan dan optimisme terhadap kehidupan keluarganya. Hal ini disebabkan ia tidak berdaya untuk mewujudkannya karena tidak memiliki dana. Oleh karena itu peneliti menyimpulkan Ibu Iin memiliki optimisme terhadap kondisi Adi namun tidak optimis terhadap kehidupannya maupun kehidupan keluarganya.

Dari analisis yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan Ibu Iin kurang memiliki emosi positif pada masa lalu, masa kini, dan masa depannya. Ibu Iin merasakan emosi positif berupa kelegaan atau kepuasan pada hal-hal yang berkaitan dengan pencapaian anak-anaknya. Ibu Iin merasa getir dan kecewa atau menyesal pada kehidupan masa kecil dan saat ia baru merawat Adi. Secara keseluruhan, Ibu Iin tidak merasa lega pada kehidupan yang telah dijalannya. Ia cenderung menyalahkan dirinya sehingga Adi bisa menderita kelainan jiwa. Ia juga masih menyimpan penyesalan karena tidak bisa berbakti pada ibunya sebelum ibunya meninggal. Ibu Iin juga merasa tidak bebas karena hutang yang menjeratnya dan hal-hal yang berkaitan dengan perawatan Adi. Ia juga merasa tidak optimis terhadap kehidupan keluarganya. Ia memiliki harapan dan rencana tapi ia merasa tidak bisa mewujudkannya karena tidak punya dana. Meskipun demikian, ia berharap dan optimis Adi masih bisa mandiri dan menjalankan hidupnya senormal mungkin walaupun seumur hidup akan tergantung dengan obat-obatan.

4.2.3.4. Karakteristik Positif

Ibu Iin memperlihatkan kekuatan spiritualitas (*spirituality*), bersyukur (*gratitude*), serta kepahlawanan dan ketegaran (*valor and bravery*). Ibu Iin rajin melakukan shalat Tahajud dan senantiasa berdoa kepada Tuhan. Jika Ibu Iin sedih atau memiliki beban pikiran, ia akan mengadu kepada Tuhan alih-alih menceritakan kepada orang lain. Ibu Iin juga berdoa agar Adi diberi kesembuhan dan beban hidupnya diringankan.

“ibu yang dulu jarang shalat Tahajud sejak Adi sakit jadi sering Tahajud... tiap shalat ibu doa “Ya Allah, kalo Adi masih ada... kasih tau... tunjukkan jalan pulang ya Allah...” (menangis) akhirnya sebulan setengah dia pulang... Ibu doa ke Allah biar dia inget jalan pulang...”

“ibu mah ngaji, shalat, berdoa aja... ke Allah lagi... jadi ibu ga masukin ke pikiran ...”

Ibu Iin juga memperlihatkan kekuatan bersyukur. Ibu Iin juga merasa bersyukur karena Adi bukanlah anak yang suka mencari masalah. Walaupun pendiam dan tidak pernah bercerita, di mata Ibu Iin Adi adalah seorang anak yang baik. Ibu Iin juga merasa bersyukur ia diberi kemudahan dalam pengobatan Adi berkat adanya program Gakin dan penelitian yang sekarang sedang Adi ikuti. Ia bersyukur masih diberi rezeki oleh Tuhan di tengah cobaan yang tengah menimpanya.

“... Alhamdulillah Adi termasuk anak baik neng... pendiam... ga pernah ngelawan... ga narkoba... padahal lingkungan sini banyak yang narkoba...”

“kalo bangga atau puas mah ga ada yah neng... hidup ibu mah begini... Cuma ibu bersyukur aja sekarang, Alhamdulillah... pengobatannya gratis sekarang... yah Allah ngasih jalan aja gitu... ibu bersyukur aja... Alhamdulillah sekarang ada pertolongan dari Allah... walaupun hidup ibu begini, masih dikasih cobaan, rumah rombeng... tapi ibu masih punya tempat tinggal... Ibu bersyukur aja ma Allah... emang udah takdir ibu begini ...”

Ibu Iin juga merasa bersyukur ia bisa menyekolahkan anak-anaknya sampai SMA dan menikahkan anak-anaknya. Ia merasa bersyukur anak-anaknya sudah bekerja dan bisa membantu biaya pengobatan Adi.

“iya neng... Ibu bapak pengen anak-anak bisa sekolah, lulus. Tapi yah cuma bisa nyekolahkan sampe SMA... Alhamdulillah bisa juga sampe SMA... sekarang juga udah pada nikah, pada kerja... abangnya si Adi malah pernah di training sampe korea neng... bisa bantuin Adi berobat... tapi itu dulu neng... sekarang mah ga lagi... udah pada nikah, ga mau bebanin mereka lagi ibu...”

Selain spiritualitas, Ibu Iin juga memperlihatkan kekuatan kepahlawanan dan ketegaran. Ibu Iin tegar menghadapi cobaan hidup yang diberikan Tuhan

kepadanya. Ia dan Adi sudah mengunjungi banyak tempat untuk berobat. Ibu Iin tidak pernah ditemani keluarganya jika bepergian untuk mengusahakan kesembuhan Adi. Bisa dikatakan dalam merawat Adi sehari-hari, ia tidak dibantu oleh siapa pun. Ibu Iin juga tidak mau terlihat susah di hadapan orang lain, ia berusaha untuk menyelesaikan masalahnya tanpa membebani orang lain. Di tengah cobaan hidupnya, Ibu Iin tetap bertahan dan tidak putus asa.

“ibu *enjoy*-in aja semua ga dibawa ribet... makanya kata orang-orang ibu termasuk orang yang kuat neng... udah dikasih cobaan begini berat, penyakit si Adi tapi masih bisa bertahan...”

“hmm kata orang-orang mah ibu orangnya kuat gitu... tegar... yah ibu ga pernah cerita ke mereka... ibu ke Allah aja neng... hmm, ibu tuh seberat apapun masalahnya ibu usahain ga mo terlihat susah di depan orang neng... ga mau bebanin orang...”

Dari analisis di atas, peneliti menyimpulkan kekuatan Ibu Iin yang menonjol adalah spiritualitas, bersyukur, serta kepahlawanan dan ketegaran. Spiritualitas dan bersyukur merupakan manifestasi dari keutamaan transendensi sedangkan kepahlawanan dan ketegaran merupakan manifestasi dari keutamaan keberanian (*courage*).

4.2.3.5. Gambaran Karakteristik Positif terkait dengan Kebahagiaan

Bagi Ibu Iin, Tuhan merupakan tempatnya mengadu. Ia selalu memohon pada Tuhan agar diberikan kekuatan untuk menjalani kehidupannya. Seringkali Ibu Iin mengadu pada Tuhan bahwa ia sudah tidak kuat menanggung beban hidupnya namun ia bisa meneguhkan dirinya untuk tetap bertahan karena keimanannya. Karena menjadikan Tuhan tempat mengadunya, Ibu Iin juga bisa meredakan perasaan bersalah yang dirasakannya terhadap Adi dan mending ibunya. Hal ini mengurangi emosi negatif yang dirasakannya. Ibu Iin juga bersyukur masih diberi rezeki oleh Tuhan. Walaupun keadaannya tidak baik, ia masih bersyukur masih memiliki tempat tinggal dan pekerjaan seadanya. Di tengah kesulitan hidupnya, Ibu Iin sangat bersyukur untuk kemudahan yang diterimanya untuk pengobatan Adi. Prestasi yang dicapai anak-anaknya dan kewajibannya untuk menyekolahkan anaknya hingga SMA juga dapat terpenuhi. Walaupun secara keseluruhan ia merasa hidupnya tidak bisa dibanggakan, Ibu Iin masih bisa merasakan kebanggaan dan dapat menerima nasibnya.

Selain itu, keinginannya yang kuat agar Adi bisa mandiri menimbulkan ketegaran dalam diri Ibu Iin. Sekarang ini, bisa dikatakan Ibu Iin berusaha sendiri untuk pengobatan Adi. Ia sudah tidak ingin membebani kehidupan anak-anaknya. Ia juga sadar suaminya tidak bisa terlibat dalam mengurus Adi karena harus mencari uang. Hal-hal ini tidak membuatnya berhenti memperjuangkan kesembuhan Adi dan memperbaiki kehidupan keluarganya. Bisa dikatakan, keinginan yang kuat untuk menyembuhkan Adi membuat Ibu Iin masih memiliki optimisme dan tujuan hidup.

Keyakinan bahwa Tuhan membantunya, rezeki yang Tuhan berikan hingga saat ini, dan ketegaran Ibu Iin agar Adi dapat mandiri memungkinkan Ibu Iin dapat bertahan dalam situasi yang penuh cobaan. Ibu Iin tidak menyerah dan tetap menjalani kehidupannya walaupun merasa sangat kesulitan dan merasa kesedihan yang dalam. Ia masih bisa merasakan emosi positif berupa kebanggaan dan masih bisa memiliki tujuan hidup, yaitu menyembuhkan Adi. Ibu Iin bisa merasa kebahagiaan karena menggunakan karakteristik positif dalam kehidupannya.

4.2.4. Subjek 4

4.2.4.1. Hasil Observasi

Ibu Sul adalah orang yang terbuka pada orang lain. Saat wawancara dilakukan merupakan pertemuan pertama peneliti dengan Ibu Sul namun ia tidak ragu menceritakan berbagai permasalahan yang dihadapinya. Saat pembentukan *rapport* Ibu Sul juga ramah. Ia sesekali menanyakan kehidupan sehari-hari peneliti dan menunjukkan ketertarikannya pada penelitian ini. Wawancara dilakukan di restoran yang terletak di dekat tempat kerjanya pada waktu jam makan siang sehingga suasana saat itu cukup ramai. Walaupun masih terhitung jam kerja, pekerjaan Ibu Sul sudah selesai sehingga ia tidak terburu-buru atau cukup nyaman saat wawancara berlangsung.

Selama wawancara, Ibu Sul mempertahankan kontak mata dengan baik. Ibu Sul berbicara dengan suara pelan selama wawancara berlangsung. Hal ini mungkin dikarenakan karena suasana di restoran yang cukup ramai. Ibu Sul juga sering tertawa dan senyum pada saat wawancara berlangsung. Ketika

menceritakan hal-hal yang membuatnya marah, Ibu Sul akan bercerita dengan nada yang tinggi dan ekspresi muka marah atau kecewa. Seringkali Ibu Sul memicingkan mata atau menampilkan ekspresi muka jijik jika membicarakan suaminya. Ibu Sul juga sering menggerakkan tangannya ketika sedang bercerita.

4.2.4.2. Gambaran Umum Caregiver dan Hubungannya dengan Care-receiver

Ibu Sul adalah anak keenam dari sepuluh bersaudara. Ia dilahirkan di Banyumas, 56 tahun yang lalu. Ayah Ibu Sul adalah seorang veteran dan bekerja sebagai pegawai kelurahan di kampungnya sedangkan ibunya adalah seorang ibu rumah tangga. Sebagai seseorang yang mengabdikan untuk kampungnya, Ayah Ibu Sul menerima pemberian sawah dari aparat setempat. Keluarga Ibu Sul hidup sederhana dan berkecukupan.

Pendidikan terakhir Ibu Sul adalah SMP. Setelah lulus SMP, Ibu Sul merantau ke Jakarta dan tinggal di rumah kakaknya yang sudah menikah. Ibu Sul berusaha mencari kerja di Jakarta. Ia pernah bekerja sebagai buruh pabrik selama setahun. Karena memiliki kemampuan mengetik dan administrasi kepegawaian, Ibu Sul diterima bekerja di Kesdam dan diangkat sebagai PNS. Setelah mandiri, ia pindah dari rumah kakaknya dan mengontrak rumah kecil tak jauh dari tempat tinggal kakaknya sampai akhirnya ia menikah. Sejak pensiun, Ibu Sul tetap bekerja di tempat yang sama namun statusnya adalah pegawai kontrak.

Ibu Sul bertemu dengan suaminya di bis AKAP ketika mereka sama-sama ingin pulang kampung. Tak lama setelah pertemuan itu mereka menikah dan tinggal di Jakarta. Ibu Sul dikaruniai tiga orang anak. Selama 25 tahun, pernikahan Ibu Sul berjalan dengan rukun. Pada tahun 2003, menginjak tahun ke-26 pernikahan mereka, Ibu Sul mendapati suaminya berselingkuh. Ibu Sul menuntut suaminya untuk menceraikan dirinya jika ingin bersama perempuan lain namun suami Ibu Sul tidak akan menceraikannya. Sejak kejadian ini, suami Ibu Sul pergi dari rumah dan meninggalkan Ibu Sul serta ketiga anaknya tanpa kabar. Ibu Sul pernah mencoba untuk mengurus surat perceraian setelah kepergian suaminya namun akhirnya ia mengurungkan niatnya untuk bercerai karena merasa malu jika bercerai dan biaya perceraian yang dirasanya mahal.

Setelah suaminya pergi, Ibu Sul terpaksa menghentikan kuliah anaknya yang bernama Harry karena tidak sanggup membiayainya seorang diri. Harry adalah anak keduanya yang pada saat itu baru duduk di semester 3 universitas swasta. Harry pun berusaha selama bertahun-tahun untuk mencari pekerjaan tetapi tidak ada yang mau menerimanya. Perangai Harry yang periang lambat laun berubah menjadi pendiam, sering bicara sendiri, dan tidak mau makan-minum. Harry juga sering mengadu pada ibunya bahwa tetangganya sering mengatainya.

Karena perubahan perilaku anaknya, Ibu Sul membawanya berobat ke beberapa ustadz namun tidak ada yang berhasil. Setelah berbulan-bulan tidak mau makan dan minum, tubuh Harry menjadi sangat kurus. Karena khawatir, Ibu Sul akhirnya membawa Harry ke rumah sakit untuk diopname selama sebulan. Harry didiagnosis menderita skizofrenia dan TBC. Karena kedua anaknya harus bekerja, Ibu Sul menjaga Harry sendirian di rumah sakit yang sama dengan tempat Ibu Sul bekerja. Selama sebulan dirawat di rumah sakit, Harry sempat melakukan beberapa kali usaha untuk melarikan diri sampai akhirnya ia harus diikat. Ibu Sul mengatakan pada dasarnya Harry adalah anak yang penurut dan alim. Jika ia dinasihati agar tidak kabur, ia menurutinya dan kembali ke kamarnya. Harry juga tidak pernah meninggalkan shalat lima waktu bahkan disaat kondisinya sangat parah.

Ketika Harry dirawat, rumah Ibu Sul pun terkena banjir. Ibu Sul hanya bisa pasrah dan membiarkan anak-anaknya menjaga rumah. Ibu Sul cukup mengalami kerugian karena rumah dan barang-barang yang rusak akibat banjir. Setelah sebulan dirawat akhirnya Harry dibolehkan keluar namun harus tetap melakukan *check-up* teratur untuk mengontrol skizofrenia dan menyembuhkan TBC-nya. Sekarang Harry sudah dinyatakan sembuh dari TBC. Kesehatan jiwa Harry pun sudah membaik. Ibu Sul mengakui Harry tidak bisa kembali seperti dulu sebelum dirinya sakit. Harry menjadi pendiam, sulit memahami pembicaraan orang, dan orang lain pun sulit untuk memahami Harry. Ibu Sul berkata intelegensi Harry menurun sejak ia sakit namun sekarang Harry berusaha mencari pekerjaan lagi.

Ibu Sul berusaha memasukkan Harry bekerja di tempat yang sama dengannya namun permohonan Ibu Sul belum terpenuhi. Ibu Sul merasa agak

kecewa dengan sistem di rumah sakit tempatnya bekerja sejak adanya pergantian pemimpin. Ibu Sul berharap Harry bisa mendapat pekerjaan agar Harry memiliki kegiatan dan tidak sakit lagi. Di lain sisi, Ibu Sul juga merasa bingung karena peran single parent yang dijalannya. Ibu Sul juga merasa tidak tenang karena anak pertamanya belum memiliki pekerjaan tetap dan belum menikah. Ibu Sul berencana untuk menguliahkan anak bungsunya tahun depan. Ia juga berniat tidak memperpanjang kontraknya di rumah sakit. Ia ingin membuka usaha namun belum terpikir dalam bentuk apa. Ibu Sul ingin fokus mengurus anak-anaknya terutama Harry dan melihat anak-anaknya menikah.

4.2.4.3. Kebahagiaan

Berikut adalah analisis mengenai emosi positif terhadap masa lalu, masa kini, dan masa depan:

A. Emosi Positif terhadap Masa Lalu

Ibu Sul merasa cukup puas dengan masa kecilnya karena mereka sekeluarga hidup berkecukupan walaupun sederhana. Ia juga merasa lega karena memiliki hubungan yang dekat dengan saudara-saudaranya. Ibu Sul berterima kasih saudara-saudaranya menunjukkan kepedulian disaat ia sedang kesusahan.

“bapak saya kerja jadi pegawai di kelurahan... dulu dia juga pejuang... jadi ya itungannya masih veteran yah... (senyum) yah walau gaji kerja dikelurahan ga banyak, tapi cukup... Alhamdulillah ada pensiunan veteran juga untuk nambahin... dulu juga dikasih sawah... Alhamdulillah... ntar yang ngerjain sawahnya ya orang lain ...”

“ohh iya Alhamdulillah... yah sekedarnya aja... jenguk gitu, kadang dikasih uang juga... 100, 200... tapi ga selalu... Alhamdulillah mereka juga peduli sama saya, sama Harry...(tersenyum) yah namanya sodara yah... dekat... saling bantu...”

Ibu Sul juga merasakan kebanggaan dan kepuasan karena dirinya bisa mempunyai pekerjaan dan diangkat sebagai PNS walaupun pendidikan terakhirnya hanya sampai SMP. Ibu Sul merasa lega ia masih bisa memenuhi kebutuhan anak-anaknya terutama sejak ia menjadi orang tua tunggal.

“jaman dulu SMP udah bisa jadi pegawai...hehehe ... saya juga udah kursus ngetik sejak masih sekolah untuk bekal kalo mau ngelamar kerja... kursus kepegawaian administrasi juga... apa yah... umm, semacam kerjaan sekretaris gitu lah nak kalo jaman sekarang...hehe saya pernah juga kerja di pabrik ajinomoto... kerja pabrik pernah juga saya, jadi buruh... sambil nunggu masuk Kesdam sini...hehe yang seangkatan sama saya dulu ya rata-rata lulusan SMP... yang lulusan sekolah tinggi itu masih bisa diitung pake jari...hehe kalau sekarang kan minimal harus D3 yah...hehe

“ya itulah, Alhamdulillah saya punya penghasilan sendiri... siapa yang tahu suami saya selingkuh... biar dikata kerja di negeri, jadi “kuli” yah istilahnya... kerja banyak tapi gaji dikit... tapi ya bersyukur saya...”

Sebelum anaknya sakit, Ibu Sul mendapati suaminya berselingkuh. Ibu Sul sangat kecewa dan marah karena perilaku suaminya. Kekecewaan Ibu Sul bertambah karena suaminya pergi begitu saja tanpa kabar dan tidak mau menceraikannya. Ia juga merasa kasihan dan bersalah pada anak-anaknya karena tidak mampu mempertahankan pernikahannya. Ibu Sul juga merasa malu jika mengurus perceraian di umur yang sudah setengah baya. Di lain sisi, ia merasa kelegaan karena saudara-saudaranya, anak-anak, dan teman-teman selalu memberikan dukungan moral ketika rumah tangganya berantakan.

“... Saya mau urus cerai kok yah malu gitu... udah setua ini cerai... nanya-nanya juga sih ke pengadilan... eh musti bayar 3 juta... waduh! Mendingan itu buat makan saya sama anak-anak aja...hahaha ...”

“ya saya walaupun udah curiga awalnya, ya kaget juga yah... kayak disambar petir gitu. Stress juga saya mikirannya... kasian anak-anak... malu juga... tapi untungya teman-teman, sodara-sodara saya pada bilang udah lupain aja, buat apa orang kayak gitu dipikirin! Sodara-sodara dia juga bilang gitu ke saya... dia kan menghilang juga dari keluarganya... ya benar juga kata-kata mereka! ...”

Sejak suaminya pergi, Ibu Sul terpaksa menghentikan kuliah Harry yang baru akan menginjak semester 3. Ibu Sul merasa bersalah karena mengorbankan pendidikan anaknya namun ia tidak mampu membayar uang kuliah Harry jika hanya mengandalkan gajinya.

“... udah gitu suami saya kan main perempuan gitu yah itu waktu Harry mo naik semester 3... jadi ninggalin kita gitu... terus anak saya ga bisa lanjut kuliahnya, soalnya kalo saya yg bayar sendiri ya ga mampu juga... jadi ya udah ga bisa lanjutin... sedih saya karena harus ngorbanin kuliahnya. nah mungkin dia kecewa kali yah, yg namanya lagi senang-senangnya kuliah karena baru gitu kan... jadi dia nganggur di rumah ...”

Harry pun berusaha mencari kerja selama bertahun-tahun tetapi tidak ada yang menerimanya. Kepribadian Harry kemudian berubah dari anak yang periang menjadi pendiam. Ibu Sul merasa khawatir dan sedih karena perubahan anaknya ini. Ibu Sul semakin khawatir dan bingung ketika Harry mulai sering bicara sendiri dan menolak makan dan minum.

“... nah trus di rumah lama-lama dia kayak orang stress gitu... udah saya bilang juga jangan dirumah mulu... dia juga udah sering sih ngelamar kerja, tapi ga ada yang keterima... jadi di rumah aja dia. Terus dia berubah... jadi pendiam. Tadinya dia periang, hobinya main bola... periang anaknya. Lama-lama dia kayak orang stress gitu... umm, lama-lama ngomong sendiri gitu yah... kayak orang kerasukan gitu kali yah...hehehe lah aku kan jadi bingung juga... sering bilang tetangga sering ngata-ngatain dia gitu... wah ini ada yang ga beres ini pikirku kan ...”

Karena merasa khawatir, Ibu Sul membawa Harry berobat ke berbagai ustadz namun tidak ada yang berhasil. Ibu Sul semakin sedih dan khawatir di mana puncak kekhawatiran Ibu Sul terjadi ketika Harry diopname. Selain merasa khawatir, Ibu Sul juga merasa kelelahan karena harus menjaga Harry di rumah sakit. Praktis Ibu Sul berada 24 jam sehari di rumah sakit karena Harry dirawat di rumah sakit tempatnya bekerja. Kekhawatiran Ibu Sul menjadi-jadi karena usaha kabur yang beberapa kali Harry lakukan dan diagnosis TBC yang diidap Harry. Beban pikiran Ibu Sul juga bertambah karena pada saat yang sama rumahnya kebanjiran. Setiap melihat Harry, Ibu Sul hanya bisa menangis karena tidak tahan menahan kesedihannya.

“... oh, mana waktu rumah saya juga kena banjir! Dibawah lutut itu... Ya ampun, pas banget... tapi saya ga peduli lagi lah ma rumah... barang-barang abis itu, kerendam... barang-barang udah rusak.. pokoknya saya urusin Harry aja... untung dibantuin teman-teman anak saya beresin rumah...”

“... saya udah nangis aja kalo liat dia... Sebulan itu dirawatnya... teman-temannya datang juga bilangin juga... makan ayo yang nurut sama dokter... ga mau juga dia... terus mungkin karena ga makan minum, jadi gampang sakit... terus paru-parunya sakit... TB gitu... padahal dulu-dulu dia sehat ...”

Di lain sisi, Ibu Sul juga merasa lega dan bangga karena Harry tidak pernah meninggalkan shalat bahkan disaat ia sakit dan dirawat. Dalam kondisi seperti itu, Harry juga masih patuh jika dinasihati Ibu Sul kecuali jika ia dinasihati atau dibujuk untuk makan dan minum.

“Alhamdulillah nurut sih dia dibawa kemana-mana... tapi dia shalat ga pernah putus! Sakit-sakit gitu shalat-nya jalan...”

Ibu Sul juga merasa lega dan tertolong karena bantuan-bantuan yang ia dapat selama Harry sakit. Teman-teman Harry yang menjenguknya, teman-teman anaknya yang membantunya membereskan rumah akibat banjir, bantuan dari pihak rumah sakit untuk pengobatan Harry, dan saudara-saudaranya yang menunjukkan kepeduliannya.

“... umm tapi Alhamdulillah saya juga dapat bantuan dari rumah sakit, paling ga untuk obat-obatan ya diperingan sama rumah sakit... jadi ya Alhamdulillah banget ...”

“ohh iya Alhamdulillah... yah sekedarnya aja... jenguk gitu, kadang dikasih uang juga... 100, 200... tapi ga selalu... Alhamdulillah mereka juga peduli sama saya, sama Harry...(tersenyum) yah namanya sodara yah... dekat... saling bantu...”

Dari penjelasan di atas, peneliti menyimpulkan Ibu Sul memiliki emosi positif berupa kelegaan dan kebanggaan. Memang Ibu Sul pernah mengalami

kekecewaan yang mendalam karena perselingkuhan suaminya. Ibu Sul juga mengalami kesedihan karena anaknya sakit. Meskipun demikian, Ibu Sul menemukan banyak hal lain yang bisa disyukurinya. Ia memiliki orang-orang yang memberikan dukungan moral padanya dan pekerjaan yang disukainya. Ia juga mendapat bantuan dari rumah sakit yang meringankan bebannya.

B. Emosi Positif terhadap Masa Kini

Ibu Sul merasa hingga sekarang masih merasa marah dan benci pada suaminya. Ia menilai suaminya sebagai orang yang tidak bertanggung jawab. Ia tidak menganggap pernikahannya masih ada walaupun menurut hukum negara ia masih berstatus istri. Ibu Sul tetap menjalani hidupnya seperti biasa seolah-olah dia sudah menerima padahal ia masih masih tidak ikhlas karena statusnya “digantung” seperti ini.

“saya mah sekarang status aja ma dia.. emang kalo status masih nikah yah... tapi dari sayanya sendiri udah ga nganggap dia lagi! Dalam hati saya udah ga ngakuin suami! Bahkan kalo diangajak rujuk saya juga ga mau! Suami apa itu, udah ninggalin bertahun-tahun... udah benci saya! Saya sebetulnya ga rela diginiin... itulah, bingung juga saya... kalo bukan saya yang ngurus perceraian, selamanya saya ga akan dicerai... tapi ya itu, malu juga saya kalo cerai... dan harus bayar 3 juta. Mending buat makan saya sama anak-anak...hahaha udahlah biarin aja jadinya...”

” ya udah... terima aja... ga bisa diapa-apain juga... tapi saya ga rela sebenarnya di gantungin gini sama suami... tapi ya udah jalanin aja.”

Ibu Sul juga merasa tidak tenang karena anak-anaknya belum memiliki pekerjaan tetap. Beban pikiran Ibu Sul bertambah karena anak sulungnya (perempuan) belum menikah dan Harry sakit serta tidak juga mendapat pekerjaan.

“yah anak-anak saya kan juga masih kontrak-kontrak gitu yah sistemnya, jadi yah seadanya aja... kalo lagi ada ya mereka bantuin juga... belum ada yang diangkat jadi pegawai tetap. Jadi kalo kontraknya abis dan ga diperpanjang ya mereka pindah ke tempat baru...”

“harusnya saya udah pensiun... mana anak-anak belum ada yang nikah... yang satu sakit...”

Di satu sisi, Ibu Sul bersyukur karena ada saja perusahaan yang menerima anak-anaknya bekerja (anak pertama dan anak kedua). Ibu Sul juga merasa bersyukur karena kondisi Harry yang sudah membaik dan terkendali.

“Alhamdulillah ada aja sih yang mau nerima walaupun pindah-pindah...”

“oh udah ga... Alhamdulillah... udah jauh lebih baik dia... Alhamdulillah... udah ga ngomong sendiri lagi, udah mau makan... hmm paling itu, dia sering meludah-ludah gitu... nah itu ga ilang tuh. tapi ya masih minum obat, ga boleh berhenti obatnya... Alhamdulillah udah sangat membaik keadaannya...”

Ia juga bersyukur karena sampai sekarang masih memiliki pekerjaan sehingga bisa memenuhi kebutuhan dirinya dan anak-anaknya.

“yah... Alhamdulillah saya kerja nak... bisa juga menuhin kebutuhin anak-anak... diri sendiri... yah sandang, pangan... bisa Alhamdulillah... Alhamdulillah punya pemasukan sendiri juga ...”

Sejak pergantian atasan di kantornya, Ibu Sul menjadi kecewa dengan atasan di kantornya karena membuat peraturan baru. Ibu Sul merasa dipersulit karena peraturan baru tersebut. Ibu Sul juga merasa atasannya tidak memberi anaknya kesempatan untuk mencoba bekerja disana.

“iya, sekarang... umm, saya pengen udahin kontrak sih tahun depan... abis setiap tahun harus diperpanjang... mbok yah kalo udah dibolehin honorer tuh yah ga usah tiap tahun perpanjang... saya malas jadinya kalo gitu... kayaknya mo diudahin aja tahun depan kontraknya...”

“kemarin udah saya masukin lamarannya... terus sejak pimpinan ganti, jadi susah kalau mo masukin orang... yang keluarga gitu... dulu waktu pemimpin yang lama, gampang... baik... dia mau bantu... dulu saya masukin keponakan saya, bisa... eh ini malah masukin anak, susah banget... padahal dokter-dokternya udah dukung juga buat masukin lamaran... ga papa ini Harry bisa kerja kok kata dokter-dokternya... yah jadi dia nganggur gitu...”

Sejak kecil Ibu Sul sangat suka berolah raga dan menyanyi. Setiap hari jumat diadakan kegiatan olah raga di kantor Ibu Sul. Ibu Sul sangat menantikan hari jumat karena dia bisa berolah raga. Sedangkan hobinya menyanyi bisa dilakukan kapan saja dan dimana saja.

“saya suka olahraga...hehe nyanyi-nyanyi juga saya suka...hehehe suka saya... udah dari kecil saya suka... kalo disini kan setiap Jumat ada olah raga, nah itu hari favorit saya... hehe bisa olah raga soalnya. Kalo nyanyi sih ya kapan aja bisa yah...hehehe di kamar mandi juga bisa...hehehe”

Ibu Sul juga menyukai pekerjaannya oleh karena itulah ia tetap bekerja walaupun sudah pensiun. Menggeluti pekerjaan ini juga merupakan wujud syukur Ibu Sul karena ini adalah pekerjaan pertamanya sebagai PNS. Selain untuk mencari uang, Ibu Sul memang mencintai pekerjaannya.

“Hmm... ya tiap hari kerja senin sampai jumat... senang juga saya... saya suka pekerjaan saya... makanya saya masih pengen kerja walaupun udah pensiun... ya selain karena untuk cari uang tapi saya memang suka... hehehe ini pekerjaan pertama saya jadi PNS makanya saya syukuri dan terus dikerjain...hehehe”

Saat ini Ibu Sul cukup bahagia dengan kehidupannya. Kemarahan dan kebenciannya terhadap suami tertutup karena kehadiran anak-anaknya. Ibu Sul benar-benar mencurahkan waktu dan tenaga untuk anak-anaknya. Ibu Sul merasa

hubungannya dengan anak-anak semakin dekat dan ia sangat bersyukur karena hal ini. Berkat anak-anaklah Ibu Sul masih merasakan kebahagiaan.

“ya dulu waktu dia ga selingkuh, anak-anak sehat saya senang... kalau sekarang yah udah sendiri, anak-anak yang buat saya senang... ada mereka...(tersenyum) cerita sama mereka, mereka juga cerita ke saya ...”

Peneliti menyimpulkan saat ini Ibu Sul merasakan emosi positif. Ia merasakan gratifikasi dari pekerjaannya dan kegiatan berolah raga serta menyanyi. Ibu Sul juga merasa terhibur karena kedekatannya dengan anak-anaknya. Rasa marah dan benci Ibu Sul terhadap suaminya dan kekecewaannya pada atasannya seakan tertutupi karena kehadiran anak-anaknya dan pekerjaan yang ia cintai.

C. Emosi Positif terhadap Masa Depan

Ibu Sul hanya bisa menguliahkan anak bungsunya di kampus yang biayanya murah. Meskipun demikian, Ibu Sul merasa optimis ia mampu menguliahkan anak bungsunya sampai selesai.

“kalo anak yang bungsu kerja juga sekarang... dia pengen kuliah sih udah merengek-rengk kuliah... di tempat yang murah juga ga papa... iya, saya mau kuliahin dia... ini juga udah nabung... tapi ya sanggupnya di tempat yang murah aja... tapi saya bisa insya Allah...”

Setelah kontraknya selesai, Ibu Sul ingin membuka suatu usaha walaupun belum tahu bentuk usahanya seperti apa. Ia yakin tabungan dan uang pensiunnya bisa digunakan untuk menguliahkan anaknya dan membuka usaha. Jika terpaksa, Ibu Sul bisa meminjam uang ke bank karena ia yakin pensiunan akan lebih dimudahkan jika meminjam uang. Dengan uang yang terkumpul nantinya, ia yakin bisa membuka suatu usaha.

“ya mau usaha juga, tapi belum kepikiran apa...hehee Alhamdulillah ada tabungan sedikit... yah, gimana cara biar uangnya bisa diputar lah... ada uang pensiun juga... bisa minjam bank juga kalo butuh... pensiunan malah kalo minjam ke bank bisa lebih mudah... 10juta, 20juta insyaAllah dapat...”

Ibu Sul juga optimis Harry bisa diterima bekerja disuatu tempat. Walaupun selama bertahun-tahun ini lamaran pekerjaan Harry tidak pernah mendapat tanggapan, Ibu Sul tidak putus asa dan terus membantu Harry mencari pekerjaan. Ibu Sul tetap mengusahakan yang terbaik untuk Harry.

“Alhamdulillah udah membaik gitu yah... ya selama masih harus minum obat, ya minum obat aja... saya terus usahain biar dia sembuh, biar bisa keterima kerja... ya nerima aja sih...”

“... terus ya cari kerja buat Harry, ngurus Harry... saya pengen dia kerja, dapet duit... ntar keburu tua... ya kan dia cowo yah... tapi cari kerja hari gini juga susah yah... ya udah mulai ngelamar kerja lagi dia sejak kondisinya membaik ini... sampe pernah ditipu orang juga. Ngelamar tapi perusahaan yang dia datangin itu malah minta duit... itu kan ga bener yah kalo udah begitu? Ya maksud saya kenapa saya pengen masukin dia kesini (rumah sakit -pen) ya saya pengen aja dia punya kerjaan gitu yah...ada kegiatan lah...mungkin dia stress karena itu yah... bergaul sama orang lain...berharap dia bisa jadi PNS sih...ya kan kalo jadi PNS ada tunjangan pensiunnya yah, biar tenang... maksud saya begitu sebenarnya...”

Peneliti menyimpulkan Ibu Sul memiliki harapan dan optimisme terhadap masa depannya dan anak-anaknya. Ia tidak putus asa membantu Harry mencari pekerjaan walaupun tidak pernah mendapat tanggapan dari perusahaan manapun. Ibu Sul juga yakin ia mampu menguliahkan anak bungsunya dan membuka usaha. Ibu Sul sudah memikirkan langkah-langkah apa yang bisa ia ambil untuk mewujudkan rencananya.

Dari analisis yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan Ibu Sul memiliki emosi positif pada masa lalu, masa kini, dan masa depan. Ibu Sul memiliki pengalaman hidup yang pahit karena suaminya berselingkuh. Ibu Sul juga harus berjuang menjadi orang tua untuk ketiga anaknya. Di saat yang bersamaan, anak keduanya yaitu Harry dinyatakan menderita skizofrenia dan TBC. Ibu Sul mampu menemukan banyak hal yang bisa ia syukuri di masa lalu dan saat ini. Ia memiliki orang-orang yang selalu mendukungnya, hubungan yang dekat dengan anak-anaknya, dan pekerjaan yang dicintainya. Harry juga menunjukkan kemajuan pada kesehatannya. Ibu Sul juga memiliki optimisme dan keyakinan ia mampu mewujudkan rencananya.

4.2.4.4. Karakteristik Positif

Ibu Sul menampilkan kekuatan, bersyukur (*gratitude*), spiritualitas (*spirituality*), harapan atau optimisme (*hope/optimism*), dan rajin atau ulet (*perseverance*). Ibu Sul merasa bersyukur karena kesehatan Harry sudah membaik. Ia juga merasa bersyukur bisa memiliki pekerjaan dan penghasilan sendiri sehingga bisa memenuhi kebutuhan dasar ia dan anak-anaknya.

“oh udah ga... Alhamdulillah... udah jauh lebih baik dia... Alhamdulillah... udah ga ngomong sendiri lagi, udah mau makan... hmm paling itu, dia sering meludah-ludah gitu... nah itu ga ilang tuh. tapi ya masih minum obat, ga boleh berhenti obatnya... Alhamdulillah udah sangat membaik keadaannya...”

“Alhamdulillah saya punya penghasilan sendiri... siapa yang tahu suami saya selingkuh... biar dikata kerja di negeri, jadi “kuli” yah istilahnya... kerja banyak tapi gaji dikit... tapi ya bersyukur saya...”

Ia juga merasa bersyukur karena anak-anaknya tumbuh menjadi anak baik-baik yang tidak pernah membuat masalah. Dari ketiga anaknya, Harry adalah anak Ibu Sul yang paling alim. Ibu Sul merasa bersyukur Harry tidak pernah melewatkan shalat lima waktu.

“... trus saya sama anak-anak juga yah biasa aja... selama mereka ga bikin masalah, ga badung... saya ga marah lah... selama yang dilakuin ga bikin masalah saya ga ngelarang... Alhamdulillah semuanya anak baik-baik... Harry itu malah termasuk alim... dia walopun lagi sakit-sakitnya waktu itu, shalatnya ga pernah ketinggalan... udah diikat pun dia, kalau waktu shalat minta shalat... yah Alhamdulillah... dia doang tuh anak saya yang kayak gitu... hehe ya memang saya ajarin, shalat 5 waktu jangan lupa... tapi kalo sodara2nya yg lain masih suka bolong tuh.. dia yang ga... hehe”

Ibu Sul juga merasa bersyukur karena ia mendapat banyak kemudahan dan pertolongan untuk perawatan Harry. Ibu Sul mendapat keringanan dari rumah sakit untuk obat-obatan Harry. Saudara-saudara dan anak-anaknya pun turut membantu meringankan biaya pengobatan Harry walaupun hanya bisa member sekedarnya.

“umm tapi Alhamdulillah saya juga dapat bantuan dari rumah sakit, paling ga untuk obat-obatan ya diperingan sama rumah sakit... jadi ya Alhamdulillah banget...”

“oh iya Alhamdulillah... yah sekedarnya aja... jenguk gitu, kadang dikasih uang juga... 100, 200... tapi ga selalu... Alhamdulillah mereka juga peduli sama saya, sama Harry...(tersenyum) yah namanya sodara yah... dekat... saling bantu...”

Ibu Sul juga memperlihatkan kekuatan spiritualitas. Ia mengajarkan anak-anaknya untuk shalat lima waktu. Ibu Sul juga berkomunikasi dengan Tuhan untuk menenangkan dirinya dan memohon perlindungan untuk anak-anaknya.

“... ya saya berdoa juga, shalat berdoa... ngaji juga... berdoa macam-macam... buat anak-anak... buat saya sendiri... gitu aja sih...”

” ya saya kadang khawatir juga yah kalo dia pergi-pergi sendiri gitu... takut ada apa-apa di jalan... tapi ya udah, berdoa aja ga ada...”

“ya memang saya ajarin, shalat 5 waktu jangan lupa... tapi kalo sodara2nya yg lain masih suka bolong tuh.. dia yang ga... hehe”

Ibu Sul juga memiliki optimis rencananya beberapa tahun lagi bisa terlaksana. Ia optimis bisa menguliahkan anak bungsunya. Ibu Sul juga ingin memulai usaha jika ia sudah tidak memperpanjang kontrak kerjanya. Ibu Sul belum tahu akan membuka usaha apa namun ia cukup yakin tabungan dan pensiunnya bisa memenuhi keinginannya.

“kalo anak yang bungsu kerja juga sekarang... dia pengen kuliah sih udah merengek-rengk kuliah... di tempat yang murah juga ga papa... iya, saya mau kuliahin dia... ini juga udah nabung... tapi ya sanggupnya di tempat yang murah aja... tapi saya bisa insya Allah...”

“ya mau usaha juga, tapi belum kepikiran apa...hehee Alhamdulillah ada tabungan sedikit... yah, gimana cara biar uangnya bisa diputar lah... ada uang pensiun juga... bisa minjam bank juga kalo butuh... pensiunan malah kalo minjam ke bank bisa lebih mudah... 10juta, 20juta insyaAllah dapat...”

Ibu Sul menyadari mencari kerja saat ini bukanlah hal yang mudah. Ibu Sul juga tetap membantu Harry mencari pekerjaan walaupun tidak pernah ada perusahaan yang merespon lamaran kerjanya. Ia terus mengusahakan kesembuhan Harry agar Harry bisa bekerja. Ibu Sul berharap Harry bisa mendapat pekerjaan dan bergaul dengan orang lain agar ia memiliki kegiatan dan tidak sakit lagi. Ibu Sul juga berharap Harry bisa diterima sebagai PNS agar masa tuanya terjamin.

“Alhamdulillah udah membaik gitu yah... ya selama masih harus minum obat, ya minum obat aja... saya terus usahain biar dia sembuh, biar bisa keterima kerja... ya nerima aja sih...”

“... terus ya cari kerja buat Harry, ngurus Harry... saya pengen dia kerja, dapet duit... ntar keburu tua... ya kan dia cowo yah... tapi cari kerja hari gini juga susah yah... ya udah mulai ngelamar kerja lagi dia sejak kondisinya membaik ini... sampe pernah ditipu orang juga. Ngelamar tapi perusahaan yang dia datengin itu malah minta duit... itu kan ga bener yah kalo udah begitu? Ya maksud saya kenapa saya pengen masukin dia kesini (rumah sakit -pen) ya saya pengen aja dia punya kerjaan gitu yah...ada kegiatan lah...mungkin dia stress karena itu yah... bergaul sama orang lain...berharap dia bisa jadi PNS sih...ya kan kalo jadi PNS ada tunjangan pensiunnya yah, biar tenang... maksud saya begitu sebenarnya...”

Ibu Sul juga memperlihatkan kekuatan rajin atau ulet (*perseverance*). Sejak muda hingga masa pensiunnya sekarang, Ibu Sul tetap bekerja. Ibu Sul jarang bolos kerja dan menggunakan hak cutinya secara wajar. Ia juga selalu pulang pada saat jam kerja sudah berakhir walaupun pekerjaannya sudah selesai. Pada hari wawancara, pekerjaan Ibu Sul sudah selesai namun ia tetap bertahan sampai jam kerja berakhir disaat pegawai-pegawai lain sudah pulang. Ibu Sul berkata ia belum pulang jika jam kerja belum berakhir. Sifat ulet dan rajinnya juga terlihat dari kesukaannya membersihkan ruangan baik di rumahnya maupun di ruang *medical record* rumah sakit.

“... umm, saya orangnya rajin...hehe saya suka beresin rumah sama ruangan *medrec* (*medical record*)...hehe ga betah saya kalo ngeliat yang berantakan gitu... dari muda juga saya udah kerja... jarang bolos... ga masuk yah kalo sakit atau terpaksa izin aja... ya jatah cuti itu dipake sewajarnya lah...kan memang itu hak pegawai yah...”

4.2.4.5. Gambaran Karakteristik Positif terkait dengan Kebahagiaan

Dari analisis di atas, peneliti menyimpulkan kekuatan Ibu Sul yang menonjol adalah bersyukur, spiritualitas, harapan dan optimisme, serta rajin atau ulet. Bersyukur, spiritualitas, harapan dan optimisme merupakan manifestasi dari keutamaan transendensi. Rajin atau ulet merupakan manifestasi dari keutamaan keberanian. Keutamaan ini diterapkan Ibu Sul dalam berbagai aspek kehidupannya seperti pekerjaan dan pengasuhan.

Ketenangan yang ia dapatkan ketika berdoa pada Tuhan dan nikmat kemudahan yang ia dapatkan menimbulkan emosi positif berupa kelegaan dan kebanggaan serta perasaan bersyukur pada diri Ibu Sul. Ibu Sul juga bisa menguasai emosi negatif yang ditimbulkan oleh perselingkuhan suaminya. Bantuan yang ia dapatkan dari rekan-rekan di kantor, keluarga, dan teman-teman anaknya sangat ia syukuri. Hubungannya yang dekat dengan anak-anak juga merupakan sumber kebahagiaan yang Ibu Sul syukuri.

Ketekunannya dalam pekerjaan memungkinkan Ibu Sul masih dipekerjakan walaupun ia sudah memasuki masa pensiun. Ia juga mencintai pekerjaannya dan cukup puas dengan lingkungan kantornya sejak ia mengabdikan. Ketidaksukaannya pada atasan yang baru dirasakannya akhir-akhir ini cukup mengganggu namun hal ini tidak menimbulkan masalah dalam pekerjaannya baik dalam hubungan dengan rekan kerja maupun kinerjanya. Ibu Sul tetap menjalankan kewajibannya di kantor selama ia masih terikat kontrak kerja. Pekerjaan yang masih digeluti menimbulkan emosi positif yang dapat menutupi kekecewaan Ibu Sul pada suaminya sehingga ia dapat merasakan kebahagiaan.

Ibu Sul memiliki optimisme bahwa rencananya bisa diwujudkan. Ia percaya kemudahan atau fasilitas dari bank bisa membantunya mewujudkan rencananya membuka usaha. Rencana membuka usaha dan menguliahkan anaknya memberikan harapan dan tujuan pada kehidupan Ibu Sul. Karena menggunakan karakteristik positif pada berbagai aspek kehidupannya, Ibu Sul merasakan kebahagiaan.

4.3. Analisis Antarkasus

Tabel 4.2. menjelaskan tentang ringkasan hasil analisis antarkasus.

Tabel 4.2. Hasil Analisis Anterkasus

Nama Caregiver*	Ibu Ida	Ibu Tri	Ibu Iin	Ibu Sul
Usia	52 tahun	50 tahun	51 tahun	56 tahun
Status	Menikah	Menikah	Menikah	Janda
Domisili	Jakarta	Jakarta	Bekasi	Jakarta
Pekerjaan	PNS	Pedagang	Pedagang	Pensiunan PNS
Agama	Islam	Islam	Islam	Islam
<i>Care-receiver</i>	Adik (Ani, 49 tahun)*	Suami (Joko, 50 tahun)*	Anak (Adi, 25 tahun)*	Anak (Harry, 24 tahun)*
Tingkat keparahan penyakit	Masih bisa merawat diri sendiri. Tidak bisa ditinggal sehari-hari sendiri di rumah, membutuhkan perhatian khusus karena kondisi kesehatan yang tidak baik (MR dan asma). Frekuensi kambuh sering dan tidak bisa diprediksi. Tidak bisa bergaul dan tidak punya inisiatif.	Mandiri, masih bisa pergi sendiri, masih bisa bergaul, aman jika ditinggalkan di rumah sendirian. Selama obatnya diminum, skizofrenianya terkendali. Tidak punya inisiatif.	Frekuensi kambuh sering dan agresif/destruktif walaupun obat diminum secara teratur. Penyendiri, pendiam, tidak bergaul. Tidak aman jika ditinggal di rumah sendirian karena sering mengamuk	Mandiri, skizofrenia terkendali, bisa bepergian, bisa mengurus diri, bisa bergaul walau cenderung pendiam. Bisa mencari pekerjaan lagi sejak keluar dari RS.
Masa caregiving	7 tahun	± 20 tahun	8 tahun	3 tahun
Kebahagiaan				
Emosi Positif terhadap Masa Lalu	Bangga, puas, dan lega karena telah menjalani masa kecil yang indah, memiliki	Menerima kondisi suaminya sejak belum menikah. Merasa bangga karena	Sejak kecil hidupnya susah dan getir. Merasa bangga dan puas terhadap	Kelegaan dan kebanggaan. Walaupun mengalami kekecewaan yang

	keluarga yang rukun, pekerjaan yang baik, dan anak-anak yang bisa diandalkan.	telah melahirkan anaknya. Lega dan bersyukur karena memiliki keluarga yang mendukungnya.	pencapaian anak-anaknya. Tetapi secara keseluruhan merasa tidak ada yang bisa dibanggakan dari kehidupannya.	mendalam dan kesedihan namun Ibu Sul menemukan banyak hal yang membuatnya bangga dan lega.
Emosi positif terhadap masa kini	Merasa terikat karena beban sebagai caregiver. Hal ini mengurangi emosi positif yang ia rasakan. Walaupun ia juga merasakan gratifikasi dengan bekerja dan melakukan hobi. Sumber kebahagiaan lain yaitu keluarga dan karier.	Merasa gratifikasi dari menolong orang lain. Sehari-hari ia menolong mertuanya berjualan. Jika sedang sedih pun, Ibu Tri tidak mau berlarut-larut dalam kesedihannya.	Tidak merasa hidupnya lega. Memikirkan anaknya yang sakit dan masih terjerat hutang dengan rentenir. Cenderung menyalahkan dirinya sehingga anaknya bisa sakit. Masih merasa bersalah karena tidak sempat mengurus ibunya yang baru meninggal.	Merasakan emosi positif berupa gratifikasi dari pekerjaan, olah raga, dan menyanyi. Selain itu, kedekatannya dengan anak-anak merupakan sumber kebahagiaan Ibu Sul sekarang walaupun ia juga merasa marah dan kecewa.
Emosi positif terhadap masa depan	Optimis rencananya akan tercapai. Ia juga masih berharap keadaan adiknya tidak bertambah parah walaupun mengetahui prognosinya buruk.	Pesimis dan tidak memiliki harapan yang besar untuk kehidupannya.	Pesimis harapan dan rencananya akan terwujud. Keinginannya banyak tapi tidak punya cara untuk mewujudkannya karena tidak punya biaya.	Optimis dan yakin keinginannya akan terwujud.
Karakteristik Positif				
Keutamaan	Transendensi,	Kemanusiaan	Transendensi,	Transendensi

	keberanian	dan cinta, keberanian, transendensi, dan kesederhanaan	keberanian	dan keberanian
Kekuatan	Spiritualitas, bersyukur, harapan atau optimisme, dan integritas	Kebaikan dan kemurahan hati, mencintai dan bersedia dicintai, kepahlawanan dan ketegaran, bersyukur, spiritualitas, pemaafan dan belas kasih	Spiritualitas, bersyukur, kepahlawanan dan ketegaran	Spiritualitas, bersyukur, berharap dan optimisme, serta rajin/tekun/ulet

4.3.1. Kebahagiaan

Berdasarkan uraian dari analisis intrakasus, terdapat perbedaan pada emosi positif yang dirasakan keempat subjek pada masa lalu, masa kini, dan masa depan. Ibu Ida merasakan emosi positif pada masa lalunya berupa kebanggaan, kepuasan, dan kelegaan karena memiliki masa kecil yang indah, keluarga yang rukun, dan pekerjaan yang baik. Pada masa kini, Ibu Ida merasa terikat karena beban sebagai *caregiver* yang diembannya. Hal ini mengurangi emosi positif yang ia rasakan walaupun ia juga merasakan gratifikasi dengan bekerja dan melakukan hobinya. Sumber lain yang mendatangkan emosi positif bagi Ibu Ida adalah keluarga dan kariernya. Untuk masa depannya, Ibu Ida merasa optimis rencananya dapat tercapai. Ia juga masih berharap keadaan adiknya tidak bertambah parah walaupun mengetahui prognosinya tidak baik. Oleh karena itulah, Ibu Ida tidak berhenti merawat adiknya.

Ibu Tri merasakan emosi positif pada masa lalunya berupa penerimaan terhadap kondisi suaminya yang sakit sejak mereka menikah, kebanggaan karena telah melahirkan anak, dan kelegaan karena memiliki keluarga yang suportif. Pada masa kini, Ibu Tri merasakan gratifikasi dari kegiatan menolong orang lain. Setiap hari ia selalu menolong mertuanya berjualan di warung atau membersihkan

rumah. Ibu Tri juga selalu menolong orang yang meminta bantuannya. Ia juga tidak mau larut dalam kesedihan terlalu lama. Di sisi lain, Ibu Tri merasa pesimis terhadap masa depannya. Ia tidak memiliki harapan khusus selain bisa terus mengerjakan apa yang telah ia kerjakan sekarang.

Ibu Iin merasakan kebanggaan dan kepuasan atas pencapaian anak-anaknya. Di sisi lain, ia sejak kecil merasa hidupnya susah dan getir. Secara keseluruhan, Ibu Iin merasa tidak ada yang bisa dibanggakan dari kehidupannya. Saat ini, Ibu Iin merasa hidupnya tidak lega karena memikirkan anaknya yang sakit dan hutangnya pada rentenir. Sampai sekarang pun Ibu Iin masih cenderung menyalahkan dirinya sebagai penyebab dari kelainan jiwa anaknya dan tidak mengurus ibunya sebelum meninggal. Ibu Iin merasa pesimis harapan dan rencana untuk keluarganya akan terwujud karena tidak memiliki dana untuk mewujudkannya. Di sisi lain, Ibu Iin cukup optimis Adi bisa mandiri jika ia terus merawatnya.

Ibu Sul mengalami kekecewaan yang mendalam dan kesedihan karena perselingkuhan suaminya. Di sisi lain, ia masih bisa menemukan banyak hal yang membuatnya bangga dan lega, yaitu anak-anaknya dan pekerjaannya. Harry, anak Ibu Sul yang menderita skizofrenia pun membuat Ibu Sul merasa lega karena perkembangan kesehatannya yang baik. Sampai saat ini, Ibu Sul masih merasa sangat marah dan kecewa karena suaminya berselingkuh. Di sisi lain, Ibu Sul merasakan gratifikasi dari pekerjaan dan hobinya. Kedekatannya dengan anak-anaknya termasuk Harry juga membuat Ibu Sul merasakan emosi positif pada saat ini. Perkembangan kesehatan Harry juga berperan dalam emosi positif yang dirasakan Ibu Sul saat ini. Ibu Sul juga merasa optimis dan yakin ia bisa mewujudkannya keinginannya setelah kontrak kerjanya habis.

4.3.1.1. Emosi Positif terhadap Masa Lalu

Berdasarkan uraian dari keempat subjek, mereka memiliki penafsiran yang berbeda mengenai masa lalunya. Ibu Ida dan Ibu Tri merasakan emosi positif terhadap masa lalunya. Ibu Iin merasakan emosi positif juga namun secara keseluruhan ia merasa tidak ada yang bisa dibanggakan. Ibu Sul merasakan

kesedihan dan kekecewaan yang mendalam akibat perselingkuhan suaminya dan anaknya yang sakit namun baginya masih banyak hal yang bisa ia syukuri.

Ibu Ida merasakan kepuasan pada masa kecilnya yang bahagia dan memiliki hubungan yang baik dengan orang tua dan adik-adiknya. Ibu Ida juga merasa bangga dan puas karena memiliki prestasi akademis dan pekerjaan yang sesuai dengan cita-citanya. Ibu Ida juga merasa bangga dan puas oleh kehidupan rumah tangganya karena menikah dengan suami yang bertanggung jawab dan melahirkan anak-anak yang bisa dibanggakan. Sebagai orang tua, ia merasakan kelegaan karena berhasil membimbing anak-anaknya. Secara keseluruhan, Ibu Ida cukup puas dengan kualitas hubungannya dengan Ani. Walaupun interaksi mereka terbatas dan seadanya, Ibu Ida menganggapnya wajar sehingga tidak memengaruhi kualitas hubungannya dengan Ani. Ibu Tri merasa bangga karena telah melahirkan anaknya setelah penantian yang cukup lama akan kehadiran seorang anak. Ia merasakan kelegaan karena memiliki keluarga, baik dari pihaknya maupun suaminya, yang selalu mendukungnya. Walaupun ia tidak bisa mengasuh anaknya secara langsung, ia merasa puas karena tetap berusaha mencari uang untuk memenuhi kebutuhan anaknya.

Sedangkan Ibu Iin merasa sejak kecil hidupnya sudah penuh dengan kegetiran karena kehidupan yang tidak sejahtera. Di sisi lain, Ibu Iin merasakan kepuasan karena bisa menyekolahkan anak-anaknya sampai tingkat SMA. Ia juga merasakan kebanggaan karena keempat anaknya sudah menikah dan dapat hidup mandiri. Walaupun anaknya sakit, Ibu Iin merasakan kelegaan karena anaknya termasuk anak baik yang tidak pernah terlibat masalah. Ibu Sul merasa cukup puas dengan masa kecilnya dan hubungannya dengan saudara-saudaranya. Ia juga merasakan kebanggaan dan kepuasan karena memiliki pekerjaan sebagai PNS sehingga ia bisa memenuhi kebutuhannya dan anak-anak. Ia juga bangga dan lega karena anak-anaknya tumbuh menjadi anak yang baik dan tidak terlibat masalah.

Ibu Ida pernah mengalami kekecewaan karena prestasi akademisnya yang menurun dan tidak bisa meneruskan pendidikan spesialisasi. Kekecewaan ini tidak dirasakannya secara intens karena kesibukannya mengurus rumah tangga dan bekerja. Ibu Tri juga bisa meredam kekecewaan terhadap kondisi suaminya. Ia menjalankan peran *caregiver* sebagai bagian dari kewajibannya sebagai istri.

Dengan penerimaan ini, kekecewaan yang dirasakannya tidak terlalu intens karena ia ikhlas melakukannya. Sementara Ibu Iin masih sering merasa bersalah karena penyesalannya memindahkan anaknya ke Sukabumi. Selain itu, Ibu Iin juga merasa bersalah karena tidak sempat mengurus ibunya sebelum meninggal dunia. Ibu Iin juga merasa getir karena kehidupannya yang sulit sejak kecil. Perasaan bersalah dan getir masih sering ia rasakan meskipun ia berusaha untuk tidak memikirkannya dan terlihat tegar. Ibu Sul juga masih merasa marah dan kecewa karena suaminya berselingkuh. Ia juga masih merasa bersalah karena terpaksa menghentikan kuliah anaknya setelah berpisah dengan suaminya. Baik Ibu Iin maupun Ibu Sul belum memaafkan dirinya dan orang lain sehingga mereka tidak merasa tenang dan damai.

Ibu Ida bersyukur ia memiliki suami yang bertanggung jawab dan sangat menyayangi keluarganya. Ia juga bersyukur memiliki pekerjaan yang sesuai dengan cita-citanya dan bisa meningkatkan keimanannya. Ibu Ida juga bersyukur adiknya masih mampu untuk mengurus diri sendiri. Ibu Tri merasa bersyukur karena keluarga mertuanya memperlakukannya dengan sangat baik dan selalu menolongnya. Ibu Tri juga bersyukur keluarganya bersedia mengasuh anaknya dengan begitu anaknya bisa mendapat pengasuhan dan pendidikan yang layak. Keikutsertaan suaminya ke dalam penelitian rumah sakit juga merupakan hal yang Ibu Tri syukuri karena hal ini meringankan beban ekonomi keluarganya dan demi kebaikan suaminya. Ibu Iin bersyukur karena anak-anaknya tumbuh menjadi anak yang baik. Ia merasa bersyukur masih bisa menyekolahkan anak-anaknya walaupun dengan susah payah sehingga anak-anaknya dapat mandiri dan dapat membantu pengobatan Adi. Ia juga bersyukur masih diberi rezeki oleh Tuhan di tengah cobaan yang menimpanya, diantaranya pengobatan Adi yang dibantu dengan program penelitian dan program Gakin. Sedangkan Ibu Sul bersyukur ia mendapat banyak bantuan dari berbagai pihak ketika anaknya sakit. Pihak rumah sakit dan saudara-saudaranya membantu anaknya sehingga sekarang keadaannya sudah membaik. Ibu Sul juga bersyukur ia memiliki pekerjaan dan penghasilan sendiri sehingga ia masih bisa memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari setelah berpisah dengan suaminya.

Pertama kali Ibu Ida memikul tanggung jawab sebagai *caregiver* yaitu sejak ibunya meninggal. Ia berjanji pada ibunya akan merawat adiknya. Walaupun karena tuntutan keadaan dan merasa terbebani, Ibu Ida bisa menerima peran dan tanggung jawabnya sebagai *caregiver*. Sedangkan Ibu Tri menerima tanggung jawab sebagai *caregiver* karena onset skizofrenia suaminya terjadi tidak lama setelah mereka menikah yaitu sekitar 2 bulan setelah menikah. Pada awalnya, Ibu Tri merasakan kekecewaan karena keadaan tidak berjalan seperti harapannya namun lambat laun ia menerima ini sebagai takdirnya. Sedangkan Ibu Iin dan Ibu Sul menjalankan peran sebagai *caregiver* sebagai bagian dari kewajibannya sebagai ibu.

Sebagai *caregiver*, keempat subjek juga merasakan adanya beban obyektif dan beban subyektif dalam melakukan perawatan terhadap anggota keluarganya. Pada masa awal *caregiving*, beban obyektif dirasakan oleh Ibu Tri, Ibu Iin, dan Ibu Sul. Ibu Tri dan Ibu Iin merasakan beban ekonomi karena mereka berasal dari kelas sosial ekonomi menengah ke bawah. Suami Ibu Tri sebagai tulang punggung keluarga harus berhenti dari pekerjaannya. Hal ini menyebabkan kondisi keuangan keluarga Ibu Tri memburuk. Ibu Iin juga merasakan hal yang sama. Ibu Iin masih mendapat bantuan dari anak-anaknya namun biaya pengobatan anaknya sudah menghabiskan ratusan juta. Ibu Iin juga terjerat hutang dan anak-anaknya tidak bisa membantu lagi karena mereka sudah menikah. Ibu Tri dan Ibu Iin memutuskan untuk membuat kartu keanggotaan Gakin untuk membebaskan biaya perawatan dan pengobatan kelainan jiwa anggota keluarga mereka. Sedangkan beban obyektif yang dirasakan Ibu Sul merupakan hambatan beraktivitas karena ia harus membawa anaknya berobat dan menjaga anaknya di rumah sakit sementara ia juga bekerja. Anak Ibu Sul dirawat di rumah sakit yang sama dengan tempatnya bekerja oleh karena itu Ibu Sul juga mengalami penurunan kesehatan fisik.

Beban subyektif yang dirasakan Ibu Tri yaitu merasa cemas dan khawatir akan masa depan suaminya dan kehidupan keluarganya karena suaminya berhenti bekerja. Ia juga merasakan hal yang sama jika suaminya berhalusinasi dan tidak bisa tidur. Sedangkan Ibu Iin merasa khawatir akan masa depan anaknya Ia juga merasa sedih dan frustrasi karena anaknya tidak kunjung sembuh setelah

menjalankan berbagai macam pengobatan. Ibu Iin juga merasa bersalah karena ia merasa keputusan memindahkan anaknya ke Sukabumi yang menyebabkan anaknya menjadi sakit. Ibu Iin juga merasa sedih dan kesepian karena ia berpikir hanya dia satu-satunya ibu yang memiliki anak dengan skizofrenia. Ibu Sul merasakan kesedihan dan kecemasan karena anaknya tidak mau makan dan minum. Ia juga merasa kehilangan karena perubahan kepribadian anaknya sejak sakit. Ibu Sul juga merasakan kekhawatiran akan masa depan anaknya. Sedangkan Ibu Ida tidak merasakan adanya beban obyektif dan beban subyektif di masa-masa awal ia menjadi *caregiver*. Hal ini disebabkan karena ia sudah menyiapkan mentalnya untuk merawat adiknya karena ia sudah mengetahui dirinyalah yang akan menggantikan posisi ibunya sebagai *caregiver*.

4.3.1.2. Emosi Positif terhadap Masa Kini

Keempat subjek merasakan emosi positif pada masa kini berupa kenikmatan dan gratifikasi dari sumber yang berbeda-beda. Ibu Ida merasakan gratifikasi dari kegiatan membaca dan pekerjaannya. Membaca merupakan hobi yang sudah ditekuni Ibu Ida sejak kecil. Ia menyukai berbagai jenis bacaan dan sangat menikmati apa yang dibacanya. Pekerjaan Ibu Ida sebagai dokter sesuai dengan cita-citanya sejak kecil. Sedangkan Ibu Tri merasakan gratifikasi ketika ia menolong orang lain. Ibu Tri merasakan kepuasan tersendiri jika ia menolong orang lain walaupun hal yang dilakukannya tidak seberapa. Ibu Sul merasakan gratifikasi dari berolah raga dan pekerjaannya. Ia mencintai pekerjaannya oleh karena itulah ia masih bekerja walaupun sudah pensiun. Sementara itu, Ibu Iin merasakan kenikmatan dari pengajian yang diikutinya. Ibu Iin merasa senang jika bertemu teman-temannya di pengajian karena mereka selalu mendukung Ibu Iin. Sedangkan Ibu Sul merasakan kenikmatan dari hobi menyanyi yang bisa ia lakukan dimana saja.

Selain gratifikasi dan kenikmatan, emosi positif terhadap masa kini yang dirasakan keempat subjek juga dipengaruhi oleh beban obyektif dan subyektif *caregiver*. Memang diawal masa *caregiving* Ibu Ida tidak merasa adanya beban obyektif dan subyektif. Seiring dengan berjalannya waktu, saat ini Ibu Ida merasakan adanya beban obyektif dan subyektif. Beban obyektif yang dirasakan

Ibu Ida adalah hambatan dalam beraktivitas dan beban ekonomi. Sejak menjadi *caregiver*, Ibu Ida tidak bisa melakukan hal-hal yang disukainya karena tidak bisa meninggalkan adiknya. Ibu Ida juga merasakan beban ekonomi karena pengobatan skizofrenia membutuhkan biaya yang besar karena dilakukan seumur hidup. Dengan gaji seorang PNS, Ibu Ida harus memenuhi kebutuhan adik dan keluarganya. Beban subyektif yang dirasakan Ibu Ida diantaranya perasaan cemas dan khawatir jika ia harus meninggalkan adiknya untuk bekerja. Ia juga merasa kesal jika skizofrenia adiknya kambuh karena perubahan perilaku yang mengganggu ketenangan keluarga dan lingkungan sosialnya. Kekesalan Ibu Ida juga disebabkan oleh kurangnya bantuan yang ia terima dari anggota keluarganya dalam merawat Ani.

Beban subyektif yang dirasakan Ibu Tri berupa kesedihan dan kekesalan karena suaminya tidak memiliki inisiatif untuk membantunya. Jika Ibu Tri memikirkan tentang kehidupannya yang sulit dan suaminya yang sakit, Ibu Tri juga merasa sedih. Untuk menghilangkan rasa sedihnya, ia biasa melakukan suatu hal atau membagi perasaannya dengan keponakannya. Ibu Tri juga merasakan beban subyektif berupa kekhawatiran karena memikirkan suami dan anaknya. Tetapi menurut Ibu Tri, masih banyak orang yang kehidupannya jauh lebih tidak beruntung dibanding dirinya. Hal ini membuat Ibu Tri bersyukur atas rezeki yang masih diterimanya.

Ibu Iin merasa bingung karena skizofrenia anaknya masih sering kambuh walaupun obatnya selalu diminum. Perilaku agresif anaknya juga membuat ia dan keluarganya takut dan khawatir. Ibu Iin juga merasa tidak berdaya lagi untuk menanggung cobaan yang menimpanya namun ia tetap menerima dan tegar menghadapi cobaannya. Sampai sekarang pun Ibu Iin masih merasa bersalah karena keputusannya memindahkan anaknya ke Sukabumi dan tidak sempat merawat ibunya sebelum meninggal. Selain itu, Ibu Iin merasa hidupnya tidak tenang karena terjatuh hutang pada rentenir. Ia juga merasa tidak tenang karena tugasnya sebagai orang tua belum berakhir karena ia masih punya tanggung jawab mengurus Adi.

Ibu Sul merasa bersyukur kondisi anaknya sudah membaik dan terkendali. Di sisi lain, ia merasa khawatir akan masa depan Harry karena sampai sekarang ia

tidak memiliki pekerjaan juga. Hal lain yang memengaruhi emosi positif Ibu Sul saat ini adalah masalah rumah tangga dan atasannya. Sampai saat ini ia masih marah dan kecewa dengan suaminya yang berselingkuh. Ibu Sul tidak rela karena statusnya yang tidak jelas karena suaminya tidak mau menceraikannya. Ia juga memikirkan anak-anaknya yang sampai sekarang belum mendapat pekerjaan tetap. Di sisi lain, hubungan yang dekat dengan anak-anaknya dapat menutupi kekecewaannya terhadap suaminya sehingga ia masih bisa merasakan kebahagiaan dalam kehidupannya. Ibu Sul juga mencintai pekerjaan yang sudah puluhan tahun dilakukan. Di sisi lain, ia juga merasakan kekecewaan pada atasannya karena membuat peraturan baru yang dirasa mempersulit dirinya. Ibu Sul juga merasa atasannya tidak mau memberikan anaknya kesempatan bekerja di rumah sakit.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan keempat subjek merasakan ada perubahan aktivitas keluarga dan mereka merasa terikat dengan tanggung jawabnya. Keempat subjek juga merasakan adanya beban finansial dan hambatan pada interaksi terutama interaksi dengan penderita. Selain itu, ketiga subjek yaitu Ibu Ida, Ibu Sul, dan Ibu Iin sudah menjadi *caregiver* untuk jangka waktu yang cukup lama sehingga beban yang mereka rasakan juga lebih besar. Selain itu, tingkat keparahan penyakit dan ketergantungan pasien juga memengaruhi beban yang mereka rasakan. Dibandingkan dengan ketiga subjek lainnya, Ibu Sul belum terlalu lama menjadi *caregiver*. Berdasarkan uraian sebelumnya, anak Ibu Sul memiliki tingkat keparahan yang paling rendah sehingga beban Ibu Sul tidak terlalu besar jika dibandingkan dengan ketiga subjek lain.

Pada keempat subjek, mereka dapat mengekspresikan *generativity* melalui anak-anak dan lingkungan sosial. Ekspresi *generativity* Ibu Ida disalurkan bukan kepada adiknya melainkan kepada anak-anak dan pekerjaannya. Ekspresi *generativity* Ibu Tri disalurkan melalui lingkungan sosialnya di mana ia sering membantu tetangga-tetangganya. Ekspresi *generativity* Ibu Iin disalurkan dengan cara merawat anaknya dan menasihati anaknya agar mandiri. Sedangkan ekspresi *generativity* Ibu Sul disalurkan kepada anak-anaknya dan pekerjaannya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, Ibu Ida merasa terikat karena beban *caregiver*. Hal ini mengurangi emosi positif yang ia rasakan walaupun ia juga

merasakan gratifikasi dari pekerjaan dan hobinya. Keluarga dan karier juga hal yang dapat menimbulkan emosi positif pada Ibu Ida. Sementara Ibu Tri memiliki emosi positif terhadap masa kini berupa gratifikasi dengan menolong orang lain, misalnya ibu mertua dan tetangganya. Ibu Tri juga bisa mengalihkan pikirannya atau berbagi perasaannya dengan orang lain jika sedang sedih sehingga ia tidak pernah larut dalam kesedihan. Ibu Iin tidak merasakan emosi positif terhadap masa kini. Ia merasa hidupnya tidak lega karena terjerat hutang dengan rentenir. Ibu Iin juga masih merasa khawatir memikirkan anaknya. Sampai saat ini, ia cenderung menyalahkan dirinya sebagai penyebab anaknya sakit dan karena ia tidak sempat merawat ibunya sebelum meninggal. Sedangkan Ibu Sul merasakan emosi positif berupa gratifikasi dari pekerjaannya dan berolah raga. Ia juga merasakan kenikmatan dari menyanyi. Ibu Sul juga merasa bersyukur karena anaknya membaik walaupun ia masih mengawatirkan masa depan anaknya. Selain itu, kedekatannya dengan anak-anak dapat menutupi kekecewaan dan kemarahan pada suaminya yang berselingkuh. Keempat subjek juga masih dapat mengekspresikan *generativity* melalui mengasuh dan merawat anak-anak serta berkontribusi kepada lingkungan sosial.

4.3.1.3. Emosi Positif terhadap Masa Depan

Keempat subjek juga merasakan emosi positif terhadap masa depan dalam kadar yang berbeda-beda. Ibu Ida memiliki harapan dan optimis bisa mewujudkan rencananya untuk berwiraswasta dan menikmati hari tua bersama keluarganya. Selain itu ia tetap berharap agar penyakit adiknya tidak bertambah parah oleh karena itulah ia tetap meneruskan terapi yang selama ini dijalankan. Dalam hal ini, Ibu Ida menunjukkan ia tidak putus asa dan yakin semua aspek kehidupannya bisa berjalan dengan baik.

Ibu Tri bukanlah orang yang optimis atau menyimpan harapan besar untuk kehidupannya mendatang. Ia cenderung menerima kondisinya saat ini dan hanya akan meneruskan apa yang sudah dijalannya saat ini. Ibu Tri terlihat pasrah sehingga tidak mau berusaha memperbaiki nasibnya. Sedangkan Ibu Iin optimis anaknya akan bisa mandiri jika ia terus merawatnya. Di lain sisi, Ibu Iin tidak memiliki harapan dan optimisme terhadap kehidupan keluarganya. Ibu Iin

menunjukkan dimensi permanen di mana ia tidak menyerah untuk mengobati anaknya namun baginya kehidupan keluarganya sudah sulit sejak dulu dan keadaannya tidak bisa berubah (universal).

Ibu Sul memiliki harapan dan optimisme terhadap masa depan anak-anaknya. Ia yakin bisa menguliahkan anak bungsunya dan yakin Harry akan mendapat pekerjaan. Ibu Sul juga yakin ia bisa mewujudkan rencananya untuk membuka suatu usaha ketika kontrak kerjanya sudah selesai. Dari uraian tersebut dapat disimpulkan Ibu Ida dan Ibu Sul memiliki emosi positif terhadap masa depan berupa optimisme, keyakinan, dan harapan. Sedangkan Ibu Tri dan Ibu Iin tidak memiliki emosi positif terhadap masa depan. Mereka merasa pesimis akan kehidupan mereka di masa depan dan tidak memiliki harapan tertentu untuk hidup mereka.

4.3.2. Karakteristik Positif

Keempat subjek memperlihatkan keutamaan transendensi dengan kekuatan spiritualitas dan bersyukur. Keempat subjek memiliki keyakinan akan kekuatan yang lebih tinggi darinya, dalam hal ini adalah keimanan kepada Tuhan. Selain itu, keempat subjek dapat mengungkapkan rasa syukurnya baik terhadap hal-hal baik maupun hal buruk yang terjadi. Keimanan mereka kepada Tuhan menimbulkan rasa penerimaan bahwa peran sebagai *caregiver* merupakan takdir yang sudah ditentukan oleh Tuhan sehingga mereka kuat menjalaninya. Ibu Tri, Ibu Iin, dan Ibu Sul juga bergabung dalam kelompok pengajian di lingkungan rumah sehingga mereka juga mendapat dukungan moral dari sesama anggota pengajian.

Keterlibatan dalam suatu agama juga membuat keempat subjek tetap berusaha dengan terus bekerja keras untuk kehidupan mereka. Selain itu, Ibu Tri tetap memilih mempertahankan pernikahannya walaupun suaminya menderita skizofrenia. Ibu Ida dan Ibu Tri juga terlibat dalam perilaku prososial dari kegiatan menolong orang lain, misalnya keluarga, tetangga, atau pasien. Keempat subjek masih memiliki harapan keadaan anggota keluarga yang mereka rawat akan membaik atau minimal tidak bertambah parah. Ibu Ida dan Ibu Sul juga

memiliki harapan dan optimisme bahwa kehidupannya akan membaik dengan menyusun rencana untuk membuka usaha.

Ibu Tri yang menampilkan keutamaan kemanusiaan dan cinta yang terwujud dari kekuatan kebaikan hati serta mencintai dan bersedia dicintai memiliki keinginan kuat untuk menolong dan berbuat kebaikan pada orang lain. Kekuatan mencintai dan bersedia dicintai juga membuat Ibu Tri bisa menjadi tempat bergantung. Kekuatan kepahlawanan dan ketegaran ditampilkan Ibu Tri dan Ibu Iin. Ibu Tri bertindak secara sukarela menikahi suaminya dengan harapan keadaannya akan membaik setelah menikah. Walaupun keadaan terjadi tidak sesuai dengan harapannya, ia tetap bertahan dan terus mendampingi suaminya. Keadaan serupa juga terjadi pada Ibu Iin. Ia rela mengunjungi berbagai macam tempat pengobatan alternatif hanya berdua dengan anaknya. Jika anaknya bertindak agresif, Ibu Iin tetap mendampingi walaupun ia sudah pernah menjadi “korban” keagresifan anaknya.

Ibu Ida menunjukkan kekuatan integritas. Ibu Ida menjalani hidup dengan jujur, apa adanya, dan tanpa kepura-puraan. Ia selalu mengungkapkan perasaan atau pendapat apa adanya. Ibu Ida menunjukkan kekuatan ini tidak hanya kepada orang lain namun juga kepada dirinya. Ia selalu mendengarkan nuraninya sebelum membuat keputusan. Dengan kata lain, Ibu Ida bukanlah orang yang suka berpura-pura atau munafik.

Ibu Sul memperlihatkan kekuatan ulet/rajin/tekun. Ia terus bekerja tanpa banyak mengeluh walaupun ia seharusnya sudah pensiun dan merasakan kekecewaan pada atasannya. Ibu Sul juga selalu pulang saat jam kerjanya sudah selesai walaupun pekerjaannya sudah selesai jauh sebelum jam kerja usai. Ibu Tri memperlihatkan kekuatan pemaafan dan belas kasih. Ibu Tri berpandangan bahwa ia sebisa mungkin selalu menolong orang lain yang membutuhkan bantuannya. Ibu Tri juga tidak pernah membalas perbuatan orang yang pernah menyinggung hatinya. Ibu Tri selalu berpandangan positif pada dirinya dan lingkungannya. Kekuatan-kekuatan yang telah dijelaskan sebelumnya ditampilkan keempat subjek tidak hanya saat melakukan aktivitas *caregiving* namun juga di berbagai aspek kehidupan mereka, seperti pernikahan, lingkungan sosial di rumah, dan pekerjaan. Penerapan kekuatan dan keutamaan ini menimbulkan emosi positif terutama pada

masa kini. Kekuatan dan keutamaan yang diterapkan subjek dalam berbagai aspek kehidupannya menimbulkan kebahagiaan dan membuat mereka bisa bertahan di situasi yang sulit.

4.3.3. Gambaran Karakteristik Positif terkait dengan Kebahagiaan

Keempat subjek menunjukkan keutamaan transendensi yang terwujud dalam kekuatan bersyukur dan spiritualitas. Keempat subjek sangat percaya akan adanya kekuatan yang lebih besar di luar dirinya, yaitu Tuhan. Keempat subjek juga menjalankan perintah agama dalam kehidupannya. Selain itu, keempat subjek juga bergantung pada Tuhan sebagai tempat mengadu dan meminta. Mereka juga selalu bersyukur untuk rezeki yang telah mereka terima. Keempat subjek juga menerima nasib buruk yang telah terjadi dalam kehidupan mereka sebagai takdir dari Tuhan. Dengan keimanan yang mereka miliki, mereka mendapat kekuatan untuk bertahan dalam situasi yang sulit. Keyakinan mereka juga memberi kekuatan untuk mengatasi perasaan sedih atau kecewa yang dirasakan sehingga akhirnya mereka dapat merasakan emosi positif.

Ibu Ida dan Ibu Sul juga menunjukkan kekuatan harapan yang juga bagian dari keutamaan transendensi. Dengan adanya harapan, mereka merasa mendapat tujuan hidup yang ingin dicapai. Harapan ini juga membuat mereka tidak berputus asa untuk mewujudkan keinginan mereka yang belum tercapai. Harapan ini menimbulkan emosi positif berupa optimisme pada diri Ibu Ida dan Ibu Sul. Ibu Ida dan Ibu Sul juga sudah memiliki konsep dan telah melakukan berbagai upaya agar rencananya dapat terwujud.

Keempat subjek juga menunjukkan keutamaan keberanian dalam dirinya. Keutamaan ini dalam diri Ibu Ida terwujud dalam kekuatan integritas. Dengan integritas, Ibu Ida menjalankan hidupnya dengan jujur apa adanya sehingga ia merasa bukan orang yang munafik. Ibu Ida bisa bebas mengeluarkan pendapat jika ada hal-hal yang disukai maupun tidak disukai. Ia juga bertindak berdasarkan nuraninya. Dengan kekuatan ini, Ibu Ida merasa kepuasan karena telah menjalani hidup sesuai nilai-nilai yang dianutnya.

Dalam diri Ibu Tri dan Ibu Iin, keutamaan ini terwujud dalam kekuatan kepahlawanan. Ibu Tri dan Ibu Iin membuat keputusan yang berani dan bertahan

dalam siap menanggung resiko dari keputusan mereka. Ibu Tri memutuskan untuk menikah dengan Pak Joko dan merawatnya. Keputusan ini membuat pernikahan Ibu Tri dapat bertahan dan ia mendapat dukungan moril dan materiil dari keluarganya. Ibu Iin memutuskan untuk merawat Adi seorang diri. Kekuatan ini memungkinkan mereka menjalankan kewajiban pada orang yang dicintai sehingga mereka merasa berguna.

Ibu Sul menunjukkan kekuatan ulet atau tekun yang juga bagian dari keutamaan keberanian. Dengan kekuatan ini, Ibu Sul tetap dipekerjakan walaupun seharusnya ia sudah pensiun. Kesempatan untuk terus bekerja menimbulkan perasaan berguna dalam diri Ibu Sul. Selain itu, ia juga merasa gembira karena masih dapat mengerjakan pekerjaan yang dicintainya. Karena masih bekerja, Ibu Sul juga masih memiliki penghasilan dan masih bisa bertemu dengan rekan kerjanya. Oleh karena itu, Ibu Sul mendapat dukungan sosial dan penghasilan yang dapat meningkatkan emosi positifnya.

Ibu Tri juga menunjukkan keutamaan kemanusiaan dan cinta yang terwujud dalam kekuatan kebaikan hati serta mencintai dan bersedia dicintai. Kebaikan hati Ibu Tri terlihat dari kesukaannya menolong orang lain. Ibu Tri juga suka berbagi pada sesamanya walaupun hal yang dibagi tidak seberapa. Kekuatan-kekuatan ini membuat Ibu Tri merasa berguna dan puas karena sudah membantu. Selain itu, Ibu Tri juga menunjukkan kekuatan pemaafan yang merupakan bagian dari keutamaan kesederhanaan. Dengan memaafkan orang lain atau dirinya, ia merasa lega karena tidak menyimpan dendam. Ia juga bisa menerima nasibnya sebagai takdir dari Tuhan.