

2. TINJAUAN PUSTAKA

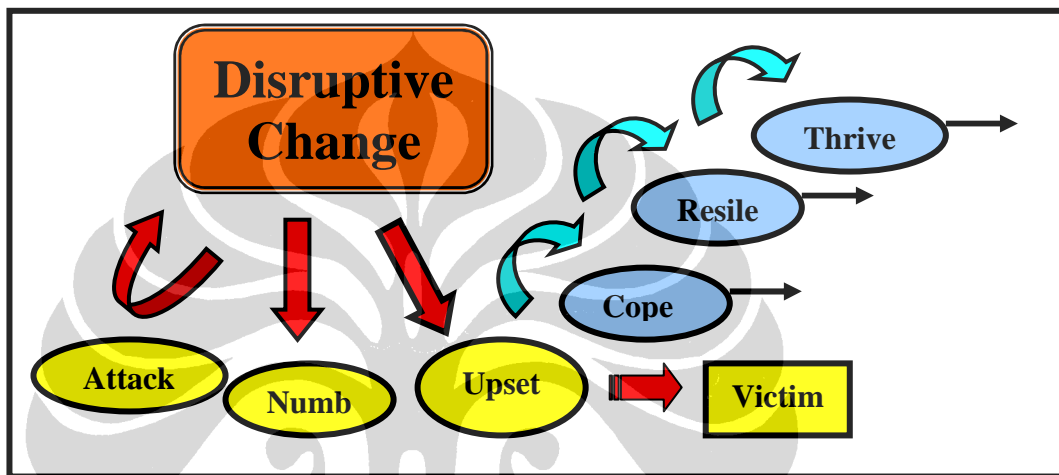
2.1. Resiliensi

Penelitian yang dilakukan beberapa tahun belakangan dengan melibatkan populasi, karakteristik situasional dan variabel yang bervariasi menegaskan bahwa resiliensi bukanlah merupakan sebuah fenomena kepribadian yang langka di masyarakat (Garmezy, 1971; Luthar, 1991; Masten & Coatsworth, 1998; O'Dougherty-Wright, Masten, Northwood, & Hubbard, 1997; Rutter, 1979; Werner & Smith dalam Luthans, Vogelgesang & Lester, 2006). Hal ini menegaskan pendapat beberapa ahli terdahulu yang memandang resiliensi sebagai sebuah sifat kepribadian langka dan jarang ditemui yang terkait dengan kemampuan individu dalam beradaptasi dan melakukan *coping* (Block dalam Luthans, Vogelgesang & Lester, 2006).

Dinamika kehidupan yang begitu cepat pada era Turbulensi saat ini, memungkinkan segala sesuatu berubah dengan begitu cepat dan mempengaruhi kehidupan banyak orang. Resiko hidup yang tinggi dengan permasalahan masyarakat yang begitu kompleks menciptakan sebuah kondisi masyarakat yang *stressfull* (Siebert, 2005). Dengan berbagai permasalahan dan dinamika hidup yang terjadi, tak jarang individu harus berhadapan dengan kenyataan hidup yang pahit dan dituntut untuk cepat beradaptasi dengan perubahan.

Dalam hal ini Siebert (2005), memaparkan beberapa reaksi yang ditampilkan oleh individu-individu dalam menghadapi permasalahan atau perubahan tersebut. Terdapat sebagian individu yang menampilkan sikap yang emotional dan memiliki kecenderungan untuk melakukan kekerasan dalam bentuk menyakiti orang lain (*Physicall violent*). Di sisi lain terdapat individu-individu yang melakukan hal sebaliknya, mereka pasrah dan merasa tidak berdaya (*helpless*), bahkan mereka tidak berusaha untuk mencoba mengatasi permasalahan tersebut. Sebagian yang lain menempatkan diri mereka sebagai korban (*victims*), dan mereka menyalahkan Tuhan, orang lain, institusi, atau hal lain yang dapat mereka persalahkan atas kejadian yang menimpa mereka. Mereka terus menerus mengeluh dan mengatakan bahwa mereka telah diperlakukan tidak adil.

Selain individu-individu yang telah disebutkan di atas, terdapat pula sebagian individu yang memutuskan untuk menghadapi permasalahan mereka melalui kondisi stress yang ada, beradaptasi dengan kenyataan dan dengan cepat mengatasi tantangan. Mereka berhasil mengatasi permasalahan mereka, bahkan bangkit menjadi individu yang lebih kuat dan menemukan kehidupan lebih baik. Individu-individu ini dikatakan sebagai individu yang resilien (Siebert, 2005).



Gambar 2.1 Model Resiliensi Siebert 1993, 1996, 2005.

Penelitian ilmiah yang telah dilakukan lebih dari 50 tahun telah membuktikan bahwa resiliensi adalah kunci dari kesuksesan kerja dan kepuasan hidup (Reivich & Shatte, 2002). Resiliensi yang dimiliki oleh seorang individu, mempengaruhi kinerja individu tersebut baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan kerja, memiliki efek terhadap kesehatan individu tersebut secara fisik maupun mental, serta menentukan keberhasilan individu tersebut dalam berhubungan dan berinteraksi dengan lingkungannya. Dimana semua hal-hal tersebut adalah faktor-faktor dasar dari tercapai kebahagiaan dan kesuksesan hidup seseorang (Reivich & Shatte, 2002).

2.1.1. Definisi Resiliensi

Resiliensi dipandang oleh para ahli sebagai kemampuan untuk bangkit kembali dari situasi atau peristiwa yang traumatis. Siebert (2005) dalam bukunya

The Resiliency Advantage memaparkan bahwa yang dimaksud dengan resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dengan baik perubahan hidup pada level yang tinggi, menjaga kesehatan di bawah kondisi penuh tekanan, bangkit dari keterpurukan, mengatasi kemalangan, merubah cara hidup ketika cara yang lama dirasa tidak sesuai lagi dengan kondisi yang ada, dan menghadapi permasalahan tanpa melakukan kekerasan. Resiliensi adalah proses mengatasi efek negatif dari resiko yang ada, berhasil mengatasi pengalaman traumatik dan menghindari dampak negatif terkait resiko (Fergus & Zimmerman, 2005). Masten, Best, dan Garmezy (dalam Chen & George, 2005) mendefinisikan resiliensi sebagai sebuah proses, kemampuan seseorang, atau hasil dari adaptasi yang berhasil meskipun berhadapan dengan situasi yang mengancam.

“The process of, capacity for, or outcome of successful adaptation despite challenging or threatening circumstance” (Masten, Best, & Garmezy, 1991; dalam Chen & George, 2005 p. 426).

Sementara menurut Joseph (dalam Isaacsons, 2002) resiliensi merupakan kemampuan individu untuk melakukan penyesuaian dan adaptasi terhadap perubahan keinginan dan kegagalan yang muncul dalam kehidupan, dimana hanya individu yang resilien yang akan mampu menghadapi masalah dan perubahan. Hal ini selaras dengan pendapat Reivich dan Shatte (2002), yang mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan untuk menjaga dan beradaptasi terhadap kondisi yang serba salah.

Psikologi positif menempatkan konsep resiliensi sebagai sebuah contoh dari hal yang baik dan positif dari seorang individu. Masten dan Reed (dalam Luthans, Vogelgesang & Lester, 2006) mendefinisikan resiliensi sebagai sebuah fenomena yang dicirikan oleh pola adaptasi yang positif dalam konteks resiko atau kemalangan. Resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk mampu bertahan dan berkembang secara positif dalam situasi yang penuh tekanan atau kurang baik.

Greef (2005) menambahkan bahwa resiliensi harus dipahami sebagai kemampuan dimana individu tidak sekedar berhasil dalam beradaptasi terhadap resiko atau kemalangan namun juga memiliki kemampuan untuk pulih, bahagia dan berkembang menjadi individu yang lebih kuat, lebih bijak dan lebih

menghargai kehidupan. Individu yang resilien tidak hanya kembali pada keadaan normal setelah mereka mengalami kemalangan, namun sebagian dari mereka mampu untuk menampilkan *performance* yang lebih baik dari sebelumnya.

Dari beberapa definisi resiliensi yang telah dipaparkan di atas dapat ditarik sebuah garis merah terkait definisi resiliensi yang kami gunakan dalam penelitian ini. Definisi Resiliensi yang digunakan dalam penelitian ini adalah kemampuan individu untuk melakukan penyesuaian dan adaptasi terhadap perubahan keinginan dan kegagalan yang muncul dalam kehidupan, mengatasi kondisi yang penuh tekanan, bangkit dari keterpurukan dan berkembang secara positif menjadi individu yang lebih baik.

2.1.2. Tujuh Faktor Resiliensi

Reivich dan Shatte (2002), memaparkan tujuh kemampuan yang membentuk Resiliensi, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri, dan *reaching out*. Hampir tidak ada satupun individu yang secara keseluruhan memiliki tujuh kemampuan tersebut dengan baik.

a). Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan (Reivich & Shatte, 2002). Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang yang kurang memiliki kemampuan untuk mengatur emosi mengalami kesulitan dalam membangun dan menjaga hubungan dengan orang lain. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai macam faktor, di antara alasan yang sederhana adalah tidak ada orang yang mau menghabiskan waktu bersama orang yang marah, merengut, cemas, khawatir serta gelisah setiap saat. Emosi yang dirasakan oleh seseorang cenderung berpengaruh terhadap orang lain. Semakin kita terasosiasi dengan kemarahan maka kita akan semakin menjadi seorang yang pemaarah (Reivich & Shatte, 2002). Greef (2005) menyatakan bahwa individu yang memiliki kemampuan untuk mengatur emosinya dengan baik dan memahami emosi orang lain akan memiliki *self-esteem* dan hubungan yang lebih baik dengan orang lain.

Tidak semua emosi yang dirasakan oleh individu harus dikontrol. Tidak semua emosi marah, sedih, gelisah dan rasa bersalah harus diminimalisir. Hal ini dikarenakan mengekspresikan emosi yang kita rasakan baik emosi positif maupun negatif merupakan hal yang konstruktif dan sehat, bahkan kemampuan untuk mengekspresikan emosi secara tepat merupakan bagian dari resiliensi (Reivich & Shatte, 2002).

Reivich dan Shatte (2002), mengungkapkan dua buah keterampilan yang dapat memudahkan individu untuk melakukan regulasi emosi, yaitu yaitu tenang (*calming*) dan fokus (*focusing*). Dua buah keterampilan ini akan membantu individu untuk mengontrol emosi yang tidak terkendali, menjaga fokus pikiran individu ketika banyak hal-hal yang mengganggu, serta mengurangi stress yang dialami oleh individu.

a. Tenang (*Calming*)

Individu dapat mengurangi stress yang mereka alami dengan cara merubah cara berpikir ketika berhadapan dengan stressor. Meskipun begitu seorang individu tidak akan mampu untuk menghindari dari keseluruhan stress yang dialami, diperlukan cara untuk membuat diri mereka berada dalam kondisi tenang ketika stress menghadang.

Keterampilan ini adalah sebuah kemampuan untuk meningkatkan kontrol individu terhadap respon tubuh dan pikiran ketika berhadapan dengan stress dengan cara relaksasi. Dengan relaksasi individu dapat mengontrol jumlah stress yang dialami. Ada beberapa cara yang dapat digunakan untuk relaksasi dan membuat diri kita berada dalam keadaan tenang, yaitu dengan mengontrol pernapasan, relaksasi otot serta dengan menggunakan teknik *positive imagery*, yaitu membayangkan suatu tempat yang tenang dan menyenangkan.

b. Fokus (*Focusing*)

Keterampilan untuk fokus pada permasalahan yang ada memudahkan individu untuk menemukan solusi dari permasalahan yang ada (Reivich & Shatte, 2002). Setiap permasalahan yang ada akan berdampak pada timbulnya permasalahan-permasalahan baru. Individu yang fokus mampu untuk menganalisa

dan membedakan antara sumber permasalahan yang sebenarnya dengan masalah-masalah yang timbul sebagai akibat dari sumber permasalahan. Pada akhirnya individu juga dapat mencari solusi yang tepat untuk mengatasi permasalahan yang ada. Hal ini tentunya akan mengurangi stres yang dialami oleh individu.

b). Pengendalian Impuls

Pada tahun 1970, Goleman (dalam Reivich & Shatte, 2002), penulis dari *Emotional Intelligence*, melakukan penelitian terkait kemampuan individu dalam pengendalian impuls. Penelitian dilakukan terhadap 7 orang anak kecil yang berusia sekitar 7 tahun. Dalam penelitian tersebut anak-anak tersebut masing-masing ditempatkan pada ruangan yang berbeda. Pada masing-masing ruangan tersebut telah terdapat peneliti yang menemani anak-anak tersebut. Masing-masing peneliti telah diatur untuk meninggalkan ruangan tersebut untuk beberapa selang waktu. Sebelum peneliti pergi, masing-masing anak diberikan sebuah *Marshmallow* untuk dimakan oleh mereka. Namun peneliti juga menawarkan apabila mereka dapat menahan untuk tidak memakan *Marshmallow* tersebut sampai peneliti kembali ke ruangan tersebut, maka mereka akan mendapatkan satu buah *Marshmallow* lagi.

Setelah sepuluh tahun, peneliti melacak kembali keberadaan anak-anak tersebut dan terbukti bahwa anak-anak yang dapat menahan untuk tidak memakan *Marshmallow*, memiliki kemampuan akademis dan sosialisasi yang lebih baik dibandingkan anak-anak yang sebaliknya (Goleman dalam Reivich & Shatte, 2002).

Pengendalian impuls adalah kemampuan Individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri (Reivich & Shatte, 2002). Individu yang memiliki kemampuan pengendalian impuls yang rendah, cepat mengalami perubahan emosi yang pada akhirnya mengendalikan pikiran dan perilaku mereka. Mereka menampilkan perilaku mudah marah, kehilangan kesabaran, impulsif, dan berlaku agresif. Tentunya perilaku yang ditampakkan ini akan membuat orang di sekitarnya merasa kurang nyaman sehingga berakibat pada buruknya hubungan sosial individu dengan orang lain.

Individu dapat mengendalikan impulsivitas dengan mencegah terjadinya kesalahan pemikiran, sehingga dapat memberikan respon yang tepat pada permasalahan yang ada. Menurut Reivich dan Shatte (2002), pencegahan dapat dilakukan dengan dengan menguji keyakinan individu dan mengevaluasi kebermanfaatannya terhadap pemecahan masalah. Individu dapat melakukan pertanyaan-pertanyaan yang bersifat rasional yang ditujukan kepada dirinya sendiri, seperti 'apakah penyimpulan terhadap masalah yang saya hadapi berdasarkan fakta atau hanya menebak?', 'apakah saya sudah melihat permasalahan secara keseluruhan?', 'apakah manfaat dari semua ini?', dll.

Kemampuan individu untuk mengendalikan impuls sangat terkait dengan kemampuan regulasi emosi yang ia miliki. Seorang individu yang memiliki skor *Resilience Quotient* yang tinggi pada faktor regulasi emosi cenderung memiliki skor *Resilience Quotient* pada faktor pengendalian impuls (Reivich & Shatte, 2002).

c). Optimisme

Individu yang resilien adalah individu yang optimis (Reivich & Shatte, 2002). Siebert (2005) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara tindakan dan ekspektasi kita dengan kondisi kehidupan yang dialami individu. Optimisme adalah ketika kita melihat bahwa masa depan kita cemerlang (Reivich & Shatte, 2002). Peterson dan Chang (dalam Siebert, 2005) mengungkapkan bahwa optimisme sangat terkait dengan karakteristik yang diinginkan oleh individu, kebahagiaan, ketekunan, prestasi dan kesehatan. Individu yang optimis percaya bahwa situasi yang sulit suatu saat akan berubah menjadi situasi yang lebih baik. Mereka memiliki harapan terhadap masa depan mereka dan mereka percaya bahwa merekalah pemegang kendali atas arah hidup mereka. Individu yang optimis memiliki kesehatan yang lebih baik, jarang mengalami depresi, serta memiliki produktivitas kerja yang tinggi, apabila dibandingkan dengan individu yang cenderung pesimis.

Sebagian individu memiliki kecenderungan untuk optimis dalam memandang hidup ini secara umum, sementara sebagian individu yang lain optimis hanya pada beberapa situasi tertentu (Siebert, 2005). Optimisme bukanlah

sebuah sifat yang terberi melainkan dapat dibentuk dan ditumbuhkan dalam diri individu (Siebert, 2005).

Optimisme yang dimiliki oleh seorang individu menandakan bahwa individu tersebut percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan. Hal ini juga merefleksikan *Self-Efficacy* yang dimiliki oleh seseorang, yaitu kepercayaan individu bahwa ia mampu menyelesaikan permasalahan yang ada dan mengendalikan hidupnya. Optimisme akan menjadi hal yang sangat bermanfaat untuk individu bila diiringi dengan *Self-Efficacy*, hal ini dikarenakan dengan optimisme yang ada seorang individu terus didorong untuk menemukan solusi permasalahan dan terus bekerja keras demi kondisi yang lebih baik (Reivich & Shatte, 2002).

Tentunya optimisme yang dimaksud adalah optimisme yang realistis (*Realistic Optimism*), yaitu sebuah kepercayaan akan terwujudnya masa depan yang lebih baik dengan diiringi segala usaha untuk mewujudkan hal tersebut. Berbeda dengan *Unrealistic Optimism* dimana kepercayaan akan masa depan yang cerah tidak dibarengi dengan usaha yang signifikan untuk mewujudkannya. Perpaduan antara optimisme yang realistis dan *Self-Efficacy* adalah kunci resiliensi dan kesuksesan (Reivich & Shatte, 2002).

d). *Self-Efficacy*

Self-Efficacy adalah hasil dari pemecahan masalah yang berhasil. *Self-Efficacy* merepresentasikan sebuah keyakinan bahwa kita mampu memecahkan masalah yang kita alami dan mencapai kesuksesan (Reivich & Shatte, 2002). Sementara Bandura (dalam Atwater & Duffy, 1999) mendefinisikan *Self-Efficacy* sebagai kemampuan individu untuk mengatur dan melaksanakan suatu tindakan untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Dalam keseharian, individu yang memiliki keyakinan pada kemampuan mereka untuk memecahkan masalah akan tampil sebagai pemimpin, sebaliknya individu yang tidak memiliki keyakinan terhadap *Self-Efficacy* mereka akan selalu tertinggal dari yang lain. Atwater dan Duffy (1997), mengungkapkan bahwa *Self-Efficacy* memiliki pengaruh terhadap prestasi yang diraih, kesehatan fisik dan mental, perkembangan karir, bahkan perilaku memilih dari seorang individu.

Menurut Atwater dan Duffy (1997), *Self-Efficacy* memiliki kedekatan dengan konsep *Perceived Control*, yaitu suatu keyakinan bahwa individu mampu mempengaruhi keberadaan suatu peristiwa yang mempengaruhi kehidupan individu tersebut. *Perceived Control* memiliki dua buah sumber, yaitu *Internal Locus of Control* dan *External Locus of Control*. Individu dengan *Internal Locus of Control* meyakini bahwa dirinya memegang kendali terhadap kehidupannya. Sementara individu dengan *External Locus of Control* yakin bahwa sesuatu yang berada di luar dirinya memiliki kendali atas kehidupannya.

e). *Causal Analysis*

Causal Analysis merujuk pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi. Individu yang tidak mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi secara tepat, akan terus menerus berbuat kesalahan yang sama.

Seligman (dalam Reivich & Shatte, 2002) mengidentifikasi gaya berpikir *explanatory* yang erat kaitannya dengan kemampuan *Causal Analysis* yang dimiliki individu. Gaya berpikir *explanatory* dapat dibagi dalam tiga dimensi: personal (saya-bukan saya), permanen (selalu-tidak selalu), dan pervasive (semua-tidak semua).

Individu dengan gaya berpikir “Saya-Selalu-Semua” merefleksikan keyakinan bahwa penyebab permasalahan berasal dari individu tersebut (Saya), hal ini selalu terjadi dan permasalahan yang ada tidak dapat diubah (Selalu), serta permasalahan yang ada akan mempengaruhi seluruh aspek hidupnya (Semua). Sementara individu yang memiliki gaya berpikir “Bukan Saya-Tidak Selalu-Tidak semua” meyakini bahwa permasalahan yang terjadi disebabkan oleh orang lain (Bukan Saya), dimana kondisi tersebut masih memungkinkan untuk diubah (Tidak Selalu) dan permasalahan yang ada tidak akan mempengaruhi sebagian besar hidupnya (Tidak semua).

Gaya berpikir *explanatory* memegang peranan penting dalam konsep resiliensi (Reivich & Shatte, 2002). Individu yang terfokus pada “Selalu-Semua” tidak mampu melihat jalan keluar dari permasalahan yang mereka hadapi.

Sebaliknya individu yang cenderung menggunakan gaya berpikir “Tidak selalu-Tidak semua” dapat merumuskan solusi dan tindakan yang akan mereka lakukan untuk menyelesaikan permasalahan yang ada.

Individu yang resilien adalah individu yang memiliki fleksibilitas kognitif. Mereka mampu mengidentifikasi semua penyebab yang menyebabkan kemalangan yang menimpa mereka, tanpa terjebak pada salah satu gaya berpikir *explanatory*. Mereka tidak mengabaikan faktor permanen maupun pervasif. Individu yang resilien tidak akan menyalahkan orang lain atas kesalahan yang mereka perbuat demi menjaga *self-esteem* mereka atau membebaskan mereka dari rasa bersalah. Mereka tidak terlalu terfokus pada faktor-faktor yang berada di luar kendali mereka, sebaliknya mereka memfokuskan dan memegang kendali penuh pada pemecahan masalah, perlahan mereka mulai mengatasi permasalahan yang ada, mengarahkan hidup mereka, bangkit dan meraih kesuksesan (Reivich & Shatte, 2002).

f). Empati

Secara sederhana empati dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk memahami dan memiliki kepedulian terhadap orang lain (Greef, 2005) Empati sangat erat kaitannya dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain (Reivich & Shatte, 2005). Beberapa individu memiliki kemampuan yang cukup mahir dalam menginterpretasikan bahasa-bahasa nonverbal yang ditunjukkan oleh orang lain, seperti ekspresi wajah, intonasi suara, bahasa tubuh dan mampu menangkap apa yang dipikirkan dan dirasakan orang lain. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif (Reivich & Shatte, 2002).

Ketidakmampuan berempati berpotensi menimbulkan kesulitan dalam hubungan sosial (Reivich & Shatte, 2002). Individu-individu yang tidak membangun kemampuan untuk peka terhadap tanda-tanda nonverbal tersebut tidak mampu untuk menempatkan dirinya pada posisi orang lain, merasakan apa yang dirasakan orang lain dan memperkirakan maksud dari orang lain.

Ketidakmampuan individu untuk membaca tanda-tanda nonverbal orang lain dapat sangat merugikan, baik dalam konteks hubungan kerja maupun hubungan personal, hal ini dikarenakan kebutuhan dasar manusia untuk dipahami dan dihargai. Individu dengan empati yang rendah cenderung mengulang pola yang dilakukan oleh individu yang tidak resilien, yaitu menyamaratakan semua keinginan dan emosi orang lain (Reivich & Shatte, 2002). Penelitian yang dilakukan oleh Greef (2005), mengungkapkan bahwa salah satu perilaku yang ditampilkan oleh individu yang resilien adalah menunjukkan empati kepada orang lain.

g). *Reaching out.*

Sebagaimana telah dipaparkan sebelumnya, bahwa resiliensi lebih dari sekedar bagaimana seorang individu memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan, namun lebih dari itu resiliensi juga merupakan kemampuan individu meraih aspek positif dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa (Reivich & Shatte, 2002).

Banyak individu yang tidak mampu melakukan *reaching out*, hal ini dikarenakan mereka telah diajarkan sejak kecil untuk sedapat mungkin menghindari kegagalan dan situasi yang memalukan. Mereka adalah individu-individu yang lebih memilih memiliki kehidupan standar dibandingkan harus meraih kesuksesan namun harus berhadapan dengan resiko kegagalan hidup dan hinaan masyarakat. Hal ini menunjukkan kecenderungan individu untuk berlebihan (*overestimate*) dalam memandang kemungkinan hal-hal buruk yang dapat terjadi di masa mendatang. Individu-individu ini memiliki rasa ketakutan untuk mengoptimalkan kemampuan mereka hingga batas akhir. Gaya berpikir ini memberikan batasan bagi diri mereka sendiri, atau dikenal dengan istilah *Self-Handicaping*.

2.1.3. Faktor Protektif

Resiliensi tidak hanya ditekankan pada hasil akhir yang positif dimana individu mampu bertahan dan pada akhirnya mampu berkembang secara positif, namun resiliensi juga harus dilihat secara utuh dimulai dari proses, mekanisme dan faktor-faktor pendukung yang berkontribusi dalam membentuk seorang

individu yang resilien, atau yang lebih dikenal dengan istilah faktor-faktor protektif.

“Resilience may alternatively be defined as the protective factors, processes and mechanisms that contribute to a good outcome despite experiences with stressors shown to carry significant risks”. (Hjemdal et al., 2007).

Menurut Rutter (1987) faktor-faktor protektif ini dapat mengubah, mengurangi, atau meningkatkan respon individu terhadap pengaruh lingkungan yang memberi kecenderungan untuk mengalami perkembangan maladaptif. Adapun faktor-faktor protektif dan mekanisme dapat dibagi dalam beberapa kategori: (1) Sumberdaya dan karakteristik yang positif dari individu; (2) Keluarga yang stabil dan memberikan dukungan yang ditandai dengan adanya pertalian diantara anggota keluarga; (3) Jaringan sosial eksternal atau komunitas yang mendukung dan memperkuat cara *coping* yang adaptif (Garmezy, 1993; Werner, 1989, 1993; dalam Isaacson, 2002).

Kepribadian dan karakteristik positif dari seorang individu merupakan sebuah proses transaksional antara seseorang dengan lingkungannya (Bernard, 1991). Brofenbrenner (dalam Bernard, 1991) mengungkapkan Model perkembangan ekologi-transaksional yang memaparkan bahwa kepribadian yang dimiliki seseorang merupakan sebuah mekanisme pembenaran diri yang saling terkait secara aktif dan merupakan adaptasi yang berlangsung terus menerus antara seseorang dengan lingkungannya. Dalam hal ini seorang anak yang resilien adalah anak yang dapat bekerja dengan baik, bermain dengan baik, mencintai dengan baik, dan memiliki harapan akan masa depan yang baik (Werner & Smith dalam Bernard, 1991).

“The literature sums up the resilient child as one who works well, plays well, loves well, and expects well” (Werner & Smith dalam Bernard, 1991, pg.4).

Individu yang resilien adalah individu yang fleksibel, mampu beradaptasi secara cepat dengan lingkungannya dan terus bergerak maju dengan berbagai perubahan dan permasalahan hidup yang terjadi (Siebert, 1995). Mereka mampu

melihat kesempatan yang baik dan mengambil nilai positif dalam situasi yang dipandang negatif oleh orang lain. Mereka memiliki harapan untuk bangkit dan mereka meyakini dengan teguh harapan tersebut.

Resiliensi tidak bersifat genetik (Reivich & Shatte, 2002). Kemampuan ini tidak diturunkan oleh orang tua kepada anaknya. Walaupun tema resiliensi pada psikologi klinis dan psikologi positif ditempatkan pada sebuah kemampuan terberi yang dimiliki oleh individu tertentu (*trait-like*), penelitian yang dilakukan belakangan membuktikan bahwa resiliensi juga merupakan sebuah kemampuan dibentuk oleh lingkungan (*state-like*) dan dapat dikembangkan oleh seseorang (*open to development*) (Reivich & Shatte, 2002). Resiliensi sepenuhnya berada dalam kontrol individu dan kemampuan ini dapat dikuasai oleh individu manapun melalui proses latihan.

“To say something is partly heritable doesn’t mean it’s not changeable. Research shows people can learn ways to become resilient. They can practice techniques that help them stay in the present, keep things in perspective and work on the problems at hand”. (Reivich & Elias dalam Luthans, Vogelgesang & Lester, 2006, p. 2D).

Sesuai dengan pandangan ekologi yang diungkapkan oleh Brofenbrenner (dalam Sarwono 2002) bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh faktor-faktor dari luar yang dibagi dalam lingkaran-lingkaran. Keluarga menempati lingkaran pertama karena lingkungan keluarga adalah lingkungan yang paling dekat dengan pembentukan pribadi anak. Sebagian besar kehidupan manusia dihabiskan bersama keluarga.

Brofenbrenner (dalam Sarwono 2002) menempatkan jaringan sosial atau komunitas yang dimiliki individu termasuk dalam lingkaran ketiga, yang dinamakan *exo-system*, yaitu lingkungan yang tidak langsung menyentuh pribadi anak namun tetap memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap perilaku yang ditampilkan anak. Komunitas dan organisasi keagamaan mampu memberikan dukungan dan perhatian pada individu (McCubbin, et al. dalam Trianisa 2002). Sementara itu Frey (1998), mengungkapkan bahwa suasana pada suatu komunitas keagamaan berperan sebagai faktor protektif

Werner (dalam Isaacson, 2002) mengungkapkan bahwa tokoh panutan dalam suatu komunitas termasuk ke dalam faktor protektif bagi individu.

Sementara itu Schorr (dalam Isaacson, 2002) menambahkan bahwa dukungan sosial yang diberikan oleh komunitas (dalam hal ini tetangga, teman, penolong) merupakan penanda kesuksesan bagi individu.

Komunitas resilien adalah sebuah komunitas yang terfokus pada faktor protektif yang mendorong anggotanya untuk memiliki kemampuan resiliensi yang baik. Komunitas ini memiliki beberapa sifat, diantaranya yaitu (1) sangat memperhatikan dan memberikan kasih sayang kepada anggotanya, (2) memiliki harapan dan dukungan yang tinggi (3) memberikan kesempatan yang selalu terbuka untuk ikut berpartisipasi seluas-luasnya pada kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh komunitas tersebut. (Krovetz, 1999).

Komunitas keagamaan menyediakan tempat untuk individu agar dapat bersosialisasi dengan orang lain (Trianisa, 2002). Melalui komunitas individu merasa dihargai keberadaannya oleh orang lain. Ketika komunitas dan organisasi religius memperlihatkan kepedulian terhadap individu, individu tersebut akan merasakan hubungan dan dukungan yang membantu mereka dalam beradaptasi dengan kondisi yang ada dan mengatasi konsekuensi negatif yang sering kali dihadapi oleh individu.

2.2. Tahap Perkembangan Perempuan Dewasa Muda

Periode seorang individu dikatakan telah mencapai tahap Dewasa sangat bervariasi tergantung pada masa dan masyarakat pada konteks tersebut. Namun sebagian besar peneliti membagi periode dewasa kedalam tiga periode : Dewasa Muda (*Young Adulthood*) yang berada dalam rentang usia 20-40 tahun; Dewasa Madya (*Middle Adulthood*) yang berada dalam rentang usia 40-65 tahun; serta Dewasa Tua (*Late Adulthood*) (Papalia, 2007).

Santrock (2002), memaparkan bahwa dewasa muda adalah sebuah periode yang berawal dari remaja akhir, yakni awal usia 20 tahun-an dan berakhir pada usia tiga puluh tahun-an. Sedangkan menurut Paludi (2002) dewasa muda adalah sebuah periode dimana individu berada pada rentang usia 20-40 tahun. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Sigelman (1999) yang mengungkapkan bahwa dewasa muda berada pada usia 20-40 tahun.

Berbeda dengan Paludi dan Sigelman, Zanden (1997) menyatakan bahwa tahapan perkembangan dewasa muda berada pada rentang usia 18 – 27. Sementara itu Levinson (dalam Mcilveen & Gross, 1997), mengungkapkan bahwa pada rentang usia 17 – 45 individu memasuki tahapan dewasa muda. Sedangkan Havighurst's (dalam Lemme, 1995) menyatakan bahwa periode dewasa muda berada pada rentang usia 18 – 35 tahun.

Dari sekian banyak pendapat yang telah dipaparkan oleh beberapa tokoh di atas, maka dengan pertimbangan kedekatan dengan konteks budaya Indonesia penelitian yang kami lakukan akan menggunakan rentang usia 18 – 40 tahun sebagai ketentuan objek penelitian yang sedang berada dalam tahapan dewasa muda.

2.2.1. Perkembangan Kognitif dan Moral

Seorang individu yang berada pada tahap dewasa muda telah mencapai tahap perkembangan kognitif yang matang, dimana pemikiran yang ada didasarkan pada pengalaman dan intuisi individu serta logika yang akan sangat bermanfaat ketika berhadapan dengan permasalahan atau situasi yang ambigu, tidak jelas, tidak konsisten, kontradiksi, tidak sempurna dan menuntut kompromi individu (Papalia, 2001).

Individu dewasa muda memiliki kemampuan kognitif dan *moral judgement* yang lebih kompleks. Individu telah mampu berpikir abstrak dan memikirkan kemungkinan-kemungkinan (Papalia, 2007). Individu yang berada pada tahap perkembangan dewasa muda memiliki kemampuan kognitif yang disebut sebagai *Reflective Thinking*, yaitu suatu proses berpikir yang melibatkan evaluasi informasi yang bersifat aktif dan terus menerus, dan mendasarkan pada bukti yang ada serta implikasi yang ditimbulkan (Papalia, 2001).

Bila seorang dewasa muda telah mampu untuk menggunakan kemampuan *reflective thinking* yang ia miliki ketika berhadapan dengan berbagai macam permasalahan maka ia dikatakan telah mencapai level tertinggi dari tahap perkembangan moral Kohlberg (Papalia, 2001). Tahap ini disebut sebagai tahap orientasi pada prinsip-prinsip moral. Dimana pada tahap ini pada tahap ini

individu berpikir diperbolehkan untuk melakukan hal-hal yang dipandang negatif bila terdapat nilai yang lebih tinggi untuk dicapai (Sarwono, 2002).

2.2.2. Perkembangan Fisik

Papalia (2007) menyatakan bahwa individu yang berada pada tahap Dewasa Muda secara umum sedang berada pada kondisi puncak dalam aspek kesehatan kemudian nanti secara perlahan kondisi akan mengalami penurunan. Pada periode ini pilihan gaya hidup sangat mempengaruhi kesehatan.

Perempuan memiliki harapan hidup yang lebih tinggi dan angka kematian yang lebih rendah bila dibandingkan laki-laki (Kochanek et al. dalam Papalia, 2001). Hal ini dikarenakan adanya kromosom X yang terberi pada perempuan dan merupakan pelindung genetik. Selain itu pola makan pada laki-laki yang lebih menyukai daging dan kentang dibanding buah dan sayur-sayuran juga berkontribusi pada tingginya angka kematian pada laki-laki. Penelitian yang dilakukan oleh Addis dan Mahalik (dalam Papalia, 2001), menunjukkan bahwa perempuan lebih sering ke rumah sakit untuk memeriksakan kesehatannya dibandingkan laki-laki. Perempuan biasanya datang dengan keluhan sakit yang tergolong ringan namun sering sedangkan laki-laki biasanya mendatangi rumah sakit bila kondisi kesehatan sudah kronis dan mengancam kehidupan. Dalam hal ini laki-laki memandang bahwa 'menjadi sakit' adalah hal yang tidak maskulin dan meminta pertolongan sama artinya dengan kehilangan kontrol atas hidupnya.

Selain itu, Cohen (dalam Papalia 2001) menyebutkan bahwa salah satu aspek yang bersifat vital terhadap kondisi kesehatan dan *well being* seseorang yang berada pada periode dewasa muda adalah aspek sosial. Lebih lanjut Cohen (dalam Papalia 2001) menjelaskan bahwa aspek sosial yang dimaksud terdiri dari aspek *social integration* dan *social support*. *Social Integration* merupakan keterlibatan secara aktif individu dengan hubungan, aktivitas dan peran sosial. Jaringan sosial yang dimiliki oleh seseorang akan mempengaruhi kondisi *emotional well being* seseorang dan partisipasi seseorang dalam menjalankan perilaku hidup sehat, seperti berolahraga dan memakan makanan yang bergizi. Sedangkan yang dimaksud dengan *Social Support* adalah materi, informasi

maupun faktor psikologis yang didapat oleh seseorang dari jaringan sosial, tempat dimana seorang individu dapat melakukan *coping* terhadap stres yang dihadapi.

2.2.3. Perkembangan Psikososial

2.2.3.1. Seksualitas Perempuan Dewasa Muda

Pada aspek psikososial, individu dewasa muda sudah memiliki kestabilan kepribadian, namun perubahan dapat terjadi dikarenakan suatu peristiwa atau perubahan tahapan. Pada tahapan ini individu membuat keputusan terkait dengan hubungan intim dan gaya hidup pribadi mereka. Menurut Freud (dalam Papalia 2007) individu dewasa muda sedang berada pada tahap Genital. Dimana pada masa ini individu sudah matang dalam kehidupan seksual mereka.

Hal ini sesuai dengan pendapat Erikson (dalam Williams 1996) dimana pada periode ini individu mulai membuat komitmen hubungan dengan orang lain, dimana ketika hubungan yang dilalui tidak berhasil, individu akan merasakan dirinya terisolasi dari lingkungannya (*intimacy versus isolation*). Sebagian besar individu pada tahapan ini menikah dan menjadi orang tua. Havighurst's (dalam Lemme 1995) menyatakan bahwa pada tahap usia ini individu memilih pasangan, membesarkan anak. Sementara itu (Santrock, 2002) mengungkapkan bahwa pada periode dewasa muda individu berada dalam fase memilih pasangan dan belajar untuk hidup bersama orang lain dalam hubungan yang intim, membangun keluarga dan membesarkan anak.

Menyoroti sisi seksualitas pada perempuan, Hyde dan Rosenberg (1976) memaparkan bahwa sebagai bagian dari tugas perkembangan, perempuan memiliki kecenderungan untuk menarik perhatian lawan jenisnya. Semenjak pubertal perempuan telah mendapatkan sosialisasi dari masyarakat bahwa terdapat kelebihan dari bentuk tubuhnya yang menjanjikan penerimaan lingkungan, popularitas dan cinta. Secara implisit perempuan didorong untuk melakukan usaha sehingga menarik bagi lawan jenis namun tidak berperilaku seksual, atau dengan kata lain ” *Be Sexually appealing, but don't be sexual* ”. Perempuan berusaha memperlihatkan daya tarik mereka untuk menarik lawan jenis namun mereka tidak boleh memperlihatkannya secara berlebihan sehingga menimbulkan penilaian negatif oleh lawan jenisnya, misalnya saja dianggap sebagai perempuan

'gampangan' dan kehilangan status sosial sebagai perempuan yang dipandang baik oleh lingkungan (Hyde & Rosenberg, 1976).

Ketika perempuan tengah menginjak masa dewasa akan timbul kebutuhan seksualitas yang mendalam, dimana hal ini tidak mungkin akan terwujud bila ia tidak mampu untuk menarik lawan jenisnya yang biasa dilakukan dengan menggunakan pakaian yang menarik atau berdandan (Hyde & Rosenberg, 1976).

2.2.3.2. Pengembangan Karir dan Pendidikan

Pada periode ini juga individu dewasa muda berada dalam fase pematangan kemandirian personal dan ekonomi serta pemilihan dan pengembangan karir (Santrock, 2002) dan pendidikan (Papalia, 2007). Individu mulai mengambil tanggung jawab sosial sebagai warga negara dan menemukan kelompok sosial yang sesuai untuk dirinya (Havighurst's dalam Lemme, 1995).

Deutsch (dalam Hyde & Rosenberg, 1976) mengungkapkan bahwa fase *motherhood* sebagai tahapan yang paling kritis dalam tahap perkembangan seorang perempuan dan bahwa fase remaja dan pubertas sebagai fase antisipasi dan persiapan untuk fase tersebut. Perempuan yang berada pada tahap perkembangan dewasa muda hampir secara utuh mengidentifikasikan dirinya pada peran istri dan ibu. Menjadi seorang ibu dapat menjadi suatu tantangan yang menarik dan berharga. Walaupun peran menjadi seorang ibu menjadi salah satu sumber utama identitas perempuan, disisi lain tidak semua perempuan memiliki keinginan dan sesuai terhadap peran tersebut. Namun peran ibu merupakan peran normatif yang diinginkan oleh masyarakat, sehingga perempuan diharuskan untuk mengadopsi peran tersebut. Penolakan terhadap peran tersebut akan dianggap negatif, egois dan tidak adekuat oleh masyarakat.

Sementara itu menurut Hyde dan Rosenberg (1976), kondisi yang terjadi pada masyarakat kita belakangan ini mendorong seorang istri untuk melakukan peran ganda sebagai seorang ibu dan juga bekerja keluar rumah. Hoffman (dalam Williams, 1996) memaparkan beberapa alasan perempuan bekerja di luar rumah, diantaranya adalah dikarenakan aspek ekonomi, aspek peran istri dan ibu rumah tangga serta faktor kepribadian.

Sebagian besar perempuan bekerja di luar rumah dikarenakan adanya kebutuhan ekonomi yang mendesak. Hal ini dikarenakan penghasilan suami tidak mencukupi untuk memenuhi pengeluaran kebutuhan hidup. Sementara itu sebagian perempuan yang lain memutuskan untuk bekerja keluar rumah lebih dikarenakan peran ibu rumah tangga yang belakangan kurang mendapatkan penghargaan di masyarakat. Peran ibu rumah tangga tidak menghasilkan gaji, dan tidak membutuhkan training pelatihan khusus untuk melakukannya. Berbeda halnya ketika ia bekerja di luar rumah. Ia tidak hanya akan mendapatkan gaji, namun juga prestise dan penghargaan dari masyarakat.

Menyoroti faktor kepribadian sebagai alasan bekerja di luar rumah, terdapat sebagian perempuan yang bekerja di luar rumah demi pemuasan kebutuhan diri untuk beraktualisasi. Mereka bekerja untuk memenuhi kebutuhan akan prestasi dan komitmen terhadap suatu keahlian khusus yang akan memberikan kepuasan psikologis terhadap dirinya, terlepas dari jumlah pemasukan ekonomi yang didapat maupun penilaian masyarakat (Williams, 1996).

Sementara itu hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan yang bekerja di luar rumah lebih memiliki rasa kompeten yang tinggi bila dibandingkan dengan perempuan yang tidak bekerja di luar rumah. Selain itu studi terkait kebutuhan psikologis perempuan mengungkapkan bahwa dengan bekerja di luar rumah seorang perempuan berusaha untuk memenuhi aspirasi yang ia miliki, merealisasikan potensi dirinya, keinginan untuk memberikan manfaat bagi lingkungannya dan memenuhi kebutuhan untuk melakukan hubungan sosial dengan lingkungannya (Hoffman dalam Williams, 1996)

2. 3. Atribusi, Persepsi dan Prasangka Sosial

2.3.1. Persepsi Sosial

Persepsi sosial dalam kacamata psikologi merupakan sebuah proses pencarian informasi untuk dipahami (Sarwono, 2002). Alat untuk memperoleh informasi tersebut adalah pengindraan (penglihatan, pendengaran, peraba, dll) sedangkan alat untuk memahaminya disebut dengan kesadaran atau kognisi. Persepsi yang terkait dengan orang tersebut atau orang-orang lain disebut Persepsi

Sosial. Sarwono (2002) menambahkan bahwa terdapat dua hal yang ingin diketahui dalam persepsi sosial, yaitu keadaan dan perasaan orang lain saat ini, di tempat ini melalui komunikasi lisan maupun non lisan serta kondisi yang lebih permanen yang ada dibalik segala yang tampak saat ini seperti nilai, sifat, motivasi, dll yang diasumsikan menjadi penyebab dari kondisi yang terjadi. Persepsi sosial bersifat sangat subjektif tergantung kepada orang yang melakukan persepsi. Setiap lingkungan sosial budaya yang berbeda akan menghasilkan persepsi sosial yang berbeda dan reaksi yang berbeda pula (Markovsky dalam Sarwono 2002)

Persepsi sosial yang terbentuk sangat tergantung kepada komunikasi. Persepsi orang terhadap orang lain sangat tergantung pada komunikasi yang terjadi antara keduanya. Lebih lanjut Sarwono (2002) menjelaskan bahwa terdapat dua jenis komunikasi, yaitu komunikasi lisan dalam bentuk percakapan serta komunikasi non lisan yang tercermin dari gerak tubuh, ekspresi wajah, dll. Dari kedua jenis komunikasi tersebut, komunikasi non lisan jauh lebih diutamakan dari komunikasi lisan dalam persepsi sosial. Hal ini dikarenakan, melalui komunikasi non lisan seseorang tidak hanya sekedar menerima informasi namun juga dapat melakukan atribusi dari informasi yang didapat (Sarwono, 2002).

Sementara menurut Hartley (1993) terdapat beberapa jenis komunikasi, yaitu komunikasi antara individu dan massa serta komunikasi antara kelompok yang dapat berlangsung baik melalui tatap muka secara langsung maupun dengan menggunakan alat. Namun dari berbagai jenis komunikasi yang ada Sarwono (2002) berpendapat bahwa komunikasi antar individu dengan bertatap muka secara langsung mengandung faktor psikologis yang paling lengkap diantara yang lain.

Hartley (1993) menambahkan bahwa komunikasi tatap muka memiliki beberapa aspek penting, diantaranya adalah terdapat pembagian peran yang harus dijalankan oleh masing-masing pihak, menunjukkan saling keterbukaan, saling percaya dan saling suka antar pihak, adanya hubungan dua arah yang memungkinkan tidak hanya pertukaran pesan namun juga makna dalam komunikasi serta menunjukkan adanya intensi atau kehendak dari kedua belah pihak untuk berkomunikasi.

2.3.2. Atribusi Sosial

Penjelasan yang ada dibalik perilaku dalam sebuah persepsi sosial disebut dengan istilah Atribusi Sosial. Dengan atribusi sosial seseorang berusaha untuk memperkirakan apa yang menyebabkan orang lain berperilaku tertentu. Myers (1996), menyebutkan bahwa atribusi terjadi dikarenakan kecenderungan manusia untuk menjelaskan segala sesuatu, termasuk alasan dibalik perilaku orang lain. Tidak berbeda dengan persepsi sosial, atribusi sosial memiliki sifat yang sangat subjektif, yakni tergantung pada individu yang melakukan atribusi tersebut. Menurut Heider (dalam Sarwono, 2002) seorang tokoh psikologi atribusi terdapat dua golongan cara individu menjelaskan suatu perilaku, yaitu yang berasal dari orang yang bersangkutan (atribusi internal) serta yang berasal dari lingkungan atau luar diri orang yang bersangkutan (atribusi eksternal). Kedua jenis atribusi ini dapat terjadi secara bersamaan, namun individu cenderung untuk memilih salah satu jenis atribusi.

Dalam memberikan atribusi, seseorang mungkin saja melakukan kesalahan. Kesalahan-kesalahan tersebut disebabkan oleh beberapa hal, diantaranya adalah: (1) kecenderungan seseorang untuk selalu memberikan atribusi internal, (2) terdapat efek pelaku-pengamat, dimana pemberian atribusi akan berbeda tergantung posisi orang yang memberikan atribusi saat itu, (3) *self serving bias*, yakni adanya kecenderungan setiap orang untuk membenarkan diri sendiri dan menyalahkan orang lain.

2.3.3. Prasangka (*Prejudice*)

Prasangka (*Prejudice*) adalah sikap yang negatif terhadap kelompok tertentu atau seseorang dikarenakan keanggotaannya dalam kelompok tertentu (Baron & Byrne, 1994). Prasangka timbul dikarenakan penilaian yang tidak berdasar dan pengambilan sikap sebelum menilai dengan cermat sehingga terjadi bias dari kenyataan yang sesungguhnya (Myers, 1996). Meskipun begitu menurut Brown (dalam Sarwono 2002) tidak semua prasangka selalu salah dan irasional, sebagian juga didasarkan pada kenyataan sosial.

Prasangka merupakan permasalahan psikologi dan memiliki dampak yang negatif terhadap hubungan antar pribadi. Dampak negatif ini timbul akibat adanya stereotipi yang diberikan. Walaupun terkadang stereotipi yang diberikan oleh masyarakat sesuai dengan kenyataan sebagian anggota dari kelompok tersebut, namun masyarakat cenderung melakukan generalisasi dan memukul rata yang sebagian itu pada keseluruhan (Sarwono, 2002). Stereotipi muncul dikarenakan manusia membentuk skema atau kategori dalam kognisinya dan sekali skema ini sudah terbentuk, orang cenderung hanya menerima informasi yang sesuai dengan skema tersebut serta menolak yang tidak sesuai. Hasil akhir dari prasangka ini adalah timbulnya perlakuan yang berbeda terhadap perempuan bercadar atau yang disebut oleh Myers (1996) dengan istilah perilaku diskriminasi di masyarakat.

2.4. Konflik

Konflik adalah sebuah kondisi yang bertentangan. Konflik dapat muncul kapan saja, baik dalam kehidupan sosial maupun mental seorang individu. Konflik memegang peran penting dalam proses perkembangan semenjak tahap awal kehidupan hingga dewasa. Konflik merupakan sebuah kekuatan utama yang memiliki pengaruh, baik positif maupun negatif, dalam proses perkembangan individu. Namun sebagian ahli masih melihat konflik sebagai sebuah kondisi maupun peristiwa negatif yang membawa pengaruh buruk.

Konflik dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu konflik *between people* dan konflik *within people* (Shantz & Hartup, 1997). Konflik *between people* terjadi antara seseorang dengan orang lain atau lingkungannya. Hal ini terjadi dikarenakan adanya perbedaan keyakinan, pengetahuan, cara berpikir dan berperilaku antara satu individu dengan individu yang lain. Sebagian konflik yang dialami oleh seorang individu akan mengalir dan terlupakan begitu saja seiring berjalannya waktu, namun terdapat pula sebagian konflik yang penuh akan makna dan emosi, menjadi sebuah titik balik bagi seorang individu yang mempengaruhi hubungannya dengan orang lain, tidak terlupakan serta memiliki efek jangka panjang bagi kehidupan seseorang. Dalam hal ini konflik didefinisikan sebagai sebuah kondisi yang bertentangan maupun penolakan antara dua orang atau lebih.

Sementara konflik *within people*, adalah konflik yang terjadi didalam diri seorang individu, ketika terdapat ketidaksesuaian antara skemata yang telah ada sebelumnya dengan persepsi eksternal terhadap suatu objek atau peristiwa. Dalam hal ini telah terjadi pertentangan terkait kepercayaan atau informasi maupun harapan yang selama ini diyakini dengan kepercayaan dan informasi baru yang diperoleh.

Permasalahan dan resiko merupakan dua hal yang tidak dapat dihindari ketika seseorang sedang mengalami konflik. Konflik merupakan situasi yang tidak dapat diperkirakan dan tidak terkontrol. Hal ini menimbulkan perasaan tidak nyaman dan cemas pada orang yang mengalami konflik. Individu berbeda-beda dalam menampilkan emosi ketika sedang berhadapan dengan konflik. Selain merasa cemas, individu-individu kerap mengalami emosi marah, sedih, terkejut, puas, bersemangat, ataupun merasa bersalah ketika berhadapan dengan konflik.

Lewin (dalam Shantz & Hartup, 1997) melihat konflik sebagai sebuah oposisi dari sebuah medan kekuatan. Ia membagi konflik kedalam tiga bagian, yaitu (a) ketika individu berada diantara dua kutub/nilai positif (*approach-approach*); (b) ketika individu berada diantara kutub/nilai positif dan negatif (*approach-withdrawl*); (c) ketika individu berada diantara dua kutub/nilai negatif (*withdrawl-withdrawl*).

Konflik yang bersifat *approach-approach* relatif lebih mudah untuk diselesaikan. Konflik ini biasanya terjadi akibat kelabilan ekuilibrium. Penyelesaian konflik dengan memilih satu kutub positif akan diikuti meningkatnya alternatif pilihan dan pendekatan demi terpenuhinya target pada kutub positif yang lain. Sementara itu, konflik yang bersifat *approach-withdrawl* cenderung mengarahkan perilaku individu yang berubah-ubah dan fluktuatif, dimana seorang individu terjebak dalam sebuah medan kekuatan antara menarik dan menghindar dalam ekulibrium yang stabil. Sedangkan konflik *withdrawl-withdrawl*, menempatkan individu pada kondisi yang serba salah dan tertekan. Bila pada konflik ini, permasalahan yang ada terlalu besar dan sulit diatasi, dimungkinkan individu akan mengambil solusi yang bersifat ekstrim untuk keluar dari konflik yang ada, seperti mencoba untuk mendefinisikan kembali realitas

kehidupan atau melakukan usaha bunuh diri (Lewin dalam Shantz & Hartup, 1997).

2.5. Cadar

2.5.1. Definisi dan Asal Usul Cadar

Cadar dalam Islam adalah jilbab yang tebal dan longgar, yang menutupi seluruh aurat, termasuk wajah dan telapak tangan (Shalih, 2001). Cadar biasa dikenakan oleh para isteri Rasulullah SAW dan isteri para sahabat. Konsep cadar pertama kali diperkenalkan oleh agama Yahudi dan selanjutnya konsep ini dipergunakan dalam agama Kristen. Dua agama besar sebelum Islam ini telah mewajibkan penggunaan cadar bagi kaum perempuan. Dengan kata lain, tradisi penggunaan cadar sudah ada jauh sebelum ayat-ayat tentang jilbab dalam Islam diturunkan (Al-Idrus, 2005).

Asal-usul penggunaan cadar, menurut kalangan antropolog, berawal dari mitos *menstrual taboo*, yaitu untuk mencegah si 'mata iblis' dalam melakukan aksinya. Penggunaan cadar pertama kali dikenal sebagai pakaian perempuan menstrual. Hal ini bertujuan untuk menutupi mata dari cahaya matahari dan sinar bulan, karena hal-hal itu dianggap tabu dan dapat menimbulkan bencana di dalam masyarakat dan lingkungan alam. Cadar juga dimaksudkan sebagai pengganti gubuk pengasingan bagi keluarga raja atau bangsawan. Keluarga bangsawan tidak perlu lagi mengasingkan diri di dalam gubuk pengasingan tetapi cukup menggunakan pakaian khusus yang menutupi anggota badan yang dianggap sensitif. Dahulu kala perempuan yang menggunakan cadar hanya dari keluarga bangsawan atau orang-orang terhormat, kemudian diikuti oleh perempuan non bangsawan (Al-Idrus, 2005).

2.5.2. Hukum Cadar

Dalam menyikapi hukum penggunaan cadar para ulama ahli hadits berbeda pendapat, ada yang berpendapat hukumnya wajib, dan ada yang mengatakan tidak wajib melainkan keutamaan bila melakukannya Sementara itu, mayoritas ulama di Arab Saudi lebih menguatkan yang wajib (Shalih, 2001).

Salah satu dasar dari diwajibkannya penggunaan cadar adalah ayat dalam Al-Quran, yaitu surat An-Nur ayat 31. Ayat tersebut berbunyi sebagai berikut, "Katakanlah kepada wanita yang beriman, hendaklah mereka menahan pandangannya dan memelihara kemaluannya dan janganlah menampakkan perhiasan mereka kecuali yang biasa nampak. Dan hendaklah mereka menutupkan khimar (kain kerudung) ke dadanya..." (An-Nur : 31).

Dari penggalan ayat tersebut terdapat dua penjelasan terhadap hukum wajib cadar. Pertama, perintah untuk menutup wajah dianggap sebagai sarana untuk menjaga kemaluan. Hal ini dikarenakan dengan membuka wajah maka seseorang membiarkan orang lain untuk memperhatikan kecantikannya, menikmatinya dan pada akhirnya mengarah kepada perzinahan. Kedua, kewajiban untuk menutupkan kain kerudung dada dianggap otomatis mewajibkan untuk menutup wajah. Karena bila melihat dari definisi kerudung, yaitu sesuatu yang dipakai wanita untuk menutupi kepala, maka bila perempuan diperintahkan menutup dada maka ia pasti juga diperintahkan menutup wajah sebagai pusat dari fitnah dan kecantikan perempuan. Berangkat dari pemikiran ini sebagian ulama mewajibkan muslimah untuk menutup wajah (Shalih, 2001).

Sementara itu, berangkat dari dasar ayat yang sama sebagian ulama yang lain memandang penggunaan bukanlah merupakan suatu hal yang bersifat wajib melainkan bersifat sunnah kebaikan dan merupakan hal yang dianjurkan bila seseorang telah paham akan syariat tersebut (Albani, 2002). Albani (2002), mengungkapkan bahwa dari ayat tersebut telah jelas kewajiban untuk tidak memperlihatkan perhiasan seorang muslimah kecuali yang biasa nampak. Kata perhiasan diartikan sebagai tempat-tempat dimana pada umumnya perempuan menggunakan perhiasan. Sedangkan kata 'kecuali yang biasa nampak' disana diartikan sebagai muka dan telapak tangan. Berangkat dari penafsiran tersebut, Albani (2002), cenderung memandang penggunaan cadar sebagai hal yang sunnah.

2.5.3. Motif Penggunaan Cadar

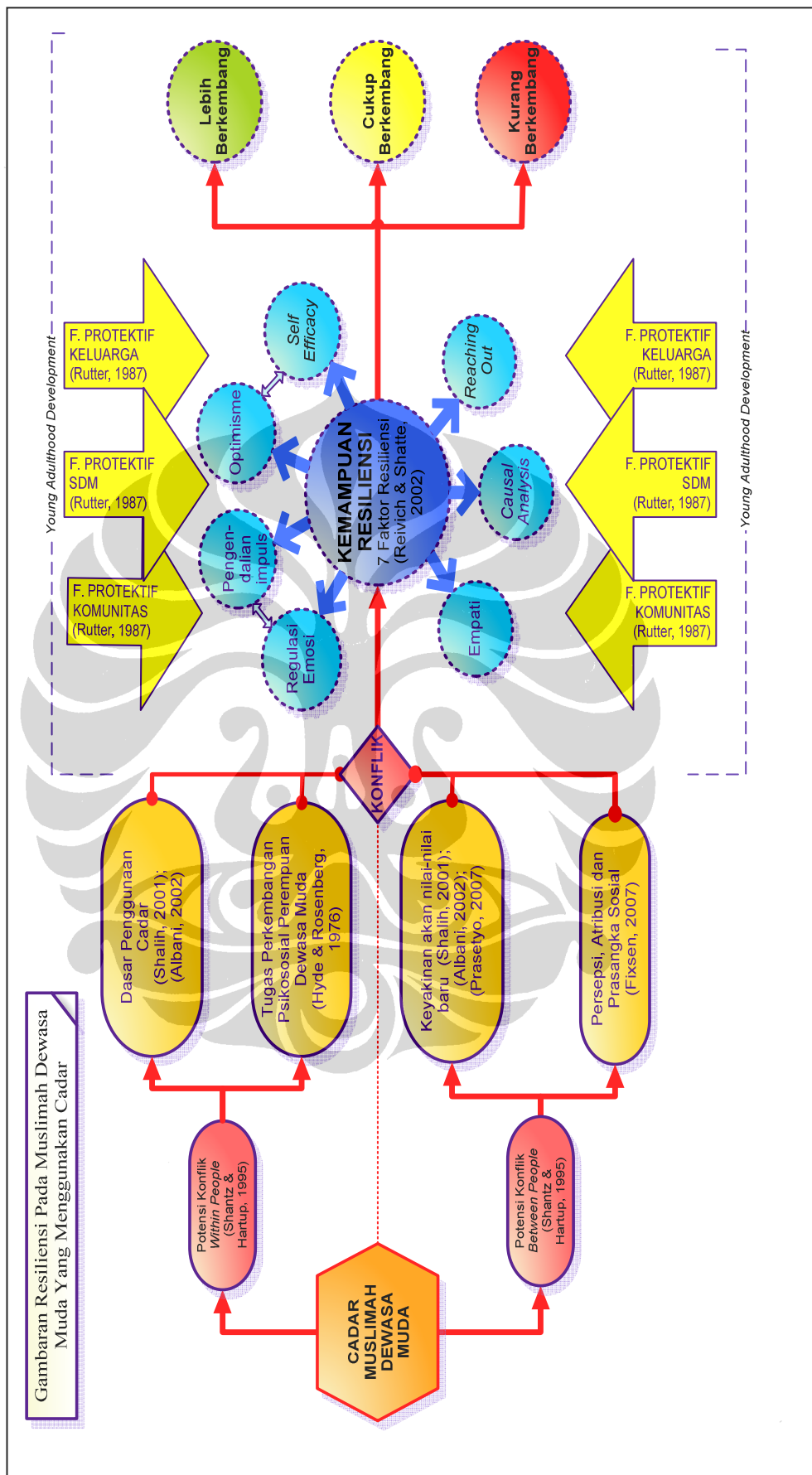
Dari penelitian yang dilakukan oleh Prasetyo (2007) terhadap perempuan bercadar di Surakarta, ditemukan bahwa terdapat beberapa hal yang membelenggu

atau membatasi cara berpikir perempuan bercadar. Hal-hal tersebut antara lain adalah pengalaman subjektif, sudut pandang, prasangka, prinsip, kepentingan, referensi pembandingan, dan pemikiran-pemikiran keagamaan yang berkembang dalam komunitas tempat perempuan bercadar itu bersosialisasi.

Prasetyo (2007) mengungkapkan bahwa perempuan bercadar lebih memilih rasionalisasi daripada proyeksi, sebagai cara untuk melepaskan diri dari pertentangan atau konflik batin. Salah satu contohnya adalah adanya konstruksi kesadaran tentang "menghindari fitnah" sebagai motif bercadar. Hal tersebut menunjukkan bahwa perempuan bercadar cenderung membangun suatu penjelasan dan alasan-alasan, daripada meletakkan kesalahan pada pihak lain, dalam hal ini laki-laki.

Prasetyo (2007), membagi motif penggunaan cadar sebagai berikut :

- a). Motif bersifat *histories-reason*. Cadar digunakan untuk mengubur sejarah masa lalu, sebagai janji setelah menikah, wujud pengabdian total kepada suami dan agama, atau untuk menjaga diri dari gangguan laki-laki asing. Dalam hal ini, cadar dimaknai sebagai rem pakem dalam berperilaku dan simbol penjagaan atas kehormatan dan perkawinan.
- b). Motif bersifat *religious-reason*. Penggunaan cadar sebagai hasil sintesis dari dialektika pemahaman keagamaan yang terus berkembang. Cadar diyakini sebagai suatu kebenaran yang harus dijalankan. Dalam hal ini cadar dipandang sebagai kebaikan (*sunnah*) yang sangat dianjurkan, maupun syariat yang wajib untuk dilaksanakan.
- c). Motif meninggalkan kesenangan duniawi. Cadar yang digunakan merupakan wujud cinta pada Tuhan. Dalam hal ini kehidupan di dunia diyakini hanya sementara dan masih terdapat kehidupan yang lebih kekal setelah kematian.



Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian