BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek

1. *Setting* Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan kurang lebih selama dua bulan mulai 15 Juni 2017 sampai 30 Juli 2017, penelitian ini dilakukan di beberapa tempat, yaitu kediaman pasangan pertama di dusun GondangLegi, Kabupaten Pasuruan, pasangan kedua di desa Kolursari, Kabupaten Pasuruan, dan pasangan ketiga di desa Pogar, Kabupaten Pasuruan. Kemudian melakukan penelitian di rumah *key* informan di daerah Pasuruan juga.

Data diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi mulai dari awal hingga akhir dilakukan oleh peneliti sendiri dan dibantu oleh beberapa pihak untuk membantu kelancaran pelaksanaan. Dokumentasi di dapatkan dengan bantuan kamera merupakan data asli.

Pelaksanaan penelitian mengalami sedikit kendala saat melakukan penelitian, diantaranya waktu yang singkat, peneliti sulit untuk mendapatkan waktu yang panjang untuk mewawancarai subjek penelitian, dikarenakan aktifitas pasangan suami istri yang padat.

Adapun jadwal waktu dalam melakukan proses wawancara dan dokumentasi yang dilakukan peneliti adalah sebagai berikut :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 1.
Jadwal Kegiatan Penelitian Wawancara, Observasi, dan Dokumentasi

No.	**Hari/Tanggal**	**Jenis Kegiatan**
1.	Sabtu / 10 Juni 2017	Meminta Izin penelitian kepada pasangan pertama yang akan diteliti serta *significant other* subjek penelitian.
2.	Kamis / 15 Juni 2017	Melakukan wawancara dan dokumentasi terhadap *Key* Informan 1, Informan
3.	Kamis / 6 Juli 2017	Meminta Izin penelitian kepada pasangan kedua yang akan diteliti
4.	Jum'at / 7 Juli 2017	Menemui dan melakukan wawancara dan dokumentasi terhadap *key* Informan 2
5.	Kamis / 6 Juli 2017	Meminta Izin penelitian kepada pasangan ketiga yang akan diteliti serta *significant other* subjek penelitian.
6.	Rabu / 13 Juli 2017	Melakukan wawancara dan dokumentasi terhadap *key* Informan 3 dan Informan

2. Profil Subjek

Pemaparan atas hasil penelitian merupakan jawaban atas fokus pertanyaan penelitian yang telah dikemukakan dalam bab I. Sebelum memasuki pembahasan hasil penelitian, peneliti akan menggambarkan profil subjek penelitian terlebih dahulu.

a. Pasangan pertama

Nama Suami : DW

Nama Istri : IR

Alamat : GondangLegi - Pasuruan

Usia suami : 34

Usia Istri : 34

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Key Informan Penelitian yang pertama adalah pasangan suami istri yang usia pernikahan sudah berjalan 8 tahun. Pasangan ini menikah saat sama-sama masih berumur 25 tahun. Sebelumnya mereka bertemu sebagai rekan di tempat kerja. Lalu memutuskan untuk menjalin hubungan yang lebih serius. Selang beberapa tahun menikah pasangan ini tidak kunjung dianugerahi seorang anak. Setelah menikah sang istri sudah menantikan sang buah hati berada di tengah tengah mereka. Berbeda dengan sang suami yang baru menginginkan hadirnya buah hati di usia pernikahan yang ke 3 tahun. Namun hal itu tetap tidak merubah takdir hingga usia pernikahan pasangan ini berjalan selama 8 tahun.

Selain memperoleh data dari subjek penelitian, dalam penelitian ini peneliti juga membutuhkan informan untuk mendapatkan informasi yang sejenis sebagai pendukung kelengkapan data, memperkuat data yang diperoleh dari subjek penelitian, serta sebagai tolak ukur derajat kepercayaan data, Berikut gambaran profil informan yang digunakan dalam penelitian ini.

b. Informan

Nama : ZA

Jenis Kelamin : laki-laki

Alamat : Desa Wonokoyo, Kecamatan Beji Kab. Pasuruan

Usia : 35 Tahun

Informan ini adalah salah satu rekan kerja dari pasangan pertama, meskipun rumah informan dan pasangan suami istri tersebut tidak

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berdekatan. Namun informan dapat mengenal dengan baik kehidupan yang ada pasangan yang pertama karena merupakan teman dekat keduanya.

c. Pasangan kedua

Nama Suami : WY

Nama Istri : IM

Alamat : Kolursari – Pasuruan

Usia suami : 40 tahun

Usia Istri : 31 tahun

Key Informan Penelitian yang kedua adalah pasangan suami istri yang usia pernikahan sudah mencapai 6 tahun. Pasangan ini menikah saat sang istri berumur 25 tahun, sedangkan sang suami berumur 34 tahun. Sama dengan pasangan yang pertama, sebelumnya pasangan yang kedua ini bertemu sebagai rekan di tempat kerja. Lalu menjalin kedekatan hingga akhirnya memilih untuk menikah. Di awal pernikahan pasangan ini menunda untuk memiliki momongan selama hampir 2 tahun dengan alasan belum siap. Namun setelah ingin memperoleh keturunan, sang istri tidak kunjung hamil sampai sekarang. Segala do'a dan ikhtiar juga sudah dikerahkan, tinggal menunggu hasil dari Sang Pemberi Rezeki.

d. Informan

Nama : ND

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Raci - Pasuruan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Usia : 31 Tahun

Informan ini adalah salah satu rekan kerja sekaligus sahabat dari istri pasangan pertama, meskipun rumah informan dan pasangan suami istri tersebut tidak berdekatan. Namun informan dapat mengenal dengan baik kehidupan yang ada pasangan yang pertama karena merupakan teman dekat dan sebagai tempat istri mencurahkan segala keadaan hati tentang keadaan pasangan kedua.

e. Pasangan ketiga

Nama Suami : LY

Nama Istri : FH

Alamat : Pogar, Bangil, Kab.Pasuruan

Usia suami : 30 tahun

Usia Istri : 30 tahun

Key Informan Penelitian yang ketiga adalah pasangan suami istri yang usia pernikahan sudah mencapai 6 tahun. Pasangan ini menikah saat sang istri berumur 24 tahun, begitupun suami saat itu juga berumur 24 tahun. Sama halnya dengan pasangan yang pertama dan kedua, sebelumnya pasangan yang ini bertemu sebagai rekan di tempat kerja. Lalu menjalin kedekatan selama lima tahun hingga akhirnya memutuskan untuk menikah. Setelah menikah, pasangan ini begitu sangat menantikan kehadiran sang buah hati. Namun hingga sampai saat ini usia pernikahan sudah mencapai 6 tahun, pasangan ini tidak kunjung dikarunai seorang anak. Namun pasangan ini tidak tinggal diam layaknya pasangan pertama

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan kedua yang juga melakukan berbagai usaha berobat maupun melakukan pijat alternatif beberapa kali di tempat yang berbeda.

f. Informan

Nama : PZ

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Pogar, Bangil, Kab.Pasuruan

Usia : 31 Tahun

Informan ini adalah saudara dari istri pada pasangan ketiga, rumah informan berdekatan dengan rumah pasangan suami istri ketiga. Sehingga informan dapat mengenal dengan baik kehidupan yang ada pasangan yang ketiga. Dikarenakan informan dan pasangan ketiga sama-sama mengalami hal yang sama, yakni belum juga diberi keturunan.

B. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Hasil Temuan

Fokus penelitian ini adalah *self-compassion* pada pasangan yang belum memiliki keturunan, dampak dari *self-compasion* dan pada tahap *resolution to infertility* atau usaha yang dilakukan untuk dapat memiliki anak. Berikut Berikut hasil temuan pada masing-masing pasangan suami istri:

1. Pasangan yang pertama (DW dan IR)
   a. Berikut adalah gambaran *self-compassion* yang ditemukan dalam diri pada pasangan yang pertama:
      1. Memahami dan tidak menyakiti diri dalam menghadapi masalah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Self-compassion pertama yang muncul dalam diri pasangan penelitian yang pertama adalah menghadapi permasalahan belum adanya keturunan dengan melalukan hal-hal positif dan tidak terlalu fokus dengan keadaan saat ini. Berikut penjelasannya:

> "Dengan menyenangkan diri sendiri, seperti refreshing dengan suami, dan pergi kerja bertemu dengan banyak teman" (WCRI.146.H08)
> "Biasanya sih kita pergi refreshing atau jalan-jalan."(WCRI2.74.H11)
> "Ngga terlalu terfokus dengan permasalahan ini mbak, nanti malah jadi stress sendiri"(WCRI.128.H07)
> "Ya pokoknya ngga terlalu fokus dengan setiap permasalahan yang ada. Fokus saya cuma istri saya."(WCRI2.85.H11)

2. Menghargai pemikiran, perasaan, dan tingkah laku orang lain yang beragam

Dalam hal ini pasangan yang pertama menunjukkan dengan menghargai segala apa pemikiran orang lain dan menganggap segalanya adalah hal yang manusiawi takdir Allah, sehingga tidak menyalahkan diri sendiri. Seperti terlihat dalam kutipan wawancara di bawah ini.

> "Sekalipun teman-teman kerja banyak yang sering nggodain tentang lagu yang berjudul mandul yang dimaksudkan untuk nyindir saya. Saya senyumin aja mbak, biasa teman-teman memang gitu suka menggoda."(WCRI.138.H08)
> "Saya dan suami tidak saling menyalahkan diri sendiri karena kami sadar ini datangnya dari Allah. Dan lambat laun saya mulai menyadari bahwa apa yang saya alami ini sudah jelas bukan saya saja yang mengalaminya."(WCRI.121.H07)
> "Engga mbak. Sudah menjadi takdir dari Allah kok."(WCRI2.82.H11)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sikap pasangan yang pertama dalam menghargai perasaan orang lain tercemin dalam tingkah laku pasangan yang ramah sebagaimana hasil wawancara dengan informan dan observasi berikut:

> "Haha guyu-guyu tok mbak"(WCRI3.65.H20)
> "Ogak mbak, wes podho paham aku ngunu wes biasa gudho hehe. Ben isok terhibur karepku."(WCRI3.67.H20)
> "pasangan menyambut dengan senyum sumringah peneliti"(OBSI.03.H21)

3. Pandangan pasangan yang pertama dalam melihat segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya.

Dalam memandang belum adanya keturunan, pasangan pertama saling memberikan dukungan satu sama lain. Perasaan awal yang dialami pasangan saat belum adanya keturunan dapat terlihat pada kutipan wawancara dibawah ini:

> **"**Terkadang saya meluapkan kekecewaan terhadap orang-orang sekitar jika kekecewaan itu berasal dari suami dan orang-orang sekitar dan saat itu saya menjadi orang yang mudah sekali marah mbak. Sempat juga mengalami keputus asaan yang teramat sangat. Merasakan kesedihan yang mendalam"(WCRI.90.H07)
> "Saya pernah menangis bersama suami saya, menangis sendirian, menulis diari, dan bercerita atau curhat dengan orang terdekat"(WCRI.99.H07)

Namun dengan adanya saling menguatkan pasangan tersebut sehingga membuat pasangan tersebut memiliki pandangan yang berbeda dari sebelumnya dan tidak terlarut dalam kesedihan. Penjelasan tersebut dapat dilihat pada kutipan wawancara dibawah ini:

> "Kita saling bisa menguatkan dengan bicara jika Allah masih belum percaya sama kita, atau dengan pergi refreshing untuk menghilangkan segala kegundahan"(WCRI.104.H07)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

"Biasanya sih kita pergi refreshing atau jalan-jalan"(WCRI2.74.H11)
"Sedikit demi sedikit memahami segala takdir yang yang sudah Allah berikan. Toh bukan hanya kita yang ngalami, pasti banyak juga yang senasib dengan saya dan istri."(WCRI2.76.H11)
"Iya, mungkin Allah menyuruh kita untuk lebih bersabar dan selalu mendekatkan diri kepadaNya"(WCRI.110.H07)

b. Dampak Adanya *Self-Compassion*

Dampak dari *self-compassion* yang ditunjukkan oleh pasangan pertama (IR dan DW) dalam mengontrol emosi, menjauhkan diri dari citra diri atau tidak membandingkan diri dengan orang lain, dan adanya motivasi dalam diri agar menghasilkan hal yang lebih baik. Terungkap berdasarkan hasil wawancara, yaitu:

a. Sikap dalam mengontrol Emosi

"Dengan bersabar dan dibuat enjoy saja mbak. Sekalipun teman-teman kerja banyak yang sering nggodain tentang lagu yang berjudul mandul yang dimaksudkan untuk nyindir saya. Saya senyumin aja mbak, biasa teman-teman memang gitu suka menggoda."(WCRI.138.H08)
"Langsung ambil wudhu dan sholat"(WCRI2.94.H11)

b. Sikap tidak membandingkan diri dengan orang lain dalam memiliki kelebihan

"Tidak pernah mbak, karena setiap orang memiliki kelebihan masing-masing dan berbeda beda"(WCRI.160.H08)
"Ngga pernah mbak, karena saya sendiri masih banyak kurangnya"(WCRI2.102.H11)

c. Motivasi dalam diri sendiri agar menghasilkan hal yang lebih baik

"Motivasi untuk tetap menjadi istri yang baik untuk keluarga terutama suami"(WCRI.164.H08)
"Motivasi untuk tetap berusaha dan berdo'a agar segera diberi keturunan "(WCRI2.106.H11)

c. Temuan Lain

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam hal ini pasangan yang pertama dalam penelitian ini menunjukkan sikap qona'ah dengan usaha yang sudah dilakukan untuk dapat memiliki seorang anak diantaranya berobat ke dokter, bertanya kepada orang lain kiat-kiat untuk dapat memiliki keturunan, serta melakukan pijat alternatif dan meminum obat herbal. Usaha ini dapat dinamakan *resolution to infertility*. Dapat dilihat pada kutipan wawancara dibawah ini:

> "Insya Allah saya bisa lebih qona'ah, karena sudah menjadi jalan hidup kita. Dan alhamdulillah perasaan saya jauh lebih tenang. Dan Insya Allah sudah bisa menerima..."(WCRI.113.H07)
> "….Tapi ya mau bagaimana lagi. Hanya bisa berdo'a kepada Allah, meminta petunjuk, lebih sabar dan menerima, dan berusaha...."(WCRI2.65.H10)
> "Sudah dua kali, kapan ya dulu? Udah lama banget soalnya. Oh iya, saat pernikahan saya menginjak dua tahun dan lima tahun."(WCRI.171.H08)
> "Sudah beberapa kali saya bertanya kepada orang-orang, jawabannya macam-macam, seperti harus lebih menjaga kesehatan, ngga boleh banyak stress, dll."(WCRI.176.H09)
> "Saya dan suami konsultasi ke dokter, pergi ke tukang pijat alternatif, dan meminum obat herbal."(WCRI.185.H20)
> "Dua kali kontrol itu mbak, kalau pijat sudah beberapa kali, sampai sekarang pun saya masih sering melakukan pijat di berbagai tempat"(WCRI.191.H20)
> "Periksa ke dokter pastinya, dan alternatif"(WCRI2.117.H12)

Dalam melakukan usaha untuk dapat memiliki seorang anak diantaranya berobat ke dokter, bertanya kepada orang lain kiat-kiat untuk dapat memiliki keturunan, serta melakukan pijat alternatif dan meminum obat herbal, diperjelas pula oleh informan. Berikut pemaparan wawancaranya:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

> "Sempat bilang ke aku kalau mereka sempat cek ke dokter, lalu pijat-pijat di bagian perut istri, konsumsi jamu herbal juga. *Wes iku tok sak ngertiku* mbak"(WCRI3.51.H14)

2. Pasangan kedua (WY dan IM)

   a. Berikut adalah gambaran *self-compassion* yang ditemukan dalam diri pada pasangan yang kedua:

      1. Memahami dan tidak menyakiti diri dalam menghadapi masalah

         Dalam hal ini, pasangan WY dan IM memandang kejadian ini adalah hal yang harus dijalani, melakukan kegiatan yang positif, dan tidak terlalu fokus dengan keadaan saat ini. Penjelasan ini dapat dilihat dalam kutipan wawancara dibawah ini:

         > "Ya sudah dijalani saja, biasa melakukan pekerjaan, aktivitas. Kalau refreshing nunggu kalau ada waktu luang dan ngga capek, kalau capek *yawes* tidur aja"(WCRI4.110.H17)
         > "Karena sibuk kerja jadi ngga terlalu fokus sih.."(WCRI4.133.H18)
         > "Menepis pikiran-pikiran yang bisa menganggu diri, fokus kerja aja mbak, begitupun istri juga fokus kerja. Kalau pengen refereshing ya ayo.. gitu aja."(WCRI5.68.H20)
         > "Ngga terlalu fokus sih.. ya sekalipun penting, kalaupun belum dikasih ya mau apa"(WCRI5.81.H21)

         Sikap tidak menyakiti diri terlihat pula dari pernyataan pasangan yang mengungkapkan tidak adanya tindakan menghakimi diri sendiri atau menyalahkan diri sendiri atas apa yang terjadi dengan pasangan. Dapat dilihat pada kutipan wawancara dibawah ini:

         > "Ehm ngga pernah sih, kalau saya sih santai saja. Ngga sampai harus menyalahkan diri sendiri.."(WCRI4.127.H17)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

> "Ngga pernah kalau sampai menyalahkan diri sendiri, kalau ada apa-apa saya lebih suka membicarakan dengan istri…."(WCRI5.75.H21)

2. Menghargai pemikiran, perasaan, dan tingkah laku orang lain yang beragam

   Dalam hal ini, sikap menghargai pemikiran, perasaan, dan tingkah laku orang lain yang beragam ditunjukkan oleh pemaparan sang istri ketika banyak yang menyarankan untuk berobat alternatif. Berikut kutipan wawancaranya:

> "Dulu waktu awal-awal keluarga ada yang nyaranin pijat alternatif atau apalah, semuanya aku tamping untung sekedar menghargai. Tapi aku ngga ngelakuin….. (WCRI4.175.H18)

   Selain itu juga pasangan lebih memilih bercerita ke orang terdekat untuk mengekspresikan sedih. Dapat ditunjukkan pada pemaparan wawancara dibawah ini:

> "Biasanya kalau sedih ya suamiku itu yang mendengarkan keluhanku, cerita ke suami, kalau orang terdekat lainnya ya sahabat dekat sering cerita juga."(WCRI4.102.H17)
> "Ya paling mentok cerita ke istri, orang paling dekat denganku saat ini."(WCRI5.63.H20)
> "....kalau ada apa-apa saya lebih suka membicarakan dengan istri, disitu kita bisa saling melengkapi"(WCRI.76.H21)

3. Pandangan pasangan dalam melihat segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya

   Dalam memandang belum adanya keturunan, pasangan pertama saling memberikan dukungan satu sama lain. Perasaan awal yang dialami pasangan saat belum adanya keturunan dapat terlihat pada kutipan wawancara dibawah ini:

> "...Tetep sabar orange, suami saya malah mendukung" (WCRI7.51.H25)
> "...Apalagi suami juga mendukung terus, siap nganter berobat. Sekalipun pulang kerja loh mbak, wes langsung ayo ayo aja kalau tak ajak berobat kemana gitu"(WCRI7.73.H25)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

> "...karena kalau aku sendiri sedih banget, gimana bisa nguatin istriku"(WCRI8.60.H29)

Dalam hal ini, sang istri dapat mengambil hikmah dari apa yang dialami dengan sang suami, selain itu tidak membesarkan permasalahan yang ada. Dapat dilihat dalam kutipan wawancara dibawah ini:

> "....Kalau menurutku semua pasti ada hikmahnya, jadi biasanya dulu selalu menggampangkan sesuatu, ini bisa itu bisa semua bisa, nah tapi nyatanya kan ngga semuanya bisa. Kalau gini kan sudah melakukan usaha sana sini, nyatanya belum dikasih juga. Pokoknya ngga menggampangkan sesuatu. Intinya itu."(WCRI4.116.H17)
> "Alhamdulillah aku maupun suami tidak pernah sekalipun membesar besarkan hal ini, karena umur pernikahan kita tidak dua tahun tiga tahun, jadi harus lebih dewasa dalam menyikapinya. Asalkan orang-orang tidak banyak bertanya kapan ini kapan itu. Bingung jawabe mbak."(WCRI4.137.H18)
> "Waduh kalau untuk membesar besarkan masalah ini ya jangan sampai lah. Toh juga sudah berusaha, tinggal menunggu keputusan dari yang Diatas aja. Harus lebih bisa menerima pada intinya."(WCRI5.86.H21)

Dalam memandang belum adanya keturunan, pasangan pertama saling memberikan dukungan satu sama lain. Perasaan awal yang dialami pasangan saat belum adanya keturunan dapat terlihat pada kutipan wawancara dibawah ini:

> "Kalau dukungan ya biasanya suamiku sendiri yang menenangkan dan selalu mengerti, dengan kondisi seperti ini kita sendiri juga ngga bisa merubah, segala usaha sudah dilakukan tapi nyatanya belum dikasih, ya udah mau gimana lagi…"(WCRI4.152.H18)
> "kalau ada apa-apa saya lebih suka membicarakan dengan istri, disitu kita bisa saling melengkapi…."(WCRI.76.H21)

b. Dampak Adanya *Self-Compassion*

Dampak dari *self-compassion* ditunjukkan pula oleh pasangan kedua (WY dan IM) dalam mengontrol emosi, tidak membandingkan diri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan orang lain, dan adanya motivasi dalam diri agar menghasilkan hal yang lebih baik. Terungkap berdasarkan hasil wawancara, yaitu:

> "Cara mengontrolnya itu ya dari diri kita sendiri, kalau kita ngga bisa meredam, kalau marah ya marah aja, ngga sampai keterlaluan, ya caranya dengan Tarik nafas dalam dalam, hembuskan. Yaa gitu saja.. hehehe"(WCRI4.145.H18)
> "Berusaha sabar aja mbak, pokoknya jangan sampai emosi negatif mengusai diri."(WCRI5.92.H21)
> "Kalau motivasi ya biasanya suamiku sendiri yang menenangkan dan selalu mengerti, dengan kondisi seperti ini kita sendiri juga ngga bisa merubah, segala usaha sudah dilakukan tapi nyatanya belum dikasih, ya udah mau gimana lagi.(WCRI4.158.H18)
> "Motivasi agar tetap menjadi suami yang baik dan selalu mengayomi"(WCRI5.96.H21)

c. Temuan Lain

Dalam hal ini pasangan juga menempuh usaha untuk dapat memiliki anak dengan berobat ke dokter dan banyak mencari informasi di website, terungkap berdasarkan hasil wawancara dibawah ini:

> "Ehm engga sih, ngga pernah. Soalnya aku tau aku rasa saya sudah ke tangan yang tepat, ke dokter, periksa, dan saya juga sudah berdo'a. Kalau informasi lebih banyak searching di google, sekarang kan banyak."(WCRI4.169.H18)
> "Kalau aku sama istri tanya-tanya ke dokter langsung"(WCRI5.101.H2)
> "Ya pasti periksa ke dokter, kan kemaren juga sempat periksa rahim di USG, periksa organ juga. Nah dari situ dokter juga nyaranin untuk minum beberapa vitamin untuk terapi juga."(WCRI4.180.H19)
> "Baru dua kali bulan April kemaren, tanggal 5 dan tanggal 25, melakukan pemeriksaan USG, lalu ada 9 obat yang diresepkan dokter"(WCRI4.186.H19)
> "Kemaren istriku menjalani USG, periksa organ reproduksi juga. Dokter juga memberi resep beberapa vitamin untuk terapi"(WCRI5.105.H21)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam hal menempuh usaha untuk dapat memiliki anak dengan berobat ke dokter pada pasangan kedua. Dibuktikan pula oleh pemaparan dalam wawancara dengan informan. Berikut hasil wawancaranya:

> "Si I'in dan suaminya sempat berobat ke Sidoarjo, ke Dr.R, dan aku lihat dia juga konsumsi obat atau vitamin gitu dari dokter"(WCRI6.54.H23)

3. Pasangan ketiga (LY dan FH)

   a. Berikut adalah gambaran *self-compassion* yang ditemukan dalam diri pada pasangan yang ketiga:

      1. Memahami dan tidak menyakiti diri dalam menghadapi masalah

      Dalam hal ini, pasangan LY dan FH memandang kejadian ini adalah hal yang harus dijalani dengan berbagai usaha yang ditempuh untuk dapat memiliki anak. Penjelasan ini dapat dilihat dalam kutipan wawancara dibawah ini:

> "... Tapi namanya belum dikasih ya gimana, dijalani saja dengan berusaha dan berdo'a saja."(WCRI7.61.H25)
> " Kalau fokus iya pasti mbak, resign dari kerja kan memang pengen fokus hamil, sebenarnya ya bisa aja kerja sambil fokus program hamil, tapi ngga pengen capek-capek aja, ya udah ngga kerja"(WCRI7.108.H26)
> "Ya gapapa mbak, dijalani aja. Mungkin memang belum saatnya dikasih aja."(WCRI8.56.H29)
> "lalu fokus dengan istri yang program hamil"(WCRI8.95.H30)

Sikap tidak menyakiti diri terlihat pula dari pernyataan pasangan yang mengungkapkan tidak adanya tindakan menghakimi diri sendiri atau menyalahkan diri sendiri dan mulai mampu memahami atas apa yang terjadi dengan pasangan. Dapat dilihat pada kutipan wawancara dibawah ini:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

> "Ya engga mbak, soale suami selalu mendukung, makanya bisa berbesar hati ngga sampek menyalahkan diri sendiri. Kecuali kalau suami marah-marah waduh pasti ya serba salah dan kecewa sendiri. Kemaren sempat telat datang bulan cuma dua belas hari, setelahnya suami kembali menguatkan, ayo wes tetep berusaha, berarti do'anya kurang. Gitu mbak katanya suamiku"(WCRI7.98.H26)
> "Engga mbak, karena saya normal ngga ada kendala dalam diri saya untuk istri..."(WCRI8.90.H30)
> "Ya bisa memahami, pokoknya bersyukur itu ngga sampek lupa. Tetap bersabar"(WCRI7.94.H26)
> "Iya. Memahami karena sepenuhnya apa yang kita inginkan belum tentu sesuai dengan apa yang kita harapkan. Tapi ya bagaimana pun itu masih tetap diusahakan."(WCRI8.84.H29)

2. Menghargai pemikiran, perasaan, dan tingkah laku orang lain yang beragam

   Dalam hal ini, sikap menghargai pemikiran, perasaan, dan tingkah laku orang lain yang beragam ditunjukkan oleh pemaparan pasangan ketika banyak yang menyarankan untuk berobat alternatif dan pemaparan istri tentang ajakan saudara untuk program hamil yang sama-sama belum dikaruniai anak. Berikut kutipan wawancaranya:

> "Oh ya pasti mbak, namanya juga usaha pengen punya anak. Semuanya aku jalakno mbak. Pokoknya masukan dari orang-orang"(WCRI7.150.H27)
> "Hampir semuanya dicoba kalau dapat saran dari orang-orang. Karena kemauan dari sitri juga, jadi tugasku ya menuruti dan menemani istri yang pengen kemana gitu, seperti pijat atau berobat"(WCRI8.135.H31)
> "Apalagi saudaraku itu ngajak usaha program bareng. Siapa tau nanti dikasih hamilnya juga bareng"(WCRI7.117.H26)

   Selain itu juga istri lebih memilih bercerita ke orang terdekat untuk mengekspresikan sedih dan untuk mencari informasi tentang kiat-kiat agar cepat hamil. Dapat ditunjukkan pada pemaparan wawancara dibawah ini:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

> "Kalau aku sih suka cerita-cerita dan curhat ke saudara dan suami saat sedang sedih seperti itu"(WCRI7.66.H25)
> "Iya mbak, awalnya curhat-curhat lalu cari tahu ke orang-orang, lalu setelah itu pasti dikasih tau, disaranin pijat pijat kesini, makano ini makano itu"(WCRI7.146.H27)

Pemaparan istri tentang ajakan saudara untuk program hamil yang sama-sama belum dikaruniai anak dan sama-sama melakukan program hamil dan berobat dibuktikan dengan hasil wawancara dengan saudara sepupu istri sebagai informan. Berikut pemaparan wawancaranya:

> "Ya saya bilang aja mbak, gapapa kita bareng-bareng aja mbak, siapa tau nanti hamilnya bareng"(WCRI9.33.H32)
> "Kalau masalah program hamil sih sering, karena aku sama suami kan juga belum dikasih anak. Jadi serasa ada temennya gitu kan"(WCRI9.17.H32)
> "Ya biasanya ngajakin berobat kemana gitu. Kalau aku lagi ngga sibuk ya ayo ayo aja. Begitupun aku kalau ngajak atau nyaranin berobat kemana gitu mereka juga selalu bersedia."(WCRI9.24.H32)

3. Pandangan pasangan dalam melihat segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya

Dalam hal ini, pasangan ketiga juga dapat mengambil hikmah dari apa yang dialami dengan saat ini, selain itu dapat menyadari bahwa hal ini juga dialami oleh beberapa pasangan lain. Dapat dilihat dalam kutipan wawancara dibawah ini:

> "Hikmahnya ya bisa deket dengan suami, di sayang suami"(WCRI7.90.H26)
> "Hikmahnya bisa lebih dewasa dan bijaksana sebagai seorang suami"(WCRI8.80.H29)
> "Iyaa karena saudaraku sendiri kan gitu, lama belum dikasih anak. Apalagi saudaraku itu ngajak usaha program bareng. Siapa tau nanti dikasih hamilnya juga bareng"(WCRI7.116.H26)
> "He'em mbak. karena ini kan datangnya dari Allah jadi ya yang mengalami hal ini pastilah bukan saya dan istri saja yang merasakan"(WCRI8.101.H30)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Dampak Adanya *Self-Compassion*

Dampak dari *self-compassion* ditunjukkan pula oleh pasangan ketiga (LY dan FH) dalam mengontrol emosi, tidak membandingkan diri dengan orang lain, dan adanya motivasi dalam diri agar menghasilkan hal yang lebih baik. Terungkap berdasarkan hasil wawancara, yaitu:

> "Ya itu mbak, sebelum emosi ya dipikirkan dulu apa gunanya emosi, ya cukup dipendam aja"(WCRI7.122.H26)
> "Biasanya ya dengan kesadaran dari diri sendiri, jika emosi negatif ngga bisa menghasilkan apa-apa"(WCRI8.106.H30)
> "Haha engga pernah lah mbak, biasa aja. Wong ya saya juga ada kurangnya"(WCRI7.127.H26)
> "Engga pernah mbak. kelebihan saya masih banyak kurangnya sama seperti yang lainnya"(WCRI8.111.H30)
> "Motivasi untuk lekas memberi hadiah terindah untuk suami, ya anak. Ikut program ini itu, sesakit apapun itu saat berobat tapi demi suami dan demi dikasih anak, harus tetap semangat"(WCRI7.131.H27)
> "Motivasi untuk berbahagia dengan istri. Jadi berusaha banyak untuk dapat punya anak, agar kehidupan lebih bahagia lagi"(WCRI8.115.H30)

c. Temuan Lain

Dalam hal ini pasangan juga menempuh usaha untuk dapat memiliki anak dengan berobat ke dokter, pijat alternatif, dan banyak mencari informasi dari orang-orang, terungkap berdasarkan hasil wawancara dibawah ini:

> "Kalau yang di Pasuruan itu Dr.W sudah tiga kali, di Bangil Dr.S dua kali, kalau di Sidoarjo Dr.R sudah lima lebih"(WCRI7.139.H27)
> "Iya mbak, awalnya curhat-curhat lalu cari tahu ke orang-orang, lalu setelah itu pasti dikasih tau, disaranin pijat pijat kesini, makano ini makano itu"(WCRI7.146.H27)
> "Pijet pijet mbak, ke daerah Pekoren, Rembang, Jabon, pokoknya masing-masing udah tiga kali lebih mbak. Lalu dokter pernah nanya juga apa aku juga pijet pijet. Iya wes

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

> mbak, kalau program gini jangan pijet yo. Kalau memang program dokter ya dokter aja, programnya ini dijalankan dulu, kalau pijet ya pijet aja. Gitu katanya mbak. Jadi ya setelah itu ngga pijet-pijet lagi, Cuma ke dokter yang di Sidoarjo ini aja"(WCRI7.156.H27)
> "Pernah, sudah beberapa kali ke beberapa dokter"(WCRI8.121.H30)
> "Iya belum, karena tahun kemaren udah beberapa kali kontrol. Dan hasilnya sudah ada. Kata dokter juga gapapa ngga kontrol lagi, karena untuk konsumsi vitamin bisa membeli di apotek terdekat. Kalau ada perkembangan baru kontrol lagi"(WCRI7.125.H30)
> "Hampir semuanya dicoba kalau dapat saran dari orang-orang. Karena kemauan dari sitri juga, jadi tugasku ya menuruti dan menemani istri yang pengen kemana gitu, seperti pijat atau berobat"(WCRI8.135.H31)
> "Dulu sering menjalani pijat-pijat di berbagai tempat. Kalau sekarang sudah tidak pernah karena masih menjalankan program dari dokter"(WCRI8.142.H31)

Dalam hal ini pasangan menempuh usaha untuk dapat memiliki anak dengan berobat ke dokter, pijat alternatif, dan banyak mencari informasi dari orang-orang, dibuktikan pula oleh pemaparan informan dibawah ini:

> "Hmm kalau mbak Siska sih banyak mbak, dokter udah berkali-kali, pijet alternatif juga udah berkali kali. Sering juga tanya-tanya orang. Pokoknya semuangat banget mbak kalau disaranin untuk ini dan itu."(WCRI9.43.H33)

4. Analisis Hasil Temuan

Pada penelitian ini, peneliti memfokuskan pada *self-compassion* pada pasangan yang belum memiliki keturunan, berikut adalah *self-compassion* yang nampak pada diri ketiga pasangan, yang dapat dilihat dari hasil wawancara, dan dokumentasi:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Gambaran *self-compassion*

Dalam hal ini, terdapat ciri-ciri seseorang yang memiliki *self-compassion* tinggi yaitu mampu menerima diri sendiri baik kelebihan maupun kelemahannya, mampu menerima kesalahan atau kegagalan sebagai suatu hal umum yang juga dialami oleh orang lain, mempunyai kesadaran tentang keterhubungan antara segala sesuatu

a. Mampu menerima diri sendiri baik kelebihan maupun kelemahannya

Pada pasangan pertama, IR dan DW, lebih fokus pada beberapa usaha yang sudah dilakukan oleh keduanya untuk memiliki seorang anak, dan keduanya sering menghibur diri dengan jalan-jalan atau refreshing (WCRI2.74.H11). Pasangan IR dan DW bersikap lebih hangat terhadap diri sendiri dengan tidak terus menerus larut dalam kesedihan dan menangisi kejadian yang ada (WCRI.128.H07). Bersikap lebih santai menerima segalanya, menyerahkan segalanya hanya kepada Allah lewat usaha yang dilakukan (WCRI2.65.H10).

Seperti halnya pasangan pertama, pasangan kedua, WY dan IM, juga tidak pernah merisaukan keadaan pada saat ini. Meskipun dalam benak hati sang istri (IM) menginginkan hadirnya seorang buah hati. Namun dengan hadirnya sang suami yang mampu menenangkan dan memberi motivasi tersendiri bagi istri (WCRI4.158.H18), sang istri mampu lebih santai untuk tidak terlalu fokus dengan hadirnya anak (WCRI5.81.H21). Keduanya sibuk bekerja hingga larut malam, dengan begitu sedikit kemungkinan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

untuk terfokus akan hal-hal menyinggung tentang keturunan (WCRI5.68.H20). Karena disamping itu keduanya sudah melakukan usaha beberapa kali berobat ke dokter, tinggal menunggu saat-saat di anugerahi keturunan (WCRI4.169.H18).

Sama halnya dengan pasangan pertama dan kedua, pasangan ketiga, LY dan FH bersikap lebih tenang dalam menyikapi keadaan saat ini (WCRI7.61.H25). Sang istri yang semula bekerja memutuskan untuk berhenti bekerja karena ingin lebih fokus untuk melakukan program hamil (WCRI7.108.H26). Hal ini begitu sangat didukung oleh suami. FH menerangkan bahwa suaminya berperan penting terutama dalam keadaan saat ini belum dikaruniai keturunan (WCRI7.98.H26). Selama ini suami selalu memberi penguat tersendiri kepada istri, sehingga hal itu membuat istri lebih bisa menerima dan tetap bersyukur akan keadaan yang tengah dialami WCRI7.94.H26). Pasangan ini juga melakukan usaha dengan beberapa kali berobat ke dokter dan juga sudah beberapa kali melakukan pijat alternatif (WCRI7.156.H27).

b. Mampu menerima kekurangan atau kegagalan sebagai suatu hal umum yang juga dialami oleh orang lain

Pada pasangan pertama, IR dan DW, dalam menerima kegagalan sebagai suatu hal umum yang juga dialami oleh orang lain (WCRI2.76.H11), yakni salah satunya dengan menerima kehendak Allah dan saling menguatkan satu sama lain serta dapat mengambil

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hikmah dari kejadian yang telah dialami pasangan ini (WCRI.110.H07). Tetap saling menjalin komunikasi yang baik pula dengan kerabat dan teman-teman dengan banyak bertanya tentang kiat-kiat agar cepat memiliki anak (WCRI.176.H09).

Pasangan yang kedua yakni WY dan IM, juga mampu menerima segala keadaan saat ini sebagai suatu hal yang manusiawi, dengan tidak terlalu memikirkan hal-hal yang berhubungan dengan anak (WCRI4.110.H17), menanggapi dengan santai meski belum juga diberi keturunan (WCRI5.81.H21). Sang istri selalu memandang apapun yang sedang dihadapi adalah hal yang manusiawi, terutama belumnya diberi keturunan. Pasangan lain pasti ada dan merasakan hal yang sama. Dan percaya bahwa semua ini sudah menjadi kehendak Allah, dan dari hal tersebut pasangan ini dapat mengambil sebuah hikmah didalamnya (WCRI4.116.H17).

Pasangan yang ketiga yakni LY dan FH, sangat memahami betul jika keadaan yang dialami saat ini merupakan kehendak dari Allah, dan mampu menyadari bahwa ada beberapa pasangan lain yang mengalami hal yang serupa. Karena pasangan ini juga memiliki saudara yang sama-sama belum diberi keturunan ”(WCRI7.117.H26). Bahkan ketika dilanda kesedihan, selain berkeluh kesah dengan suami, istri juga kerap bercerita dengan saudara yang mengalami hal serupa takni belum juga hamil (WCRI7.66.H25).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Mempunyai kesadaran tentang keterhubungan antara segala sesuatu

Pada pasangan pertama. IR dan DW menyadari adanya hubungan antara segala sesuatu sehingga melihat segala sesuatu seperti apa adanya, tidak melebih-lebihkan atau tidak terlalu teridentifikasi dengan pikiran atau perasaan negatif (WCRI.104.H07). Meskipun tidak dapat dipungkiri bahwa tentu pasangan tersebut sempat mengalami keputus asaan dalam memiliki seorang anak (WCRI.90.H07), namun sampai saat ini pasangan tersebut masih mengkonsumsi obat herbal sebagai bentuk usaha untuk dapat memiliki seorang anak (WCRI.185.H20). Selain itu juga memandang bahwa tidak ada yang kebetulan di dunia ini dan semua telah diatur oleh Allah, sebagaimana pernyataan sang suami (DW) bahwa mampu mengontrol segala emosi dengan melaksanakan sholat dan berdo'a kepada Allah (WCRI2.94.H11).

Begitu pula pasangan WY dan IM mampu melihat segala sesuatu dengan apa adanya, tidak melebih-lebihkan atau tidak terlalu teridentifikasi dengan pikiran atau perasaan negatif. Bahwa segalanya memang ada campur tangan Sang Kuasa sehingga pasangan ini dapat mengambil pelajaran dari hal ini. Yakni terlalu lama menunda keinginan untuk segera memiliki keturunan (WCRI4.116.H17).

Begitu pula pasangan ketiga LY dan FH dapat menyadari pula adanya hubungan antara segala sesuatu sehingga melihat segala sesuatu seperti apa adanya, tidak melebih-lebihkan atau tidak terlalu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

teridentifikasi dengan pikiran atau perasaan negatif. Meskipun tidak dapat dipungkiri bahwa tentu sang istri sempat mengalami ketakutan tidak mampu memiliki seorang anak (WCRI7.55.H25), namun dengan adanya pikiran yang selalu positif, dan peran suami yang selalu menguatkan dan mendukung istri agar tetap berusaha dan tidak putus asa untuk dapat segera hamil, sang istri menjadi lebih yakin bahwa dirinya dan suami mampu memiliki seorang anak dengan berbagai usaha yang telah dilakukan dan segala do'a yang sudah dipanjatkan (WCRI7.98.H26).

2. Dampak atau pengaruh *self-compassion*

   Terdapat dampak dan pengaruh *self-compassion* terhadap perjalanan rumah tangga pasangan yang belum diberi keturunan

   a. Mampu mengontrol emosi negatif dengan emosi positif

      Dalam hal ini, pasangan IR dan DW memiliki *self-compassion* yang tinggi dapat mengontrol emosi negatif dengan berbagai cara yang dilakukan oleh pasangan tersebut, sang istri (IR) memaparkan bahwa emosi negatif yang muncul dapat dikontrol dengan kesabaran yang luar biasa, dan melaui segalanya dengan santai (WCRI.138.H08). Begitupun dengan suami (DW) yang lebih memilih melakukan ibadah untuk mengontrol emosi negatif yang datang (WCRI2.94.H11). Keduanya jelas memiliki *self-compassion* yang tinggi untuk mengontrol emosi negatif masing-masing.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam hal ini pula, pasangan kedua yakni WY dan IR memiliki *self-compassion* yang tinggi dapat pula mengontrol emosi negatif dengan cara tersendiri, sang istri (IM) mengontrol emosi dengan melakukan teknik menarik nafas dalam-dalam dan menghembuskannya (WCRI4.145.H18). Sang suami (WY) lebih memilih banyak bersabar ketika harus berhadapan dengan emosi negatif (WCRI5.92.H21).

Begitu pula dengan pasangan LY dan FH, sang istri (FH) dalam mengontrol emosi negatif lebih memilih untuk memendamnya sendiri (WCRI7.122.H26), hal ini karena istri merasa kasihan dengan suami yang selama ini selalu berusaha untuk menguatkan dan memberi semangat. Dengan begitu sang istri dapat mengontrol emosi dengan baik dan lebih memahami kondisi sekitar. Berbeda dengan suami saat mengontrol emosi negatif yang lebih menyadarkan diri sendiri jika emosi negatif tidak dapat menghasilkan apa-apa dan tidak merubah apa yang ada (WCRI8.106.H30).

b. Menyadari segala kekuatan dan kelemahan, namun tidak selalu terkungkung dengan hal buruk yang terjadi

Pasangan IR dan DW, juga dapat menyadari jika manusia diciptakan memiliki segala kelebihan dan kekurangan (WCRI.160.H08), namun saat hal buruk menimpa pasangan ini lambat laun tersadar jika segalanya sudah menjadi kehendak Allah (WCRI2.76.H11). Dan akan berubah jika Allah sudah merubahnya,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keadaan baik yang dirasakan pasangan tersebut ada merupakan pengalaman yang ada saat ini.

Pasangan WY dan IM, tidak mudah terkukung oleh keadaan saat ini yakni belum diberi keturunan, keduanya terlihat lebih santai dan lebih fokus ke pekerjaan masing-masing (WCRI5.68.H20). Segala kelebihan dan kekurangan dapat diterima dengan baik oleh diri masing-masing, terbukti jika WY dan IM tidak pernah sekalipun menghakimi dan menyalahkan diri sendiri (WCRI4.158.H18).

Sama halnya dengan pasangan ketiga, LY dan FH memiliki tidak mudah terkukung dengan perasaan sedih, keduanya menjadi lebih tenang dan tetap berusaha untuk dapat memiliki keturunan (WCRI7.61.H25). Sang istri yang awalnya menjadi pribadi yang lemah, menjadi lebih kuat setelah mendapat semangat dari suami (WCRI7.98.H26).

c. Keyakinan dan motivasi untuk mencapai hasil yang terbaik

Pada pasangan IR dan DW, memiliki keyakinan dan motivasi tersendiri dalam diri masing-masing untuk tetap berusaha agar dapat memiliki momongan (WCRI2.106.H11). Terbukti segala usaha yang dilakukan mulai dari periksa ke dokter, pijat tradisional khusus kandungan, dan mengkonsumsi obat herbal (WCRI.185.H20). Semua itu karena keyakinan dan motivasi yang tinggi untuk bisa segera memiliki momongan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sama halnya dengan pasangan pertama, pasangan kedua yakni WY dan IM memiliki motivasi dan keyakinan tersendiri dengan tetap melakukan pemeriksaan ke dokter kandungan, dan mengkonsumsi beberapa vitamin yang memang sudah di resepkan oleh dokter (WCRI4.180.H19). Meski terkesan santai dan tidak ambil pusing, jelas terlihat jika keduanya tetap melakukan berobat ke dokter spesialis kandungan (WCRI5.101.H2).

Sama halnya dengan pasangan ketiga, LY dan FH memiliki semangat dan motivasi yang tinggi untuk dapat memiliki anak dan tidak mudah mengalami keputusasaan meski sudah beberapa tahun belum juga diberi keturunan (WCRI7.131.H27). Terbukti sang istri yang selalu berusaha memiliki inisiatif untuk berobat dan menjalankan segala saran dari orang-orang terdekat (WCRI7.146.H27). Memilih berhenti bekerja karena ingin lebih fokus dalam menjalani program hamil dan bersedia mengalami sakit saat melakukan berobat demi dapat segera hamil (WCRI7.108.H26). Dan sang suami yang dengan siap siaga mengantar dan menemani istri berobat kemanapun dan kapanpun demi hasil yang terbaik (WCRI9.24.H32).

3. Penelitian ini menghasilkan temuan gambaran *self-compassion* dan dampak *self-compassion* pada ketiga pasangan di atas, di samping itu penelitian ini juga menemukan temuan usaha pasangan untuk dapat memiliki anak.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pasangan yang pertama (DW dan IR) dalam penelitian ini menunjukkan sikap qona'ah dengan usaha yang sudah dilakukan untuk dapat memiliki seorang anak diantaranya berobat ke dokter, bertanya kepada orang lain kiat-kiat untuk dapat memiliki keturunan, serta melakukan pijat alternatif dan meminum obat herbal (WCRI.185.H20).

Begitu pula pasangan kedua (WY dan IM) juga menempuh usaha untuk dapat memiliki anak dengan berobat ke dokter dan banyak mencari informasi di website (WCRI4.169.H18).

Dalam hal ini pasangan ketiga (LY dan FH) juga menempuh usaha untuk dapat memiliki anak dengan berobat ke dokter, pijat alternatif, dan banyak mencari informasi dari orang-orang, (WCRI7.156.H27).

C. Pembahasan

a. Gambaran *Self-compassion*

Neff (dalam Ramadhani & Nurdibyanandaru, 2014) mendefinisikan *self-compassion* sebagai sikap memiliki perhatian dan kebaikan terhadap diri sendiri saat menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup ataupun kekurangan dalam dirinya serta memiliki pengertian bahwa penderitaan, kegagalan, dan kekurangan dalam dirinya merupakan bagian dari kehidupan setiap orang. Neff menerangkan bahwa seseorang yang memiliki *self-compassion* lebih dapat merasakan kenyamanan dalam kehidupan sosial dan dapat menerima dirinya secara apa adanya, selain itu juga dapat meningkatkan kebijaksanaan dan kecerdasan emosi. Pada pasangan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pertama, kedua, dan ketiga memiliki *self-compassion* yang ditandai dengan ketiga pasangan tersebut tetap memiliki kesibukan dalam melakukan pekerjaan yang menunjukkan bahwa ketiga pasangan tersebut merasakan kenyamanan dalam kehidupan sosial dan dapat menerima diri secara apa adanya. Pasangan pertama (DW dan IR) bekerja di sebuah pabrik atau perusahaan yang sama dari awal menjalin kedekatan hingga sampai saat ini usia pernikahan sudah mencapai 8 tahun. Di tempat kerja inilah kedua pasangan ini sering mendapat gurauan dari beberapa rekan kerja tentang belumnya mendapatkan keturunan, yang pada awalnya sang istri merasa kurang nyaman akan hal tersebut pada akhirnya bisa menerima dan bersikap lebih santai. Begitu pula pasangan kedua (WY dan IM) yang tetap memiliki kesibukan pekerjaan diluar rumah, sang suami bekerja sebagai kontraktor yang ditugaskan berpindah-pindah dari berbagai daerah di Jawa Timur selama seminggu dua minggu, setelahnya suami kembali ke tempat asal tinggal dengan istri. Sang istri pun juga memiliki kesibukan tersendiri bekerja sebagai akuntan di sebuah perusahaan di Pasuruan. Dengan begitu, dapat dilihat pula bagaimana pasangan ini terbiasa bertemu dengan rekan-rekan kerja yang sangat mengetahui keadaan pasangan tersebut saat ini. Begitu pula dengan pasangan ketiga (LY dan FH) memiliki kesibukan dalam melakukan pekerjaan masing-masing, sang suami bekerja di salah satu pabrik minuman di Pasuruan, dan sang istri yang awalnya bekerja ditempat yang sama dengan suami memutuskan untuk berhenti bekerja alasannya karena ingin fokus ke program hamil, menghindari rasa letih

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang berlebihan karena bekerja diluar rumah bersama dengan saudara yang mengalami hal serupa yakni belum dikaruniai keturunan dan melakukan kesibukan dirumah sebagai ibu rumah tangga. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Neff (dalam Ramdhani & Nurdibyanandaru, 2014) bahwa *self-compassion* membantu seseorang untuk tidak mencemaskan kekurangan yang ada pada dirinya sendiri, karena orang yang memiliki *self-compassion* dapat memperlakukan seseorang dan dirinya secara baik dan memhami ketidaksempurnaan manusia. Hal tersebut ditunjukkan juga dengan ketiga pasangan yang tidak memiliki masalah signifikan terkait kesibukan dalam melakukan pekerjaan meski ditempat kerja maupun di lingkungan sekitar yang sudah pasti mendapatkan pertanyaan tentang belumnya mendapatkan keturunan mengingat usia pernikahan yang harusnya sudah memiliki seorang anak. Ketiga pasangan tersebut diketahui bahwa ketiganya memiliki strategi tersendiri guna mengatasi afek negatif dari belumnya diberi keturunan, seperti refreshing berdua dengan pasangan masing-masing, melakukan aktivitas kerja di luar maupun di dalam rumah sesuai dengan kemampuan masing-masing, bercerita dan bertanya kepada orang-orang tentang beberapa hal agar istri dapat segera hamil.

Karakteristik seorang yang memiliki self-compassion yang tinggi yaitu mampu menerima diri sendiri baik kelebihan maupun kelemahannya, mampu menerima kesalahan atau kegagalan sebagai suatu hal umum yang juga dialami oleh orang lain, mempunyai kesadaran tentang keterhubungan antara segala sesuatu (Hidayati, 2015: 157). Karakteristik pasangan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pertama yaitu DW dan IR dapat dilihat dari cara pasanngan menghadapi afek negatif belum memiliki keturunan dengan saling terbuka dan menguatkan satu sama lain, lebih mendekatkan diri kepada Allah atau memperbanyak berdo'a, banyak mencari informasi tentang pengobatan herbal atau alternatif ke orang-orang sekitar, dan sering melakukan kontrol ke dokter spesialis kandungan, hingga saat ini rutin mengkonsumsi obat herbal. Lalu dapat dilihat pula karakteristik *self-compassion* pasangan kedua yaitu WY dan IM yang juga saling menguatkan dan tetap saling menemani ketika menjalani pemeriksaan ke dokter spesialis kandungan sekalipun keduanya hampir sama-sama memiliki kesibukan dengan pekerjaan masing-masing. Berbeda dengan pasangan pertama yang bekerja di tempat yang sama, pasangan yang kedua ini menjalani pekerjaan di tempat yang berbeda dengan waktu yang berbeda pula. Namun kedekatan keduanya tetap ada dibuktikan dengan sang istri yang lebih suka menceritakan segala keluh kesah kepada suami. Sedangkan karakteristik *self-compassion* pasangan yang ketiga dapat dilihat dari cara pandang keduanya dalam kehidupan. Pasangan ketiga merasa bahwa segalanya harus tetap dilalui dengan do'a dan segala usaha, karena keduanya percaya bahwa segala yang ada saat ini sudah diatur oleh Allah. Dan suami dapat menyadari jika hal ini menjadikan pembelajaran bagi suami untuk dapat memiliki kebijaksanaan dan pendewasaan diri yang tinggi, selain itu keduanya juga sudah membuktikan usaha-usaha yang telah dilakukan untuk dapat memiliki anak, diantaranya dengan melakukan pijat alternatif ke

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berbagai tempat, dan melakukan pemeriksaan ke beberapa dokter spesialis kandungan pula.

b. Dampak *self-compassion*

Terdapat beberapa dampak yang dihasilkan oleh *self-compassion* yang tinggi berdasarkan hasil penelitian dari Neff & Vonk (2009), yakni adanya kecerdasan emosional, keluar dari permainan harga diri atau citra diri, dan motivasi untuk mengembangkan diri. Dampak tersebut terjadi saat individu memiliki *self-compassion* yang tinggi. Dan dari hasil temuan di lapangan ketiga pasangan dapat menunjukkan dampak yang dihasilkan dari *self-compassion.* Pada pasangan yang pertama (DW dan IR) menunjukkan adanya strategi dalam mengontrol emosi, cara suami yakni dengan mengambil air wudhu dan melaksanakan sholat, sedangkan istri dengan lebih banyak bersabar dan melaluinya dengan sikap yang santai. Sedangkan dalam hal menjauhi citra diri ditunjukkan dengan menyadari segala kelebihan dan kekurangan masing-masing, dan menyenangkan diri dengan pergi berlibur dengan pasangan. Lalu motivasi dirasakan keduanya dengan cara menjadi pribadi yang lebih baik untuk pasangan. Motivasi untuk mengembangkan diri dapat dilihat dengan adanya beberapa usaha untuk dapat memiliki keturunan, dalam hal ini disebut dengan *resolution to infertility*.

Pada pasangan kedua (WY dan IR) dalam mengontrol emosi memiliki teknik menarik dan menghembuskan nafas, istri menjadi lebih bisa mengontrol emosi dengan teknik tersebut, sedangkan suami lebih memilih

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bersabar untuk dapat mengontrol emosi negatif. Dalam menjauhi sikap yang menunjukkan citra diri, pasangan ini memilih untuk tidak mudah terkukung oleh keadaan saat ini yakni belum diberi keturunan, keduanya terlihat lebih santai dan lebih fokus ke pekerjaan masing-masing. Segala kelebihan dan kekurangan dapat diterima dengan baik oleh diri masing-masing, terbukti jika WY dan IM tidak pernah sekalipun menghakimi dan menyalahkan diri sendiri. Dan dalam hal motivasi dapat dilakukan dengan beberapa usaha pula untuk dapat memiliki anak dengan melakukan pemeriksaan dan mengkonsumsi obat dari dokter atau dapat disebut menuju ke tahap *resolution to infertility*.

Sedangkan pada pasangan ketiga (LY dan FH) mengontrol emosi dengan tidak terlalu menun jukkan emosi negatif yang ada, lebih memilih memendamnya sendiri, hal ini karena istri merasa kasihan dengan suami yang selama ini selalu berusaha untuk menguatkan dan memberi semangat. Dengan begitu sang istri dapat mengontrol emosi dengan baik dan lebih memahami kondisi sekitar. Berbeda dengan suami saat mengontrol emosi negatif yang lebih menyadarkan diri sendiri jika emosi negatif tidak dapat menghasilkan apa-apa dan tidak merubah apa yang ada. Lalu untuk dapat menjauhi perasaan mencintai diri yang berlebihan pasangan ketiga juga lebih menyadari segala kekuatan dan kelemahan yang ada, saling menjadi pemopang saat kelemahan mulai dirasakan, hingga kekuatan dalam diri muncul pada keduanya. Sama halnya dengan pasangan pertama dan kedua, pasangan ini juga melakukan berbagai usaha untuk dapat segera memiliki

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

anak sebagai bentuk motivasi dan pengembangan diri untuk menjadi pasangan suami istri yang lebih baik.

Kemudian selain fokus penelitian yang sudah terjawab dengan hasil diatas, terdapat hasil lain diluar fokus penelitian yaitu pasangan pertama (DW dan IR) keduanya juga sudah membuktikan usaha-usaha yang telah dilakukan untuk dapat memiliki anak, diantaranya dengan melakukan pijat alternatif ke berbagai tempat, mengkonsumsi obat herbal,dan melakukan pemeriksaan ke beberapa dokter spesialis kandungan pula.

Beberapa usaha dilakukan pula pasangan kedua (WY dan IR) untuk dapat memiliki anak dengan melakukan pemeriksaan dan mengkonsumsi obat dari dokter. Sama halnya dengan pasangan pertama dan kedua, pasangan ketiga (LY dan FH) juga melakukan berbagai usaha untuk dapat segera memiliki anak sebagai bentuk motivasi dan pengembangan diri untuk menjadi pasangan suami istri yang lebih baik.

Selain data wawancara dan observasi, data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa dokumentasi. Adapun dokumentasi dalam penelitian ini yakni berupa akta nikah pasangan suami istri atau surat keterangan keluarga dan hasil dari rekam medis. Seperti yang sudah peneliti lampirkan, pada pasangan suami istri yang pertama, dokumentasi yang pertama berupa akta nikah yang menunjukkan pasangan suami istri ini menikah pada tanggal 8 Desember 2008 atau 5 Dzulhijjah 1429. Lalu dokumentasi yang didapat berupa obat herbal yang di konsumsi oleh pasangan suami istri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang pertama dan rekam medis dari dokter yang di dalamnya berisi catatan tentang siklus haid dari istri.

Begitu pula untuk pasangan suami istri yang kedua, dalam hal melampirkan dokumentasi berupa Kartu Kepala Keluarga atau KK, yang menunjukkan daftar nama pasangan suami istri tersebut. Selain itu, dokumentasi yang didapat juga berupa rekam medik dari dokter spesialis kandungan, yang didalamnya menunjukkan gambar atau foto hasil USG istri yang dimana hasil USG tersebut normal tidak memiliki kelainan apapun pada rahim istri. Dokumentasi dalam hal ini juga berupa vitamin atau obat yang di konsumsi oleh pasangan suami istri.

Pada pasangan suami istri yang ketiga, terdapat juga dokumentasi berupa Kartu Kepala Keluarga atau KK, yang menunjukkan daftar nama pasangan suami istri yang bertempat tinggal di kabupaten Pasuruan. Selain itu dokumentasi dalam hal ini juga berupa rekam medik dari dokter spesialis kandungan yang di dalamnya berupa catatan siklus haid istri dan gambar atau foto USG. Sama halnya dengan pasangan suami istri yang pertama dan kedua, dokumentasi yang didapat dari pasangan ketiga ini juga berupa obat, vitamin, dan susu yang dikonsumsi oleh pasangan ketiga sesuai dengan petunjuk dokter.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id