



dengan cara perpisahan dan pembatalan, baik secara hukum maupun diam-diam (suami/istri) meninggalkan (dalam Hotmauli, 2008).

Perceraian menjadi permasalahan yang setiap tahunnya memperlihatkan peningkatan yang signifikan. Angka gugat cerai di Indonesia terus meningkat sepanjang tahun. Kondisi ini merata hampir di semua daerah di Indonesia. Angka perceraian yang terjadi di Indonesia, 59 persen di antaranya adalah gugat cerai. Berdasarkan data dari Mahkamah Agung Republik Indonesia Direktorat Jenderal Badan Peradilan Agama, pada kasus perceraian tahun 2010 yakni, cerai talak 81,535 (27.58%), cerai gugat 169,673 (57.40%), perkara lain 44.381 (15%). Jadi keseluruhan kasus perceraian pada tahun 2010 yakni sebanyak 295.589. Di tahun 2011 kasus perceraian meningkat menjadi 363.470 dari cerai talak 99.599 (27,40%), cerai gugat 215.365 (59,25%), perkara lain 48.503 (13,34%).

Humas Pengadilan Tinggi Agama (PTA) Jawa Timur mengatakan bahwa kasus perceraian di Jawa Timur juga telah mencapai 81.672 kasus. Lebih dari 70% kasus cerai gugat tersebut diajukan oleh pihak wanita. Tingginya kasus perceraian tersebut disebabkan oleh banyak faktor, salah satunya adalah meningkatnya kesadaran hukum masyarakat, khususnya dalam hal pernikahan. Oleh karena itu, hampir setiap hari pihaknya selalu menerima laporan kasus perceraian. Berdasarkan data laporan perkara yang diterima oleh PTA, sebanyak 59.585 pasangan menikah di Jawa Timur mengalami cerai gugat. Sedangkan, sebanyak 31.864 pasangan menikah di Jawa Timur mengalami kasus cerai talak (dalam Karina, 2014).

Perceraian bukanlah hal yang mudah untuk dilalui bagi individu yang mengalaminya. Hurlock (1989), mengemukakan bahwa efek traumatik yang ditimbulkan akibat perceraian biasanya lebih besar dari pada efek kematian, karena sebelum dan sesudah perceraian sudah timbul rasa sakit dan tekanan emosional, serta mengakibatkan celah sosial. Oleh karena itu dukungan sosial dari keluarga, kerabat, dan teman sangat dibutuhkan dan kehadiran dukungan sosial itu akan sangat membantu individu yang bercerai dan mengurangi dampak negatif perceraian terhadap dampak kesejahteraan psikologis. Kemampuan seseorang menghadapi situasi pasca perceraian akan berbeda pada setiap individu. Beberapa wanita yang sedang dalam masa transisi khususnya pada dewasa awal yang mengalami perceraian akan merasa terpuruk, rendah diri, dan mengalami ketakutan yang luar biasa dalam menghadapi kehidupan sosialnya. Namun beberapa wanita pada usia dewasa awal juga mengalami hasil positif setelah mengalami perceraian yang mana hal ini disebut *post-traumatic growth*.

Menurut Tedeschi dan Calhoun (2006), pertumbuhan pasca trauma adalah pengalaman perubahan positif yang terjadi sebagai akibat dari perjuangan yang sangat menantang situasi kehidupan. Konsep *post traumatic growth* atau pertumbuhan pasca trauma (*PTG*) sebagai pengalaman perubahan positif yang signifikan timbul dari perjuangan dari krisis kehidupan yang besar antara lain: apresiasi peningkatan hidup, pengaturan hidup dengan prioritas baru, rasa kekuatan pribadi meningkat dan spiritual berubah secara positif (Tedeschi dan Calhoun, 2006).

Perubahan positif yang terjadi sebagai hasil dari menghadapi trauma yang mengancam kehidupan disajikan dalam berbagai cara, seperti: penerimaan meningkatkan kerentanan seseorang, meningkatkan apresiasi terhadap eksistensi sendiri dan penghargaan yang lebih besar terhadap kehidupan, meningkatkan persepsi kompetensi dan kemandirian memberikan kontrol dan keamanan yang lebih besar, peningkatan kasih sayang dan empati terhadap orang lain, hubungan lebih dekat dengan orang lain, keyakinan agama atau spiritual kuat yang berarti lebih besar tentang kehidupan dan penderitaan, kematangan psikologis dan emosional yang lebih besar dan perolehan nilai baru dan prioritas hidup. Para penulis berusaha untuk mengeksplorasi pengalaman orang-orang yang tidak hanya bangkit kembali dari trauma, tetapi menggunakannya sebagai batu loncatan untuk perkembangan individu lebih lanjut atau pertumbuhan, dan perkembangan perilaku sosial yang lebih manusiawi dan organisasi sosial.

Pertumbuhan pasca trauma juga memiliki dampak yang lebih besar pada kehidupan masyarakat, dan melibatkan perubahan mendasar atau wawasan tentang kehidupan yang tidak hanya mekanisme koping yang lain. Oleh karena itu, pertumbuhan pasca trauma sebagai perubahan positif yang signifikan dalam kehidupan, yang mempengaruhi kognitif dan emosional pada individu. Signifikansi perubahan ini bisa begitu besar, bahwa pertumbuhan ini dapat benar-benar *transformatif* menurut Tedeschi dan Calhoun (1995 dalam Rahma dan Widuri, 2011). Selain itu, pertumbuhan pasca trauma juga merupakan kebalikan dari gangguan stres pasca trauma.

Tadeschi dan Calhoun (1996 dalam Rahma dan Widuri, 2011) menyatakan sebuah isu yang belum terselesaikan untuk studi kepribadian dan pertumbuhan pasca trauma adalah sejauh mana pertumbuhan tersebut merupakan hasil dari proses, strategis yang terbukti efektif atau hasil dari perubahan spontan yang muncul dalam persepsi diri. Perbedaan ini penting karena karakteristik kepribadian yang memfasilitasi secara efektif, pertumbuhan pribadi berorientasi mungkin berbeda dari yang memfasilitasi perubahan otomatis atau tidak disengaja. Isu lain yang belum terselesaikan, sama pentingnya tetapi dikaburkan dalam teori saat ini dan penelitian, adalah apakah pertumbuhan pasca trauma secara tiba-tiba atau bertahap. Perubahan bertahap juga mungkin memerlukan karakteristik kepribadian dan proses yang berbeda dari perubahan secara mendadak. Untuk benar-benar memahami bagaimana kepribadian terlibat dalam pertumbuhan pasca trauma, kita perlu lebih sepenuhnya mengembangkan proses yang menentukan pertumbuhan sebagai hasil yang sesuai.

Sebuah fenomena yang terjadi di masyarakat, tidak banyak wanita yang telah bercerai mempunyai kekuatan untuk menghadapi kehidupan setelah masa perceraian termasuk dalam menjalani kehidupan sosialnya. Namun tidak sedikit pula wanita yang berhasil bangkit dari pengalaman masa krisisnya dan menjadikan pelajaran yang berharga untuk kehidupan selanjutnya. Secara umum dan logika kaum pria lebih banyak menderita kecemasan dan rasa takut menghadapi masa depan setelah perceraian, mengingat fungsinya sebagai penanggung jawab atas diri dan keluarganya,







Subyek bisa mengembangkan diri menuju pertumbuhan psikologis, yaitu menjadi lebih baik dari sebelumnya. Proses ini di pengaruhi pula oleh adanya dukungan sosial dan keyakinan terhadap Tuhan.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Karina (2014). *Resiliensi Remaja yang Memiliki Orang Tua Bercerai*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum kemampuan resiliensi pada remaja yang memiliki orang tua bercerai adalah rata-rata bawah (30,56%)

Ke empat, penelitian yang dilakukan oleh Hotmauli (2008). *Kecemasan Pasca Bercerai pada Wanita Dewasa Awal*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa subyek mengalami kecemasan seperti sedih karena keluarganya tidak ada yang membantu, kecewa atas pernikahan dan kehidupan yang di alaminya, cemas dalam memikirkan kebutuhan hidup sehari-hari dengan tiga orang anak, wanita dewasa awal juga harus bisa mengatur ekonomi keluarga secara mandiri dan panik memikirkan masa depan anak-anaknya.

Ke lima, penelitian yang dilakukan oleh Ningrum (2013). *Perceraian Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penelitian ini memperlihatkan bahwa subjek mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan karena subjek mampu menerima kenyataan dan mampu menyelesaikan setiap permasalahan yang dihadapi dengan control emosi yang baik, percaya diri, terbuka, memiliki tujuan, dan bertanggung jawab juga dapat menjalin hubungan dengan cara yang berkualitas.

Ke enam, penelitian yang dilakukan oleh Dewiyanti (2014). *Resiliensi Remaja Putri terhadap Problematika Orang Tua Pasca Cerai*. Hasil penelitian

ini menunjukkan bahwa partisipan dapat resilien walaupun setelah perceraian partisipan masih menghadapi masalah-masalah baru. Partisipan dapat resilien dengan memiliki gambaran kemampuan resiliensi yang berbeda-beda. Berdasarkan hasil penelitian, ketiga partisipan samasama memunculkan kemampuan pada impulse control, optimism, empathy dan self efficacy meski ketiga partisipan mempunyai kemampuan yang tidak sama persis. Kemampuan resiliensi yang dimiliki membuat ketiga partisipan berhasil dalam mengartikan sebuah peristiwa sulit.

Ke tujuh, penelitian yang dilakukan oleh Hagenaars (2010). *Posttraumatic Growth in Exposure Therapy for PTSD*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pertumbuhan pasca trauma mungkin konsep baru yang berharga dalam terapi trauma.

Ke delapan, penelitian yang dilakukan oleh Levine (2008). *Strengths of Character and Posttraumatic Growth*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pertumbuhan pasca trauma pada masa remaja ditandai oleh dua komponen yang kuat, dan terbesar pada tingkat stres pasca trauma moderat.

Ke sembilan, penelitian yang dilakukan oleh Peterson (2008). *Strengths of Character and Posttraumatic Growth*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pertumbuhan trauma berikut mungkin memerlukan satu penguatan karakter.

Ke sepuluh, penelitian yang dilakukan oleh Stephen Joseph (2009). *Growth Following Adversity*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa

gagasan pertumbuhan kesulitan mengikuti menjanjikan pandangan alternatif tentang bagaimana untuk berpikir tentang trauma.

Ke sebelas, penelitian yang dilakukan oleh Christian (2013). *Religious Coping, Posttraumatic Stress, Psychological Distress, and Posttraumatic Growth Among Female survivors Four Years After Hurricane Katrina*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil dari pemodelan regresi struktural menunjukkan bahwa koping agama negatif di kaitkan dengan tekanan psikologis, tetapi tidak PTS. Koping religius positif di kaitkan dengan PTG. Analisis lebih lanjut menunjukkan efek tidak langsung signifikan sebelum dan pasca bencana keagamaan di PTG pasca bencana melalui positif koping agama. Temuan menggaris bawahi dampak positif dan negatif dari variabel agama dalam konteks bencana alam.

Perbedaan penelitian *Post Traumatic Growth* pada penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yakni terletak pada tempat atau lokasi penelitian serta subyek penelitiannya, yang pada penelitian sebelumnya menggunakan subyek pasien yang mengalami penyakit kanker tetapi pada penelitian ini peneliti memilih subyek penelitian wanita dewasa awal pasca bercerai yang dianggap menarik untuk diteliti. Peneliti ingin menggali lebih dalam bagaimana perkembangan dan dampak psikologis yang terjadi pada wanita dewasa awal yang mana seorang wanita sering dianggap lemah. Peneliti ingin menggali bagaimana dinamika pertumbuhan psikologis yang terjadi pada wanita dewasa awal pasca bercerai serta bagaimana caranya ia menghadapi kehidupan sosialnya khususnya pasca bercerai.