

BAB V

PENUTUP

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Berdasarkan data hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya maka dapat diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Latar Belakang Perceraian

Pada subyek pertama latar belakang perceraian disebabkan karena komunikasi, perbedaan prinsip, dan intervensi orang terdekat. Sedangkan pada subyek kedua latar belakang perceraian disebabkan oleh KDRT (Kekerasan Dalam Rumah Tangga), dan perselingkuhan.

2. Dampak Psikologis Setelah Bercerai

Pada subjek pertama dampak psikologis yang dirasakan yakni subyek merasa pusing, melamun, pingsan, sedih, gelisah, kesepian, dendam, dan sikap subyek lebih tertutup terhadap orang-orang yang ada di sekitar.

Namun pada subjek kedua dampak psikologis yang dirasakan adalah, benci, stres, galau, dan sujud syukur. Pada subyek kedua setelah bercerai subyek merasa lega dan sujud syukur karena pada saat berumah tangga subyek merasa diperlakukan secara fisik (KDRT) dan suami melakukan perselingkuhan.

3. *Mekanisme Coping* yang Dilakukan

Mekanisme coping yang dilakukan pada subyek pertama *Seeking emotional social support*, yaitu usaha individu untuk mendapatkan simpati atau dukungan emosional dari orang lain. *religion*, usaha individu dalam meningkatkan kegiatan keagamaan, *mental disengagement* secara psikologis individu menyerah menghadapi situasi stress dan mengalihkan pada suatu aktivitas agar dapat melupakan permasalahan, *planful problem solving* individu memikirkan suatu rencana tindakan untuk memecahkan situasi yang ada dan *escape avoidance*, menunjukkan usaha-usaha pada individu untuk berperilaku melarikan diri atau menghindar dari permasalahan..

Sedangkan pada subyek kedua mekanisme coping yang dilakukan adalah *Seeking emotional social support*, yaitu usaha individu untuk mendapatkan simpati atau dukungan emosional dari orang lain. *religion*, usaha individu dalam meningkatkan kegiatan keagamaan, *mental disengagement* secara psikologis individu menyerah menghadapi situasi stress dan mengalihkan pada suatu aktivitas agar dapat melupakan permasalahan, *planful problem solving* individu memikirkan suatu rencana tindakan untuk memecahkan situasi yang ada.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Mekanisme Coping*

Faktor-faktor yang mempengaruhi mekanisme coping pada subyek pertama tipe kepribadian, *Lokus of control*, dan dukungan sosial. Subyek memiliki dukungan sosial dari keluarga dan saudara-saudara dalam menjalani kehidupan barunya menjadi seorang janda..

Pada subyek kedua tipe kepribadian, keyakinan atau pandangan positif, dukungan sosial dan situasi sosial ekonomi. Subyek memiliki materi berupa sawah, tambak dan butik. Subyek mampu menjalani kehidupan baru dengan kedua anaknya, menjadi seorang janda dan *singel parent*. Selain itu, subyek mendapatkan dukungan sosial dari saudara dan teman-teman setelah mengalami perceraian.

B. SARAN

1. Saran Bagi Para Istri Berbagai Usaha untuk Menghindari Terjadinya Perceraian
 - a) Menjalin kedekatan, keterbukaan dalam suatu hubungan rumah tangga.
 - b) Menemukan titik temu atau solusi dari perbedaan
 - c) Mengusahakan semaksimal mungkin tidak adanya pihak ketiga seperti (orang tua, teman, dan keluarga) dalam mengatasi permasalahan rumah tangga.
 - d) Bersikap tegas dan mampu melindungi diri jika pasangan melakukan kekerasan dalam rumah tangga baik fisik maupun verbal.
2. Bagi Perempuan yang Sudah Bercerai
 - a) Mengusahakan untuk mendapatkan dukungan dari keluarga dan teman.

b) Meningkatkan ibadah untuk mendapatkan ketenangan, kepasrahan, dan ketabahan.

c) Segera merencanakan keberlangsungan hidup setelah bercerai terutama dengan melakukan kegiatan yang baru dan kemandirian dalam hal ekonomi.

3. Orang Tua dan Keluarga

a) Orang tua dan keluarga memberi dukungan secara penuh kepada anak atau saudara perempuan yang bercerai, baik secara emosi, informasi, maupun memfasilitasi agar mampu bangkit dan menata kembali kehidupannya.

b) Menghindari sikap atau perkataan yang menyalahkan, memojokkan atau mengingatkan pada masalahnya karena hal tersebut dapat memperburuk keadaan.

4. Lingkungan dan Masyarakat

Lingkungan sebaiknya memiliki pandangan yang positif terhadap perempuan yang bercerai, mencoba mendekati seorang perempuan yang bercerai dengan mengajak kegiatan di masyarakat seperti ibu-ibu (PKK), pengajian rutin yang ada di lingkungan dan melakukan berbagai informasi mengenai perempuan setelah bercerai melalui media masa sehingga persepsi dari masyarakat dapat berubah.