

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perceraian merupakan pemutusan hubungan pernikahan antara suami dan istri melalui proses hukum. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan (Indonesia) bahwa terdapat dua jenis perceraian, yaitu cerai gugat dan cerai talak. Cerai gugat adalah perceraian yang diajukan oleh pihak istri, sedangkan cerai talak diajukan oleh pihak suami. Risa (dalam Soeparno, 2022) menjelaskan bahwa perbedaan para pihak yang mengajukan perceraian membutuhkan persyaratan dan konsekuensi yang berbeda pula dari putusan pengadilan yang akan ditetapkan. Undang-Undang Perkawinan di Indonesia memiliki prinsip untuk mempersulit perceraian, sehingga perceraian harus dilakukan di depan sidang pengadilan, setelah melalui sejumlah tahapan dan tidak berhasil didamaikan. Regulasi hukum juga mengatur bahwa perceraian hanya dapat dilakukan apabila ada alasan atau faktor-faktor yang memenuhi persyaratan untuk ditetapkannya perceraian oleh pengadilan. Setiap harinya, Pengadilan Agama tidak pernah sepi dari pihak yang ingin bercerai. Dilihat dari seluruh jenis perkara di Pengadilan Agama setiap tahunnya di seluruh Indonesia, angka persentase perkara perceraian mencapai lebih dari 90%. Badan Pengadilan Agama (Badilag) mendata perceraian sebanyak 65% terjadi atas cerai gugat dan sisanya 35% karena cerai talak. Firdausi (2024) menerangkan bahwa tingginya jumlah kasus perceraian di Indonesia tidak hanya terbatas pada beberapa wilayah, melainkan hampir merata di seluruh wilayah provinsi Indonesia. Tiga provinsi yang memiliki angka perceraian

tertinggi adalah Jawa Barat, Jawa Timur, dan Jawa Tengah. Provinsi Jawa Timur sendiri mencatat setidaknya 95.917 kasus perceraian, dimana Kabupaten Jember menempati posisi kedua setelah kabupaten Malang dalam kasus perceraian. Fenomena perceraian di Pengadilan Agama Jember setiap tahunnya memutus perceraian rata-rata lebih dari 5 ribu perkara (Rahman, 2023). Rincian kasus perceraian yang ditangani Pengadilan Agama Jember beberapa tahun terakhir tersaji dalam tabel di bawah ini.

Tabel 1. Data Perkara Pengadilan Agama Jember Tahun 2021-2024

No	Jenis Perkara		Total	Tahun
	Cerai Talak	Cerai Gugat		
1	1544	4289	5833	2021
2	1489	4568	6057	2022
3	1444	4533	5977	2023
4	1384	5105	6489	2024

Sumber: Pengadilan Agama Jember (Data Perkara yang Diterima Menurut Jenisnya)

Jumlah perkara cerai gugat yang semakin meningkat dari tahun ke tahun. Keberanian seorang wanita yang mengajukan perceraian dapat dipengaruhi oleh keinginannya memperjuangkan hak-hak rumah tangga yang diabaikan. Fenomena perceraian dapat dipengaruhi oleh berbagai hal, termasuk dari perspektif ekonomi dan peningkatan wawasan serta persepsi hak perempuan (Soeparno, 2022). Angka cerai gugat yang terus mengalami peningkatan dinilai telah melahirkan penolakan terhadap budaya patriarki, budaya yang cenderung menempatkan perempuan sebagai nomor dua tidak lagi dimaknai sebagai budaya yang melekat dalam kehidupan sehari-hari (Soeparno, 2022). Maraknya kasus cerai gugat disebabkan oleh banyak faktor, salah satunya yakni perbedaan *gender* antara suami dan istri dalam rumah tangga. Menurut Mansour (dalam Fitria & Ummah, 2012) disfungsi

peran dalam rumah tangga seringkali diakibatkan oleh ketidakadilan dalam peran gender (*gender role*) dan perbedaan gender (*gender differences*). Apabila sebuah rumah tangga masih dilandasi dengan keyakinan patriarki, hal ini kemudian menumbuhkan ketidakadilan bagi perempuan (*gender inequalities*), seperti marjinalisasi (proses pemiskinan ekonomi), subordinasi (dianggap tidak penting), *stereotype* (adanya pelabelan negatif), *violence* (tindak kekerasan) dan *double burden* (adanya beban ganda, yakni beban kerja dalam rumah tangga yang lebih berat daripada laki-laki) (Fitria & Ummah, 2012). Hal ini juga didukung oleh pernyataan Nella Safitri (dalam Soeparno, 2022) dimana cerai gugat disebabkan oleh empat hal, yakni perempuan mulai memahami hak-hak mereka sebagai istri dalam rumah tangga dan memiliki kemampuan untuk menolak jika mereka diperlakukan secara tidak adil dan hak-hak mereka diabaikan; kemandirian secara ekonomi; wanita memiliki pemahaman yang lebih baik tentang agama, termasuk dalam hal peraturan perceraian; dan keinginan wanita untuk digantung oleh suami.

Perceraian khususnya cerai gugat merupakan masalah sosial yang sangat kompleks serta memberikan dampak pada tatanan kehidupan individu dan masyarakat. Dalam level keluarga, perceraian dapat memicu munculnya beragam masalah terkait kesejahteraan individu dan keluarga seperti kemiskinan pada perempuan dan anak. Selain itu, perceraian seringkali menimbulkan dampak negatif dalam hal ekonomi, fisik, dan psikososial, serta permasalahan akademik pada anak. Perceraian juga sering menjadi penyebab timbulnya beragam masalah psikologis seperti kesepian, kecemasan, kesedihan, isolasi diri, penderitaan psikologis yang mendalam, depresi, dan kurangnya kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan

situasi yang baru (Auliani & Nisa, 2023). Wanita yang bercerai juga memiliki sejumlah kompleksitas masalah, yaitu bagaimana mereka merefleksikan kembali tentang dirinya sendiri, bagaimana menempatkan diri dalam situasi sosial yang tentunya memengaruhi kehidupannya, bagaimana dapat membiayai hidup sehari-hari dan memenuhi kebutuhan anak anaknya serta bagaimana menerapkan pola asuh yang tepat (Soeparno, 2022).

Bagi sebagian besar wanita, keputusan untuk menggugat cerai bukanlah pilihan yang mudah. Langkah ini umumnya diambil setelah melalui proses panjang dan melelahkan, yang dipenuhi oleh konflik rumah tangga yang tidak terselesaikan, seperti kekerasan, ketidakadilan gender, atau dominasi suami dalam relasi pernikahan (Soeparno, 2022). Keputusan tersebut sering kali diwarnai oleh pergolakan batin dan tekanan emosional yang mendalam. Soeparno (2022) menambahkan, apabila dilihat dari sudut pandang *gender*, kesulitan yang dihadapi perempuan dalam proses cerai gugat menjadi semakin kompleks. Dalam konteks budaya patriarki yang masih mengakar kuat di masyarakat, perempuan sering kali diposisikan sebagai pihak yang bertanggung jawab untuk menjaga keutuhan rumah tangga. Sementara itu, laki-laki dianggap memiliki kontrol yang lebih besar dalam mengambil keputusan, termasuk keputusan untuk berpisah. Mansour (dalam Fitria dan Ummah, 2012) menjelaskan bahwa relasi kuasa yang timpang dalam rumah tangga dapat melahirkan subordinasi, beban ganda, serta marginalisasi terhadap perempuan. Oleh karena itu, ketika seorang perempuan akhirnya memutuskan untuk menggugat cerai sebagai bentuk perlawanan terhadap relasi yang tidak adil, perempuan tidak hanya berhadapan dengan konflik internal dan pasangan, tetapi

juga dengan tekanan sosial dan stigma negatif sebagai "perempuan gagal". Stigma tersebut dapat memperparah beban psikologis yang dirasakan, sehingga menjadikan proses cerai gugat sebagai pengalaman yang penuh keterpurukan, baik secara emosional maupun sosial.

Lazarus & Folkman (dalam Maryam, 2017) menjelaskan bahwa keadaan stres yang dialami oleh individu dapat memicu efek yang merugikan secara fisiologis maupun psikologis, termasuk dalam hal perceraian. Menurut Soeparno (2022) proses cerai gugat sering menjadi periode paling kritis dalam perceraian karena melibatkan konflik yang belum selesai, seperti perselisihan hak asuh anak, pembagian harta, dan tekanan dari lingkungan sosial serta keluarga. Selain itu, keinginan perempuan menggugat cerai tidak serta merta memperoleh proses hukum yang mudah. Berdasarkan informasi yang diperoleh, perempuan mengalami ketakutan dan kekhawatiran jika nantinya permohonannya tidak dikabulkan oleh Pengadilan Agama, dimana hal tersebut dapat memperburuk kecemasan dan stres. Sebaliknya, wanita yang sudah bercerai cenderung memasuki tahap adaptasi atau pemulihan (Fauzi & Arifin, 2024). Meskipun menghadapi berbagai tantangan, penelitian menunjukkan bahwa wanita yang sudah bercerai memiliki kemampuan yang lebih baik untuk berdamai dengan situasi mereka, yang ditunjukkan dengan kemampuan mengatasi berbagai rintangan, seperti kesulitan ekonomi dan stigma sosial, serta kemampuan mereka untuk berdamai dengan perceraian, mereka juga berhasil menetapkan tujuan hidup baru dan memanfaatkan dukungan dari lingkungan untuk membangun kembali kehidupan mereka (Fauzi & Arifin, 2024). Oleh karena itu, penting untuk mengelola tekanan selama proses cerai gugat agar

tidak berpengaruh pada kondisi psikologis, serta untuk mengurangi risiko depresi, kecemasan, dan pola pengasuhan anak yang kurang tepat. Sebagian dari wanita dalam proses cerai gugat ini mencari dukungan sosial dari orang-orang terdekat untuk mendapatkan kekuatan dalam menjalani hidup (Fauzi & Arifin, 2024). Sementara itu, aspek *self-esteem* juga mulai diperkuat. Hal ini muncul dari temuan bahwa wanita bercerai, dengan *self-esteem* yang lebih tinggi, cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih baik dan mampu menghadapi stigma sosial dengan lebih tangguh. (Kim, Jeon, & Song, 2023).

Ubaidi (dalam Soeparno, 2022) menggambarkan bahwa wanita yang menghadapi perceraian akan mengalami lima tahap psikologis dan emosional. Tahap pertama adalah menyalahkan pasangan dan merasakan kekecewaan yang mendalam. Selanjutnya, individu memasuki tahap berduka atas kehilangan dan mengungkapkan kekecewaan. Tahap ketiga ditandai dengan munculnya rasa marah dan benci, yang kemudian diikuti oleh keputusan untuk berpisah dalam tahap keempat. Terakhir, tahap kelima adalah saat individu mulai menjalani kehidupan baru, meskipun tidak jarang masih disertai beban psikologis dari masa lalu. Hal tersebut sejalan dengan hasil wawancara dengan seorang pengaju cerai gugat di Pengadilan Agama Jember, yakni subjek A berusia 24 tahun dengan dua anak mengungkapkan bahwa perceraian merupakan langkah terakhir akibat ketidakmampuan menemukan solusi dari masalah pernikahannya. Sebelum memutuskan untuk menggugat cerai suaminya, subjek mengalami keterpurukan yang pada akhirnya membuat subjek menyalahkan diri sendiri, mengalami stres yang berkepanjangan, dan merasa dunia tidak adil. Namun, seiring waktu, subjek

mulai bangkit dengan berusaha menguatkan diri demi anak-anak, mencoba berpikir lebih tenang dan logis, serta mulai merencanakan kembali tujuan hidup yang sesuai dengan keadaan barunya sebagai orang tua tunggal. Upaya tersebut mampu membantunya membangun kembali hidup dengan keyakinan dan kekuatan baru, dimana dalam psikologi hal ini disebut dengan resiliensi. Proses yang dialami subjek menunjukkan bentuk dari resiliensi, sebagaimana didefinisikan oleh Reivich dan Shatte (2002) sebagai kemampuan untuk beradaptasi dan pulih dari tekanan hidup. Resiliensi mulai muncul dan berkembang secara signifikan pada tahap keempat dan kelima dalam proses psikologis yang dialami wanita saat menghadapi perceraian sebagaimana dijelaskan oleh Ubaidi (dalam Soeparno, 2022). Pada tahap keempat, ketika individu mulai mengambil keputusan untuk berpisah, mereka dihadapkan pada realitas dan konsekuensi dari perceraian itu sendiri. Pada tahap inilah resiliensi mulai dibutuhkan sebagai kemampuan untuk menerima keadaan, mengelola emosi, dan mulai membangun strategi untuk menghadapi masa depan. Resiliensi kemudian berkembang lebih kuat pada tahap kelima, yaitu saat individu mulai menjalani kehidupan baru. Meskipun beban psikologis dari masa lalu mungkin masih ada, kemampuan untuk beradaptasi, bangkit kembali, dan menetapkan tujuan hidup yang baru merupakan ciri khas dari individu yang resilien. Pada tahap ini, fungsi resiliensi sangat tampak melalui kemampuan untuk mengatasi tekanan sosial, memperkuat kepercayaan diri, membangun kembali jaringan sosial, dan merespon perubahan hidup secara konstruktif. Dengan demikian, resiliensi tidak hanya hadir sebagai reaksi terhadap tekanan, tetapi juga

sebagai kekuatan internal yang berkembang seiring dengan proses penerimaan dan adaptasi terhadap perubahan hidup.

Berdasarkan hasil wawancara, subjek mampu mengelola emosi negatif yang dirasakan, mulai melihat dirinya secara lebih positif, dan percaya bahwa subjek dapat mengambil kendali atas hidupnya. Meskipun sebelumnya sempat mengalami keterpurukan akibat stres berlebihan, yang menurut Hammen (2005) dapat memicu depresi, subjek berhasil mengubah respons psikologisnya ke arah yang lebih adaptif. Hal ini memperkuat pandangan Luthar (2003) bahwa resiliensi adalah proses dinamis, di mana individu mampu bertahan dan tumbuh dari situasi penuh hambatan. Dalam kasus ini, subjek tidak hanya berhasil melewati tekanan emosional dari proses cerai gugat, tetapi juga membangun kembali kehidupannya dengan semangat baru yang menunjukkan ketangguhan psikologis yang kuat. Oleh karenanya, resiliensi menjadi kemampuan sangat diperlukan dalam kondisi penuh tekanan, seperti kehilangan orang tercinta, kecelakaan, atau bencana alam. Secara umum, perempuan dan laki-laki menunjukkan resiliensi yang berbeda dalam menghadapi perceraian. Laki-laki cenderung lebih cepat membangun kehidupan baru secara sosial, dan memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk segera menikah kembali. Sementara itu, perempuan, terutama yang memiliki tanggungan anak, harus menjalani fase adaptasi lebih panjang, mulai dari persoalan ekonomi, pengasuhan, hingga tekanan sosial. Namun, hal ini tidak menjadikan perempuan lebih lemah, justru perempuan sering menunjukkan resiliensi yang lebih mendalam dan kompleks, karena mereka terbiasa menghadapi berbagai tekanan secara bersamaan (Fitria & Ummah, 2012).

Meskipun berada dalam situasi yang penuh dengan tekanan, subjek A mampu untuk lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan dan menghindari tindakan impulsif yang dapat memperburuk situasi. Dalam teori Reivich & Shatte (2002), kemampuan yang ditunjukkan subjek merupakan salah satu aspek resiliensi yang disebut dengan *impulse control*. Kemudian, subjek lebih fokus untuk memperbaiki perekonomian keluarga, dan mempertimbangkan masa depan dirinya serta anak-anaknya dengan matang, dimana kemampuan ini disebut dengan *self-efficacy*. Perlahan, subjek menumbuhkan harapan bahwa kebahagiaan masih mungkin dicapai meski pernikahan telah berakhir. Hal ini termasuk dalam aspek resiliensi yang disebut dengan *optimism*. Selain itu, subjek juga mulai memandang masalahnya dengan lebih objektif dengan memahami bahwa kegagalan pernikahannya tidak sepenuhnya karena dirinya, melainkan akibat berbagai faktor kompleks yang tidak dapat ia kendalikan, dimana kemampuan ini oleh Reivich dan Shatte (2002) disebut dengan *causal analysis*. Berlawanan dengan individu yang mampu menunjukkan resiliensi positif, tidak sedikit wanita yang menjalani proses cerai gugat justru mengalami keterpurukan mendalam. Salah satu subjek, sebut saja subjek B, merasa sangat kesulitan dalam menghadapi proses perceraian karena keluarganya menolak keputusan subjek untuk menggugat cerai suaminya. Subjek merasa disalahkan oleh orang tua dan saudara-saudaranya, bahkan dituduh tidak mampu menjaga keutuhan rumah tangga. Kondisi ini membuatnya merasa tidak berharga, kehilangan arah, dan mengalami kesulitan dalam membuat keputusan selama proses hukum. Subjek juga menunjukkan gejala stres seperti gangguan

tidur, rasa cemas berlebihan, dan kehilangan semangat menjalani aktivitas sehari-hari.

Resnick et.al (dalam Oktavia & Muhopilah, 2021) menyebutkan bahwa resiliensi dipengaruhi oleh empat faktor utama yakni harga diri, dukungan sosial, spiritualitas, dan emosi positif. Harga diri yang baik memberikan kekuatan mental untuk menghadapi tantangan hidup. Dukungan sosial, khususnya dukungan emosional, penting untuk meningkatkan kualitas hidup dan membantu individu mengatasi kesulitan. Spiritualitas membantu individu dalam menemukan makna dalam hidup dan memelihara kekuatan batin saat menghadapi tekanan. Selain itu, emosi positif berfungsi sebagai pelindung terhadap ancaman psikologis, membantu individu merespons stres dengan cara yang lebih adaptif dan sehat (Resnick, Gwyther, & Roberto, 2011). Kemudian, Holaday (dalam Tuwah, 2016), menambahkan bahwa resiliensi banyak dipengaruhi faktor *social support*, yaitu berupa *community support*, *personal support*, *familial support* serta budaya dan komunitas dimana individu tinggal. Sedangkan Dewi et.al (dalam Susanti, 2023), serta Damanik (dalam Susanti, 2023) sama-sama menyebutkan 3 faktor yang mempengaruhi resiliensi yakni faktor individual, faktor keluarga dan faktor masyarakat atau faktor eksternal. Resnick et al (dalam Oktavia & Muhopilah, 2021), menyebutkan bahwa dukungan sosial terutama dari keluarga merupakan salah satu pilar utama pembentuk resiliensi, yang membantu individu merasa aman, dihargai, dan tidak sendirian dalam menghadapi tekanan hidup. Dukungan keluarga menurut Friedman (dalam Inayati & Hasanah, 2022) yakni semua sikap dan penerimaan yang ditunjukkan keluarga terhadap anggota keluarganya, yang

bentuknya berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Dukungan keluarga merupakan suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga tidak merasa sendirian dan merasa ada yang memperhatikan. Dukungan keluarga mampu berperan sebagai pelindung (*buffer*) terhadap tekanan psikologis yang dialami selama proses cerai gugat. Konsep ini sejalan dengan *buffering model* dari Cohen & Wills (1985), yang menjelaskan bahwa dukungan sosial seperti dari keluarga memiliki efek protektif terhadap stres. Dalam konteks ini, dukungan dari keluarga membantu perempuan meredam dampak negatif dari konflik rumah tangga, stigma sosial, dan tekanan ekonomi. Penelitian juga menunjukkan bahwa dukungan sosial khususnya dukungan keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat resiliensi pada wanita dewasa awal yang bercerai dan mempunyai tanggungan (Fitri, 2023). Hal ini juga didukung oleh penelitian oleh Saragih & Stanislaus (2015) dimana wanita bercerai tetap mendapat perhatian dan kasih sayang dari keluarga termasuk orang tua maupun sanak saudara, sehingga individu tetap mampu bertahan dan melalui cobaan dengan kuat. Dengan demikian, fokus utama dalam penelitian ini adalah bagaimana dukungan keluarga dapat memperkuat resiliensi dan membantu wanita dalam mengatasi berbagai tekanan psikologis, sosial, dan emosional yang muncul selama proses cerai gugat. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Susanti (2023), menerangkan bahwasannya salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah faktor keluarga. Peran keluarga, terutama orang tua, saudara, atau anak-anak, menjadi sangat signifikan dalam proses cerai gugat. Hasil dari penelitian

tersebut menunjukkan bahwa dukungan emosional dari keluarga memberikan rasa aman dan kepercayaan diri kepada perempuan untuk menjalani proses perceraian dengan lebih stabil.

Berdasarkan hasil wawancara, subjek A mengaku bahwa dirinya memperoleh kekuatan terbesar dari anak-anaknya. Meski harus mengurus proses perceraian sendirian tanpa didampingi secara langsung oleh keluarga atau pengacara, ia menegaskan bahwa dirinya mampu menghadapi semua proses ini dengan baik berkat kehadiran kedua buah hati yang senantiasa memberikan semangat dan menunjukkan kasih sayang padanya. Selain itu, meski masih berusia dini, kedua anaknya mampu menunjukkan perhatian serta menerima apa yang sedang terjadi padanya. Selain dari anak-anak, subjek A juga mendapatkan dukungan emosional dari orang tua dan saudara kandungnya. Meskipun mereka tidak terlibat secara langsung dalam proses hukum, namun mereka menunjukkan penerimaan, memberikan dorongan moril, serta menjadi tempat bercerita dan mencurahkan perasaan. Subjek mengungkapkan bahwa kata-kata penguatan dari ibunya dan dukungan moral dari saudara-saudaranya membuatnya merasa tidak sendirian. Dukungan keluarga, meskipun tidak selalu hadir secara fisik, menjadi pondasi penting dalam memperkuat kondisi mental dan emosionalnya selama menjalani proses cerai gugat. Sedangkan pada subjek B, dukungan keluarga yang kurang memadai menyebabkan kemampuan resiliensinya terganggu, dimana ia tidak mampu mengelola tekanan dengan baik dan cenderung terjebak dalam pikiran negatif. Fenomena ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga memainkan peran vital dalam membantu wanita membangun ketangguhan mental dalam menghadapi

situasi penuh tekanan dan merupakan faktor yang sangat signifikan dalam membentuk resiliensi pada wanita yang menjalani proses cerai gugat di Pengadilan Agama Jember.

Resiliensi terbentuk melalui proses yang panjang. Proses terbentuknya resiliensi sebagaimana dijelaskan oleh Grotberg (1995) yaitu melalui tiga komponen utama "*I Have*", "*I Am*", dan "*I Can*". Berdasarkan wawancara, subjek A menunjukkan kekuatan resiliensi yang cukup tinggi. Subjek A memperoleh kekuatan dari dukungan anak-anak, orang tua dan saudaranya (*I Have*), yang menjadi sumber semangat dan kasih sayang meskipun subjek menjalani proses hukum tanpa didampingi secara langsung oleh keluarga atau pengacara. Selain itu, subjek mulai membangun kembali keyakinan terhadap diri sendiri dan masa depannya (*I Am*), serta mengembangkan strategi yang sehat dalam menghadapi stres seperti berpikir rasional, menghindari keputusan impulsif, dan menetapkan tujuan baru untuk kehidupan setelah perceraian (*I Can*). Ketiga aspek ini menunjukkan bahwa subjek A mampu mengembangkan sistem ketahanan diri yang kuat, sesuai dengan konsep Grotberg, di mana interaksi antara dukungan eksternal, identitas positif, dan kemampuan mengatasi masalah membentuk ketangguhan psikologis.

Sebaliknya, subjek B menggambarkan kondisi yang menunjukkan lemahnya resiliensi akibat kurangnya dukungan dari keluarga (*I Have*). Ia merasa disalahkan dan dijauhi oleh orang tua serta saudara, sehingga tidak memiliki sumber dukungan emosional yang bisa memperkuat ketahanan dirinya. Akibatnya, ia kesulitan membangun citra positif tentang dirinya (*I Am*), dan juga menunjukkan

keterbatasan dalam mengelola tekanan serta emosi selama proses cerai gugat (*I Can*). Kondisi ini membuat subjek B lebih mudah terjebak dalam stres berkepanjangan dan pikiran negatif. Perbandingan ini memperjelas bahwa ketiga komponen resiliensi dalam teori Grotberg tidak hanya teoritis, tetapi nyata dalam menggambarkan bagaimana seorang perempuan mampu atau tidak mampu menghadapi krisis hidup seperti perceraian.

Meskipun banyak penelitian yang menyoroti dampak psikologis dari perceraian, belum banyak yang secara khusus mengkaji hubungan antara dukungan keluarga dan resiliensi pada wanita yang menjalani proses cerai gugat, terutama di wilayah tertentu seperti di Pengadilan Agama Jember. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih memfokuskan pada dampak pasca-cerai atau kondisi psikologis umum perempuan yang telah resmi bercerai seperti penelitian yang dilakukan Fitri (2023) dan Soeparno (2022), sementara sedikit yang menggali pengalaman emosional dan adaptasi psikologis selama proses hukum berlangsung, yang merupakan masa paling kritis dan penuh ketidakpastian. Oleh karena itu, penelitian ini sangat penting untuk memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang bagaimana dukungan keluarga berhubungan dengan resiliensi wanita dalam proses cerai gugat. Tanpa resiliensi yang memadai, wanita cenderung lebih rentan mengalami stres berkepanjangan, depresi, hingga disfungsi dalam pengasuhan anak atau relasi sosial. Sebaliknya, resiliensi memungkinkan individu untuk bangkit dari keterpurukan, menjalani proses hukum secara lebih tenang, serta merancang kehidupan baru yang lebih sehat secara psikologis dan sosial (Luthar, 2003). Dengan demikian, pemahaman mengenai bagaimana resiliensi terbentuk serta

faktor-faktor yang memperkuatnya, seperti dukungan keluarga, merupakan informasi penting dalam pengembangan layanan psikososial bagi perempuan dalam proses cerai gugat.

Penelitian ini juga memanfaatkan wawancara langsung dengan subjek yang sedang menjalani cerai gugat, sehingga memberikan perspektif yang lebih personal dan konteks lokal di Pengadilan Agama Jember. Selain itu, fokus pada dukungan sosial dari keluarga yang mempengaruhi resiliensi, dimana hal ini relatif jarang ditemukan dalam penelitian-penelitian sebelumnya. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dalam bidang psikologi sosial dan studi gender, serta memberikan rekomendasi praktis untuk mendukung wanita dalam menghadapi tekanan selama proses perceraian. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan implikasi yang signifikan bagi pengembangan kebijakan sosial dan dukungan psikologis bagi wanita yang menjalani proses cerai gugat. Dengan memahami peran dukungan keluarga dalam meningkatkan resiliensi, penelitian ini dapat mendorong lembaga-lembaga terkait, seperti Pengadilan Agama, lembaga konseling, dan organisasi sosial, untuk lebih memperhatikan pentingnya memberikan edukasi kepada keluarga dari para pihak yang sedang bercerai. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk merancang program intervensi yang dapat membantu wanita dalam membangun kembali harga diri, mengelola stres, serta meningkatkan keterampilan *coping* yang positif. Pada level individu, hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi wanita yang sedang mengalami proses cerai gugat untuk lebih memahami

pentingnya dukungan keluarga dalam menghadapi situasi sulit dan membangun ketangguhan psikologis mereka.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah penelitian ini adalah adakah hubungan antara dukungan keluarga dengan resiliensi pada wanita yang menjalani proses cerai gugat di Pengadilan Agama Jember.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan resiliensi pada wanita yang mengajukan cerai gugat di Pengadilan Agama Jember.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah sebagai tambahan referensi di bidang psikologi sosial dan *gender*, khususnya tentang resiliensi wanita yang sedang menjalani proses perceraian dan bagaimana dukungan keluarga mempengaruhi resiliensi mereka.

2. Manfaat Praktis

- a. Sebagai panduan bagi lembaga pendamping wanita dalam perceraian seperti Pengadilan Agama, lembaga konseling, dan organisasi sosial, untuk lebih memperhatikan pentingnya memberikan edukasi kepada keluarga dari para pihak yang sedang bercerai.

- b. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai alat asesmen awal dalam mengidentifikasi tingkat resiliensi wanita yang sedang menjalani proses cerai gugat.
- c. Sebagai panduan untuk merancang program intervensi yang dapat membantu wanita dalam membangun kembali harga diri, mengelola stres, serta meningkatkan keterampilan *coping* yang positif.
- d. Memberikan wawasan bagi wanita yang sedang mengalami proses cerai gugat untuk lebih memahami pentingnya dukungan keluarga dalam menghadapi situasi sulit dan membangun ketangguhan psikologis mereka.

E. Keaslian Penelitian

Literatur sebelumnya menunjukkan adanya hubungan erat antara dukungan sosial dan resiliensi. Namun, penelitian mengenai peran dukungan keluarga dalam membentuk resiliensi pada wanita yang sedang menjalani proses cerai gugat masih tergolong minim, sehingga diperlukan kajian yang lebih kontekstual dan terfokus. Beberapa penelitian terdahulu antara lain:

1. Penelitian oleh Fitri (2023) dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Wanita Dewasa Awal yang Bercerai dan Mempunyai Tanggungan di Nagari Solok Bio-Bio Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Kota Sumatera Barat”. Hasilnya, terdapat hubungan yang signifikan antara variabel dukungan sosial dan resiliensi pada wanita dewasa awal yang bercerai dan mempunyai tanggungan. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima wanita dewasa awal yang bercerai dan mempunyai tanggungan, maka semakin tinggi resiliensi yang dimiliki. Sebaliknya,

semakin rendah dukungan sosial yang diterima, maka semakin rendah pula resiliensi yang dimiliki. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Putri terletak pada variabel, yakni sama-sama meneliti hubungan antara resiliensi dan dukungan sosial. Namun, pada penelitian ini, dukungan sosial yang difokuskan adalah pada dukungan keluarga. Selain itu, subjek dalam penelitian Putri adalah wanita dewasa awal yang sudah bercerai dan memiliki tanggungan, sedangkan penelitian ini berfokus pada wanita yang masih dalam proses cerai gugat.

2. Penelitian oleh Soeparno (2022) berjudul “Some issues about women who file for divorce in Aceh”. Penelitian ini mengkaji dinamika psikologis perempuan yang mengajukan cerai gugat di Mahkamah Syar’iyah Aceh. Penelitian ini menyoroti berbagai permasalahan yang dihadapi perempuan dalam proses cerai gugat, mulai dari peningkatan angka perceraian, hambatan hukum, hingga dampak psikologis dan sosial yang dirasakan pasca perceraian. Hasil penelitian tersebut mengungkap bahwa perempuan yang menggugat cerai mengalami tekanan berat, baik dari aspek ekonomi, sosial, maupun emosional, sehingga membutuhkan intervensi dalam bentuk pemberdayaan psikologis dan sosial. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan Soeparno terletak pada fokusnya terhadap perempuan yang menjalani proses cerai gugat serta perhatian terhadap kondisi psikologis mereka. Namun, perbedaan terletak pada pendekatan dan variabel yang diteliti. Penelitian oleh Soeparno menggunakan pendekatan kualitatif dan lebih berfokus pada gambaran umum permasalahan serta

dinamika perempuan yang menggugat cerai. Sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan fokus pada hubungan antara dukungan keluarga dan resiliensi pada wanita yang sedang menjalani proses cerai gugat di Pengadilan Agama Jember. Dengan demikian, penelitian ini menawarkan kontribusi yang lebih spesifik dan terukur secara statistik mengenai faktor pelindung psikologis (resiliensi) yang dipengaruhi oleh peran penting keluarga selama proses perceraian berlangsung.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Rosyidah, Astuti, dan Michelino (2022) dengan judul “Peran Dukungan Keluarga Terhadap Resiliensi Keluarga pada Istri Tenaga Kerja Indonesia (TKI) di Kabupaten Bangkalan”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menguji seberapa besar peran dukungan keluarga terhadap resiliensi keluarga dari perspektif istri yang ditinggal suaminya bekerja sebagai TKI. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat antara dukungan keluarga dan resiliensi, di mana semakin tinggi dukungan keluarga, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi istri dalam menjalani kehidupan rumah tangga tanpa kehadiran suami. Persamaan antara penelitian ini dan penelitian Rosyidah dkk. terletak pada fokus variabel yang diteliti, yaitu dukungan keluarga dan resiliensi. Namun, perbedaan utamanya adalah pada konteks dan subjek penelitian. Penelitian Rosyidah dkk. berfokus pada resiliensi keluarga secara umum dalam konteks istri TKI yang ditinggal bekerja di luar negeri, sedangkan penelitian ini menyoroti resiliensi individu wanita yang sedang menjalani proses cerai gugat di Pengadilan Agama Jember. Selain itu, tekanan

emosional yang dialami subjek dalam penelitian ini lebih berkaitan dengan konflik pernikahan dan proses hukum perceraian, bukan semata karena jarak atau keterpisahan geografis seperti dalam kasus istri TKI. Oleh karena itu, penelitian ini memberikan kontribusi tambahan dengan memfokuskan pada pentingnya dukungan keluarga sebagai faktor protektif psikologis selama proses cerai gugat yang kompleks dan penuh tekanan.

4. Penelitian oleh Wardana et.al (2023) berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi Penyintas COVID-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates Jember”. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi penyintas COVID-19 di wilayah kerja puskesmas Kaliwates Jember dengan koefisien korelasi sedang (p value = 0,000, $r = 0,574$). Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh penyintas COVID-19, maka semakin tinggi tingkat resiliensi yang dimiliki. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diterima, maka semakin rendah pula tingkat resiliensinya. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Wardana et.al terletak pada variabel yang sama, yakni dukungan sosial dan resiliensi. Namun, penelitian ini berfokus pada dukungan sosial yang bersumber dari keluarga. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Wardana et.al terletak pada subyek penelitian, dimana subyek pada penelitian Wardana et.al adalah penyintas COVID-19, sedangkan subyek penelitian ini ialah wanita yang sedang menjalani proses cerai gugat.

5. Penelitian oleh Amalia (2024) dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi Akademik pada Santri Akhir Pesantren Modern Al-Zahra”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik. Artinya semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang dimiliki santri maka semakin tinggi pula resiliensi akademiknya, begitu juga sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang dimiliki santri maka semakin rendah resiliensi akademik santri akhir Pesantren Modern Al-Zahra. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Amalia terletak pada variabel yang sama-sama meneliti hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi. Bedanya, penelitian Amalia berfokus pada resiliensi akademik, sedangkan penelitian ini berfokus pada resiliensi secara umum. Selain itu, penelitian ini fokus pada dukungan sosial keluarga dalam membentuk resiliensi wanita yang sedang menjalani proses cerai gugat. Sedangkan penelitian Amalia berfokus pada dukungan sosial secara umum dalam membentuk resiliensi pada santri akhir pada pesantren modern.

Berdasarkan tinjauan beberapa penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa meskipun terdapat banyak studi yang membahas hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi, mayoritas penelitian tersebut memiliki fokus konteks, subjek, dan pendekatan yang berbeda dengan penelitian ini. Penelitian oleh Putri (2023) meneliti wanita yang sudah bercerai dan memiliki tanggungan, bukan yang masih dalam proses cerai gugat. Penelitian oleh Soeparno (2022) menggunakan pendekatan kualitatif dan lebih menyoroti dinamika sosial dan psikologis

perempuan dalam cerai gugat, tanpa menganalisis hubungan antar variabel secara statistik. Sementara itu, Rosyidah et al. (2022) berfokus pada istri TKI dan resiliensi keluarga secara umum, bukan resiliensi individu. Penelitian oleh Wardana et al. (2023) serta Amalia (2024) juga meneliti variabel yang sama, namun dalam konteks berbeda yakni penyintas COVID-19 dan santri di pesantren. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kontribusi orisinal dengan mengkaji secara spesifik hubungan antara dukungan keluarga dan resiliensi pada wanita yang masih dalam proses cerai gugat di Pengadilan Agama Jember, menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Fokus pada fase proses cerai gugat (bukan pasca-cerai) dan sumber dukungan dari keluarga inti menjadikan penelitian ini penting dan belum banyak dikaji secara mendalam dalam literatur sebelumnya.

