

**DINAMIKA PSIKOLOGIS PENGALAMAN HIDUP WANITA USIA DEWASA
MADYA SETELAH KEMATIAN PASANGAN**

Laksita Sepastika Pinaremas

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika psikologis pengalaman hidup yang terjadi pada wanita usia dewasa madya setelah kematian pasangan. Pertanyaan penelitian yang diajukan adalah bagaimana wanita dewasa madya menjalani hidup setelah kematian pasangan dan bagaimana perubahan aspek psikologis (afeksi, kognisi, perilaku dan harapan) yang terjadi setelah kematian pasangan. Penelitian dilakukan dengan metode kualitatif yaitu fenomenologi deskriptif. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 2 orang. Pengambilan data dilakukan dengan melalui wawancara semi terstruktur. Proses validasi yang digunakan adalah *member checking*, reflektivitas dan *peer debriefing*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek mengalami kesedihan dan kebingungan yang mendalam ketika menghadapi kematian suami. Saat awal menjadi janda, subjek memiliki keyakinan bahwa janda itu tidak baik karena mengganggu rumah tangga orang lain. Oleh karena itu, subjek juga memiliki perasaan minder dan merasa rendah diri sebagai janda. Selain itu, subjek juga merasa putus harapan dan bingung tidak tahu akan berbuat apa. Setelah memiliki keyakinan, perasaan, dan harapan seperti itu, subjek mulai menarik diri dari lingkungan. Di sisi lain, subjek memiliki tanggung jawab untuk merawat anak-anak dan mencari nafkah. Setelah menyadari tanggung jawabnya dan mendapat dukungan sosial, subjek dapat bangkit dari kesedihan demi anak-anaknya dan mampu mencari nafkah untuk keluarga. Subjek mengatasi perasaan sedih dan mindernya serta berubah menjadi optimis akan masa depannya dan memiliki harapan positif bagi dirinya sendiri dan anak-anaknya. Subjek juga menjaga amanah suami dengan tidak menikah lagi setelah suami meninggal. Subjek rela berkorban demi anak-anak dengan menjadi orangtua tunggal. Subjek membutuhkan waktu sekitar satu tahun agar dapat bangkit dari kesedihan dan melanjutkan hidup.

Kata Kunci: *dinamika psikologis, janda, dewasa tengah*

**THE DYNAMICS OF PSYCHOLOGICAL EXPERIENCE OF LIFE OF
THE WOMEN IN MIDDLE AGE AFTER THE DEATH OF SPOUSE**

Laksita Sepastika Pinaremas

ABSTRACT

This study aims to determine the dynamics of psychological experience that occurs in women of middle adulthood after the death of spouse. The research question posed is how the middle mature woman lived after the death of a spouse, and how changes in the psychological aspects (affect, cognition, behavior and expectations) that occurred after the death of a spouse. The study was conducted with qualitative methods of descriptive phenomenology. Subjects in this study amounted to 2 people. Data is collected through semi-structured interviews. The validation process is used member checking, reflexivity and peer debriefing. Results showed that subjects experienced deep grief and confusion when faced with the death of her husband. At the beginning of a widow, she had faith that the widow was not good because they interfere with other people's households. Therefore, subjects also have a feeling of inferiority and low self-esteem as a widow. In addition, she also felt hopeless and confused do not know what to do. After havend beliefs, feelings, and hopes like that, she began to withdraw from the environment. On the other hand, subjects have a responsibility to care for the children and earn a living. After realizing his responsibility and social support, subjects can rise from sadness for her children and able to make a living for the family. The subjects of overcoming the feelings of sadness and unconfidence as well as turn out to be optimistic future and will have positive expectations for herself and her children. Subjects also maintain trust with no husband remarried after her husband died. Subjects are willing to sacrifice for the sake of the children with a single parent. Subjects takes about a year to get up from the grief and move on.

Key words: dynamics of psychological, widow, middle age