

GAMBARAN PENCARIAN MAKNA HIDUP PADA WANITA DEWASA MUDA YANG MENGALAMI KEMATIAN SUAMI MENDADAK

Alfa Restu Mardhika
Fakultas Psikologi Universitas YARSI
alfa.restu@yarsi.ac.id

Abstract. *Someone who experienced the death of a partner that occurred at a young age and abruptly, would feel more tragic than the death in old age and death occurred through suffering illness. Although the event of sudden death of a partner which experienced by young adults widow is suffering, but it is able to make their lives more meaningful. The condition was caused the meaning of life can be found in all situations, including the suffering and death. The meaning of life is unique and personal, the meaning of life is specific and concrete, meaning of life also give direction to the activities carried out. Moreover, the meaning of life has three sources, namely: creative values, the values of appreciation and values to behave. This study aims to reveal the meaning of life of young adult women who experienced the sudden death of her husband through logotherapy analysis and using in-depth interviews. The sample was three women who have husband sudden death in young adulthood and the age of marriage less than five years. The results showed that the husband's sudden death events is a source of meaning in life that can make all three participants have more meaningful life thereafter. There are several sources into a meaning of their lives, such as the children, the activity, kindness values, religion, faith, and the husband's sudden death events.*
Keywords: *Young Adult Women, Husband In Sudden Death, The Meaning of Life, Logotherapy.*

Abstrak. *Seseorang yang mengalami peristiwa kematian pasangan yang terjadi pada usia muda dan secara tiba-tiba, akan merasa lebih tragis daripada kematian pada usia tua dan kematian yang terjadi melalui penderitaan penyakit. Walaupun peristiwa kematian pasangan secara mendadak yang dialami janda dewasa muda adalah penderitaan, tetapi hal tersebut mampu membuat hidup mereka menjadi lebih bermakna. Hal ini dikarenakan makna hidup dapat ditemukan dalam segala situasi, termasuk penderitaan dan kematian. Makna hidup adalah unik dan personal, makna hidup adalah spesifik dan konkrit, serta makna hidup memberi arah terhadap kegiatan yang dilakukan. Selain itu, makna hidup memiliki tiga sumber, yaitu nilai-nilai kreatif, nilai-nilai penghayatan dan nilai-nilai bersikap. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran makna hidup wanita dewasa muda yang mengalami kematian suami secara mendadak melalui analisis logoterapi dan menggunakan metode wawancara mendalam. Sampel penelitian ini adalah tiga orang wanita yang mengalami kematian suami secara mendadak di usia dewasa muda dan pada usia pernikahan kurang dari lima tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peristiwa kematian suami secara mendadak adalah sumber makna hidup yang dapat menjadikan ketiga partisipan memiliki kehidupan yang lebih bermakna setelahnya. Terdapat beberapa sumber yang menjadi makna hidup mereka, yaitu anak-anak, aktivitas, nilai-nilai kebaikan, agama, keimanan, dan peristiwa kematian suami secara mendadak.*
Kata kunci: *Wanita Dewasa Muda, Kematian Suami Secara Mendadak, Makna Hidup, Logoterapi*

PENDAHULUAN

Seiring bertambahnya waktu, seorang manusia tumbuh menjadi pribadi yang unik. Seorang anak tumbuh menjadi remaja dan selanjutnya memasuki tahapan dewasa muda.

Menurut Papalia, Olds, dan Feldman (2004), usia dewasa muda adalah seseorang yang berusia antara 21-40 tahun. Havighurst dalam Turner dan Helms (1995) mengatakan bahwa terdapat beberapa tugas perkembangan dewasa muda, yaitu mencari dan menemukan calon pasangan hidup, membina kehidupan rumah tangga, meniti karier dalam rangka memantapkan kehidupan ekonomi rumah tangga, dan menjadi warga negara yang bertanggungjawab. Salah satu usaha yang dilakukan oleh dewasa muda untuk melaksanakan tugas perkembangannya ialah membangun rumah tangga.

Pernikahan merupakan suatu hubungan antara seorang pria dan wanita yang diakui secara sosial untuk mensahkan hubungan seksual, memperoleh legitimasi status kelahiran anak dan pembagian tanggung jawab peran antara suami istri (Duvall dan Miller, 1985). Pernikahan merupakan hal yang paling membahagiakan bagi setiap manusia (Seligman dalam Williams, Sawyer, dan Wahsltrom, 2006). Walau demikian, bukan berarti selama masa pernikahan mereka akan selalu menikmati kebahagiaan seperti yang diimpikan saat masa pacaran (Dariyo, 2003). Kebahagiaan yang baru mereka nikmati akan terhenti saat salah satu dari mereka harus kembali menghadap Tuhan.

Saat peristiwa kematian terjadi dalam sebuah pernikahan, pasangan yang ditinggalkan menjadi sangat sulit untuk membangun kembali kehidupan tanpa pasangannya (Duvall dan Miller, 1985). Seseorang yang sangat ia cintai dan ia harapkan untuk menjadi pelindung serta pemimpin dalam keluarga yang mereka bangun harus meninggalkannya untuk selama-lamanya. Bagi mereka yang mengalami peristiwa kematian pasangan yang terjadi pada usia muda dan secara tiba-tiba, atau kematian yang tidak diharapkan akan dirasakan lebih tragis daripada kematian pada usia tua dan kematian yang terjadi melalui penderitaan penyakit yang lama (Aiken, 1994).

Meskipun peristiwa kematian pasangan mendadak merupakan suatu hal yang berat, namun sebagai makhluk yang tidak dapat merubah ketetapan Tuhan maka manusia diberi kelebihan akal untuk dapat mengubah sikap serta pemikirannya terhadap keadaan itu. Sahakian (1979) mengatakan :

“ Jika kita tak mampu mengubah keadaan, ubahlah sikap kita atas keadaan itu ”
(Sahakian, 1979 dalam Bastaman, 1996)

Kalimat tersebut adalah sebuah pernyataan yang dapat menjadi motivator bagi tiap individu untuk senantiasa optimis dalam menjalani hidupnya, terutama pada saat ia mengalami peristiwa tragis. Apa yang berarti dalam eksistensi manusia, bukan semata-mata nasib yang menantikan kita, tetapi cara bagaimana kita menerima nasib itu. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Victor. E. Frankl yang mengatakan bahwa arti atau makna dapat ditemukan dalam semua situasi, termasuk penderitaan dan kematian (Schultz, 1991).

Penulis menggunakan landasan teoritis dari Viktor E. Frankl mengenai Logoterapi untuk mengetahui gambaran pencarian dan penghayatan makna hidup pada wanita dewasa muda yang mengalami penderitaan akibat kematian suami,. Pada awalnya, logoterapi adalah suatu metode yang digunakan untuk menangani orang-orang yang kehidupannya kehilangan arti atau makna (Schultz, 1991). Oleh karena itu, melalui pendekatan logoterapi peneliti ingin mendapatkan gambaran keseluruhan mengenai proses penemuan makna hidup pada wanita yang mengalami kematian pasangan secara mendadak di usia 21-40 tahun dan di usia perkawinan lima tahun atau dibawahnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka masalah utama yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran pencarian makna hidup berdasarkan analisa logoterapi pada wanita dewasa muda yang mengalami penderitaan akibat kematian suami secara mendadak?”. Adapun sebagai masalah turunan dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada perbedaan penghayatan makna hidup saat sebelum dan setelah mengalami kematian suami secara mendadak?, Apa masalah-masalah yang muncul dalam proses penemuan makna hidup pada wanita yang menjadi janda karena kematian suami secara mendadak?, Sumber-sumber makna hidup apa saja yang membantu penemuan makna hidup pada wanita yang menjadi janda karena kematian suami secara mendadak?, Bagaimana janda dewasa muda memaknai penderitaan yang dialami akibat kematian suami mendadak? Dan Bagaimana tahap-tahap yang dilalui oleh janda dewasa muda dalam proses menemukan makna hidupnya kembali setelah mengalami kematian suami secara mendadak?”

METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan metode kualitatif dengan metode studi kasus intrinsik. Hal tersebut dikarenakan bahwa penelitian tentang gambaran makna hidup pada wanita dewasa muda yang mengalami kematian suami secara mendadak dilakukan atas dasar ketertarikan atau kepedulian pada suatu kasus khusus, berusaha untuk memahami kasus secara utuh, tanpa dimaksudkan untuk menghasilkan konsep atau teori atau tanpa upaya menggeneralisasikannya (Poerwandari, 2005).

Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah tiga orang dengan beberapa karakteristik tertentu. Pertama, subjek penelitian ini ialah wanita yang mengalami kematian pasangan. Hal tersebut didasarkan pada penjelasan Aldwin dan Levenson (2001) dalam Papalia, Olds, dan Feldman (2004) yang menyatakan bahwa wanita yang mengalami kematian pasangan seringkali lebih menunjukkan perasaan kesedihannya dibandingkan pria. Glick (1974) dalam Atwater (1983) juga menjelaskan bahwa wanita cenderung merasakan kehilangan atau kesepian akibat ditinggalkan pasangan dibandingkan pria. Kedua, wanita dewasa muda yang berusia antara 20-40 tahun. Definisi tersebut mengacu pada karakteristik rentang usia dewasa muda yang dikemukakan oleh Papalia, Olds, dan Feldman (2004). Ketiga, mereka yang telah membina rumah tangga maksimal lima tahun usia pernikahan. Hal ini dikarenakan menurut teori kurva U kepuasan pernikahan saat awal terjadinya pernikahan adalah masa kepuasan pernikahan tertinggi. Keempat, partisipan dalam penelitian adalah wanita dewasa muda yang mengalami kematian suami secara mendadak. Definisi kematian mendadak adalah kematian yang disebabkan oleh kecelakaan, bunuh diri, tindak kekerasan, kematian tiba-tiba tanpa ada riwayat penyakit. Kematian yang terjadi bukan karena terjadinya penyakit tertentu yang telah lama diderita atau kematian yang sebelumnya mendapatkan perawatan kesehatan dalam jangka waktu tertentu (Aiken, 1995). Mengingat penelitian ini juga berusaha menjelaskan bagaimana tahap-tahap yang dilalui oleh janda dewasa muda dalam proses menemukan makna hidupnya kembali setelah mengalami kematian suami secara mendadak, maka karakteristik terakhir subjek penelitian ialah mereka yang dianggap telah mampu menemukan kembali makna hidupnya setelah kematian pasangan.

Proses analisis data yang dilakukan oleh peneliti adalah melalui lima tahapan. Pertama, melakukan koding data. Proses koding data dapat dilakukan secara praktis dan efektif melalui beberapa tahapan, yaitu: (1) peneliti menyusun transkrip verbatim dan

catatan lapangannya sedemikian rupa sehingga ada kolom yang cukup besar di sebelah kiri dan kanan transkrip, (2) peneliti secara urut melakukan penomoran pada baris transkrip dan catatan lapangan tersebut, (3) peneliti memberikan nama untuk masing-masing berkas dengan kode tertentu (Poerwandari, 2005). Setelah itu, membaca transkrip secara berulang-ulang untuk mendapatkan pemahaman tentang kasus yang terjadi dan menemukan kata kunci serta tema-tema yang ada. Lalu, peneliti membuat analisis intrakasus, yaitu melakukan analisis pada masing-masing subjek berdasarkan data-data yang diperoleh melalui wawancara dan melalui observasi. Pada penyajiannya, peneliti akan menguraikan analisis dalam bentuk (1) hubungan pernikahan suami dan istri, (2) kematian pasangan secara mendadak, dan (3) penghayatan makna hidup. Selanjutnya peneliti melakukan analisis interkasus yaitu dengan membandingkan persamaan dan perbedaan yang dimiliki oleh masing-masing partisipan. Langkah terakhir yang peneliti lakukan adalah menuliskan hasil penelitian dalam bentuk narasi deskriptif.

HASIL DAN DISKUSI PENELITIAN

Penelitian ini terdiri dari tiga partisipan, yaitu Lita, Airin dan Dini (*nama samaran*). Lita mengalami peristiwa kematian pasangan mendadak pada usia 32 tahun dan usia pernikahan empat tahun delapan bulan. Saat itu ia memiliki seorang anak lelaki berusia tiga tahun. Suaminya meninggal secara mendadak karena terserang sakit perut. Partisipan kedua yaitu Airin, yang mengalami peristiwa kematian suami mendadak pada usia 24 tahun dan usia pernikahan saat itu adalah dua tahun tiga bulan. Suami Airin meninggal karena kecelakaan mobil di Bogor. Saat suaminya meninggal, ia memiliki seorang anak wanita berumur satu tahun dan sedang mengandung anak keduanya dengan usia kandungan satu bulan. Partisipan yang ketiga adalah Dini. Ia mengalami kematian suami secara mendadak pada usia 26 tahun dan usia pernikahan empat tahun enam bulan. Suami Dini meninggal secara mendadak karena virus yang menyerang perutnya. Saat itu ia memiliki tiga orang anak berusia balita.

Ketiga partisipan tersebut merasakan bahwa kematian suaminya yang mendadak menyebabkan perasaan kesedihan yang mendalam. Bahkan Lita dan Dini mengalami kehampaan hidup saat terjadinya peristiwa itu. Ketiga partisipan juga mengalami perbedaan penghayatan makna hidup saat sebelum dan setelah peristiwa kematian suami secara mendadak pada ketiga partisipan. Penjelasan perbedaan makna hidup tersebut akan dijelaskan melalui tabel berikut :

Tabel 5.1. Perbandingan Makna Sebelum dan Setelah Kematian Suami

Nama Partisipan	Lita	Airin	Dini
Sebelum kematian suami	Keluarga utuh	-Keluarga utuh - Agama	Keluarga utuh
Setelah Kematian suami	-Cinta anak -Kebaikan -Agama -Kematian -Pekerjaan guru	-Cinta anak -Kebaikan -Agama -Kematian -Aktif organisasi	-Cinta anak -Kebaikan -Agama -Kematian -Aktif ceramah

Beberapa masalah yang hampir sama dialami oleh ketiga partisipan saat mereka berada dalam proses penemuan makna hidup kembali setelah kematian suami secara mendadak, yaitu dalam hal kesedihan akibat kepergian suami yang mendadak, kehilangan peran suami, pengurusan anak dan ekonomi. Perbedaan terjadi pada Airin dimana ia tidak mengalami masalah ekonomi dan pengasuhan anak yang berat jika dibandingkan Lita dan Dini. Hal ini dikarenakan dukungan keluarga Airin yang besar dalam membantunya memenuhi kebutuhan rumah tangga dan pengasuhan anak.

Terdapat tiga hal utama yang menjadi sumber makna hidup dalam membantu proses penemuan makna hidup pada ketiga partisipan yang menjadi janda karena kematian suami secara mendadak. Pertama, adanya dukungan dan motivasi dari para keluarga beserta teman-teman dekatnya. Lita dan Dini banyak mendapatkan dukungan secara emosional. Airin bahkan tidak hanya mendapat dukungan emosional, tetapi juga mendapat bantuan materi. Kedua, ketiga subjek menjadikan anak-anaknya sebagai sumber makna hidup untuk bangkit dari penderitaan akibat kematian suami. Ketiga, mereka memiliki aktivitas atau pekerjaan yang juga mampu mengurangi rasa kesedihan akibat peristiwa meninggalnya suami.

Ketiga partisipan memaknai penderitaan yang dialami akibat kematian suami sebagai suatu sarana pembelajaran yang dapat memberikan efek perubahan diri yang positif yaitu menjadi seseorang yang lebih baik. Melalui peristiwa kematian suami Lita belajar untuk menjadi seseorang yang lebih mandiri terutama dalam hal ekonomi, belajar tentang nilai bersyukur, serta membuatnya semakin dekat dengan Allah. Dini memaknai penderitaannya sebagai pembelajaran untuk mandiri dalam segala hal, menjadi dewasa dan belajar nilai sabar dalam menghadapi masalah. Sedangkan Airin memaknai penderitaannya sebagai motivasi untuk dirinya agar selalu siap dalam menghadapi setiap ujian yang akan terjadi di kehidupannya.

Ketiga partisipan melakukan tahapan yang sama dalam menemukan makna hidupnya kembali setelah mengalami kematian suami secara mendadak, yaitu mengambil jarak atas simtom, lalu tahapan modifikasi sikap, selanjutnya tahapan pengurangan sikap, dan yang terakhir adalah tahapan orientasi terhadap makna. Walaupun ketiga partisipan melalui keempat tahapan yang sama dalam menjadikan hidupnya bermakna setelah kematian suami, tetapi mereka mengalami proses yang berbeda-beda dalam tiap tahapannya. Selain itu, mereka juga membutuhkan waktu yang berbeda-beda untuk menjadikan hidupnya lebih bermakna. Lita membutuhkan waktu selama enam tahun, Airin membutuhkan waktu empat tahun, sedangkan Dini membutuhkan waktu tujuh tahun. Hal ini sesuai dengan karakteristik makna hidup yang bersifat unik dan pribadi.

Adapun terdapat beberapa hal-hal baru dalam hasil penelitian ini. Hal pertama yaitu mengenai hasil penelitian Aiken (1995) yang mengatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk menghilangkan perasaan berduka terhadap orang yang telah meninggal serta *recovery* kembali terhadap kehidupannya, yaitu hubungan antara orang yang ditinggalkan dengan yang meninggal, kepribadian, usia, jenis kelamin dari seseorang yang ditinggal, cara kematian terjadi, durasi waktu timbulnya penyakit atau proses sekarat menuju kematian, budaya, dan saat orang yang ditinggal harus melanjutkan kehidupannya kembali. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka ada beberapa faktor tambahan yang juga dapat mempengaruhi seseorang untuk menghilangkan perasaan

berdukanya dan *recovery* kembali terhadap hidupnya, yaitu kehadiran anak, aktivitas yang dimiliki dan dukungan lingkungan sekitar terutama keluarga.

Selain itu, faktor kepribadian juga berpengaruh dalam proses penemuan makna hidup setelah kematian suami. Kepribadian yang dewasa merupakan salah satu hal yang membantu mereka untuk lebih cepat dalam proses penemuan makna hidupnya. Salah satu partisipan dalam penelitian ini yang memiliki kedewasaan dalam hal memandang alur kehidupan yang terjadi padanya serta dapat memandang hal tersebut sebagai sesuatu yang harus dipersiapkan dalam hidup ke depannya berhasil menemukan makna hidupnya setelah kematian suami dengan proses yang lebih cepat dibandingkan dengan kedua partisipan lainnya.

Berdasarkan hasil penelitian ternyata jumlah sumber makna hidup yang dimiliki oleh seseorang juga berpengaruh dalam proses penemuan makna hidupnya kembali. Seorang partisipan yang menjadikan dua hal utama sebagai sumber makna hidupnya ternyata tidak mengalami kehampaan saat salah satu dari sumber makna hidupnya hilang. Hal ini berbeda dengan yang dialami oleh dua partisipan lainnya yang hanya memiliki satu sumber makna hidup dalam kehidupannya sehingga mereka merasakan kehampaan hidup saat sumber tersebut hilang. Walaupun makna hidup bersifat unik dan berbeda pada tiap individu maka berdasarkan hal tersebut makna hidup yang sebaiknya dimiliki oleh setiap individu adalah sumber makna hidup yang lebih dari satu, yaitu sistem makna hidup paralel, bukan sistem makna hidup piramidal yang menganggap bahwa hanya satu nilai tunggal yang dianggapnya paling tinggi. Hal ini untuk menghindari terjadinya kehampaan saat salah satu dari sumber makna hidup tersebut hilang dalam hidupnya.

Hal yang terakhir dan menarik untuk didiskusikan dalam penelitian ini adalah mengenai teori *The Four Steps of Logotherapy* menurut Lukas. *The Four Steps of Logotherapy* sebenarnya adalah suatu metode terapi yang digunakan oleh seorang konselor untuk menangani klien-klien mereka yang hidupnya mengalami kehampaan atau perasaan tidak bermakna. Namun demikian, pada penelitian ini ternyata metode terapi tersebut tidak hanya dapat digunakan oleh konselor untuk menangani klien tetapi prinsip-prinsip dalam metode tersebut juga dapat diaplikasikan bagi mereka yang hidupnya mengalami penderitaan sehingga menimbulkan kehampaan secara pribadi dan tanpa bantuan konselor.

SIMPULAN

Terjadi perbedaan penghayatan makna hidup saat sebelum dan setelah mengalami kematian suami secara mendadak pada ketiga partisipan. Makna hidup yang sebelumnya hanya berfokus pada kecintaan keluarga, menjadi bertambah pada beberapa aspek seperti pada nilai-nilai agama, kebaikan pada sesama, kematian dan aktivitas keseharian yang mereka lakukan.

Ketiga partisipan mengalami beberapa masalah yang sama dalam proses penemuan makna hidup kembali setelah kematian suami secara mendadak, yaitu dalam hal kesedihan, kehilangan, pengurusan anak dan ekonomi. Namun demikian, terjadi variasi tingkat masalah yang dihadapi oleh ketiga partisipan dimana hal itu dipengaruhi oleh adanya perbedaan dukungan dari orang-orang sekitarnya.

Terdapat tiga hal utama yang menjadi sumber makna hidup dalam membantu proses penemuan makna hidup pada ketiga partisipan yang menjadi janda karena kematian suami

secara mendadak, yaitu dukungan serta motivasi dari keluarga dan teman-teman dekat, anak-anaknya, dan juga aktivitas atau pekerjaan yang mereka lakukan.

Penderitaan yang dialami akibat kematian suami dimaknai oleh ketiga partisipan sebagai suatu sarana pembelajaran yang dapat memberikan efek perubahan diri yang positif yaitu menjadi seseorang yang lebih baik di masa depannya.

Ketiga partisipan dalam penelitian ini melakukan tahapan yang sama dalam menemukan makna hidupnya kembali setelah mengalami kematian suami secara mendadak, yaitu mengambil jarak atas simtom, lalu tahapan modifikasi sikap, selanjutnya tahapan pengurangan sikap, dan yang terakhir adalah tahapan orientasi terhadap makna. Walaupun ketiga partisipan melalui keempat tahapan yang sama dalam menjadikan hidupnya bermakna setelah kematian suami, tetapi mereka membutuhkan waktu dan mengalami proses yang berbeda-beda dalam tiap tahapannya.

SARAN

Penelitian selanjutnya mengenai makna hidup pada janda dewasa muda yang mengalami kematian suami secara mendadak individu diharapkan dapat memperbaiki kekurangan-kekurangan yang terdapat dalam penelitian ini. Beberapa saran berdasarkan penelitian ini, adalah:

1. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memilih partisipan dengan janda dewasa muda yang mengalami penyebab dan proses kematian suami dengan variasi yang lebih banyak, seperti penyakit yang telah diderita sejak lama ataupun bunuh diri. Dengan demikian, maka dapat dilihat apakah faktor penyebab kematian mempunyai pengaruh terhadap proses penemuan makna hidup pada seorang janda.
2. Proses perkenalan dengan suami yang melalui pacaran dalam jangka waktu lama dan ta'aruf juga dapat menjadi variasi untuk menentukan partisipan penelitian. Berdasarkan hal itu, dapat dilihat apakah rentang waktu pacaran berpengaruh dalam proses penemuan makna hidup pada istri dewasa muda yang mengalami kematian suami mendadak.
3. Adanya variasi partisipan yang belum memiliki anak dalam pernikahan. Hal ini untuk melihat apakah kehadiran anak juga berpengaruh dalam proses penemuan makna hidup setelah kematian suami.
4. Sebaiknya dilakukan pula pengambilan data terhadap *significant others* dari masing-masing subjek, seperti keluarga, anak dan teman-teman dekat. Hal tersebut adalah proses yang penting dalam penelitian karena dapat memperkaya data yang diperoleh serta melakukan ricek terhadap data yang didapat dari subjek.
5. Pembahasan mengenai masing-masing tahapan berdasarkan teori Logoterapi dilakukan secara *cross sectional* yaitu dengan melihat berapa lama waktu yang diperlukan oleh masing-masing subjek dalam melewati suatu tahapan ke tahapan berikutnya sehingga dapat juga diketahui mengenai dinamika yang mereka alami masing-masing dalam melalui suatu tahapan.
6. Melakukan observasi yang lebih dalam pada penelitian ini. Observasi yang dilakukan peneliti pada partisipan tidak hanya terbatas pada penampilan fisik, ekspresi muka, intonasi, gaya bicara, dan bahasa tubuh saat proses wawancara berlangsung, tetapi juga terhadap kehidupan mereka sehari-hari agar data menjadi lebih akurat.

Sebagai saran praktis, hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan bahan masukan bagi mereka yang mengalami penderitaan khususnya janda yang mengalami penderitaan

akibat kematian suami secara mendadak, untuk bangkit dari kesedihan dan menemukan makna hidupnya kembali dengan merujuk pada tahap-tahap yang telah dilakukan oleh ketiga partisipan dalam penelitian ini. Selain itu, sebaiknya seseorang memiliki sumber makna hidup secara paralel dibandingkan sumber makna hidup secara piramidal. Dengan demikian, pada saat salah satu sumber makna hidupnya menghilang maka hidupnya tetap bermakna karena masih memiliki sumber makna hidup lainnya.

Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan sumber informasi baru bagi konselor untuk mengadakan program intervensi melalui seminar atau menulis literatur-literatur yang dapat membantu para janda untuk menjadikan hidupnya lebih bermakna setelah kematian suami, khususnya bagi wanita dewasa muda yang mengalami kematian suami secara mendadak.

DAFTAR PUSTAKA

- Aiken, Lewis R. (1994). *Dying, Death and Bereavement* (3rd ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Aiken, Lewis R. (1995). *Aging : An Introduction to Gerontology*. California:Sage Publications.
- Atwater, Eastwood. (1983). *Psychology of Adjustment*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Bastaman, Hanna Djumhana. (1996). *Meraih Hidup Bermakna: Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta:Paramadina.
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta:PT Rajagrafindo Persada.
- Dariyo, Agoes. (2003). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: PT Grasindo.
- Davidson, Gerald C., Neale, John M., dan Kring, Ann M. (2004). *Abnormal Psychology* (9th ed.). New York:John Wiley dan Sons.
- Dickenson, Donna, dan Johson, Malcolm. (1993). *Death, Dying dan Bereavement*. London:Sage Publication.
- Duvall, Evelyn Millis, dan Miller, Brent C. (1985). *Marriage and Family Development* (6th ed.). New York:Harper dan Row Publishers.
- Frankl, Victor E. (1968). *The Doctor and The Soul : From Psychotherapy through Logotherapy*. New York: Alfred A. Knopf.
- Frankl, Victor E. (1977). *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*. London: Hodder and Stoughton.
- Gobel, Ruddy K. (2004, Desember 21). *Solidaritas Mereka Memberikan Saya Semangat*. April 1, 2007. <http://www.perspektifbaru.com>.
- Kail, Robert V., dan Cavanaugh, John C. (2000). *Human Development : A Life Span View* (2nd ed). USA : Wadsworth/ Thomson Learning.
- Misiak, Henryk, dan Sexton, Virginia Stauct. (2005). *Psikologi Fenomenologi, Eksistensial, dan Humanistik: Suatu Survei Historis*. (Engkus Koeswara, Trans.). Bandung:PT Refika Aditama.
- Papalia, Diane E., Olds, Sally Wendkos., dan Feldman, Ruth Duskin. (2004). *Human Development*. New York: McGraw Hill.
- Poerwandari, Kristi E. (2005). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Depok:LSP3 UI.
- Santrock, John W. (2006). *Life-Span Development* (10th ed.). New York: Mc Graw Hill.

- Schultz, Duane. (1991). *Psikologi Pertumbuhan: Model-Model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta:Canisius.
- Turner, J.S., dan Helms, D.B. (1995). *Life-span Development (5th ed.)*. Forth Worth: Harcout Brace College Publisher.
- Williams, Brian K., Sawyer, Stacey C., dan Wahlstrom, Carl M. (2006). *Marriages, Families, and Intimate Relationships: a Practical Introduction*. USA:Pearson Education.
- 2007, Juli 14. *Ibunda Histeris, Istri Taufik Pingsan*. Juli 25, 2007. <http://www.fajar.co.id>.