

**PENGALAMAN RESILIENSI TERHADAP KONFLIK YANG TIMBUL
DALAM KELUARGA PADA PASANGAN SUAMI ISTRI
FASE COOLING OFF**

SKRIPSI

JEANNE KUSMA SWASTI ARINI

14.E1.0009



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2019**

**PENGALAMAN RESILIENSI TERHADAP KONFLIK YANG TIMBUL
DALAM KELUARGA PADA PASANGAN SUAMI ISTRI
FASE COOLING OFF**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**

Oleh:

JEANNE KUSMA SWASTI ARINI

14.E1.0009




**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2019**

HALAMAN PENGESAHAN

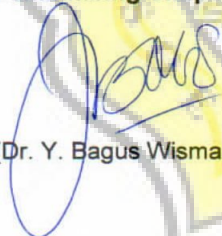
Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan
Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal
29 Januari 2019

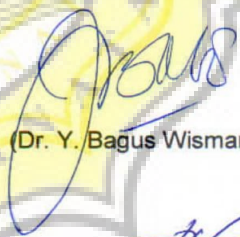
Mengesahkan
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



(Dr. Suparmi, M.Si.)

Pembimbing Skripsi


(Dr. Y. Bagus Wismanto, MS)

Dewan Penguji


(Dr. Y. Bagus Wismanto, MS)


(Dra. Suparmi, M.Si.)


(Damasia Linggarjati Novi, P., S.Psi., MA)

HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.

Semarang, 29 Januari 2019

Yang menyatakan



Jeanne Kusma Swasti Arini

14.E1.0009

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji syukur dan terimakasih peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti mampu menyelesaikan penelitian ini. Penelitian yang peneliti lakukan berjudul “Pengalaman Resiliensi Terhadap Konflik yang Timbul Dalam Keluarga Pada Pasangan Suami Istri Fase *cooling-Off*” ini tidak akan terlaksana tanpa ada bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Banyak kemudahan yang peneliti rasakan dalam menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati dan rasa bersyukur yang tidak mampu peneliti ucapkan atau tuliskan secara lengkap, peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Pembimbing skripsi Dr. Y. Bagus Wismanto, MS yang bersedia menyediakan waktu untuk peneliti dan bersedia dengan sabar mengarahkan, membimbing, dan memberi nasehat pada peneliti sehingga peneliti mampu menyusun skripsi hingga selesai.
3. Th. Dewi Setyorini, S.Psi.,M.Si selaku dosen wali yang telah menyertai peneliti selama kuliah di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
4. Drs. George Hardjanto, M.Si selaku dosen penguji sidang proposal yang telah memberikan masukan untuk penelitian ini.
5. Dr. Suparmi, M.Si dan Ibu Damasia Linggarjati Novi, P., S.Psi., MA selaku dosen penguji sidang akhir.

6. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman selama perkuliahan. Semoga apa yang telah dibagikan dapat bermanfaat untuk peneliti dan orang lain.
7. Seluruh staf pengajar Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah banyak membantu dalam segala urusan administrasi maupun birokrasi.
8. Seluruh staf perpustakaan Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah menyediakan acuan penulisan dan pengecekan plagiasi skripsi ini.
9. Keluarga yang sangat peneliti sayangi Bapak Yohanes Supama, Ibu Anna Yuliati Kustantinah, Mas Ignatius Kusma Satria, Mbak Aufrida Hanitya dan Kakak Yudith Kusma Dini yang selalu mendukung dengan berbagai macam cara, saling mendoakan, menjadi motivasi serta semangat peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Yang terhormat kepada seluruh subjek penelitian yang bersedia meluangkan waktu dan membantu peneliti dalam menyelesaikan penulisan skripsi.
11. Para sahabat terbaik peneliti Dinda, Shasha, Noni, Fabi, dan Tiko yang mampu memberikan support dan mewarnai hidup peneliti.
12. Sahabat dan teman selama masa perkuliahan Putri, Cella, Nando, Yana, Ronny, Billy, Mas Nico, dan Mas Dwiky yang memberi semangat peneliti sejak awal kuliah dan melalui dinamika bersama yang sangat berkesan.
13. Rekan kerja di Pusat Psikologi Terapan yang menjadi keluarga Rita, Rose, Agita, Anggun, Cik Jessy, dan Cik Rosi. Terimakasih karena telah

mendukung peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini. Miss Lily sebagai konsultan yang banyak memberikan dukungan dan pengalaman berharga untuk peneliti.

14. Teman-teman kelas 01 angkatan 2014 terimakasih atas segala dinamika dan kebersamaan selama perkuliahan dan atas segala waktu yang berkesan.

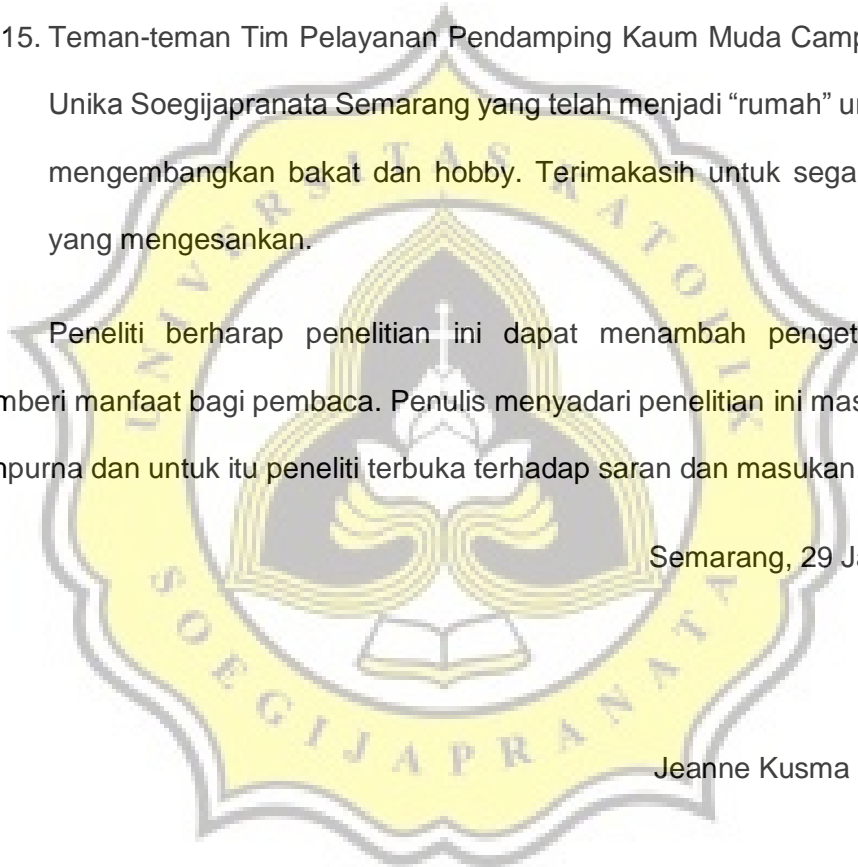
15. Teman-teman Tim Pelayanan Pendamping Kaum Muda Campus Ministry Unika Soegijapranata Semarang yang telah menjadi “rumah” untuk peneliti mengembangkan bakat dan hobby. Terimakasih untuk segala dinamika yang mengesankan.

Peneliti berharap penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan memberi manfaat bagi pembaca. Penulis menyadari penelitian ini masih jauh dari sempurna dan untuk itu peneliti terbuka terhadap saran dan masukan.

Semarang, 29 Januari 2019

Peneliti

Jeanne Kusma Swasti Arini



DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL DEPAN	
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	iii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iv
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xxi
ABSTRAK	xxii
ABSTRACT	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.01. Latar Belakang Masalah	1
1.02. Tujuan Penelitian	88
1.03. Manfaat Penelitian	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.01. Resiliensi Keluarga Terhadap Konflik	9
2.02. Pasangan Suami Istri Fase <i>Cooling Off</i>	16
2.03. Psikodinamika Resiliensi pada Pasangan Suami Istri Fase <i>Cooling Off</i> ...	19
BAB 3 METODE PENELITIAN	23
3.01. Model Pendekatan Penelitian	24
3.02. Tema yang Diungkap.....	24
3.03. Subjek Penelitian	24
3.04. Teknik Pengumpulan Data	25
3.05. Uji Keabsahan Data	27
3.06. Metode Analisis Data	28
BAB 4 PENGUMPULAN DATA PENELITIAN	30
4.01. Orientasi Kancas Penelitian	30
4.02. Persiapan Penelitian	31
4.03. Pelaksanaan Penelitian	31
4.04. Pengumpulan Data	33

BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	60
5.01. Analisis Keseluruhan Data.....	60
5.02. Pembahasan.....	63
5.03. Keterbatasan Penelitian.....	71
BAB 6 PENUTUP.....	72
6.01. Kesimpulan	72
6.02. Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA.....	74
<u>LAMPIRAN</u>	77



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.01 Data Perkawinan dan Perceraian pada Tahun 2009-2013	4
Tabel 4.01 Subjek Penelitian	30
<u>Tabel 4.02 Pelaksanaan Penelitian</u>	31



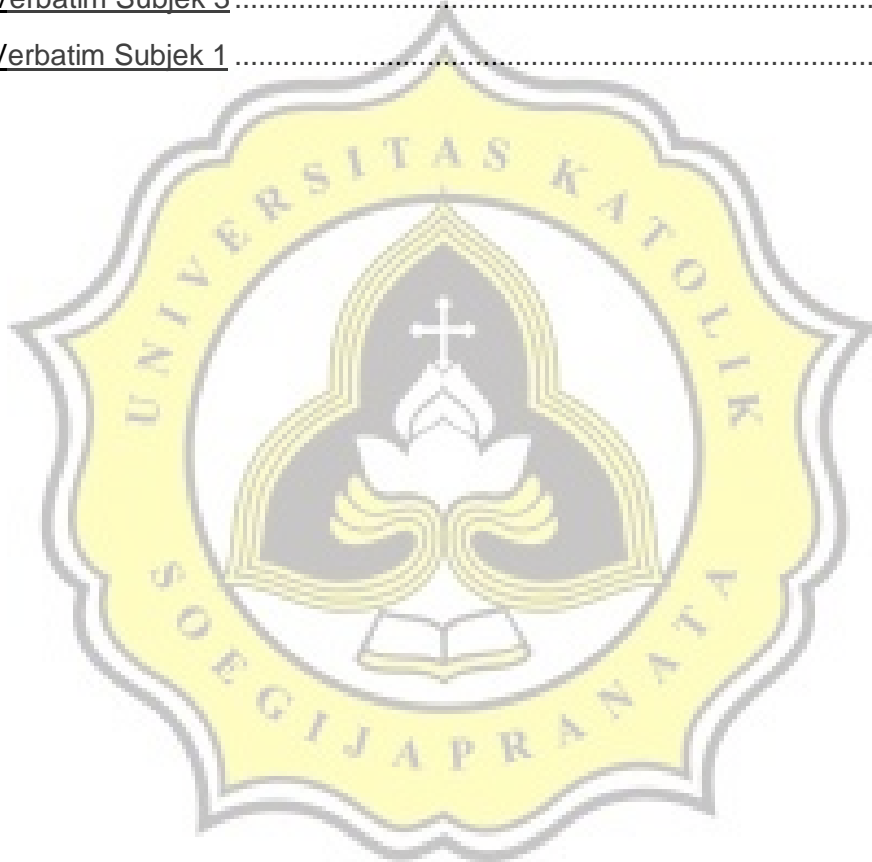
DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1.01 Kurva Kebahagiaan Perkawinan dengan Usia Perkawinan	2
Gambar 2.01 Resiliensi Pasangan Suami Istri Fase Cooling-Off	22
Gambar 4.01 Resiliensi Pasangan Suami Istri Fase Cooling-Off Subjek 1	42
<u>Gambar 4.02 Resiliensi Pasangan Suami Istri Fase Cooling-Off Subjek 2</u>	<u>49</u>
<u>Gambar 4.03 Resiliensi Pasangan Suami Istri Fase Cooling-Off Subjek 3</u>	<u>59</u>
<u>Gambar 5.01 Resiliensi Pasangan Suami Istri Fase Cooling-Off 3 Subjek ..</u>	<u>70</u>



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
<u>A. Daftar Pertanyaan Wawancara</u>	78
<u>B. Verbatim Subjek 1</u>	79
<u>C. Verbatim Subjek 2</u>	118
<u>D. Verbatim Subjek 3</u>	163
<u>E. Verbatim Subjek 1</u>	193



**PENGALAMAN RESILIENSI TERHADAP KONFLIK YANG TIMBUL DALAM
KELUARGA PADA PASANGAN SUAMI ISTRI
FASE *COOLING OFF***

Jeanne Kusma Swasti Arini

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami bagaimana upaya resiliensi yang dilakukan oleh pasangan suami-istri fase *cooling-off* sebagai metode untuk menyelesaikan konflik dalam keluarga. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode pengambilan data dilakukan melalui wawancara semi berstruktur dan observasi. Subjek dalam penelitian ini adalah tiga pasang suami istri dengan masing-masing usia perkawinan 28 tahun, 25 tahun dan 20 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa upaya resiliensi yang dilakukan oleh pasangan suami istri fase *cooling-off* dilakukan melalui kesabaran yang terkondisikan, keberanian menghadapi realitas sekarang, dan pembuatan aturan tertentu dalam keluarga. Bentuk-bentuk resiliensi ini dilakukan pada saat ketiga subjek menghadapi konflik yang sifatnya personal (berasal dari diri sendiri) maupun interpersonal (berasal dari hal-hal yang erat kaitannya dengan perkawinan). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa resiliensi yang dilakukan oleh ketiga subjek pasangan suami istri fase *cooling-off* ini berada dalam konteks (rung lingkup) tertentu yaitu keterikatan pada komitmen masa lalu perkawinan, kekuatan untuk menghadapi kehidupan pada saat sekarang, dan secara bersama-sama memiliki visi futuristik tentang keluarga ideal dimasa depan.

Kata Kunci : Resiliensi, Pasangan Suami Istri, Fase *cooling-off*

**THE EXPERIENCE OF RESILIENCE BETWEEN A HUSBAND AND A WIFE
TOWARD A FAMILY CONFLICT AFTER
A COOLING OFF PHASE**

Jeanne Kusma Swasti Arini

ABSTRACT

This research aims to acknowledge and understand on how resilience efforts are carried out by married couples in the cooling-off phase as a method to resolve conflict in a family. This research is a qualitative research, using semi-structured interview and observation data acquisition. The subject on this research consist of 3 couples of husband and wife, with 28, 25, and 20 of marriage age. Research result indicates that the efforts of resilience can be done by husband and wife in cooling-off fase with conditioned patience, courage to face the reality, and make some rules in the family. This forms of resilience is done when all of the subjects faced with personal conflict (themselves) or interpersonal conflict (some marriage related things). The result of this research showed that the resilience efforts can be done by the 3 couple in cooling-off fase in particular situation that is the commitment on the early stage of marriage, the power of living life today, and has a same vision for the ideal family in the days to come.

Key Word : *Resilience, Couple, Cooling-off phase*