

BAB IV

PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN

4.1 Orientasi Kancha Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika resiliensi korban perselingkuhan saat pacaran wanita dewasa muda. Sebelum melakukan pengambilan data, peneliti menetapkan orientasi kancha penelitian. Orientasi kancha merupakan lokasi yang akan di gunakan untuk mengambil data pada penelitian. Menentukan lokasi yang tepat agar mendapatkan data yang sesuai dengan tujuan penilitian.

Saat proses pencarian subjek penelitian, peneliti melakukan survey perselingkuhan menggunakan poling instagram. Selain itu, peneliti juga melakukan pencarian subjek dengan menghubungi teman-teman subjek yang berusia 20-25 tahun yang pernah pacaran dan menjadi korban perselingkuhan. Pemelihan subjek penelitian berdesarkan kriteria yang sudah ada. Kriteria tersebut meliputi jenis kelamin yaitu wanita dengan retang usia 20-25 tahun yang pernah menjadi korban perselingkuhan dan menjadi korban perselingkuhan lebih dari satu kali, dan berada di kota semarang. Saat proses pencarian subjek penelitian, peneliti melekukan wawancara awal pada calon subjek, berjutuan agar mendapat subjek penelitian yang tepat. Peneliti juga menggunakan informan agar dapat memahami dan lebih mendalami subjek dalam kondisi yang nyata.

Setelah beberapa kali pertemuan dengan para calon subjek, peneliti menemukan empat calon subjek yang sesuai dengan kriteria subjek penelitian, keempat subjek berdomisili di Semarang, lebih tepatnya di kecamatan Banyumanik, Tembalang, Lamper Tengah, Semarang selatan . Proses pengumpulan data dilaksanakan di rumah subjek dan di beberapa café di Semarang .

4.2 Persiapan Pengumpulan Data

4.2.1 Tahap proses pemilihan subjek penelitian

Peneliti melakukan proses pengambilan data awal pada tanggal 22 Juni 2022-30 Juni 2022. Proses pemilihan subjek penelitian menggunakan bantuan dari teman-teman di lingkungan peneliti yang pernah pacaran dan menjadi korban perselingkuhan dan menggunakan media sosial Instagram. Berdasarkan proses yang dilakukan dengan informan subjek saat wawancara awal, subjek menjadi korban perselingkuhan saat pacaran. Calon subjek juga sesuai kriteria pemilihan subjek penelitian. Tanggal 22 Juni 2022-30 Juni 2022 proses peneliti dibantu informan untuk mengenal subjek penelitian. Peneliti setelah itu berhubungan dengan subjek pada tanggal 10 Juli 2022 untuk memperkenalkan diri dan membangun relasi yang baik dengan subjek. Peneliti membangun relasi yang baik dengan subjek membutuhkan waktu yang cukup lama, peneliti membangun relasi dengan subjek hingga bulan 10 November 2022 . Peneliti membangun relasi yang cukup lama agar subjek merasa nyaman dan saat pengambilan data bisa menggali informasi yang cukup dalam dari peristiwa perselingkuhan yang di

alami subjek. Setelah proses perkenalan dan dan proses memebnagun relasi peneliti meminta persetujuan calon subjek penelitian menggunakan *Informed consent* .

4.2.2 Perijinan Penelitian

Proses perijinan penelitian menggunakan *informed consent*. *informed consent* adalah lembar persetujuan yang berisi persetujuan antara subjek dan peneliti. Peneliti memeberikan *informed consent* kepada keempat subjek untuk di berikan tanda tanga yang memenjukan bahwa calon subjek bersedia menjadi subjek penelitian. Setelah proses pengisian *informed consent* dilakukan, maka pelaksana penggalian data di mulai

4.2.3 Pedoman Pengumpulan data

Proses pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan wawancara semi terstruktur. Proses wawancara merupakan proses interaksis yang di lakukan pewawancara dan suber informasi yang menggunakan wawancara semi terstruktur. Proses wawanwancara di lakukan dengan pewawancara memebrikan pertanyaan terbuka yang ada pada pedoman wawamcara dan jawabkan yang di dapatkan di harapkan jawaban yang luas yang sesuai dengan topik yang akan di teliti. Dalam pedonaman wawancara peneliti meliputi identitas subjek, latar belakang subjek menjalin hubungan pacaran, emosi yang dirasakan subjek dan respon yang muncul, penyebab perselingkuhan, kemampuan subjek untuk mengatasi masalah dan penyelsaiannya,empati dan pencapaian diri. Pengumpulan data selain

menggunakan wawancara peneliti juga melakukan observasi untuk melihat ekspresi wajah, respon spontan yang keluar dari subjek dan interaksi subjek. Proses pengumpulan data dilakukan dengan pencatatan, rekaman suara, kertas, pulpen.

4.3 Pengumpulan Data Penelitian

Proses wawancara dan observasi yang dilakukan bersama subjek dilakukan beberapa kali hingga di rasa cukup. Jadwal pertemuan dilakukan sesuai kesepakatan antara peneliti dan subjek. Waktu wawancara dilakukan secara fleksibel dengan menyesuaikan jadwal subjek, sedangkan untuk waktu observasi lebih fleksibel karena peneliti hanya mengamati dan ekspresi wajah, respon spontan dan interaksinya. Observasi dilakukan tidak bersamaan dengan waktu wawancara agar mendapatkan hasil yang lebih natural. Proses pengumpulan data penelitian dilaksanakan sesuai dengan permintaan subjek. Wawancara dilakukan sesuai dengan pedoman wawancara, sedangkan observasi dilakukan secara natural dan mengamati pola perilaku yang muncul lalu disesuaikan dengan aspek, pedoman wawancara dan hasil wawancara. Selain itu, peneliti juga melakukan pengumpulan data dengan informan subjek penelitian. Proses wawancara dengan informan dilakukan satu kali pertemuan, lokasi menyesuaikan permintaan dari informan. Tujuan dari proses wawancara dengan informan subjek yaitu untuk melakukan uji keabsahan data dan keterandalan dari proses penelitian. Berdasarkan penjelasan tersebut,

peneliti menyusun jadwal pertemuan dengan menggunakan table supaya lebih mudah dipahami.

Tabel 4. 1 Jadwal Wawancara dan Observasi dengan subjek

Subjek	Pertemuan	Tanggal	Waktu	Metode Penelitian
Subjek 1 TDH	1	10 – 7 - 2022	15.00-17.00	Rapport
	2	13 – 7 - 2022	11.00- 12.00	Rapport
	3	25 – 7- 2022	19.00 – 20.00	Raport dan observasi
	4	15- 8 -2022	12.00 – 18.00	Observasi
	5	28 – 8 - 2022	19.00-21.00	Raport dan observasi
	6	19 – 9 - 2022	12.00 -18.00	Raport dan observasi
	7	13 -10 - 2022	18.00-21.00	Raport dan observasi
	9	3 – 11 - 2022	18.00-21.00	Observasi
	10	3- 01-2023	19.00 – 19. 30	Wawancara
	11	4 – 01 - 2023	10.00 – 12.00	Wawancara
	12	17 – 01 -2023	19.00-21.00	Wawancara
Subjek 2 AA	1	22 – 7 - 2022	10.00- 13.00	Raport
	2	06 – 8 - 2022	10-00 – 12.00	Raport Observasi
	3	10-09-2022	12.00- 13.00	Raport Observasi
	4	30 -09-2022	10.00 – 11.00	Observasi
	5	27 – 10 - 2022	10.00-12.00	Raport Observasi
	6	4 – 01 - 2022	17.00-20.00	Wawancara
	7	6 – 01 - 2022	17.00 -19.00	Wawancara
	8	10- 01 - 2022	17.00 – 17.30	Wawancara
Subjek 3 AS	1	18-7-2022	10.00-13.00	Raport

	2	30-07-2022	10.00- 12.00	Raport observasi
	3	28-08-2022	10.00-12.00	Raport observasi
	4	6-01-2023	11.00-14.00	Wawancara
	5	8-01-2023	11.00-14.00	Wawancara
	6	10-01-2023	11.00-12.00	Wawancara
Subjek 4 CB	1	10-11-2022	19.00-21.00	Raport
	2	28-12-2022	19.00-21.00	Raport observasi
	3	7-01-2023	16.00- 19.00	Wawancara
	4	10-01-2023	19.00-21.00	Wawancara
	5	13-01-2023	19.00-21.00	Wawancara

Tabel 4. 2 Wawancara dengan informan subjek

Informan Subjek	Tanggal	Metode
Subjek 1 (Sahabat)	18-01-2023	Wawancara
Subjek 2 (Sahabat)	12-01-2023	Wawancara
Subjek 3 (Sahabat)	13-01-2023	Wawancara
Subjek 4 (Sahabat)	15-01-2023	Wawancara

Tabel 4. 3 Koding

Coding	Keterangan
RE	Regulasi Emosi
IP	Impluse Control
CA	Causal Analysis
OP	Optimisme
ED	Efikasi Diri
ET	Empati

RO	Reaching Out
----	--------------

4.4 Analisis Kasus

1. Identitas Subjek 1

- 1) Nama : TDH
- 2) Usia : 22
- 3) Jenis Kelamin : Perempuan
- 4) Pendidikan : S1
- 5) Pekerjaan : Mahasiswa
- 6) Domisili : Lamper Tengah

a. Latar belakang subjek berpacaran

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, subjek TDH pernah menjalin hubungan berpacaran sebanyak 5 kali. Subjek TDH pertama kali pacaran saat SMA dengan R, berpacaran selama 2 tahun. TDH dan R berkenalan bertemu saat SMA dan R merupakan adik kelas TDH, pada masa berpacaran TDH dan R merupakan pengalaman pertama TDH berpacaran dan di selingkuhi. TDH berpacaran dengan R karena TDH merasa bahwa R sudah menganal TDH jadi sama-sama sudah mengetahui sifat baik maupun buruk dari masing-masing dan TDH juga merasa mendapat perlakuan yang sesuai keingannya saat berpacaran dengan R. Namun tidak di sangka R berselingkuh dengan manatan kekasihnya karena penasaran menurut TDH

setelah mengetahui perselingkuhan itu TDH mintan putus dan setelah meafkan TDH berpacaran lagi dengan R namun R mengulai kesalahanya lagi dan berselingkuh lagi akhirnya putus. Hubungan berikutnya TDH memiliki pacaran yang hanya berjalan selama 2 bulan, hubungan yang singkat itu di mulai karena TDH bertemu B di Kampus barunya namun ternyata B memiliki agama yang berbeda hal tersebut mendasari hubungan TDH dan B putus. Setelah itu TDH memiliki Pacar lagi yang umurnya lebih tua 2 tahun, memiliki agama yang berbeda yang bernama AS. Hubungan antara TDH dengan AS bertujuan kehubungan yang serius, AS meminta TDH untuk segera mengenalkan ke orangtua TDH dan sebaliknya hubungan berpacaran berjalan 3 tahun namun pada masa berpacaran tersebut TDH 3 kali di selingkuhi, perselingkuhan itu melai chat via WA, dan pertemuan di suatu hotel. Setelah mengetahui perselingkuhan yang terakhir dank arena dalam hubungan TDH dan AS juga ada kekerasan verbal dan fisik akhirnya TDH meminta putus dan akhirnya putus. Setelah TDH dan AS, TDH memiliki pacar lagi yaitu YE. TDH dan YE hanya berpacaran selama 6 bulan TDH memutuskan YE karena TDH mengetahui bahwa YE sering memberikan komentar di instagram story teman-teman perumpuan YE. TDH akhirnya memutuskan YE, karena TDH menggap bahwa itu adalah merupakan tanda-tanda bahawa akan adanya perselingkuhan. Sekarang TDH sudah menjalin hubungan lagi dengan N yang sudah berjalan selama 4 bulan. TDH merasa kehadiran teman-temanya membantu untuk ia membuka hubungan baru dengan N dan muncul perasaan ingin memiliki hubungan yang baik . namun

TDH tidak bisa menolerir jika pasangannya memiliki akraban dengan wanita lain yang memunculkan perhatian atau melakukan hal-hal yang tidak penting bersamaan.

TDH dalam hubungan berpacaranya selalu memberikan rasa penerimaan yang baik pada pasangan, baik ataupun buruk pasangan selalu diterima TDH. TDH juga merasa bahwa hubungan di dari dengan kecocokan di awal hubunga, kecocokan yang di rasakan seperti pemikira yang sama, latar keluarga yang sama . Namun dalam hubngan TDH bersama R dan AS muncul kebohongan dengan ada nya wanita lain yang memiliki kedekatan emsional dengan pasangan, yang dirasaknan TDH adanya chatting dengan wanita lain pergi dengan wanita lain tanpa seizing TDH yang di lakukan pasangan dan di sembunyikan dari TDH, hubungan perselingkuhan AS juga di tambah dengan hubungan seksual yang lakukan dengan orang lain.

Dari hasil Wawancara TDH setiap kali menjalin hubungan pacaran, melihat ketertarikan pada fisik , seperti apa yang di ceritakan TDH bahwa TDH sangat menyukai bau harum yang keluar dari tubuh pasangan. TDH akan menjalin hubungan cukup lama deangan pasangan yang memiliki aroma tubuh harum, rapi juga penampilannya enak di pandang. Aroma tubuh harum membuat TDH bergairah saat melakukan hubungan seksusal. TDH merasa tidak nyaman jika aroma tubuh pasangan tidak harum. Hubungna berpacaran menurut TDH adalah hubngan yang ada karena ketertrarikan fisik di awal dan menjalin kedekatan secara perasaan, adanya perhatian rasa memiliki dan komitmen dalam hubungan untuk menuju pernikahan.

Perselingkuhan yang dianggap TDH adalah kebohongan yang dilakukannya untuk menutupi hubungan pasang dengan wanita lain, yang muncul perasaan dan perhatian .

b. Regulasi Emosi dan implus control

Berdasarkan hasil wawancara bersama TDH tentang pengalaman pacarannya yang berkali-kali di selingkuhi, TDH menceritakan saat ia mengetahui hubungan perselingkuhan yang dilakukan pasangannya yaitu RE yang dilihat secara langsung, TDH lalu berusaha tenang, namun TDH juga bertemu langsung dan berbicara langsung dengan RE untuk menanyakan apa maksud RE menonton basket bersama perempuan lain. TDH berusaha membicarakan secara tenang dan tidak menangis namun badan TDH merasa bergetar karena menahan nangis. TDH bisa menangis setelah TDH berkumpul bersama teman-temannya karena sudah tidak di tempat umum dan tidak mau dianggap lemah . TDH waktu bertemu dengan RE tidak mau marah dan menangis karena berada di tribun lapangan basket dan banyak orang. Begitu juga saat TDH mengetahui perselingkuhan kedua yang dilakukan RE, TDH berusaha berbicara baik-baik untuk meminta putus dan saat bertemu RE bersikap biasa saja. TDH juga menahan amarahnya pada perempuan yang menjadi selingkuhan RE, TDH tidak marah-marah pada selingkuhan RE. Itupun terjadi pada perselingkuhan ketiga yang dialami TDH dengan pacar selanjutnya yaitu AS, TDH ketika mengetahui perselingkuhan AS hanya menangis di dalam kamar kontrakan AS karena tidak ingin diketahui oleh orang-orang, tidak ingin mengganggu sekitar dan

malu. TDH merasa apa yang terjadi sudah berlalu, rasa marah masih ada namun jika bertemu selingkuhan mantan pasangan cuma dilihatin aja begitupun jika teringat bersikap biasa saja karena mersa sudah lewat.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada awal putus dengan AS, TDH jika teringat perselingkuhan dengan AS masih marah dengan cara berkata kasar dan curhat pada teman-teman terdekat. Namun untuk 2 bulan terakhir ini TDH sudah biasa saja jika teringat perselingkuhan AS karena TDH sudah memiliki pacar baru yang membuat keadaan TDH menjadi lebih baik. TDH menjadi manusia yang lebih overprotektif pada

pacar barunya yaitu I dan TDH lebih sering mengularkan kata-kata yang menunjukkan bahwa dirinya dominan seperti “oh sekarang kamu berani sama aku”. TDH juga ingin selalu di temani oleh I kemanapun dan kapanpun terkadang permintaan TDH menjadi tidak logis. TDH seperti terlihat keberatan jika I ingin pulang kampung. TDH pun juga menjadi seseorang yang mudah marah ke pacar karena hal-hal kecil seperti jika I lebih akrab berbicara dengan wanita lain. TDH memiliki kemampuan meregulasi emosi secara positif TDH bisa merasakan kemarahan, kekecewaan dan kesedihan saat di selingkuhi RE, walaupun TDH marah dan ingin menagis saat berbicara dengan RE secara langsung di depannya dan perempuan yang menjadi orang ketikaga TDH berusaha tenang dan bicara baik-baik walaupun badan bergetar dan ingin menagis, begitupun ketika TDH mengetahui AS selingku TDH berusaha tenang dan meangis di kamar kontrakan AS. Namun ketika perselingkuhan AS TDH tidak bisa menemukan problem solving TDH

hanya mampu menyalakan diri sendiri. TDH san bersama RE dan AS tidak menunjukkan masalah di tempat umum hingga menggagu hubungan sosial TDH.

c. Causal Analysis

Berdasarkan hasil wawancara bersama TDH merasa penyebab perselingkuhan yang di lakukan RE kepada TDH karena RE masih penasaran dengan perempuan lain yang RE pernah dekat namun tidak sampai pacaran, sedangkan dari diri TDH mersa bahwa dirinya masih sering main dengan teman-teman laki-laknya maka dari itu TDH merasa bersalah. Saat TDH menjadi korban perselingkuhan AS, TDH mersa bahw AS sesorang yang butuh pembuktian bahwa ia adalah orang yang patut di pertahankan, orang yang patut di perjuangkan patut di hargai dan menurut cerita dari TDH, AS sering menyurih TDH bersyukur memiliki nya dan tidak akan mendapatkan laki-laki yang lebih baik jika tidak bersama AS dan menurut wawancara dengan TDH merasa bahwa AS selalu merasa kurang. TDH setelah mengetahui penyebab perselingkuhan tersebut TDH ingin selalu memperbaiki diri dan selalu menuruti permintaan AS dan pada awalnya TDH merasa bahwa dirinya yang salah dan menyebabkan AS selingkuh, TDH merasa kurang lembut, kurang sabar seperti apa yang di katakana AS kepada TDH.

Namun pada akhirnya hingga TDH bisa putus dengan AS karena AS tinggal di luar kota dan akhirnya TDH menyadari bahwa perselingkuhan itu

tidak hanya kesalahan dari dirinya. Namun merupakan kebiasaan buruk yang dilakukan AS. Maka menurut TDH perselingkuhan yang terjadi beberapa kali dari hubungan yang di jalani TDH bersama RE dan TDH dengan AS karena ada beberapa perilaku yang di sebabkan diri sendiri dan ada beberapa perilaku yang di sebabkan pasangan karena terbiasanya dengan perselingkuhan.

d. Optimisme dan Efikasi Diri

Berdasarkan hasil wawancara dengan TDH mengatakan bahwa hubungan dengan AS merupakan hubungan pertama kali yang serius dan TDH berusaha setiap ada masalah untuk di selesaikan karena orang tua saling mengenal. TDH juga merasa hubungan yang dulu hanya untuk sekedar partner yang bisa di andalkan, namun hubungan yang sekarang dengan I merupakan hubungan yang serius yang tidak hanya bisa di andalkan namun juga bisa sebagai tempat berkembang bersama dan berproses bersama. Hasil wawancara TDH tidak memiliki tujuan yang sama lagi ketika berhubungan dengan AS karena merasa takut jika kejadian perselingkuhan itu terulang lagi.

Berdasarkan hasil observasi TDH sekarang tetap menginginkan hubungan yang serius, namun TDH lebih mementingkan kenyamanan dan tidak terburu-buru untuk mengatakan ingin menikah, TDH lebih menjadi orang yang mengalir saja dan lebih berproses dan berkembang bersama dengan I.

TDH dengan AS akhirnya putus dan tidak memiliki tujuan yang sama lagi dalam hubungan untuk menjalin hubungan serius, namun TDH mampu menyelesaikan masalahnya dengan AS mammpu menyadari bahwa dalam hubungan berpacaran harus seimbang antara yang di beri dan memberi dan TDH mampu kembali ketujuan yang sama untuk hubungan serius dengan pasangan baru yaitu I, TDH memiliki optimism dan efikasi diri.

e. Emphaty

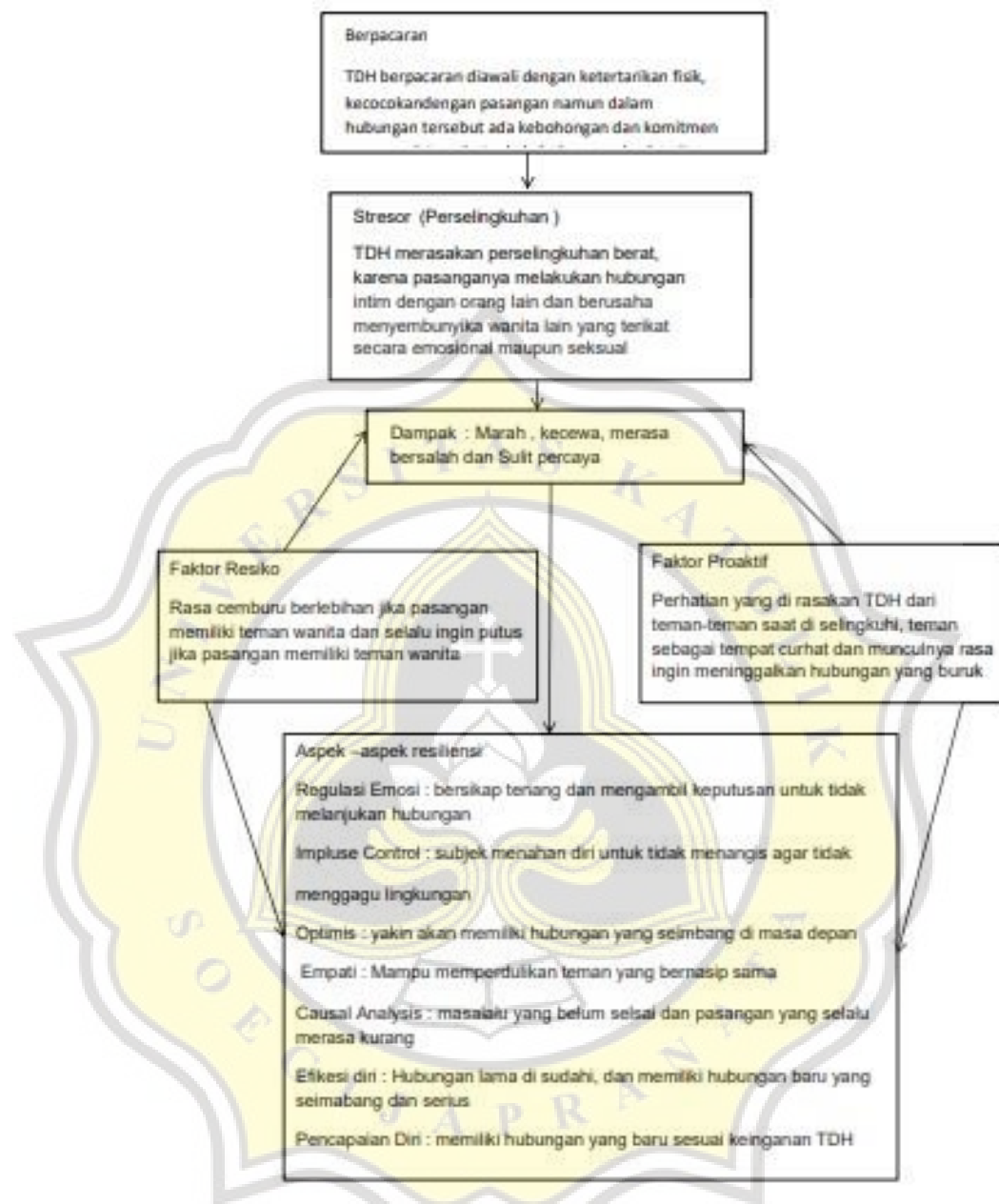
Berdasarkan hasil wawancara TDH merasa iba jika ada teman yang memiliki pengalam yang sama denganya yaitu perselingkuhan. TDH akan memihak terlebih dahulu pada temanya yang memiliki pengalaman yang sama dan erusaha menangkanya. TDH akan memberikan saran pada teman yang mengalami peristiwa yang sama. TDH juga akan ikut membenci pasangan temanya yang menyakiti hati teman TDH. TDH sangat berempati jika ada teman dekat atau teman yang bercerita kepadanya yang menjadi korban perselingkuhan.

f. Pencapaian

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi TDH mampu memiliki hubungan yang baru dengan laki-laki yang lain. TDH juga ingin untuk tetap bisa pacaran hingga menikah, namun TDH menyadari dari pangalaman perselingkuhan yang dia alami TDH merasa bahawa hubungan harus seimbang seperti apa yang kita beri harus sama dengan apa yang kita terima, dalam hubungan pacaran TDH juga merasa bahawa sedih dan seang

harus seimbang serta mampu saling support dan saling membuat pasangan berkembang menjadi lebih baik.





Gambar 4.1 Analisis Proses Resiliensi TDH

2. Identitas Subjek 2

- 1) Nama :AA
- 2) Usia :23
- 3) Jenis Kelamin :Perempuan
- 4) Pendidikan :S1
- 5) Pekerjaan :Pegawai Swasta
- 6) Domisili :Semarang, Kinibalu

a. Latar belakang subjek berpacaran

Subjek AA berumur 23 tahun, ia bekerja menjadi pegawai swasta di salah satu SMK di Semarang. Subjek merupakan anak tunggal yang tinggal bersama ibu dan keluarga budhe dari ibu. Subjek berpacaran selama tiga kali dalam hidupnya, pertamaka kali AA berpacaran saat SMP, pacaran pada masa SMP tersebut dianggap AA hanya cinta monyet. Setelah pacaran di masa SMP tersebut AA tidak pernah pacaran lagi. AA mulai pacaran pada masa kuliah akhir di masa covid alasan AA mencari pacar karena AA merasa kesepian di saat masa pandemi. Setelah itu AA mencari pacar ke dating app, AA mendapatkan pacar melalui dating app pertama kali pacaran dengan orang yang di kenal melalui dating app AA merasa senang karena memiliki teman curhat dan chat, karena AA merasa kalau dia tidak memiliki pacar ketika sahabatnya sibuk ia kesepian. Namun perasaan kesepian muncul lagi ketika pacar pertama AA dari dating app mulai bekerja dan jarang komunikasi secara virtual dengannya. AA merasa kesepian dan AA mulai

bermain dating app kembali dan AA mendapat teman baru melalui dating app dan tinggal di Semarang. AA merasa teman dating app tidak membuat kesepian karena bisa bertemu secara langsung, bahkan teman dating app AA yang baru memberikan perhatian yang lebih dari pacar AA yang pertama kali bertemu di dating app. AA merasa bisa melakukan hal-hal yang diinginkan bersama teman dating app keduanya, bisa merasakan perhatian secara langsung, ngobrol secara langsung dan bisa merasakan pacaran secara langsung seperti apa yang diimpikan. Rasa kesepian yang muncul akibat pacar AA sibuk diisi dengan kehadiran teman baru AA dan hal tersebut membuat AA memiliki dorongan untuk putus dari pacarnya, selain dorongan dari diri sendiri AA juga muncul dorongan dari teman dating app baru AA, teman dating app berkata "mosok kamu pacaran sama orang yang cuma pernah ketemu sekali" hal tersebut mendorong AA untuk mengambil keputusan putus dari pacarnya. AA akhirnya menjalin hubungan pacaran dengan teman dating appnya. Hubungan AA dan teman dating appnya bernama J, AA dan J pada awal pacaran J sudah selingkuh dan perselingkuhan tersebut diketahui AA perselingkuhan tersebut dilakukan secara langsung dengan pergi ke luar kota bersama. J tiga kali melakukan perselingkuhan dan AA dengan J masih berusaha memperbaiki hubungannya.

Hubungan pacaran menurut AA merupakan hubungan yang memiliki kehadiran penuh untuk pasangan dan perhatian yang diberikan pasangan, hal tersebut membuat AA tertarik pada pasangannya.

Perselingkuhan menurut AA hubungan yang di sembunyikan dari pasangan yang bisa membuat tidak percaya. Hal tersebut mengakibatkan rasa cemburu yang berlebihan dan AA menjadi mudah marah jika teringat perselingkuhan tersebut. Namun emosi negative AA menjadi lebih positif ketika AA bekerja dan membuat AA muncul dorongan untuk mencari pekerjaan agar tidak memikirkan hal-hal buruk itu.

b. Regulasi Emosi dan impulse control

Subjek AA ketika pertama kali mengetahui perselingkuhan J, langsung mengeluarkan amarahnya di kontaran menggunakan bahasa jawa dan langsung membangunkan tidur J tanpa memperdulikan keadaan sekelilingnya. AA tidak bisa terlihat tenang karena perselingkuhan yang di lakukan J secara langsung, hingga liburan bersama selingkuhan. Keadaan subjek AA lebih terkontrol ketika AA mengetahui perselingkuhan yang ke dua dan ketiga karena AA hanya mengetahui bahwa perselingkuhan tersebut lewat chat, sedangkan yang ketiga AA mengetahui secara diam-diam dan menyakan pada J tidak mendapat jawaban yang jujur dan AA pura-pura percaya. Subjek AA susah mengendalikan emosi pada perselingkuhan yang di lakukan J pertama kali karena J berjanji akan mengenalkanya pada orang tuanya dan AA merasa sudah membantu J ternyata bantuan tersebut di berikan ke selingkuhanya. Subjek AA juga sulit mengotrol emosi jika suatu saat beretemu dengan selingkuhan-selingkuhan J, hal yang ingin dilakukan AA ingin maki-maki dan menampar selingkuhan J namun sebisa mungkin

juga diam tapi itu kalo bisa. Ketika subjek teringat masalah perselingkuhan biasanya akan membuat moodnya buruk, atau mencari perhatian dengan J dengan cara mengukit kembali masalah tersebut dan marah-marrah.

Hasil observasi yang dilakukan selama ini bisa terlihat bahwa subjek adalah orang yang sulit mengontrol emosinya, seperti ketika beberapa kali subjek menceritakan perselingkuhan yang dilakukan pasangannya subjek langsung berkata kasar dan marah-marrah seperti membayangkan bicara dengan pacarnya, ada beberapa saat ketika subjek melihat tiktok dan nada kejadian perselingkuhan subjek langsung menangis atau biasanya langsung kembali marah-marrah lagi dengan pacarnya, ada beberapa kali subjek hingga menelfon temannya untuk bercerita atau melampiaskan marah dan tangisnya. Subjek juga sampai memiliki akun email pasangannya dan ketika subjek lupa bahwa akun emailnya masuk dalam hp temanya dan temanya berpergian subjek langsung menelfoni temannya hingga diangkat untuk mengetahui posisi tersebut apakah benar. Dalam hasil wawancara dan observasi subjek terlihat sangat susah menenangkan diri jika mengetahui hal-hal perselingkuhan subjek sering mudah marah, ovt, menangis hal tersebut di buktikan karena subjek melakukan hal tersebut saat bersama penulis.

c. Causal Analysis

Hasil wawancara dan observasi perselingkuhan yang terjadi di hubungan AA dan J disebabkan karena masih adanya rasa kurang yakin di awal hubungan dan kebiasaan buruk J berselingkuhan lalu juga perilaku posesif AA yang muncul akibat perselingkuhan pertama dan membuat J semakin tidak nyaman. Namun AA merasa bahwa alasan apapun perselingkuhan ini karena perilaku laki-laki yang memang tidak baik, dari penyebab tersebut AA menyadari bahwa pilihan menerima kekurangan pasangannya adalah hal yang tidak mudah, namun AA sudah yakin mampu menerima dan J berusaha berubah.

d. Optimisme dan efikasi diri

Hasil wawancara subjek AA tujuan awal dari hubungan ini merupakan hubungan yang serius, karena J berjanji setelah wisuda mengenalkan AA ke orang tuanya. Namun di perjalanan hubungan AA dan J ada peristiwa perselingkuhan. AA disini berusaha memperbaiki diri dan percaya diri untuk mengembalikan alur perjalanan cintanya ke hubungan serius, AA berupaya untuk memaafkan J dan berusaha menerima perilaku J, AA juga mengurangi perilaku posesifnya hal tersebut juga diimbangi dengan adanya sikap yang berubah dari J menurut AA. AA juga berusaha lebih percaya pada J walaupun dalam hati kecilnya susah untuk percaya. Subjek AA juga menanyakan kembali pada J hubungan ini mau dilanjutkan seperti apa dan J menjawab ingin serius, berpantokan dengan jawaban J yang ingin serius AA berusaha menyelesaikan masalah-masalah tentang perselingkuhan tersebut

dengan berusaha saling percaya, merubah sikap marah yang meledak-ledak dan mengurangi sikap posesif dan hal itu berujung sesuai dengan komitmen awal percintaanya dengan J kembali kehubungan serius dengan muncul kembalinya effort J untuk mendekatkan AA kepada orang tuanya.

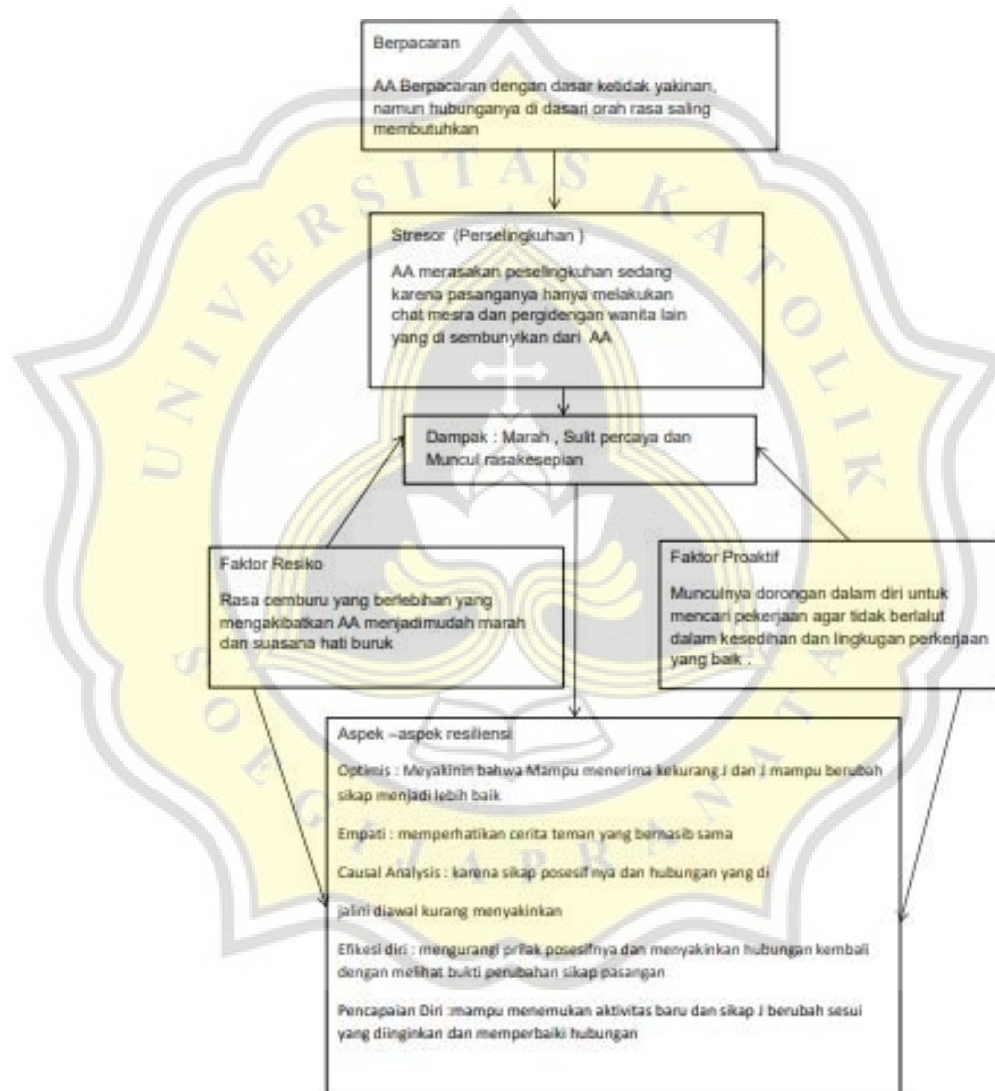
Dari hasil observasi AA, saat penulis mendaping AA memiliki keyakikana yang besar untuk memperbaiki hubungannya J, terlihat ketika AA bercerita AA selalu ingin memperbaiki dan salulu berusaha untuk percaya kembali walaupun sangat sulit, AA lebih memilih untuk tidak melakukan hal-hal yang membuatnya makin tidak percaya seperti memegang instagram J lalu berusaha mencari perkerjaan atau kesibukan supaya tidak terlalu memikirkanya, AA juga mau nerima perubahan baik J dengan cara ketika J menjemputnya dari Surabaya ke semarang AA tidak ingin keadaan liburanya bettengkar, AA juga sekarang lebih percaya pada omongan J . Dari hasil wawancara dan observasi keyakinan AA untuk menyelsaikan masalah sangatlah besar hingga dia mampu percaya dan mengubah kebiasaan posesifnya menjadi tidak bahkan ia bisa menerima kesalahan pasangn dan mau memperbaiki bersama.

e. Empati

Hasil wawancara AA ketika ada seseorang atau teman yang mengalami peristiwa sama sepertinya di selingkuhi pasangan AA akan membatu dengan menjadi pendengar yang baik untuk temannya, AA juga akan memberikasn saran dari pengalamanya .

f. Reaching Out

Hasil wawancara dan observasi AA kembali lagi memastikan hubungannya dengan J , setelah mendapatkan jawab J yang masih ingin melanjutkan hubungan ke jenjang lebih serius dan sama-sama memperbaiki hubungan, AA disini juga tidak ingin putus dengan J karena mersa bahawa perselingkuha pertama karena belum yakin dan sekarang sudah yakin. AA juga merasa bahwa sekarang J kembali mengusahakan kebahagiaan berdua contoh kecilnya ketika AA mengeluh lapar J mengirimkan gofood perubahanpun juga muncul dari AA yang tidak terlalu posesif missal nya ketika J menghilang AA tetap berusaha enjoy dengan kegitanya. AA tidak karena saat bertemu J AA merasa tidak kesepian dan punya teman untuk menceritakan segala hal hingga AA yakin untuk menuju jenjang serius.ingin putus dengan J karena saat bertemu J AA merasa tidak kesepian dan punya teman untuk menceritakan segala hal hingga AA yakin untuk menuju jenjang serius.



Gambar 4.2 Analisis Proses Resiliensi AA

3. Identitas subjek

- 1) Usia :22
- 2) Jenis Kelamin :P
- 3) Pendidikan :S1
- 4) Pekerjaan :Belum bekerja
- 5) Domisili :Kab Semarang, Bandarjo Ungaran

a. Latar Belakang Subjek Berpacaran

Subjek bernama AS subjek sudah tiga kali pacaran selama dua puluh dua tahun selama enam kali pacaran subjek tidak selalu memiliki hubungan yang langgeng. AS juga selalu memilih pasangan yang tampan. Pertama hubungan AS dan A hanya bertahan 2 bulan, AS selingkuh dengan perempuan lain dengan cara chattingan dan AS mengetahui karena felling dan di beri tahu orang lain. Begitupun dengan AS dan R selalu menggunakan felling dan karena perubahan perilaku R yang di rasakan AS, hal itupun sama dirasakan AS ketika G selingkuh berdasarkan felling dan perubahan sikap G. hal tersebut yang membuat AS mencarai tau hingga mendapatkan bukti perselingkuhan. AS bisa mengenal tiga orang tersebut karena satu sekolah, dan AS bisa menyadari perselingkuhan tersebut karena mereka satu lingkungan pertamanan dan banyak yang memeberitahu bahwa mantan pacar AS selingkuh . AS bisa tertarik dengan tiga orang tersebut karena hal-yang berbeda-beda, namun yang paling membuat ia tertarik yaitu G karena G

mampu melindungi AS ketika semasa SMA AS sedang ada masalah dan saat itu bukan R yang melindungi karena saat itu AS masih pacar R, melainkan G yang melindungi AS. R saat itu tidak berani membela AS.

AS mengartikan pacaran adalah hubungan yang di dasari dengan kertertarikan dan rasa aman serta kejujuran antar pasangan. perslingkuhan yang di maksud AS, adalah hubungan yang di lakukan dengan orang laindi belakang pasangan dengan adanya ketertarikan secara persaan ataupun fisik. Saat AS di selingkuhi muncul emosi negative yang membuat suasana hatinya buruk dan sulit percaya namun hal tersebut bisa berubah negative denagn a danya dukungan dari teman-teman AS

b. Regulasi Emosi dan Impluse Control

Hasil wawancara dan observasi subjek AS pernah di selingkuhi oleh 3 pria, yang pertama AS di selingkuhi oleh A di masa SMA, AS saat di selingkuhi A merasa biasa saja karena AS baru pacaran dengan A. AS mersa bahwa dirinya belum terlalu syang dengan A jadi rasa biasa saja muncul, tidak merasa sedih juga tidak merasa senang, jadi AS tidak merasakan emosi yang berlebih dan tidak merasa dalam tertekan karena AS tidak merasa sayang dan kehilangan A, setelah putus dengan A. AS kembali berpacaran dengan R selama delapan bulan hamper satu tahun. Saat dengan R, AS juga di selingkuhi dengan cara R chatting dengan wanita lain AS mengetahui hal tersebut dari membuka hp R. Saat

AS mengetahui hal tersebut AS sudah memiliki keraguan yang membuat AS tidak terlalu sayang dengan R. Hal yang menimbulkan AS kurang menyayangi R dan ragu karena pada saat itu AS merasa bahwa R kurang bersikap seperti pria yang kurang jantan, AS juga di bohongi tentang latar belakang keluar R, dan sikap R yang tidak bisa membela AS saat masa SMA, hal tersebut lah yang membantu AS merasa tenang saat mengetahui perselingkuhan tersebut karena AS sudah tidak terlalu sayang namun rasa kecewa tetap muncul namun AS cenderung biasa saja. Selanjutnya ketika AS mengetahui hubungan perselingkuhan yang dilakukan G. AS merasa sangat marah, kecewa, sedih dan merasa dirinya kurang. AS ketika mengetahui G selingkuh langsung bertemu di rumah AS, lalu AS menunjukan bukti-bukti yang dimiliki tentang perselingkuhan G yaitu chatting, antara G dan selingkuhan G yang ditemukan di instagram. Hal tersebut membuat subjek AS terpancing emosi dan langsung berkata kasar. Subjek AS susah untuk mengontrol emosinya di saat itu, setelah itu AS memutuskan untuk menangkan diri dan tidak chat pada G selama 1 minggu setelah itu bertemu G lagi dan berbicara dengan tidak emosi dan hal tersebut membuat AS meminta waktu 1 minggu lagi untuk berpikir lalu AS memberikan keputusan untuk tetap putus. Namun keadaan AS setelah putus masih berantakan selama beberapa bulan. AS selalu merasakan sedih, menangis, suasana hati yang tidak enak hal ini pun juga di buktikan dengan pernyataan sahabat AS yang merasakan setiap hari menemani kesedihan AS. Hasil observasi ketika AS bercerita

tentang perselingkuhan ini pun selalu merasa khawatir, takut, gelisah karena teringat perselingkuhannya dan menjadi suasana hati yang tidak enak. AS selalu berkat pusing jika membahas tentang perselingkuhan dan berganti topik. Hal ini menunjukkan bahwa AS susah mengendalikan emosi jika teringat dengan peristiwa perselingkuhan tersebut dan ketika dalam keadaan perselingkuhan tersebut AS juga tidak bisa meregulasi emosi untuk tetap tenang dan tidak bisa menahan dorongan untuk berkata kasar.

c. Causal Analysis

Hasil wawancara dengan subjek AS, perselingkuhan yang diketahui penyebabnya hanya saat bersama G, G memberi argumen jika ia berselingkuh akibat perilaku AS yang posesif dan hal tersebut diakui AS bahwa ia posesif. Namun dari argument tersebut AS juga menyadari resiko perselingkuhan tersebut bisa terulang lagi bukan karena AS masih posesif namun karena kebiasaan buruk yang dilakukan G, jika perilaku tersebut terulang AS akan mengambil keputusan untuk putus dengan G dan tidak akan melakukan hal lain selain mengambil keputusan putus.

d. Optimisme dan Efikasi Diri

Hasil wawancara dan observasi subjek AS, ia percaya bahwa mampu menjaga hubungannya untuk lebih baik dan memperbaiki hubungan bersama G. AS menyatakan bahwa menginginkan hubungannya kembali ke hubungan yang serius. Cara yang dilakukan AS untuk memperbaiki hubungannya dengan menggunakan aplikasi

in Instagram AS dan G sama-sama mengetahui password masing-masing, G juga selalu mengadakan video call dari AS saat bermain untuk menunjukan lokasi dan orang-orang yang berada di sekitar G, dan juga memakai aplikasi yang bisa untuk mengetahui lokasi masing-masing. Beberapa cara yang dilakukan AS dan G merupakan cara efektif untuk percaya dan tidak membuat G merasa dikekang oleh AS. Selain itu AS juga menyelesaikan masalah lain dengan cara memperbaiki komunikasi, seperti ketika AS merasakan overthinking. Ia berbicara dengan G untuk menanyakan apakah overthinking yang dirasakan AS benar atau tidak dan supaya tidak menjadikan AS menuduh G. Komunikasi tersebut juga membantu AS untuk lebih percaya dengan G dan membuat AS tidak menjadi pesimis hingga menggau G. Beberapa cara yang dilakukan AS dan G merupakan cara yang efektif untuk memperbaiki hubungan AS dan G, untuk meningkatkan kepercayaan AS pada G dan untuk membuat G merasa nyaman dengan AS.

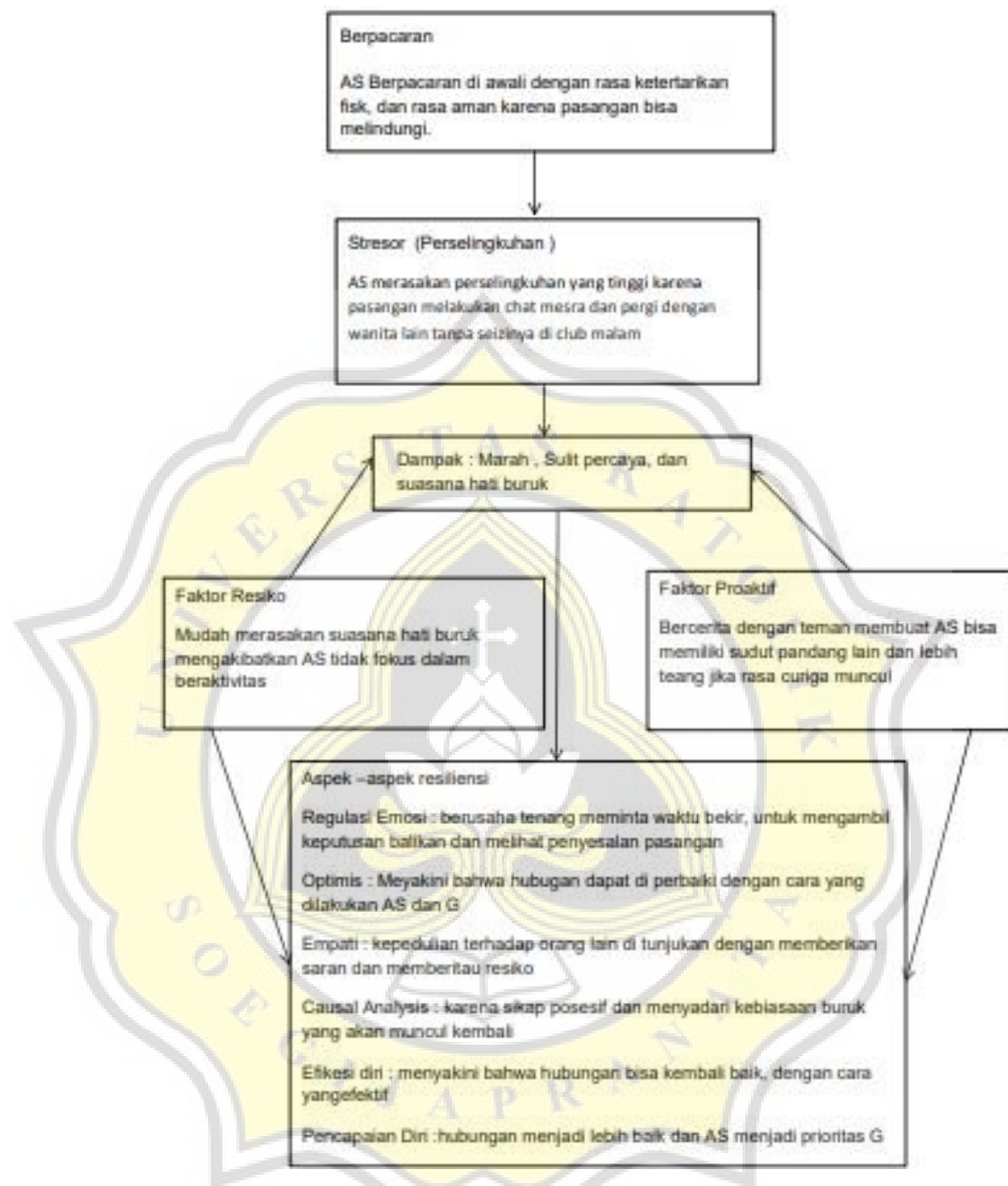
e. Empati

Hasil wawancara subjek AS, Empati muncul ketika ada teman yang bernasib sama dengannya di selingkuhi oleh pasangan maka ia akan memberikan saran dan akan mengingatkan bahwa menerima kembali orang yang pernah selingkuh itu sulit dan AS akan menanyakan kesanggupan temannya apakah mampu dan akan mengingatkan tentang resiko jika menerima kembali pasangan yang pernah selingkuh. Ini

adalah wujud dari empati AS ketika melihat temannya ada yang di selingkuhi.

f. Pencapaian Diri

Hasil wawancara dengan subjek AS, subjek AS masih ingin melanjutkan hubungannya ke jenjang yang lebih lanjut dan menikah. Selain itu AS juga bisa mengurangi perilaku posesifnya dengan menggunakan cara-cara yang bisa menunjukan lingkungan sekitar G dan lokasi G yang mudah di carai dengan aplikasi pencari lokasi, dari hal itu muncul rasa percaya walupun terkadang masih sulit untuk seratus persen percaya. Selain itu dalam hubungan ini AS menpati perubahan baik dari G yaitu sikap lebih terbuka dari G dan sikap G untuk memprioritaskan AS. Tujuan utama untuk menikah juga kembali ada karena hubungan sudah lama.



Gambar 4. 3 Analisis Proses Resiliensi AS

4. Identitas Subjek 4

- 1) Nama :CB
- 2) Usia :22
- 3) Jenis Kelamin :Perempuan
- 4) Pendidikan :S1
- 5) Pekerjaan :Pegawai Swasta
- 6) Domisili :Gemah, Semarang

a. Latar Belakang Berpacaran

Hasil wawancara subjek CB, subjek pernah berpacaran delapan kali dalam hubungan tersebut subjek CB tidak selalu memiliki hubungan yang langgeng. Subjek CB mengalami perselingkuhan sebanyak dua kali, subjek pertama kali merasakan peristiwa perselingkuhan tersebut di masa SMA akhir. CB bertemu K karena di kenalkan oleh teman SMPnya yang satu sekolah dengan K, dengan bantuan teman SMP CB akhirnya CB bisa berpacaran dengan K. Awal hubungan CB dengan K berlangsung baik selama lima sampai enam bulan, CB dan K bisa bertemu satu kali sampai empat kali dalam seminggu. Subjek CB merasa bahawa hubungannya adalah hubungan yang di inginkan orang lain, namun ketika bulan- bulan akhir tujuh sampai delapan bulan sikap J berubah menjadi dingin seperti tidak menggap CB. Hal tersebut membuat CB merasa sedih,bingung dan suasa hati yang tidak enak, karena hal tersrbut CB memberanikan diri bertanya pada K, kenapa tiba- tiba mendiamkannya dan tidak pernah mengajak pergi, namun jawaban K ke CB hanya bilang tidak ada apa-apa setelah itu CB berusaha berpikira untuk tidak putus namun semakin hari K

semakin terlihat tidak ada apa-apa dan tetap tidak memperdulikan CB hal tersebut membuat CB kembali bertanya dan memberikan waktu berpikir K selama 3 hari, namun K langsung memberi keputusan langsung dan ingin putus. Setelah itu hubungan CB dan K putus dan CB butuh waktu lama untuk membuka hati lagi, karena CB merasa tidak percaya diri takut jika pacaran kemabli dan kekurangannya membuat ia di tinggalkan lagi setelah dua tahun CB tidak pacaran. Setelah dua tahun CB kembali berpacaran dengan J. CB bertemu J di distro tempat ia bekerja pada awalnya CB tidak mengenali J namun setelah berkenal J merupakan orang yang perhatian dan seiman dengan CB hal tersebut membuat CB tertarik, selama satu setengah tahun CB dan J pacaran keadaan baik-baik saja, namun setelah itu hubungan CB dan J sama seperti hubungan CB dan K hubungan kembali dingin J tidak pernah mengajak ketemu CB lagi. Hubungan CB dan J dan CB dan K memiliki pola yang sama pacaran yang romantic di akhir sama-sama tidak ada kabar dan menjadi dingin, hal itu pun sama ketika CB mengetahui bahwa J dan K berselingkuh saat mereka pacaran. CB mengetahui K selingkuh karena CB di berika informasi dari teman ibu CB kalau K sudah lama dekat dengan wanita lain. Sedangkan CB juga mengetahui J dekat dengan orang lain semasa pacaran dengan CB karena temannya dan CB selalu mengetahui setelah putus. Pola tersebut berulang beriringan dan CB selalu tidak mengetahui apa alasan perselingkuhan itu terjadi. Menurut CB berpacaran adalah memberikan kehadiran, melakukan hal-hal bersamaan saling peduli dan memberikan perhatian dan menurut CB perselingkuhan

adalah hubungan yang dilakukan di belakng pasangan saat masih berkomitmen dengan pasangan. CB merasa akan sulit menerima pasangan baru sebaik apapun dan CB mendapat banyak dukungan dari teman dan doa baik hal tersebut membuat CB lebih tenang

b. Regulasi Emosi dan Impulse Control

Hasil wawancara dan observasi ketika CB berbicara tentang kisah cintanya CB terlihat semangat dan sangat ingin menceritakan, karena CB tipe orang yang suka membagikan pengalaman hidupnya ke teman-temannya menurut CB hal tersebut membantu CB mengurungai kesedihannya. CB saat mengetahui hubungan perselingkuhan tersebut sudah putus dengan K dan J. CB tipe orang yang tidak ingin terlihat seperti anak kecil di depan pasangannya CB tidak menangis ataupun marah ketika ada rasa curiga muncul ketika CB mengetahui J chat dengan orang lain saat pacaran karena CB mersa tidak ingin di curigai CB percaya dengan jawabn J kalo hanya teman. CB juga merupakan tipe orang yang tidak suka di curigai, hal tersebut membuat CB tidak marah ketika mengetahui J chat dengan wanita lain karena J menjawab itu hanya teman kantor dan Cb percaya karena tidak mau di curigai. Namun ketika CB mengatahui bahawa J dan K berselingkuh saat pacaran walaupun sudah putus, CB mersa sedih,nafsu makan hilang, hanya ingin di kamar dan hal tersebut membuat keluarga CB khawatir, hal ini adalah respon yang di keluarkan CB saat mengetahui K selingkuh, CB juga menghindari tempat-tempat yang pernah ia kunjungi dengan K dan J karena muncul persaan bersalah dan pikiran yang buruk. Saat putus dengan J nafsu

makan CB juga menurun, sedih dan suasana hati tidak enak namun CB tetap beraktifitas karena sudah kerja dan hal tersebut terbantu karena ada teman-teman dan keluarga sebagai tempat ceritanya. Hasil wawancara dan observasi CB, CB merupakan orang yang memiliki regulasi emosi yang baik jika di tempat umum namun jika sedang sendiri CB sering merasakan emosi sedih, dan suasana hati tidak enak bahkan hingga membuat CB merasa bersalah dan nada yang kurang. CB mudah berubah mood jika berada di tempat yang mengingatkan pada mantanya.

c. Causal Analysis

Hasil wawancara CB, tidak pernah mengetahui alasan K dan J selingkuh karena CB selalu mengetahui mereka selingkuh setelah putus dan CB tidak pernah menayakan ke mantan pasangan CB, CB hanya bisa berasumsi sendiri.

d. Optimisme dan Efikasi Diri

Hasil wawancara CB, CB percaya bahwa Tuhan akan memberinya jodoh yang lebih baik, karena CB orang yang beriman dan CB merasakan bahwa sekelilingnya juga mendoakan CB untuk mendapatkan jodoh yang lebih baik. CB juga menyadari bahagia juga harus dilakukan walaupun CB sudah tidak dengan J, karena CB merasa J sudah bahagia maka CB juga harus bahagia. Karena hubungannya sudah putus CB merasa bahwa kedepannya CB tidak akan membiarkan pasangannya melakukan hal-hal yang bisa membuat perselingkan atau membiarkan perilaku buruk berkembang, seperti membiarkan

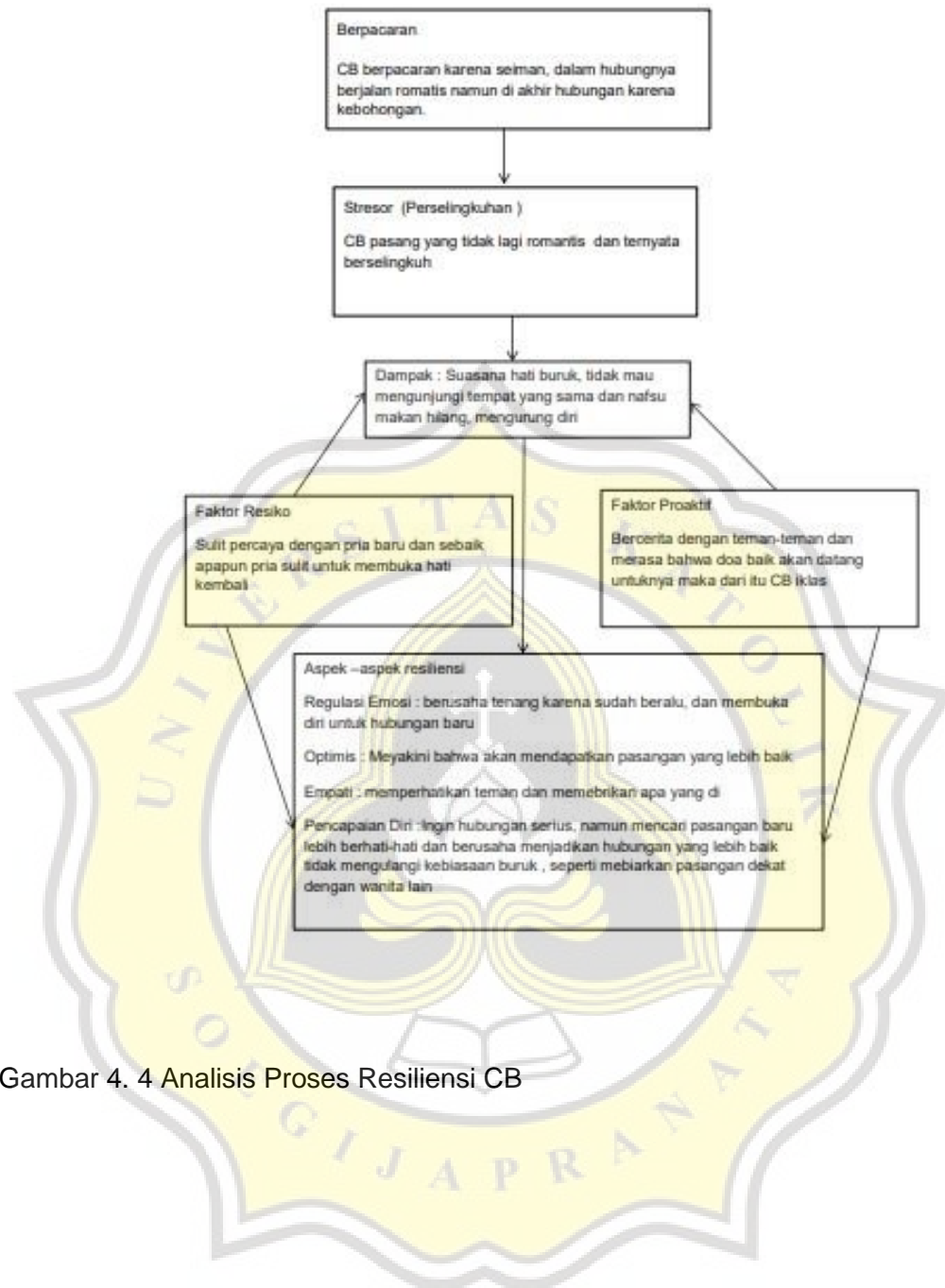
chat dengan wanita lain. CB juga bercerita dengan temannya agar mendapat pandangan lain dan bisa berbagi cerita dan dari kejadian kemarin CB ingin hubungannya bisa menjadi prioritas di hidupnya.

e. Empati

Hasil wawancara dengan CB, CB ketika ada teman yang mengalami hal yang sama dengannya menjadi korban perselingkuhan, CB akan menemani secara langsung dan akan memberikan perhatian atau cara yang disukai sesuai dengan kebutuhan teman CB.

f. Pencapaian Diri

Hasil wawancara CB, setelah mengalami dua kali perselingkuhan. CB tetap ingin pacaran hingga menikah, CB juga ingin menjadikan hubungan selanjutnya sebagai prioritas bukan hanya sebagai teman memringankan pikiran namun CB akan lebih berhati-hati lagi untuk mencari pasangan dan tidak membiarkan kebiasaan buruk terjadi lagi. Karena CB sudah dua kali berpacaran dengan pola yang sama dan membiarkan kebiasaan buruk terjadi maka dari itu



Gambar 4. 4 Analisis Proses Resiliensi CB