

PERBEDAAN *POST-DIVORCE ADJUSTMENT* DITINJAU DARI STRATEGI *COPING* PADA WANITA BERCERAI

Annisa Edelweis, Tesi Hermaleni
Universitas Negeri Padang
e-mail: annisa26edelweis@gmail.com

Abstract: *Differences of post-divorce adjustment based on coping in divorced women.*

This research was conducted with the phenomenon of many divorce cases that have an impact on divorced women because of changes that occur after divorce. This prompted the researchers to determine differences of post-divorce adjustment in divorced women who use coping focused on problems with divorced women who use coping focused on emotions. Subjects 60 divorced women in early adulthood (20-40 years). Quantitative comparative research using post-divorce adjustment scale consisting of 35 items with Cronbach Alpha coefficient (α) = 0.84 and Coping Stress Scale consists of 41 items with Cronbach Alpha coefficient (α) = 0.87. Scale validity was analyzed using content validity test with professional judgment and reliability test using Cronbach Alpha technique. Data analyzed using different test methods (t-test). The result analysis, (r) 0.005 with $p = 0,000$ ($p < 0.05$). The result is that there are differences in post-divorce adjustments based on coping strategies in divorced women.

Keyword: *Post-divorce adjustment, coping strategies, divorced women.*

Abstrak: *Perbedaan post-divorce adjustment ditinjau dari strategi coping pada wanita bercerai.* Penelitian ini dilakukan dengan fenomena banyak kasus perceraian yang memberikan dampak pada wanita bercerai dikarenakan perubahan yang terjadi setelah perceraian. Hal ini mendorong peneliti untuk mengetahui perbedaan penyesuaian diri setelah bercerai pada wanita bercerai yang menggunakan *coping* berfokus pada masalah dengan wanita bercerai yang menggunakan *coping* berfokus pada emosi. Penelitian ini melibatkan 60 wanita bercerai usia dewasa awal (20-40 tahun). Desain penelitian berupa kuantitatif komparatif. Pengumpulan data menggunakan *post-divorce adjustment scale* yang terdiri dari 35 aitem dengan koefisien *Cronbach Alpha* (α)= 0,84 dan *Coping Stress Scale* yang terdiri dari 41 aitem dengan koefisien *Cronbach Alpha* (α)=0,87. Pengujian kualitas alat ukur menggunakan uji validitas isi dengan *profesional judgement* dan untuk melihat reliabilitas menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Pengujian hipotesis menggunakan *t-test* yaitu (r) sebesar 0,005 dengan $p= 0,000$ ($p < 0,05$). Hasilnya terdapat perbedaan *post-divorce adjustment* ditinjau dari strategi *coping* pada wanita bercerai.

Kata Kunci: *Post-divorce adjustment, strategi coping, wanita bercerai.*

PENDAHULUAN

Manusia dikenal sebagai makhluk yang tidak dapat hidup sendiri dan membutuhkan orang lain, khususnya pasangan hidup yang terikat dalam sebuah hubungan perkawinan. Kertamuda (dalam Afiatin, 2018) menyebutkan bahwa perkawinan adalah suatu ikatan lahir dan batin antara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami-istri yang bertujuan untuk membentuk keluarga atau rumah tangga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa dan didalamnya terdapat suatu tanggung jawab dari kedua belah pihak. Selain itu, perkawinan juga dianggap sebagai suatu langkah untuk membesarkan anak yang menawarkan intimasi, komitmen, persahabatan, kasih sayang, pemuasan seksual, pendampingan, dan peluang bagi pertumbuhan emosional, serta sumber identitas dan kepercayaan diri yang baru.

Usia dewasa awal (20-40 tahun) menjadi usia yang matang untuk perkawinan, dimana dalam rentang usia tersebut wanita cenderung memiliki kekhawatiran atau depresi, sehingga perkawinan dapat mengurangi resiko bagi keduanya (Papalia & Fieldman, 2011). Ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dalam perkawinan dapat menggiring pasangan kepada perceraian, menurut (Hurlock, 1980), perceraian juga dianggap sebagai sebuah pertumbuhan yang

konstruktif, pengajuan perceraian tidak selalu menimbulkan permusuhan dan kebencian, hal ini terlihat dari pengajuan perkara untuk memutus perkawinan yang justru dapat meningkatkan kesejahteraan pasangan setelah bercerai.

Pernyataan tersebut didukung oleh Veevers (dalam Bevvino & Sharkin, 2003), yang menjelaskan bahwa perceraian dapat menjadi kesempatan untuk pertumbuhan yang konstruktif, dimana seseorang mencari makna dari pengalaman perceraian untuk belajar dari pengalaman tersebut. Selain pertumbuhan konstruktif, terdapat juga dampak negatif yang dialami setelah bercerai. Karenanya, perceraian dianggap sebagai salah satu penyebab depresi dan gangguan serta kesulitan, khususnya yang dialami oleh wanita bercerai yang melaporkan beberapa kesulitan baik secara emosional, aktivitas, keuangan, kesehatan dan kondisi sosial (Holmes & Rahe, 1967).

Hetherington (dalam Amato, 2000) dalam studinya juga menunjukkan bahwa individu yang bercerai melaporkan kurang bahagia, gejala depresi, isolasi sosial, lebih banyak peristiwa kehidupan negatif dan masalah kesehatan, dibandingkan dengan individu yang menikah serta wanita melaporkan merasa lebih tidak menarik, tidak berdaya, serta secara pribadi dan sosial tidak kompeten. Nur'aeni (2009) menyebutkan bahwa wanita bercerai

mengalami beberapa kesulitan baik secara emosional dan aktivitas setelah masa perceraian. Disamping masalah keuangan, kesejahteraan, mengurus rumah tangga, kesehatan, dan kondisi sosial juga diperhitungkan (Leopold, 2018).

Melihat masalah-masalah yang dapat terjadi pada wanita bercerai, maka perlu diperoleh suatu cara untuk mencegah atau mengurangi stres pasca bercerai. Semua perubahan dan tekanan psikologis yang dialami pasca bercerai oleh pasangan, menjadikan pasangan bercerai butuh untuk menyesuaikan diri dengan kondisi mereka yang baru. Penyesuaian diri ini disebut dengan “*post-divorce adjustment*” yaitu proses adaptasi terhadap perubahan hidup dari hasil perceraian untuk mencapai kesejahteraan psikologis dan emosi setelah bercerai dimana termasuk didalamnya penyesuaian diri positif dan penyesuaian diri negatif, dalam penelitian yang sama, Kitson dan Morgan (dalam Krumrei, Coit, Martin, Fogo, & Mahoney, 2007) juga menyebutkan bahwa penyesuaian dapat diindikasikan dengan relatif bebas dari tanda atau gejala penyakit fisik dan mental; mampu berfungsi secara baik dalam tanggung jawab peran dirumah sehari-hari, keluarga, pekerjaan, liburan; dan telah mengembangkan identitas yang tidak terikat dengan mantan pasangan atau status menikah serta dapat diketahui melalui beberapa aspek. Aspek-aspek tersebut antara lain *self-worth*,

disentanglement from relationship, anger, grief, trust and intimacy, serta *social self-worth* (Fisher & Alberti, 2005).

Menurut Gaffal (2010), ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *post-divorce adjustment*, yaitu mencakup *personal, relational support* dan *cultural factors*. Mengenai faktor *personal* dijelaskan bahwa faktor ini meliputi usia pasangan dan karakteristik psikologis (intelegensi, keyakinan individual dan perilaku), status sosial ekonomi (pendidikan, pekerjaan) dan pilihan pasca bercerai. Beberapa kondisi psikologis juga mempengaruhi proses penyesuaian pasca bercerai, meliputi; mental, keberfungsian emosional sebelum bercerai, tingkat kelekatan dengan mantan pasangan, tingkat harga diri dan juga kemampuan *coping*.

Folkman dan Lazarus (1984) menyebutkan bahwa strategi *coping* mengacu pada upaya perilaku dan kognitif yang digunakan seseorang untuk mengelola tuntutan internal dan eksternal dari situasi yang penuh tekanan. Sejalan dengan pendapat Ahsyari (2015) yang menyebutkan bahwa bentuk pemakaian strategi *coping* oleh wanita bercerai berupa *problem focused coping* yaitu dengan melakukan kegiatan positif, bekerja keras, tidak menemui mantan suami, menunjukkan pada mantan suami bahwa kehidupannya lebih baik dan bahagia tanpa suami, lebih mandiri serta memprioritaskan kehidupan anak-anak.

Sedangkan, pemakaian *emotional focused coping* dengan memperluas pergaulan, menyesali keputusan yang diambil terburu-buru pada saat menikah dan keputusan untuk bercerai, menutup diri jika ditanya tentang perceraian, bersikap sabar dan ikhlas dengan ujian Tuhan, mengambil hikmah dari setiap permasalahan, dan lebih mendekatkan diri pada Tuhan. Waktu untuk dapat melihat penyesuaian diri setelah bercerai diperkirakan sejak 3 bulan setelah perpisahan, dikarenakan pada fase ini keadaan suasana hati yang dialami oleh pasangan bercerai berupa perasaan tidak bahagia, terganggu, khawatir, bosan, kesepian, frustrasi, tegang, dan terabaikan (Berman & Turk, 2016). Berdasarkan pada latar belakang yang telah dipaparkan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana perbedaan *post-divorce adjustment* pada wanita bercerai ditinjau dari strategi *coping* yang digunakan.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode komparatif. Penelitian kuantitatif yang komparatif berarti membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua atau lebih sampel yang berbeda (Lehmann dalam Yusuf, 2010). Variabel yang digunakan adalah Independen (X) dan Dependen (Y). Variabel dependen adalah *post-divorce adjustment* wanita bercerai dan

variabel independen adalah strategi *coping*. Oleh karena itu, penelitian ini ingin melihat perbedaan *post-divorce adjustment* ditinjau dari strategi *coping* pada wanita bercerai. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita bercerai di Kota Bukittinggi. Jumlah sampel sebanyak 60 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu penelitian yang menentukan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2013). Adapun kriteria sampel sebagai berikut:

1. Wanita usia dewasa awal yang mengalami perceraian usia 20-40 tahun,
2. Belum menikah kembali,
3. Telah bercerai lebih dari 3 bulan, dan
4. Bersedia menjadi subjek penelitian

Validitas adalah ketepatan atau ketelitian dari suatu alat ukur. Validitas menurut Azwar (2007), mengacu pada kepercayaan dari hasil alat ukur yang didapatkan dan mengandung makna kecermatan pengukuran. Pertama-tama, dilakukan validasi isi tes yang ditentukan oleh pendapat profesional (*professional judgment*) dalam proses menelaah keseluruhan kawasan isi objek yang hendak diukur, selanjutnya dilakukan validasi konstruk yang merupakan tipe validitas yang menunjukkan sejauhmana tes mengungkapkan suatu *trait* atau konstruk teoritik yang hendak diukurnya (Azwar, 2007).

Berdasarkan analisis *product moment* pada skala *post-divorce adjustment* dari 51 aitem yang diujicobakan kepada 40 orang, terdapat 35 aitem yang valid yang mana berkorelasi sangat signifikan terhadap skor total ($r \text{ hitung} \geq 0,25$). Selanjutnya adalah aitem skala *coping stress* yang mana ada 66 aitem yang diujikan kepada 40 orang dengan 41 aitem valid dan berkorelasi signifikan terhadap skor hitung ($r \text{ hitung} \geq 0,25$).

Reliabilitas menurut Sugiyono (2013), reliabilitas adalah sejauh mana suatu instrumen mampu mengukur sesuatu secara berulang kali dengan hasil yang konsisten. Reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *alpha cronbach* dengan bantuan perangkat lunak pengolah data. Skala *post-divorce adjustment* dengan nilai r bergerak dari -0.229- 1 dan nilai (α) = 0.84 yang disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri pasca bercerai menurut

Fisher dan Alberty (2005). Kemudian skala *coping stress* yang dikembangkan oleh Folkman dan Lazarus (1984) dengan nilai r bergerak dari -0.475- 1, dan nilai (α) = 0.87. Skor reliabilitas tersebut menunjukkan bahwa kedua alat ukur memiliki reliabilitas yang baik. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data menggunakan teknik uji beda (*t-test*) menggunakan bantuan perangkat lunak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Deskripsi data dalam penelitian ini terdiri dari rerata hipotetik dan rerata empiris penelitian. Rerata hipotetik dan rerata empiris pada penelitian ini diperoleh dari skala *post-divorce adjustment* yang dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 1. Deskripsi Skor *Post-Divorce Adjustment* Per Aspek

Aspek	Skor Hipotetik				Skor Empiris			
	Min	Max	Rerata	SD	Min	Max	Rerata	SD
<i>Self worth</i>	4	16	10	2	9	14	11,6	1,2
<i>Disentanglement from the relationship</i>	7	28	17,5	3,5	12	22	16,8	2,3
<i>Anger</i>	3	12	7,5	1,5	6	12	9,7	1,5
<i>Grief</i>	7	28	17,5	3,5	20	28	25,1	2
<i>Trust and intimacy</i>	6	24	15	3	18	24	22,6	1,7
<i>Social self-worth</i>	8	32	20	4	23	34	29	2,4

Berdasarkan tabel 1. di atas diketahui bahwa aspek *post-divorce adjustment* yang memiliki perbedaan antara *mean* hipotetik dan empirik yang paling besar adalah aspek

social self-worth, diikuti oleh aspek *trust and Intimacy* dan aspek *grief*, aspek *anger*, aspek *self-worth* dan yang paling rendah aspek *disentanglement from relationship*.

Tabel 2. Kategori Interpretasi Skor Skala *post-divorce adjustment*

Rumus	Kategori	Range	Subjek	
			F	Persentase (%)
$X < (\mu - 1,0\sigma)$	Rendah	35 – 70	-	0%
$(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$	Sedang	70 – 105	7	11,67%
$(\mu + 1,0\sigma) \leq X$	Tinggi	105 – 140	53	88,33%
Jumlah			60	100%

Berdasarkan tabel 2. diatas dapat diketahui bahwa *post-divorce adjustment* wanita bercerai di Kota Bukittinggi berada pada kategori cukup tinggi dengan persentase yang didapat sebesar 88,33 %, kategori sedang sebesar 11,67% dan kategori rendah 0%, sehingga dapat disimpulkan bahwa *post-divorce adjustment* dari 60 orang wanita bercerai cenderung berada pada kategori tinggi.

Hasil dari uji normalitas sebaran variabel *post-divorce adjustment* diperoleh nilai K-SZ= 0.739 dan p= 0.645 (p>0.05), variabel strategi *coping* diperoleh nilai K-SZ= 0.727 dan nilai p= 0.666 (p>0.05). Berdasarkan nilai-nilai yang diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian skor strategi *coping* dengan *post-divorce adjustment* terdistribusi normal, sehingga dapat disimpulkan data penelitian ini dapat

dianalisis dengan statistik parametrik karena telah memenuhi syarat berdistribusi normal.

Hasil uji Homogenitas pada penelitian ini diperoleh koefisien sebesar 1.532 dengan taraf signifikansi sebesar 0.144 (p > 0,05) Berdasarkan nilai-nilai yang diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian skor strategi *coping* dan *post-divorce adjustment* bersifat homogen, jadi data penelitian ini dapat dianalisis dengan statistic parametrik karena telah memenuhi syarat data bersifat homogen.

Nilai linearitas pada strategi *coping* dengan *post-divorce adjustment* adalah sebesar F= 32.392 dan p= 0.000 (p<0.05). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa strategi *coping* dan *post-divorce adjustment* dalam penelitian ini memiliki korelasi yang linear.

Tabel 3. Rangkuman Uji Beda *Post-divorce Adjustment* Berdasarkan *Coping*

Aspek	<i>Problem focused coping</i>	<i>Emotional focused coping</i>	p
	Mean	Mean	
<i>Self-worth</i>	12.0000	11.3235	0.032
<i>Disentanglement from relationship</i>	18.8462	15.2059	0.000
<i>Anger</i>	10.4615	9.0882	0.000
<i>Grief</i>	26.3846	24.1471	0.000
<i>Trust and Intimacy</i>	23.2692	22.0588	0.005
<i>Social selfworth</i>	30.3077	27.9706	0.000

Berdasarkan tabel 3. hasil uji beda *post-divorce adjustment* secara keseluruhan aspek diperoleh $p < 0.05$. Dengan demikian, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan *post-divorce adjustment* pada wanita yang menggunakan *problem focused coping* dan *emotional focused coping*.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis uji beda yang dilakukan untuk menunjukan perbedaan *post-divorce adjustment* dilihat dari strategi *coping*, hasil uji hipotesis yang dilakukan menunjukkan bahwa *post-divorce adjustment* pada wanita bercerai pada dua kelompok *coping* yaitu *problem-focused coping* dan *emotional focused coping* memiliki perbedaan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perbedaan *post-divorce adjustment* ditinjau dari *coping stress* adalah signifikan dilihat dari

penggunaan *coping stress* pada wanita bercerai, dimana masing-masing wanita bercerai menggunakan *coping stress* baik secara *problem focused coping* maupun secara *emotional focused coping* dengan perbedaan rerata *post-divorce adjustment* yang signifikan. Wanita bercerai dalam menggunakan *problem focused coping* memiliki kemampuan *post-divorce adjustment* yang cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan wanita yang menggunakan *emotional focused coping*.

Bersamaan dengan yang dijelaskan Gaffal (2010) bahwa individu yang bercerai dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya faktor *personal* yang didalamnya terdapat kemampuan *coping* terhadap perceraian untuk mencapai penyesuaian diri yang baik setelah bercerai. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nur'aeni (2007) yang mengatakan bahwa

wanita bercerai mengalami kesulitan baik secara emosional, ekonomi, aktivitas dan sosial yang juga berkaitan dengan perubahan status dan peran. Berdasarkan deskripsi data didapatkan hasil bahwa wanita bercerai memiliki *post-divorce adjustment* pada kategori tinggi ditinjau dari penggunaan strategi *coping*. *Post-divorce adjustment* adalah proses adaptasi terhadap perubahan hidup dari hasil perceraian untuk mencapai kesejahteraan psikologis (Krumrei, Coit, Martin, Fogo, & Mahoney, 2007). Sejalan dengan pendapat yang menyebutkan bahwa strategi *coping* mengacu pada upaya perilaku dan kognitif yang digunakan untuk mengelola tuntutan internal dan eksternal dari situasi yang penuh tekanan (Folkman & Lazarus, 1984).

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmatika (2014) menyebutkan bahwa wanita cenderung menggunakan *emotional focused coping* dimana didalamnya terdapat ekspresi perasaan pada orang lain dan memanfaatkannya untuk mencari dukungan sosial. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan peneliti dimana jumlah subjek yang menggunakan *emotional focused coping* lebih banyak dari pada *problem focused coping*. Berbeda dengan penelitian Miller, Smerglassia, Gaudet, dan Kitson (1998) yang menyebutkan bahwa dalam kasus perceraian penghasilan memainkan peran dalam penyesuaian diri setelah bercerai, wanita bercerai dengan

penghasilan yang lebih banyak merasakan *stress* yang lebih ringan bahkan tidak berbeda dengan wanita yang menikah kembali dalam hal penyesuaian sosial, sedangkan wanita bercerai dengan penghasilan rendah mengalami *stress* yang lebih berat dibidang sosial dan psikologis yang mengindikasikan bahwa masalah finansial menjadi permasalahan penyesuaian diri yang lebih beresiko setelah bercerai.

Pernyataan ini sejalan dengan Prasetyawati (2018) yang menyebutkan bahwa seorang wanita *single parent* mengalami masalah sosial seperti direndahkan oleh orang lain, masalah ekonomi yang mengalami penurunan. Strategi *coping single parent* dalam menyelesaikan masalah sosial adalah memilih memecahkan masalah secara langsung dengan bertanya letak kesalahannya jika terjadi permasalahan dengan masyarakat dilingkungannya, dan memilih mencari dukungan sosial dengan cara musyawarah dibicarakan dengan keluarga, teman atau dengan orang yang lebih tua. Strategi *coping* dalam menyelesaikan masalah ekonomi dengan bekerja dan menghemat pemasukan, dengan hidup sederhana dan tidak berfoya-foya. Mengatasi masalah psikologis seperti sedih, ketidakberdayaan, kesepian saat kehilangan suami adalah kontrol diri dengan cara mengendalikan perasaan dengan berpasrah dan lebih mendekat diri kepada Tuhan.

Penggunaan *problem focused coping* dilihat dari hasil penelitian dimana aspek *confrontatif coping*, *planful problem solving*, dan *seeking social support*, mendapat hasil yang cukup tinggi dilihat dari bagaimana wanita bercerai berusaha mencari pekerjaan/nafkah untuk memenuhi kebutuhan ekonomi dan tidak berdiam diri dirumah, bercerita dengan orang yang dipercayai dan bertukar pikiran untuk menemukan solusi permasalahan. Sedangkan penggunaan *emotional focused coping* yang cukup tinggi dilihat dari bagaimana wanita bercerai melakukan *self control* dengan mengendalikan emosi atau tindakan terhadap permasalahan yang timbul serta *positive appraisal* dimana wanita bercerai mencari makna positif dari permasalahannya serta *escape/avoidance* dan *distancing* dengan menghindari stimulus permasalahan, sehingga *emotional focused coping* tidak berfokus menyelesaikan sumber permasalahan. Akan tetapi dalam kenyataannya strategi *coping* berfokus masalah tidak bisa benar-benar dipisahkan dari strategi *coping* berfokus emosi.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan *post-divorce adjustment* pada kategori tinggi. Dilihat dari perbedaan *post-divorce adjustment* ditinjau dari *coping stress* menunjukkan bahwa wanita bercerai yang menggunakan *problem focused coping* memiliki *post-divorce adjustment* yang cenderung lebih tinggi dibandingkan wanita

bercerai yang menggunakan *emotional focused coping*. Berdasarkan penelitian ini hasil menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *post-divorce adjustment* ditinjau dari *coping stress* pada wanita bercerai.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai perbedaan *post-divorce adjustment* ditinjau dari strategi *coping* pada wanita bercerai, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut;

1. Secara umum *post-divorce adjustment* pada wanita bercerai berada pada tingkat tinggi
2. Terdapat perbedaan *post-divorce adjustment* ditinjau dari *coping stress* pada wanita bercerai
3. Wanita bercerai yang cenderung menggunakan *problem focused coping* memiliki *post-divorce adjustment* yang lebih tinggi dibandingkan wanita yang cenderung menggunakan *emotional focused coping*.
4. Aspek *disentanglement from relationship* berada pada urutan terendah dibandingkan aspek *post-divorce adjustment* lainnya, dan memiliki perbedaan paling besar dan *Self-worth* memiliki perbedaan paling kecil diantara *problem focused coping* dan *emotional focused coping*.

Saran

Berdasarkan pada kesimpulan, maka peneliti mengemukakan beberapa saran yaitu:

1. Penelitian ini diharapkan dapat membantu wanita bercerai dengan penggunaan *coping* stress secara tepat dan benar, baik *problem focused coping* maupun *emotional focused coping* terkait *post-divorce adjustment* wanita bercerai, Namun disarankan untuk lebih mengoptimalkan *problem focused coping* dalam menangani permasalahan pasca bercerai yang dihadapi, juga dapat menjadi referensi bagi konselor atau psikolog yang menangani kasus wanita bercerai
2. Disarankan bagi peneliti selanjutnya, jika melakukan penelitian dengan variabel maupun judul yang sama dengan penelitian ini diharapkan agar peneliti selanjutnya juga mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi *post-divorce adjustment* terhadap *coping stress* pada wanita bercerai seperti pekerjaan dan latar belakang pendidikan.

DAFTAR RUJUKAN

- Afiatin, T. (2018). *Psikologi perkawinan dan keluarga (penguatan keluarga di era digital berbasis kearifan lokal)*. Yogyakarta: PT. Kanisius.
- Ahsyari, E. R. N. (2015). Kelelahan Emosional dan Strategi Coping. *Ejournal Psikologi*, 3(1), 422–432.
- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1269–1287. doi: 10.1111/j.1741-3737.2000.01269.x
- Azwar, S. (2007). *Dasar-dasar psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Berman, W. H., & Turk, D. C. (2016). Adaptation to divorce: problems and coping strategies. *Journal of Marriage and Family*, 43(1), 179–189.
- Bevino, D.L., & Sharkin, B.S. (2003). Divorce adjustment as a function of finding meaning and gender differences. *Journal of Divorce & Remarriage*, 39(3/4). 81-95.
- Fisher, B., & Alberti, R. (2005). *Rebuilding:*

- when your relationship ends*. (3rd ed). California: Impact Publisher Inc.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. United State of America: Springer Publishing Company Inc.
- Gaffal, M. (2010). *Psychosocial and legal perspectives of marital breakdown*. Germany: Springer-Verlag Berlin Heidelberg. doi: 10.1007/978-3-642-13896-6
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social rating, *11*(5).
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Krumrei, E., Coit, C., Martin, S., Fogo, W., & Mahoney, A. (2007). Post-divorce adjustment and social relationships: A meta-analytic review. *Journal of Divorce & Remarriage*, *46*(3/4), 145–166. doi: 10.1300/J087v46n03
- Leopold, T. (2018). Gender differences in the consequences of divorce : a study of multiple outcomes. *Demography*, *55*, 769–797.
- Miller, N. B., Smerglia, V. L., Gaudet, D. S., Kitson, G. K. (1998). Stressful life events, social support, and the distress of widowed and divorced women: a counteractive model. *Journal of Family Issues*.*19*(2). 181-203.
- Nur'aeni. (2009). Dinamika psikologis perempuan yang bercerai. *Psycho Idea*. *7*(1). 11-21.
- Papalia, D.E., Old, S.W., Fieldman, R. (2011). *Human development (psikologi perkembangan)*. Jakarta: Kencana.
- Prasetyawati, I. (2018). *Strategi coping pada ibu single parent* (unpublished master's thesis). Universitas Muhamadiyah, Surakarta.
- Rahmatika, R. (2014). Hubungan antara emotion-focused coping dan stres kehamilan. *Jurnal Psikogenesis*, *3*(1), 92–103.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
- Yusuf, A. M. (2010). *Metodologi penelitian: dasar-dasar penyelidikan ilmiah*. Padang: UNP Press.