

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Resiliensi

1. Definisi

Menurut Kaplan dan Egeland dalam Wiwin, resiliensi adalah kapasitas untuk mempertahankan kemampuan, untuk berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stresor kehidupan. Resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi, serta kapasitas manusia untuk menghadapi dan memecahkan masalah setelah mengalami kesengsaraan (Grotberg, 1999).

Menurut Reivich dan Shatte dalam Wiwin, resiliensi menggambarkan kemampuan individu untuk merespons *adversity* atau trauma yang dihadapi dengan cara-cara sehat dan produktif. Secara umum, resiliensi ditandai oleh sejumlah karakteristik yaitu, adanya kemampuan dalam menghadapi kesulitan, ketangguhan dalam menghadapi stres ataupun bangkit dari trauma yang dialami.¹

Kemampuan tersebut meliputi kemampuan bertahan dalam keadaan tertekan dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan atau trauma yang dialami dalam kehidupan. Menurut Reivich & Shatte ada 7 aspek resiliensi yaitu, (1). Pengaturan Emosi, (2). Optimisme, (3). Empati,

¹ Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologis : Sebuah Pengantar*, (Jakarta: Prenamedia Grup, 2018), 22.

(4). Efikasi Diri, (5). Kontrol terhadap Impuls, (6). Kemampuan Menganalisis Masalah, (7). Pencapaian.²

Grotberg, menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, dan menjadi kuat atas kesulitan yang dialaminya. Resiliensi bukanlah hal *magic* (magis) dan tidak hanya ditemui pada orang-orang tertentu saja dan bukan pemberian dari sumber yang tidak diketahui.³

Faktor-faktor resiliensi yang diidentifikasi berdasarkan sumber-sumber yang berbeda. Untuk kekuatan individu, dalam diri pribadi digunakan istilah *I Am*, untuk dukungan eksternal dan sumber-sumbernya digunakan istilah *I Have*, sedangkan untuk kemampuan interpersonal digunakan istilah *I Can*.⁴

Menurut Kartika, pada awalnya istilah resiliensi digunakan dalam konteks pembahasan fisik atau ilmu fisika. Resiliensi sendiri dari bahasa latin "*resilire*" yang berarti melambung kembali. Ilmu fisika mengartikan resiliensi sebagai kemampuan untuk pulih kembali dari suatu keadaan, kembali ke bentuk semula setelah dibengkokkan, ditekan, atau diregangkan.⁵

² Iffatul Fikriyah, "Resiliensi Pada Lansia Laki-Laki Yang Ditinggal Mati Pasangan Hidupnya" (Skripsi S1, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang, 2017), 13.

³ Alaiya Choiril Mufidah, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Bidikmisi Dengan Mediasi Efikasi Diri", Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang, Jurnal Sains Psikologi, Jilid 6, Nomor 2, November 2017, 70.

⁴ Iffatul Fikriyah, "Resiliensi Pada Lansia Laki-Laki Yang Ditinggal Mati Pasangan Hidupnya" (Skripsi S1, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang, 2017), 22.

⁵ Ibid, 11.

Dari beberapa pendapat para ahli, maka dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan atau kekuatan dalam diri seseorang untuk bangkit dari keadaan yang sangat terpuruk dalam permasalahan kehidupan yang penuh dengan tekanan, kesedihan, kesakitan, trauma, dan lain-lain, sehingga individu mampu untuk bangkit dan melanjutkan kehidupannya.

Manusia sendiri diciptakan sebagai makhluk yang paling sempurna diantara semua makhluk yang ada di bumi ini, meski begitu kesempurnaan tak lantas penuh kebahagiaan. Sebagai makhluk Allah, manusia juga akan mengalami berbagai persoalan dan ujian dalam perjalanan hidupnya.

Berbagai macam bentuk ujian di dunia ini, contohnya berupa kehilangan orang tersayang, mendapat musibah baik sakit atau kemiskinan, kehilangan harta benda, mempunyai harta berlimpah dan kekuasaan. Karena ujian tidak hanya bersifat kesengsaraan, dalam hal ini, ujian maupun persoalan hidup yang menimpa manusia takkan pernah terjadi jika bukan atas izin Allah. Seperti yang tercantum dalam QS. At-Tagobun: 11,

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ

Artinya : “Tidak ada suatu musibah yang menimpa seseorang kecuali dengan ijin Allah; dan barangsiapa yang beriman kepada Allah niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya. Dan Allah Maha Mengetahui segala sesuatu.” (QS. At-Tagobun: 11).⁶

⁶ QS. At-Tagobun (64): 11.

Ayat diatas menjelaskan bahwa, begitu besar kekuasaan Allah, karena Allah maha tahu apa yang terbaik bagi umatnya dan ujian hidup mana pula yang akan diberikan untuk makhluknya, dan semua itu akan disesuaikan dengan kemampuan setiap makhluknya, seperti yang telah dijelaskan Allah dalam QS. Al-Baqarah: 286,

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ

Artinya : “Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya.” (QS. Al-Baqarah: 286).⁷

Manusia diperintahkan untuk selalu bersyukur atas segala nikmat yang diberikan Allah, akan tetapi manusia juga bersabar atas setiap musibah dan cobaan dalam kesulitan. Hal tersebut berdasarkan pada QS. Al- Baqarah 155-157 :

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ
 وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ ○ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ
 ○ أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ ○

Artinya : “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar, (QS. Al-Baqarah: 155)(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan, “Inna lillahi wa inna ilaihi raji’un”. (QS. Al-Baqarah: 156) Mereka itulah yang mendapatkan keberkatan yang sempurna dan rahmat dari

⁷ QS. Al-Baqarah (2): 286.

Rabbnya, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.” (QS. Al-Baqarah:157).⁸

Setiap kenikmatan dan ujian datangnya dari Allah, semua itu takkan pernah lepas dan erat kaitanya dengan kehidupan manusia. Untuk itu sebagai manusia sudah sepantasnya jika selalu berprasangka baik dan yakin kepada Allah dengan segala kehendaknya.

2. Aspek-aspek Resiliensi

Menurut Reivich & Shatte bahwa individu yang resilien atau mampu menghadapi masalah memiliki 7 aspek yaitu, Pengaturan Emosi (*Emotion Regulation*), Optimisme (*Optimism*), Empati (*Empathy*), Efikasi Diri (*Self Efficacy*), Kontrol terhadap Impuls (*Impuls Control*), Kemampuan Menganalisis Masalah (*Causal Analysis*), Pencapaian (*reaching out*), dan berikut penjelasannya :⁹

a. *Emotion Regulation* (Pengaturan Emosi)

Diartikan sebagai kemampuan individu untuk mampu mengontrol emosi atau perasaanya dengan tetap tenang, meskipun sedang mengalami hal yang tidak menyenangkan atau sedang berada dalam situasi yang penuh tekanan. Reivich & Shatte (2002), mengungkapkan dua buah keterampilan yang dapat memudahkan

⁸ QS. Al-Baqarah (2): 155-157.

⁹ Karen Reivich & Andrew Shatte, A, “The Resilience Factor : 7 Essential Skill For Overcoming Life’s Inevitable Obstacles (New York : Random House Inc, 2002), 177.

individu untuk melakukan regulasi emosi, yaitu tenang (*calming*) dan fokus (*focusing*).

b. *Optimism* (Optimisme)

Individu yang resilien adalah individu yang optimis. Mereka yakin bahwa berbagai hal dapat berubah menjadi lebih baik. Mereka memiliki harapan terhadap masa depan dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol arah kehidupannya.

Optimisme akan menjadi hal yang sangat bermanfaat untuk individu apabila diiringi dengan *self-efficacy*, hal ini dikarenakan, optimisme yang ada pada seorang individu akan terus didorong untuk menemukan solusi permasalahan dan terus bekerja demi kondisi diri yang lebih baik.

c. *Empathy* (Empati)

Diartikan sebagai kemampuan individu untuk dapat memahami, mengerti perasaan dan keadaan orang lain. Empati sendiri menggambarkan sebaik apa seseorang dapat membaca petunjuk dari orang lain yang berkaitan dengan kondisi psikologis dan emosional orang tersebut.

Beberapa individu memiliki kemampuan dalam menginterpretasikan bahasa-bahasa non verbal yang ditunjukkan oleh

orang lain seperti ekspresi wajah, intonasi suara, bahasa tubuh, dan mampu menangkap apa yang dipikirkan dan dirasakan orang lain.

d. *Self Efficacy* (Efikasi Diri)

Menggambarkan kemampuan dan keyakinan individu untuk yakin dan percaya bahwa dia mampu mengatasi masalah yang dihadapinya untuk mencapai kesuksesan. *Self -efficacy* merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi.

e. *Impuls Control* (Kontrol Terhadap Impuls)

Pengendalian impuls adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam dirinya. Individu yang memiliki kemampuan pengendalian impuls yang rendah, cepat mengalami perubahan emosi yang pada akhirnya mengendalikan pikiran dan perilaku mereka.

Kemampuan individu untuk mengendalikan pikiran dan perilaku mereka. Kemampuan individu untuk mengendalikan impuls sangat terkait dengan kemampuan regulasi emosi yang dia miliki.

f. *Causal Analysis* (kemampuan Menganalisis masalah)

Analisis kasual merupakan istilah yang digunakan untuk merujuk pada kemampuan individu untuk secara akurat mengidentifikasi penyebab dari permasalahan mereka. Individu yang resilien tidak akan menyalahkan orang lain atas kesalahan yang

mereka berbuat demi menjaga *self-esteem* mereka atau membebaskan mereka dari rasa bersalah.

Mereka tidak terlalu terfokus pada faktor-faktor yang berada diluar kendali mereka. Sebaliknya mereka memfokuskan dan memegang kendali penuh pada pemecahan masalah, perlahan mereka mulai mengatasi permasalahan yang ada, mengarahkan hidup mereka, bangkit dan meraih kesuksesan.

g. *Reaching Out* (Pencapaian)

Menggambarkan kemampuan seseorang untuk mencapai keberhasilan. Menunjukkan adanya keberanian untuk melihat masalah sebagai tantangan bukan ancaman dan adanya kemampuan pada seseorang untuk mencapai keberhasilan didalam hidupnya.

Banyak individu yang tidak mampu melakukan *reaching out*, hal ini dikarenakan mereka telah diajarkan sejak kecil untuk sedapat mungkin menghindari kegagalan dan situasi yang memalukan. Mereka adalah individu-individu yang lebih memilih, memiliki kehidupan standar dibandingkan harus meraih kesuksesan namun harus berhadapan dengan resiko kegagalan hidup dan hinaan masyarakat.

Hal ini menunjukkan kecenderungan individu untuk berlebihan (*overestimate*) dalam memandang kemungkinan hal-hal buruk yang dapat terjadi di masa mendatang. Individu-individu ini memiliki

rasa ketakutan untuk mengoptimalkan kemampuan mereka hingga batas akhir.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi

Menurut Grotberg (1995) ada beberapa faktor dari resiliensi yaitu sebagai berikut:¹⁰

a. *I Have* (Sumber Dukungan Eksternal)

I Have merupakan dukungan dari lingkungan di sekitar individu. Dukungan ini berupa hubungan yang baik dengan keluarga, lingkungan sekolah yang menyenangkan, ataupun hubungan dengan orang lain diluar keluarga. Individu yang resilien juga memperoleh dukungan untuk mandiri dan dapat mengambil keputusan berdasarkan pemikiran serta inisiatifnya sendiri.

b. *I Am* (Kemampuan Individu)

I Am merupakan kekuatan yang terdapat dalam diri seseorang, kekuatan tersebut meliputi perasaan, tingkah laku, dan kepercayaan yang ada dalam dirinya. Individu yang resilien merasa bahwa mereka memiliki empati dan sikap kepedulian yang tinggi terhadap sesama.

Ketika mereka mendapatkan masalah atau kesulitan, rasa percaya dan harga diri yang tinggi akan membantu mereka dalam mengatasi kesulitan tersebut. Mereka merasa mandiri dan cukup

¹⁰ Edith Grotberg, *A Guide To Promoting Resilience In Children*, (Den Haag: The International Resilience Project PDF, Bernard van Leer Fondation, 1995), 10.

bertanggung jawab. Selain itu mereka juga diliputi akan harapan dan kesetiaan. Mereka percaya bahwa akan memperoleh masa depan yang baik. Mereka memiliki kepercayaan dan kesetiaan dalam moralitas dan ke-Tuhan-an mereka.

c. *I Can* (Kemampuan Sosial dan Interpersonal)

I Can merupakan kemampuan untuk melakukan hubungan sosial dan interpersonal. Mereka dapat belajar melalui interaksinya dengan semua orang yang ada disekitar mereka. Individu tersebut juga memiliki kemampuan untuk berkomunikasi serta memecahkan masalah dengan baik. Mereka mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan mereka dengan baik.

Kemampuan untuk mengendalikan perasaan dan dorongan dalam hati juga dimiliki oleh individu yang resilien. Mereka mampu menyadari perasaan mereka dan mengekspresikannya dalam kata-kata dan perilaku yang tidak mengancam perasaan dan hak orang lain. Selain itu, individu yang resilien juga dapat menemukan seseorang untuk meminta bantuan, untuk menceritakan perasaan dan masalah, serta mencari cara untuk menyelesaikan masalah pribadi dan interpersonal.

B. Ibu

Definisi Ibu

Ibu menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah wanita yang telah melahirkan seseorang, maka anak harus menyayangi ibu, sebutan untuk wanita yang sudah bersuami. Panggilan yang takzim kepada wanita baik yang sudah bersuami maupun yang belum.¹¹

Ibu adalah seseorang yang mempunyai banyak peran, peran sebagai istri, sebagai ibu dari anak-anaknya, dan sebagai seseorang yang melahirkan dan merawat anak-anaknya. Ibu juga bisa menjadi benteng bagi keluarga yang dapat menguatkan setiap anggota keluarganya (Santoso).¹²

C. Kematian Bayi

Intra Uterine fetal death (IUFD) merupakan kematian yang terjadi saat usia kehamilan lebih dari 20 minggu dan janin sudah mencapai ukuran 500 gram atau lebih umumnya, IUFD terjadi menjelang persalinan saat kehamilan sudah memasuki usia 32 minggu dan istilah lahir mati (*Stillbirth*) yang merupakan kelahiran hasil konsepsi dalam keadaan mati yang telah mencapai usia kehamilan 28 minggu, sering digunakan bersamaan dengan IUFD (Nasdaldy, 2007).¹³

¹¹ KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia)

¹²<http://repository.ums.ac.id/bitstream/handle/123456789/7336/BAB%2011.pdf?sequence=6&isAlowed=y>, diakses pada 2 april 2019

¹³ Esti Budi Rahayu, "Respon Dan Koping Ibu Dengan Kematian Janin: Study Grounded Theory", (Tesis, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Jakarta, 2008), 13.

Penyebab Terjadinya IUFD

1. Kausa janin (berkontribusi sebesar 25-40% kematian janin) terdiri dari *anomali / malformasi kongenital mayor (Neural tube defects, hidrops fetalis, hidrosefalus, kelainan jantung)* dan infeksi janin oleh bakteri dan virus.
2. Kausa plasenta (berkontribusi sebesar 15-25% kematian bayi), terdiri dari *solusio plasenta, infeksi plasenta* dan selaput ketuban, *infark plasenta* dan pendarahan dibelakang plasenta.
3. Kausa ibu, berupa penyakit hipertensi dan diabetes yang diderita ibu hamil merupakan penyakit yang paling sering menyebabkan 5-8% bayi lahir mati.
4. Kematian yang tidak dapat dijelaskan, sekitar 10% kematian janin tetap tidak bisa dijelaskan. Kesulitan dalam memperkirakan kausa kematian janin paling besar adalah pada janin preterm.¹⁴

¹⁴ Suheimi, "Mendeteksi Dan Mengelola Janin Intrauterine.
http://www.farmacia.com/rubrik/one_news_print_asp?idn, diakses tanggal 28 juli 2019