

Resiliensi *Single Mother* Pasca Kematian Pasangan

Ani Masrikah

Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo

animasrikah16@gmail.com

Abstract

Resilience is an effort, strength and ability of an individual to stay afloat and rise in the face of severe problems that generate pressure in him. The purpose of this study was to determine the factors of Single Mother Resilience After Couple Death in Ngimbang District, Lamongan Regency, to determine the process of Single Mother Resilience After Spouse Death in Ngimbang District, Lamongan Regency, and to determine the psychological impact of couple death for single mothers after the death of couples in Ngimbang District, Lamongan Regency. The research method used in this study is qualitative with a phenomenological approach. The conclusion of this study is first, the resilience factor in single mothers after the death of single mother couples has seven resilience factors in each of them, namely emotion regulation, impulse control, optimism, causal analysis, self efficacy, reaching out, and empathy. Second, The single mother resilience process through 4 stages of the resilience process there are four stages, namely succumbing, survival, recovery and thriving. Third, the psychological impact of a partner's death on a single mother arises from feelings of sadness, being hit, inner pressure, and shock, being hit, inner pressure, and changing feelings.

Keywords: Resilience, Single Mother, and Death of a Spouse.

Abstrak

Resiliensi adalah suatu usaha, kekuatan dan kemampuan seorang individu untuk tetap bertahan dan bangkit dalam menghadapi masalah berat yang menimbulkan tekanan dalam dirinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor Resiliensi Single Mother Pasca Kematian Pasangan di Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan, untuk mengetahui proses Resiliensi Single Mother Pasca Kematian Pasangan di Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan, dan untuk mengetahui dampak psikologis kematian pasangan bagi single mother pasca kematian pasangan di Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Kesimpulan dari penelitian ini adalah pertama, faktor resiliensi pada single mother pasca kematian pasangan single mother memiliki ketujuh faktor resiliensi dalam diri masing-masing yakni emotion regulation, impulse control, optimism, causal analysis, self

efficacy, reaching out, dan empathy. Kedua, proses resiliensi single mother melalui 4 tahapan proses resiliensi ada empat tahapan yakni mengalah (Succumbing), bertahan (Survival), pemulihan (Recovery) dan berkembang pesat (Thriving). Ketiga, dampak psikologis kematian pasangan bagi single mother timbulnya perasaan sedih, terpukul, tekanan batin, dan syok, terpukul, tekanan batin, dan perasaan yang berubah-ubah.

Kata Kunci: *Resiliensi, Single Mother, dan Kematian Pasangan.*

PENDAHULUAN

Kematian pasangan hidup bisa menjadi pemicu timbulnya kesedihan, emosional, serta tekanan batin bagi pasangan serta keluarga yang ditinggalkan. Terlebih lagi seorang istri yang ditinggal mati oleh suaminya. Hal ini yang menyebabkan kesedihan serta mengharuskan untuk menerima status baru sebagai seorang *single mother*.¹ Mitchel berpendapat kematian pasangan merupakan sebuah peristiwa yang menjadi penyebab stress daripada stress perceraian dengan pasangan. Karena perceraian masih bisa diperbaiki hubungan yang putus dengan pasangan dan dapat meminta bantuan dari pasangan misalnya membantu pembiayaan sekolah anak dan kebutuhan anak lainnya.² Hal tersebut yang menjadi alasan dimana seorang istri yang ditinggal suami harus menyangand status sebagai *single mother*.

Menjadi seorang *single mother* bukanlah hal yang mudah sehingga tidak heran seorang *single mother* mudah mengalami pergolakan emosi dan stress secara psikologis. Sehingga perlunya memiliki kemampuan resiliensi untuk mengatasi persoalan tersebut. Resiliensi tidak hanya suatu kemampuan bertahan dalam kondisi sulit akan tetapi upaya untuk mengatasi, menyelesaikan dan menyembuhkan diri dari kondisi yang tertekan.³

Wanita sebagai seorang *single mother* harus mampu melewati masa-masa sulit, sehingga perlunya kemampuan diri untuk dapat bangkit dari tekanan dan cobaan yang dihadapi. Kemampuan ini disebut dengan Resiliensi. Resiliensi adalah kemampuan dan usaha seorang individu dalam menghadapi permasalahan hidup yang berat dalam hidupnya. Dengan

¹ Indah Permata Sari, Ifdil, Frischa Meivilona Yendi, "Resiliensi Pada *Single Mother* Setelah Kematian Pasangan Hidup", *Journal Of School Counseling*, 3 (2019):76.

² <https://repository.usm.ac.id/files/skripsi/F11A/2016/F.131.16.0063/F.131.16.0063-04-BAB-I-20200226025914.pdf>

³ Indah Permata sari, Ifdil, Frischa Meivilona Yendi, "Resiliensi pada *Single Mother* setelah Kematian Pasangan Hidup", *Journal of School Counseling* 3, (2019), 76-82.

adanya resiliensi ini masalah dalam kehidupan dapat dihadapi. Resiliensi ini memberikan dampak yang positif terutama dalam berhadapan dengan masalah yang tidak menyenangkan, dan menekan. Terutama masalah yang dihadapi *single mother* karena kesedihan ditinggal pasangan.

Dalam menjalani kehidupan sebagai hamba Allah SWT., memanglah manusia sering dihadapkan dengan berbagai masalah. Masalah dapat dimaknai sebagai salah satu bagian dari setiap perjuangan yang tidak bisa ditolak oleh siapapun. Terkadang suatu masalah terasa sangat berat, yang menjadikan manusia merasa menderita akibat masalah tersebut. Bahkan ada manusia yang memilih untuk mengakiri hidup karena ketidaksanggupannya menghadapi masalah yang berat.⁴ Dalam Q.S. Al-Baqarah/2:286, Allah SWT berfirman:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا
وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ
عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ إِنَّتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Artinya:

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa), "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir."

Dampak dari tanpa adanya resiliensi pada seseorang yang mengalami permasalahan di hidupnya yaitu terjadinya gangguan emosional seperti merasa bersalah, merasa takut, tidak percaya diri, merasa tertekan, merasa sedih dan sering menangis, gejala kognitif seperti merasa pesimis, merasa tidak ada jalan keluar, ragu-ragu, merasa hidup tidak bermanfaat, dan merasa seperti pecundang, gejala motivasional seperti merasa bergantung, merasa tidak ingin menghadapi hari esok, malas beraktivitas.

⁴ Tarmizi, "Problem Solving Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam", *Miqot*, 1(Januari-Juni 2013), 90.

Resiliensi yang kurang optimal mengakibatkan terjadinya masalah pada psikologis yaitu memicu munculnya perasaan takut sehingga menjadikan kondisi fisik drop. Terjadinya kepanikan dan kecemasan, mudah menangis dan marah, tidak percaya diri, berperilaku agresif, perasaan kesepian dan penyesalan, tidak nyaman dengan orang lain, dan tidak mampu menyelesaikan tugas dengan baik, stress dan depresi.⁵

Selain itu *single mother* yang mengalami peristiwa kematian pasangan apabila tidak adanya resiliensi pada dirinya akan berdampak pada aspek psikologis. Dampak psikologis yang terjadi yaitu perasaan sedih, tidak siap dengan statusnya sebagai orang tua tunggal (*single mother*) karena tugasnya yang ganda, dan masih banyak lagi. Sehingga sangat penting bagi *single mother* untuk melakukan resiliensi.⁶

Pada penelitian yang dilakukan Alrisa Naufaliasari dan Fitri Andriani yang berjudul resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kematian pasangan, terdapat *single mother* yang mengalami peristiwa kematian suami yang mengakibatkan beban psikologis yang luar biasa. Karena mengharuskan merelakan kepergian suami yang tidak pernah dibayangkan sebelumnya.

Timbulnya stress yang mempengaruhi berat badannya yang menjadi menurun secara drastis. Mudah sedih dan menangis ketika mengingat kenangan bersama suami. Dampak lain yakni dengan menyandang status sebagai janda membuat orang lain memperlakukan mereka dengan seenaknya dan menerima komentar yang menyakitkan.⁷

Pada studi penelitian yang dilakukan oleh Anif Muzayanah pada tahun 2020 dengan judul permasalahan yang dibahas Dinamika Resiliensi Pada *Single Mother* Pasca Kematian Pasangan dengan hasil penelitian bahwa ketiga subjek yang seorang *single mother* proses resiliensi pada ketiga subjek beragam, hal ini sesuai dengan kemampuan dan kondisi subjek dalam memaknai sebuah permasalahan.

Pada subjek dua dan tiga memperoleh dukungan dari lingkungan tempat subjek tinggal baik dari keluarga, teman dan masyarakat yang memberikan *support* dan bantuan

⁵ Sudharto, "Bertahan dengan Lupus: Gambaran Resiliensi Pada Odapus", *Psikologi Undip*, 2 (Oktober, 2014), 142.

⁶ Indah Permata Sari, Ifdil, Frischa. "Resiliensi Pada Single Mother Setelah Kematian Pasangan Hidup", *Journal of School Counseling*, 3 (2019), 80.

⁷ Alrisa Naufaliasari, Fitri Andriani. "Resiliensi pada Wanita Dewasa Awal Pasca Kematian Pasangan", *Psikologi Industri dan Organisasi*, 2 (2013), 267.

kepada subjek menghadapi masalah, sehingga subjek tetap kuat dan bertahan. Akan tetapi berbeda dengan subjek kesatu yang lebih sering mendapat ejekan dan tidak memiliki hubungan yang erat dengan anaknya. Ketiga subjek mampu mengontrol emosi untuk tenang disetiap kondisi yang menekan.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, karena permasalahan yang didapatkan peneliti merupakan permasalahan yang berhubungan dengan manusia yang secara fundamental bergantung pada pengamatan. Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian fenomenologi. Fenomenologi mendeskripsikan suatu fenomena atau kejadian dengan maknanya bagi seorang individu dengan melalui wawancara pada sejumlah individu.

lokasi penelitian ini bertempat di Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan. Dengan adanya lapangan pekerjaan di kecamatan Ngimbang ini membuka lapangan pekerjaan juga bagi *single mother* untuk menafkahi anaknya.

Dalam penelitian ini, data primer yaitu perkataan, pernyataan dan ungkapan dari ketiga subjek yang telah ditentukan. Dan observasi berasal dari pengamatan yang dilakukan oleh peneliti kepada subjek. Data skunder berupa data-data yang sudah ada dan diperoleh oleh peneliti melalui membaca, melihat atau mendengarkan. Misalnya dokumen, surat-surat, pengumuman, spanduk, foto, animasi, billboard, hasil rekaman kaset, film, video, iklan, ditelvisi dan lain-lain. sumber data yakni pernyataan, keterangan, ungkapan dan kata-kata dari 3 subjek yang berstatus sebagai single mother di Keamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis wawancara terstruktur dan wawancara mendalam (*indepth interview*).⁸ Observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi partisipan. Dimana peneliti yang melakukan observasi turut ambil bagian

⁸ Devania, Annesa, "Wawancara Mendalam (Indepth Interview)" dalam <http://www.ut.ac.id/html/teknikwawancara.htm>

dalam kehidupan orang-orang yang diamati. Observasi partisipan digunakan dalam penelitian yang bersifat eksploratif.⁹

Dalam penelitian ini pengkajian dokumen dengan menggunakan foto. Foto yang dibuat orang lain biasanya dalam bentuk album pribadi atau instansi yang disimpan sebagai arsip mengenai suatu hal.¹⁰ Dalam penelitian ini metode pengolahan data menggunakan 5 tahapan. Diantaranya melalui tahap: pemeriksaan data (*editing*), klasifikasi (*classifying*), verifikasi (*verifying*), analisis (*analyzing*), dan pembuatan kesimpulan (*concluding*).¹¹ Selanjutnya teknik analisis data, Analisis data adalah mempelajari data dengan memilah-milah data yang dikumpulkan guna mencari data yang penting yang harus dipelajari. Dalam penelitian ini teknik analisis data ada 3 tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan atau verifikasi.¹²

Dan selanjutnya teknik pengecekan keabsahan temuan, dalam penelitian ini pengecekan keabsahan temuan dengan menggunakan teknik triangulasi data. Triangulasi data berarti menggunakan bermacam-macam data, menggunakan lebih dari satu teori, beberapa teknik analisa dan melibatkan lebih banyak penelitian.¹³

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi *single mother* pasca kematian pasangan di Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan

Kesedihan atas kepergian pasangan adalah gambaran bentuk kemampuan subjek dalam *emotion regulation* yang dimiliki. *Emotion regulation* adalah kemampuan seseorang untuk tenang meskipun dalam keadaan yang tertekan. Dalam melakukan regulasi emosi ini dibutuhkan kemampuan individu yaitu tenang dan fokus. Keterampilan ini akan membantu

⁹ Hasyim Hasanah, "Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial)", *At-Taqaddum* 1, (Juli 2016),36.

¹⁰ Salim dan Syahrur, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Citapustaka Setia, 2007), 126-127

¹¹ I Made Wirartha, *Metodologi Penelitian Sosial Ekonomi*, (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2006), 155

¹² Sandu Siyoto dan Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, (Sleman: Literasi Media Publishing, 2015), 124.

¹³ J.R.Raco, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Gramedia Widiasarana, 2010), 134.

individu meregulasi emosi, menjaga pikiran meskipun banyak hal yang mengganggu serta mengurangi stress yang individu alami.¹⁴

Dari paparan pernyataan ketiga subjek selama menjadi *single mother* tidak ada permasalahan yang menjadikannya terbawa emosi dan marah. Permasalahan akan diselesaikan dengan cara mendiskusikan terlebih dahulu dengan keluarga dan anak-anak subjek. Hal tersebut menunjukkan bahwa ketiga subjek memiliki *impulse control* dalam menyelesaikan masalah dan tidak menjadikan subjek terbawa emosi.

Berdasarkan wawancara terkait dengan keyakinan subjek menjadi *single mother* adalah ketiga subjek merasa dirinya yakin. Keyakinan tersebut disebabkan karena anak-anak subjek harus tetap dirawat. Bagi subjek keyakinan menjadi *single mother* adalah suatu tanggung jawab yang harus dipikul. Keyakinan ketiga subjek memenuhi persyaratan sebagai faktor *optimism*. Jadi, ketiga subjek memiliki faktor *optimism* dalam diri mereka.

Ketiga subjek adanya perbedaan *causal analysis*. dari ketiga subjek memiliki *causal analysis* atau kemampuan dalam menganalisis permasalahan yang berbeda-beda. Dalam kaitannya dengan faktor *emphaty* ada sedikit perbedaan dari subjek MS, WH dan HW. Subjek MS adalah sosok yang cenderung agamis dan memiliki kepedulian terhadap kondisi orang lain. jika ada orang sekitarnya yang mengalami kesusahan ia akan membantu dengan sebisanya. Dalam hal ini MS membantu dengan materi dan dukungan. Sedangkan pada subjek WH memiliki *emphaty* terhadap orang lain akan tetapi jika ia merasa dirinya juga susah ia hanya bisa memberikan perhatian saja. Subjek HW cenderung sosok yang individual, tidak terlalu sering bersosialisasi sehingga ia merasa tidak perlu ikut campur dalam keadaan orang lain.

Adanya *self efficacy* dari ketiga subjek terkait dengan faktor resiliensi narasumber. Pada aspek *reaching out* ketiga subjek menemukan hikmah atau manfaat yang dapat diambil saat menjadi *single mother*. Ketiga subjek menjadi wanita yang lebih mandiri dan mampu mencari penghasilan sendiri. Memiliki peran yang ganda menjadikan subjek menjadi wanita yang kuat dan pekerja keras.

¹⁴ Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologis Sebuah Pengantar* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2018), 51.

Proses resiliensi *single mother* pasca kematian pasangan di Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan

Tahapan mengalah terjadi pada subjek satu, peristiwa kematian suami membuatnya mengalami kondisi menurun (*Succumbing*) subjek merasa sedih. Subjek memikirkan bagaimana caranya menjalankan tanggung jawab kepada anak-anaknya. Tekanan batin dirasakan subjek satu, karena adanya komentar negatif terhadapnya. Subjek dua juga mengalami kondisi menurun perasaan sedih dan terpukul dirasakan oleh subjek dua saat kepergian suaminya. Subjek merasa sangat sedih bahkan saat hari peristiwa kematian pasangannya, subjek tidak bisa berinteraksi dengan orang sekitarnya. Selanjutnya subjek tiga mengalami kondisi menurun pada tahapan mengalah ini. Subjek hingga saat ini mengalami perasaan yang berubah-ubah pasca kematian pasangan. Subjek selama 100 hari setelah kepergian suami, masih mengingatnya.

Ketiga subjek dalam tahapan bertahan (*Survival*), ketiganya mengalami perasaan sedih atas kepergian pasangannya. Perasaan sedih dirasakan subjek satu, baginya kematian pasangannya bukanlah suatu hal diinginkan. Perjuangan untuk kesembuhan suami menjadikan subjek sedih apabila mengingatnya. Kemudian pada subjek dua kesedihan teramat dirasakannya, subjek mengalami kegagalan dalam pertaniannya dirasa menyedihkan baginya, apalagi kepergian pasangannya, maka sangatlah membuat sedih perasaannya.

Ketiga subjek mampu melalui tahapan pemulihan (*Recovery*) ini dengan kembalinya aktivitas subjek yang normal seperti sebelum kematian pasangan. Ketiga subjek menjalani kesehariannya tanpa saumi sudah terbiasa. Ketiga *single mother* ini mampu menghasilkan uang dengan usaha mereka masing-masing.

Tahapan perkembangan pesat (*Thriving*) dialami oleh ketiga subjek. Hal tersebut dibuktikan dengan berhasilnya subjek melewati ketiga subjek diatas, sehingga saat ini ketiga subjek mampu menjalani kehidupan sebagai *single mother* dan menafkahi anak-anaknya dengan pekerjaan yang menghasilkan uang. Dan membiayai pendidikan anak-anak subjek.

Dampak kematian pasangan bagi *single mother* di Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan

Berdasarkan hasil wawancara terhadap ketiga subjek terkait dengan dampak psikologis pasca kematian pasangan, pada subjek satu kepergian pasangan menjadikannya sedih. Akan tetapi subjek satu merasakan kesedihan yang tidak terlalu mendalam. Pada subjek dua kepergian pasangan membuatnya merasa sedih baginya sesuatu hal yang sepele saja bisa membuatnya sedih apalagi kepergian pasangannya. Kesedihan dan rasa terpukul juga dirasakan subjek tiga. Merasa terpukul karena kepergian pasangan yang sebelumnya tidak sakit membuat subjek tiga merasa terpukul dan sedih.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Ketiga subjek memiliki ketujuh faktor resiliensi dalam diri masing-masing yakni *emotion regulation, impulse control, optimism, causal analysis, self efficacy, reaching out, dan empathy*. Ada perbedaan pada satu faktor yakni faktor *emphaty*. Pada subjek tiga tidak terlalu memiliki *emphaty* terhadap orang lain.
2. Ketiga subjek telah melalui 4 tahapan proses resiliensi ada empat tahapan yakni mengalah (*Succumbing*), bertahan (*Survival*), pemulihan (*Recovery*) dan berkembang pesat (*Thriving*).
3. Dari ketiga subjek kematian pasangan menjadikan ketiganya mengalami dampak psikologis yakni mengalami perasaan sedih, terpukul, tekanan batin, syok, dan juga perasaan yang berubah-ubah ketika mengingat kenangan bersama pasangan.

Saran

1. Bagi pihak-pihak yang berada disekitar *single mother*, seperti keluarga, anak, dan masyarakat diharapkan agar dapat membantu dan berpartisipasi dalam rangka memberi dukungan berupa komunikasi, perhatian dan waktu berkumpul bersama *single mother* agar tidak berlarut pada masalahnya.

2. Kepada *single mother* dan juga semua individu yang memiliki permasalahan yang menekan baik secara fisik maupun psikis. Hendaknya tetap mempertahankan resiliensi yang dilakukan supaya tidak berlarut-larut dalam kesedihan.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti tentang tema ini, hendaknya dapat memperluas subjek penelitian dan juga wilayahnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Annesa, Devania “Wawancara Mendalam (*Indepth Interview*)” dalam <http://www.ut.ac.id/html/teknikwawancara.htm>
- Hasanah, Hasyim “Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial)”, *At-Taqaddum*, No.1 Tahun 2016
<https://repository.usm.ac.id/files/skripsi/F11A/2016/F.131.16.0063/F.131.16.0063-04-BAB-I-20200226025914.pdf>
- Hendriani, Wiwin *Resiliensi Psikologis Sebuah Pengantar*, Jakarta: Prenadamedia Group, 2018.
- Naufaliasari, Alrisa, Fitri Andriani. “Resiliensi pada Wanita Dewasa Awal Pasca Kematian Pasangan”, *Psikologi Industri dan Organisasi* , No. 2 Tahun 2013
- Permata sari, Indah, Ifdil, Meivilona Yendi , Frischa. Resiliensi pada *Single Mother* setelah Kematian Pasangan Hidup. *Journal of School Counseling*, (online) Jilid 4, No. 3 Tahun 2019. <https://jurnal.iicet.org/index.php/schoulid/article/view/411/pdf> diakses 7 November 2021.
- Raco, J.R. *Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Gramedia Widiasarana, 2010.
- Salim dan Syahrums, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Citapustaka Setia, 2007.
- Siyoto ,Sandu dan Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, Sleman: Literasi Media Publishing, 2015.
- Sudharto,”Bertahan dengan Lupus: Gambaran Resiliensi Pada Odapus”, *Psikologi Undip*, No. 2 Tahun 2014.
- Tarmizi, “Problem Solving Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam”, *Miqot*, No.1 Tahun 2013.

Wirartha, I Made *Metodologi Penelitian Sosial Ekonomi*, Yogyakarta: CV. Andi Offset,
2006.