

Widow Psychological Well-Being During Covid-19 Pandemic At Nagari Tandikat, Patamuan, Padang Pariaman Regency

Ilmiyanti Refi Fadila

UIN Imam Bonjol Padang

Email: ilmiyatirefifadlia@gmail.com

Wanda Fitri

UIN Imam Bonjol Padang

Email : wandafitri@uinib.ac.id

Jemkhairil

UIN Imam Bonjol Padang

Email : jemkhairil@uinib.ac.id

Siska Novra Elvina *

UIN Imam Bonjol Padang

Email : siskanovra07@gmail.com

*) *Corresponding Author*

***Abstract:** The emergence of COVID-19 has brought many changes in society. Therefore, this research focuses on discussing the psychological well-being of widows during the COVID-19 period in Nagari Tandikat, Patamuan districts, Padang Pariaman regency. The theoretical perspective uses Ryff's theory of psychological well-being consisted six basic dimensions. It uses a qualitative method with descriptive analysis. Observation and interviews were conducted in collecting data. The sampling technique used were purposive sampling for six widows as the informants. The result showed that most widows have a good psychological well-being in Nagari Tandikat. The informants meet all dimensions of psychological well-being such as have good self-acceptance, make their own living, are able to utilize human resources and natural resources, have directed life goals, and make the past as a lesson. However, there is one informant who has less positive relationship with another person.*

Abstrak: Munculnya covid-19 membuat banyak perubahan pada lapisan masyarakat. oleh karena itu penelitian ini berfokus pada pembahasan tentang psychological well-being pada masa covid-19 di Nagari Tandikat Kec. Patamuan Kab. Padang Pariaman. Perspektif teoritis menggunakan teori psychological well-being dari Ryff yang terdiri dari 6 dimensi dasar yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan Pribadi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan analisis deskriptif. Dalam mengumpulkan data menggunakan observasi dan wawancara. Penentuan subjek penelitian menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah subjek ada enam orang janda yang tinggal di Nagari Tandikat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa janda di Nagari Tandikat Kec. Patamuan Kab.

Padang Pariaman mempunyai kecenderungan psychological well-being yang baik. Namun ada satu orang informan memiliki hubungan yang kurang positif dengan orang lain. semua informan memiliki penerimaan diri yang baik, semua informan mencari nafkah sendiri, semua informan mampu memanfaatkan SDM dan SDA dan juga memiliki tujuan hidup yang terarah dan menjadikan masa lalu sebagai pembelajaran.

Abstrac : The emergence of COVID-19 has brought about many changes in society. Therefore, this study focuses on discussing the psychological well-being of widows during the COVID-19 period in Nagari Tandikat Kec. Patamuan Kab. Padang Pariaman. The theoretical perspective uses Ryff's theory of psychological well-being which consists of 6 basic dimensions, namely self-acceptance, positive relationships with others, autonomy, environmental mastery, life goals, and personal growth. This study uses a qualitative method with descriptive analysis. In collecting data using observation and interviews. Determination of research subjects using purposive sampling technique with the number of subjects there are six widows living in Nagari Tandikat. The results showed that widows in Nagari Tandikat Kec. Patamuan Kab. Padang Pariaman has a good psychological well-being tendency. However, there is one informant who has a less positive relationship with other people. all informants have good self-acceptance, all informants earn their own living, all informants are able to utilize human resources and natural resources and also have life goals that are directed and make the past as a lesson.

Keywords: Psychological Well-being, Janda pada masa Covid-19

PENDAHULUAN

Dunia saat ini dilanda oleh virus yang dikenal dengan covid-19, tak terkecuali Indonesia yang juga mengalami dampak dalam kehidupan masyarakat. dampak yang muncul mengakibatkan kerugian pada seluruh aspek-aspek kehidupan, seperti pada aspek sosial, ekonomi, psikologis, maupun hukum. Yang sangat terlihat pada perubahan terjadi pada sektor perekonomian. Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat pada

tahun 2020 pertumbuhan ekonomi Indonesia berkontraksi minus 2,07% yang artinya Indonesia terjebak dalam resesi akibat pertumbuhan ekonomi negatif selama tiga kuartal beruntun. Hal ini mengakibatkan dampak pada tingkat kesejahteraan masyarakat Indonesia, dimana angka kemiskinan semakin bertambah 0,41% dibandingkan bulan Maret 2020.(Librianty, 2021)

Di masa covid-19 ini perekonomian Indonesia menurun hingga 5%. Suatu saat bisa saja perekonomian Indonesia

akan mengalami penurunan lagi jika covid-19 ini terus berlangsung lama. Selain itu juga terjadi secara signifikan pelemahan indeks harga saham dan beberapa perusahaan BUMN mengalami kerugian pada tahun ini. (Razi, 2020).

Penyebaran virus covid-19 tidak hanya berdampak pada bidang ekonomi saja tetapi juga pada keadaan psikologis individu. Salah satu dampaknya yang terlihat dalam kehidupan keluarga adalah dengan meningkatnya angka perceraian. Perceraian di Indonesia meningkat sebesar 5% sepanjang masa pandemi, hal ini disebabkan oleh masalah kesulitan ekonomi sehingga masyarakat kesulitan memenuhi kebutuhan hidup mereka

Setiap individu menginginkan kehidupan yang baik dan bahagia, terpenuhi setiap kebutuhan yang diinginkannya. Sebagian teori Abraham H. Maslow berpendapat bahwa kebutuhan dasar manusia terdiri dari kebutuhan terhadap kehormatan, dan kebutuhan untuk mengaktualisasi dirinya (Tygu, 2021). Selain itu, individu tersebut ingin hidup dengan kebutuhan yang terpenuhi kehidupan sejahtera.

Teori Coral D. Ryff mengemukakan berbagai pendekatan salah satunya adalah teori tentang *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis). Coral D. Ryff menjelaskan bahwa ada enam dimensi kesejahteraan psikologis yaitu mencakup penerimaan diri, hubungan-hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup dan perkembangan pribadi. (Ryff, 1989)

Huppert menjelaskan bahwa *psychological well being* ialah mengenai hidup yang berjalan dengan

well being (baik), hal tersebut merupakan bagian dari perasaan baik dan bagaimana individu berfungsi secara efektif. Individu dengan *psychological well being* yang baik adalah pada saat individu tersebut bisa mengatasi atau bisa kompromi dengan emosi negatif atau bahkan kondisi yang mungkin mengganggu individu dalam menjalankan fungsi efektif di kehidupan sehari-hari Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, diambil kesimpulan bahwa *psychological well being* merupakan istilah yang digunakan dalam menggambarkan kesehatan psikologis individu, *psychological well being* berperan sangat penting bagi semua individu dalam menjalankan aktivitas sehari-hari karena *psychological well being* merujuk kepada perasaan seseorang mengenai aktivitas hidupnya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well being* menurut Ryff dan Singer adalah dilihat dari usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan pekerjaan, latar belakang budaya dan *relegiusitas* (Tanujaya, 2014). Davis menambahkan bahwa ada faktor lain yang dapat mempengaruhi *psychological well being* diantaranya faktor demografis, dukungan sosial dan evaluasi terhadap pengalaman hidup (Wikanesti, 2015). Selain itu juga ada faktor *subjective well being* yang dikemukakan oleh Eddington dan Shuman yang sering digunakan dalam landasan teori mengenai penelitian *psychological well being* antara lain agama, *life events* dan kompetensi. Teori ini dipakai untuk memperoleh bagaimana *psychological well-being* janda di masa covid-19.

Janda memiliki beban hidup yang berat baik dari sisi sosial, ekonomi, ataupun psikologis. Dari sisi sosial,

janda dipandang negatif oleh masyarakat, janda dianggap merusak hubungan orang terutama hubungan suami istri yang ada di tengah masyarakat, masyarakat juga sering memberi label bahwa janda adalah seorang yang materialistik atau penggoda pria dan suami orang (Suhan,dkk, 2020).

Sedangkan dibidang ekonomi, janda hidup dibawah garis kemiskinan, hal ini disebabkan oleh keterbatasan dalam mencari nafkah karena tidak memiliki keterampilan dan modal (Mashabi, 2020). Sehingga mereka melakukan pekerjaan seadanya dan tidak bisa menghasilkan uang yang cukup untuk memenuhi kebutuhan hidup.

Dari sisi psikologis, menjadi janda sesungguhnya menjadi hal yang serba salah. Hal tersebut diliputi dengan kegalauan yang luar biasa oleh statusnya tersebut, ketakutan akan ketahuan dengan status baru dan berbagai hal yang dapat mengganggu kenyamanan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Meskipun banyak beban yang dihadapi oleh janda, namun Rasulullah telah menjelaskan dalam haditsnya tentang menyantuni janda, sebagaimana yang diriwayatkan oleh Bukhari dan Muslim yang artinya:

“Orang yang bekerja agar bisa memberi sebagian nafkah kepada janda dan orang miskin, sebagaimana orang yang berjihad di jalan Allah, atau seperti orang tahajud di malam hari, puasa di siang hari. (HR.Bukhori 5353 dan Muslim 2982)”

Menjadi janda bukanlah pilihan yang baik. Dari segi ekonomi permasalahan yang muncul yaitu tentang bagaimana memenuhi kebutuhan hidup keluarga. Sebagaimana yang diungkapkan oleh

Nani Zulminarni sebagai Direktur yayasan Program Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga (Pekka) mengatakan bahwa kondisi perempuan yang menjadi kepala keluarga atau janda kian terpuruk di masa pandemi covid-19. Menurutnya dampak covid-19 paling dirasakan oleh janda yakni masalah ekonomi, sebab mereka mesti berjuang sendiri dalam situasi krisis. Kemudian dari sisi psikologis permasalahan yang muncul biasanya berhubungan dengan seseorang yang mesti berperan ganda, yakni sebagai seorang ibu dan ayah bagi anak-anaknya. Dari segi sosial, masalah yang muncul yaitu banyaknya pandangan negatif dari masyarakat kepada janda (Putri, 2020)

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan terhadap beberapa janda di Nagari Tandikat. Janda bercerai yang masa covid-19 ini 5 dari 10 janda memiliki 2 sampai 3 orang anak. Memiliki kelas ekonomi menengah kebawah, dan juga berprofesi sebagai pedagang, para janda tersebut tidak siap dengan status janda mereka. Hal tersebut terlihat dari perlakuan kepada anak-anak mereka seperti suka menuduh anak apabila ada barang yang rusak tanpa bertanya sebelumnya, tidak mengacuhkan anak-anak mereka dengan tidak memberikan uang jajan sang anak, tidak mau mendengarkan pendapat sang anak.

Mereka tersebut terpaksa banting tulang sendiri karena kebanyakan mantan suaminya tak memperdulikan anak dan tidak memberikan nafkah terhadap anak-anak, sehingga terpaksa para janda tersebut sendiri mencari nafkah. Dalam kenyataannya meskipun para janda tersebut mencari nafkah tidak semua diantara mereka yang mampu sepenuhnya menafkahi

anak-anaknya, banyak diantaranya yang membebankan biaya kehidupan anaknya ke orang tua para janda tersebut atau pada sang nenek atau kakek dari anak-anak mereka. Penjelasan ini diketahui bahwa beban hidup janda sangatlah semakin berat beban di masa covid-19.

Menurut Jelly dalam penelitiannya menjelaskan bahwa masyarakat Minangkabau di Kelurahan Korong Gadang menganggap bahwa janda berbeda dengan perempuan yang memiliki suami, sehingga janda mendapat stigmanisasi negatif, mereka dianggap berbeda karena keberadaan suami sangat penting bagi perempuan Minangkabau yang disebut dengan istilah *sumando* (Jelly, 2018).

Berdasarkan berbagai hal di atas, peneliti tertarik untuk memperjelas pembahasan mengenai *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) janda di masa covid-19 dalam tinjauan konseling keluarga di Nagari Tandikat Kecamatan Patamuan Kabupaten Padang Pariaman Provinsi Sumatera Barat, dan lebih fokus melihat kepada dimensi-dimensi yang diungkapkan oleh Coral D. Ryff dalam teorinya.

METODE:

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan analisis deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasikan objek apa adanya. Penelitian deskriptif memaparkan secara naratif tentang data dari *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) janda pada masa covid-19 terkait dengan penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, otonomi atau kemandirian, penguasaan

lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi dari janda. Penelitian ini dilakukan kepada masyarakat sebagai subjek/informan penelitian. lokasi penelitian di tempat peristiwa berlangsung yaitu di Nagari Tandikat Kecamatan Patamuan Kabupaten Padang Pariaman yang merupakan lokasi paling tinggi tingkat perceraian yang tercatat di Pengadilan Tinggi Agama Pariaman.

Subjek penelitian adalah perempuan dengan status janda di Nagari Tandikat. Perempuan dengan status janda berjumlah 10 orang di tahun 2019 kemudian jumlah tersebut meningkat selama masa pandemi covid-19 sebanyak 20 orang. Dari sekian banyak janda tersebut akan dipilih secara acak dan dipilih berdasarkan pengalaman psikologis dan empirik.

Teknik pemilihan informan penelitian menggunakan teknik *purposive sampling* dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu. Dalam penelitian ini, kriteria dari informan diantaranya adalah janda yang berusia 20 hingga 50 tahun dan memiliki anak usia di bawah 17 tahun. berdasarkan kriteria tersebut, informan yang diperoleh dari 20 menjadi 6 informan.

Teknik pengumpulan data adalah dengan observasi dan wawancara. Observasi dilakukan melalui catatan berkala dan mengamati perempuan berstatus janda pada masa covid-19 di Nagari Tandikat seperti mengamati bagaimana cara-cara mereka bertindak dalam menjalankan kehidupan mereka. Sedangkan wawancara dilakukan menggunakan pedoman wawancara yang dibuat berdasarkan turunan dari konsep Coral D. Ryff tentang *psychological*

well-being (kesejahteraan psikologis) dan dimensi-dimensi yang ada pada teori tersebut.

Data yang telah diperoleh dianalisis menggunakan analisis data kualitatif model interaktif dari Miles dan Huberman yang terdiri dari reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, dimana prosesnya berlangsung secara sirkuler selama penelitian berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data perceraian penduduk di daerah Nagari Tandikat Kecamatan patamuan Kabupaten Padang Pariaman pada tahun 2020 diantaranya.

No	Bulan	Jumlah Perceraian
1	Maret	2
2	April	1
3	Mei	1
4	Juni	0
5	Juli	8
6	Agustus	5
7	September	3
8	Oktober	2
9	November	5
10	Desember	4
Jumlah		31

Sumber data : Pengadilan Agama Pariaman 2021

Data ini menunjukkan bahwa jumlah perceraian di Nagari Tandikat yang diperoleh dari Pengadilan Agama Pariaman dengan diperolehnya data ini maka kita dapat mengetahui jumlah janda yang ada di Nagari Tandikat.

Dari jumlah perceraian yang terjadi, terdapat enam informan yang masuk dalam kriteria penelitian terkait dengan *psychological well-being*

(kesejahteraan psikologis) janda pada masa covid-19 di Nagari Tandikat, diantaranya sebagai berikut :

1. Informan MI : Usia 44 tahun sebagai penduduk asli Nagari Tandikat. Pekerjaan jualan di warung. Memiliki 4 orang anak, anak yang besar 23 tahun dan yang paling kecil 10 tahun. pendidikan SLTA dan sudah menjanda selama 7 tahun.

2. Informan TH : Usia 46 tahun sebagai penduduk asli Nagari Tandikat. Pekerjaan sebagai penjual lamang tapai di pasar tradisional. Memiliki anak 2 orang. Anak paling besar berusia 23 tahun dan paling kecil berusia 11 tahun yang masih di bangku SD. Pendidikan terakhir SLTA dan menjanda 10 bulan.

3. Informan LH : Usia 44 tahun sebagai penduduk asli di Nagari Tandikat. Pekerjaan menerima jasa laundry. Memiliki anak satu orang yang masih dibangku SMP dan sudah bercerai 3 bulan.

4. Informan NM : Usia 47 tahun sebagai penduduk asli di Nagari Tandikat. Pekerjaan sebagai pedagang kepala. Memiliki 5 orang anak, anak yang besar berusia 22 tahun dan terakhir berusia 5 tahun. Pendidikan terakhir SMA dan sudah bercerai selama 5 tahun.

5. Informan YS : Usia 50 tahun sebagai penduduk asli Nagari Tandikat. Pekerjaan menerima jasa laundry. Memiliki 6 orang anak, anak pertama 27 tahun dan anak terakhir 11 tahun. Bercerai sudah 3 tahun dari suaminya.

6. Informan MR : Usia 50 tahun sebagai penduduk asli di Nagari Tandikat. Pekerjaan sebagai pemilik travel antar kota. Memiliki 6 orang anak, anak pertama 26 tahun dan anak terakhir 12 tahun. Pendidikan terakhir

SLTA dan sudah menjanda 6 tahun.

Berdasarkan data di atas dapat dijelaskan dalam hasil penelitian terkait dengan *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) janda sesuai dengan dimensi-dimensi yang ada.

Pertama, penerimaan diri yang ditunjukkan oleh semua informan terlihat dalam bentuk keikhlasan menjalankan kehidupan. Mengikhlasakan semua yang telah terjadi seiring berjalannya waktu. Ikhlas meskipun orang lain tetap memandang rendah diri. Mengikhlasakan kepergian suami seiring berjalannya waktu. Informan yang lainnya bentuk penerimaan dirinya yaitu dengan tidak mempermasalahakan lagi masa lalunya. Informan lain menerima takdir Allah karena kepergian suami, dua orang diantaranya awalnya mengaku sedikit terpaksa ikhlas ketika ditinggal mati oleh suaminya. Seperti yang dikatakan oleh MI tentang ia berstatus janda. MI mengatakan bahwa :

“Mau bagaimana lagi kan sekarang saya berstatus janda yang mempunyai anak empat. Ikhlas gak ikhlas harus dijalankan. Berusaha menerima diri yang sekarang, meskipun kita sudah berusaha sekuat mungkin pasti ada saja yang orang yang memandang rendah kita. Karena memang mereka belum merasakan yang kita alami ini. Lagian siapa juga yang mau kan jadi janda pasti gak ada orang yang mau jadi janda ini.” (Wawancara, 16/12/2021)

Temuan penelitian menunjukkan bahwa janda di Nagari Tandikat memiliki penerimaan diri yang baik,

mereka sudah dapat menerima status sebagai janda. Sebagaimana yang dituturkan oleh semua informan bahwa mereka sudah ikhlas dengan status mereka dan sudah terlihat bahagia dalam menjalani kehidupan dan mempunyai anak yang masih butuh biaya hidup.

Kedua, hubungan positif dengan orang lain. Bentuk memiliki berbagai hubungan yang positif dengan orang lain secara umum terlihat mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain, dalam penelitian ini ada satu orang informan agak sulit melakukannya karena memang memiliki pengalaman yang tidak baik dengan lingkungannya. Berbeda dengan satu orang tersebut, beberapa informan sangat baik hubungannya dengan orang lain yang ada di lingkungannya. Seperti yang diungkapkan oleh TH. Ia mengungkapkan bahwa :

“Menurut etek, diri etek ini merupakan orang yang mudah bergaul. Ditambah lagi dengan etek jualan di pasar tentu etek sering bertemu dengan orang banyak dan etek harus ramah dengan para pembeli jualan etek” (Wawancara, 20/12/2021)

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan, informan mampu membangun hubungan yang hangat dengan orang lain disekitar mereka. Salah satunya dengan senyum hangat melayani pelanggan yang mampir kewarungnya dengan sedikit candaan yang membuat orang-orang disekitar tertawa. Informan memiliki hubungan yang positif dengan orang yang berada dilingkungan sekitar mereka. Mereka memiliki berbagai cara agar tetap hidup berdampingan dengan

orang disekitar mereka.

Ketiga, memiliki kemandirian atau otonom. Setiap janda memiliki pekerjaan masing-masingnya. Ada yang berjualan, ada yang memiliki usaha dan menawarkan jasa. Salah satu informan mengungkapkan bahwa:

“Uni memang seorang single parent. Berjuang sendirian saja untuk menyekolahkan anak dan makan anak. Lain hal kalau kita meminta ke orang lain. siap-siap saja diomongin orang lain. beda dengan kita mencari nafkah sendiri, orang lain tidak berani akan membicarakan kita. Kalau bentuk kemandirian uni ya dengan berjualan di lapau ini”(Wawancara,25/12/2021)

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan kepada semua informan terlihat bahwa otonom informan di Nagri Tandikat ini sangatlah baik. Masing-masing mereka mempunyai pekerjaan walaupun tidak memiliki pekerjaan yang menjanjikan namun bisa untuk memnuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Namun karena sekarang masa covid-19, mata pencarian mereka agak terhambat dari sebelumnya. Salah satu contohnya adalah usaha travel MR yang kurang berjalan dengan baik karena orang banyak yang tidak ingin berpergian.

Keempat, penguasaan lingkungan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah mampu membangun hubungan baik dengan lingkungan disekitar mereka baik dari sumber daya alam maupun sumber daya manusia. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, informan melakukan penguasaan yang cukup baik. Hal ini terlihat ketika informan memiliki

harta pusaka berupa ladang maupun sawah. Harta pusaka tersebut mereka manfaatkan untuk menambah penghasilan mereka untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya.

Kelima, tujuan hidup yang dimaksud dalam penelitian ini adalah tujuan hidup baik dalam usaha maupun keluarga. Salah satu informan yang berinisial LH mengungkapkan bahwa :

“Sekarang tujuan hidup uni adalah membesarkan anak agar menjadi orang yang lebih berguna. Kalau mencari pasangan hidup kembali kalau semisal ada yang datang dan itu jodoh uni akan uni terima. Berhubung uni juga masih muda”(Wawancara,19/12/2021).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di lapangan, semua informan dalam penelitian memiliki tujuan dalam hidupnya meskipun bervariasi. Tujuan hidup informan di antaranya ada yang berfokus pada pekerjaan, berfokus bagaimana bermanfaat terhadap orang lain, dan juga berfokus kepada membesarkan anak-anak agar menjadi anak yang sukses dikemudian hari.

Keenam, pertumbuhan pribadi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah informan sudah mampu untuk melupakan masa lalunya dan sudah bisa merasa bahagia setelah berpisah dengan suaminya. Seperti yang diungkapkan oleh salah satu informan yang NM. Ia mengungkapkan bahwa :

“Uni sudah move on. Peningkatan yang uni rasakan dan alami, uni merasa jauh lebih tabah dalam menghadapi tantangan hidup. Menghadapi masalah dengan tidak mengeluh lagi” (Wawancara, 23/12/2021)

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada semua informan, di dapatkan hasil bahwa semua informan mempunyai pertumbuhan pribadi yang bagus. Hal ini terlihat pada perubahan badan informan yang awalnya kurus sekrang sudah terlihat berisi atau berbadan. Jika dahulu meminta uang saku dan hanya bergantung kepada suami, namun sekarang sudah mampu mencari nafkah sendiri untuk keberlangsungan hidup sehari-hari.

Dari seluruh Informan berdasarkan dimensi *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) yang telah dijelaskan sebelumnya, maka masing-masing informan mempunyai cara yang berbeda dalam menjalankan dan mempertahankan kehidupan mereka dengan status janda yang disandangnya. Usaha yang dilakukan oleh ke enam informan tersebut merupakan bentuk bagian dari *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) yang berjalannya dengan baik. Menurut Ryff kebahagiaan merupakan hasil dari *psychological well-being* dan tujuan tinggi yang ingin di capai oleh setiap orang (Hafiziani, 2020).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan terhadap 6 orang informan di Nagari Tandikat memiliki *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) yang bagus. Mereka berusaha dan mencari jalan keluar agar tetap bertahan dalam menghadapi sulitnya kehidupan. mereka berusaha hidup dengan mandiri tanpa meminta bantuan kepada orang lain. Mereka juga mampu mengelola lingkungan sekitarnya dan memiliki tujuan hidup yang jelas dan memiliki pertumbuhan terhadap diri mereka.

Jika dikaitkan penelitian ini

dengan bimbingan konseling, maka proses konseling dapat memberikan bantuan terhadap individu dalam memahami diri sendiri dan dunia yang ada disekitarnya dan konseling menjadi sarana membantu mereka menyelesaikan atau mengatasi masalah yang dihadapi.¹ Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya yaitu terkait dengan *psychological well-being* janda dengan berbagai persoalan yang mereka hadapi salah satu contohnya adalah mereka di pandang rendah oleh masyarakat, maka dari sini peran konseling terhadap janda yang ialah sebagai asarana untuk mencari jalan keluar dari permasalahan yang mereka hadapi.

KESIMPULAN:

Berdasarkan hasil penelitian tentang *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) janda masa covid-19 di Nagari Tandikat Kecamatan Patamuan Kabupaten Padang Pariaman, maka dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Semua janda memiliki penerimaan diri yang baik dan memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri. bentuk perwujudannya adalah mereka sudah ikhlas dengan status janda yang disandang pada saat ini.
2. Satu orang janda mengatakan bahwa hubungan dengan orang lain terjalin kurang baik, sedangkan lima orang lagi memiliki hubungan baik dan positif dengan orang lain. Implikasinya adalah informan menolong saudara mereka apabila membutuhkan bantuan.

¹M Faud Anwar,
Landasandan Bimbingan dan Konseling Islam
(Yogyakarta: CV. Budi Utama, 2006).

3. Semua janda mempunyai otonom yang baik. Mereka mampu menafkahi anak-anak mereka meskipun penghasilan mereka tidak begitu besar namun cukup untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari.
 4. Semua janda mampu membangun lingkungan mereka dengan baik, seperti mampu dengan baik mengelola sumber daya alam maupun sumber daya manusia. Sumber daya alam seperti mereka memanfaatkan salah satunya kebun kelapa. Sedangkan sumber daya manusia berupa kemampuan membangun hubungan dengan karib kerabat mereka.
 5. Semua janda mempunyai tujuan hidup masing-masing. Ada yang fokus membesarkan anak, mengurus warung agar tetap banyak pembeli yang datang.
 6. Semua janda memiliki pertumbuhan pribadi ke arah yang lebih baik. Mereka sudah move on dari masa lalu. kemudian menjadikan masa lalu sebagai sebuah pembelajaran untuk saat sekarang ini. bentuk dari perubahan yang mereka alami salah satunya mampu mencari nafkah sendiri tanpa meminta ke orang lain
- pengembangan Instrumennya.*
Sumedang: UPI Sumedang Press, 2020.
- Jelly. "Dualitas Stigma janda : Realitas Masyarakat Minangkabau yang Mendua" 2, no. 1 (2018).
- Librianty, Andina. "Setahun Corona Covid-19, Begini Kondisi Ekonomi Indonesia," 2021. <https://www.liputan6.com/bisnis/read/4496337/setahun-corona-covid-19-begini-kondisi-ekonomi-indonesia>.
- Mashabi, Sania. "Kepala Keluarga Perempuan Kesulitan Ekonomi, Kemensos Minta Pemda Perbaiki Data Penerima Bansos," 2020. <https://amp.kompas.com/nasional/read/2020/08/04/07293301/melihat-kondisi-kepala-keluarga-perempuan-saat-pandemi>.
- Putri, Gloria Setyavani. "Cegah Penularan Virus Corona, Jaga Jarak Minimal Dua Meter," 2020. <https://www.kompas.com/sains/read/2020/04/01/170000123/cegah-penularan-virus-corona-jaga-jarak-minimal-dua-meter?page=all>.
- Rohinah, dan Nisfi Anisah. "Perceraian Akibat Dampak Covid-19 dalam perspektif Hukum Islam dan Perundangan-undangan di Indonesia" 19, no. 2 (2020).
- Ryff. "Happiness Is Everything, Or Is it? Explorations on the Meaning Of Psychological Well Being." *Jurnal Of Personality and Sosial Psychological* 57, no. 10 (1989).
- Suhan, Y, Sakaria Genda, Haris, dan Amin A.R. "Pelabelan masyarakat pedesaan terhadap janda muda di desa Sailong

REFERENSI:

- Anwar, M Faud. *Landasan dan Bimbingan dan Konseling Islam*. Yogyakarta: CV. Budi Utama, 2006.
- Fakhrul Razi, Yamali, dan Ririn Noviyanti Putri. "Dampak Covid-19 terhadap Ekonomi Indonesia" Vol 4, no. 2 (2020).
- Hafiziani, Eka putri. *Kemampuan-kemampuan matematis dan*

- kecamatan dua boccoe kabupaten bone.” *Hasanuddin Journal of Sociology (HJS)* 2, no. 2 (2020).
- Tanujaya, Winda. “Hubungan Kepuasan Kerja dengan Kesejahteraan Psikologis (psychological well being) yang Menerima Gaji Tidak sesuai Standar UMP di PT Sinergi Integra Services Jakarta.” *JURNAL PSIKOLOGI* 12, no. 2 (2014).
- Trygu. *Teori Motivasi abraham H. Maslow dan Implikasinya dalam belajar matematika*. Gunungsitoli: Guepedia, 2021.
- Wikanesti, Prabowo. “psychological well being pada pelaku wirausaha.” *JURNAL PSIKOLOGI*, 2015.