

# KAPASITAS ISTRI TERPIDANA TERORIS DALAM MEMPERTAHANKAN HIDUP

**Yuli Nurkhasanah**

Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
IAIN Walisongo Semarang

## **Abstrak**

Kajian ini berlatar belakang pada kondisi sulit yang dihadapi oleh istri terpidana teroris yang hidup di tengah persepsi, asumsi, dan justifikasi negatif masyarakat luas, sementara ia harus menjalankan peran sebagai ibu sekaligus ayah dalam rumah tangga. Bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana kapasitas istri terpidana teroris dalam mempertahankan hidup, yaitu bagaimana ia menghadapi, memecahkan, serta bertahan terhadap segala persoalan yang terjadi dalam kehidupannya. Menggunakan jenis penelitian kualitatif, wawancara sebagai teknik pemerolehan data, dan analisisnya memakai analisis deskriptif. Objek penelitian ini adalah seorang istri terpidana teroris di Surakarta. Hasil analisis menunjukkan bahwa objek mempunyai kapasitas dalam mempertahankan hidup, dibuktikan dengan kemampuannya dalam meregulasi emosi, mengendalikan impuls, optimis, empatik, mempunyai analisis penyebab masalah yang baik, ber efikasi diri, dan mampu meningkatkan aspek positif dalam hidupnya.

**Kata Kunci:** kapasitas, istri terpidana teroris, bertahan hidup

## **A. Pendahuluan**

Peristiwa bom Bali tahun 2002 dan bom Mega Kuningan Jakarta tahun 2009, sebagaimana diketahui masyarakat luas, hanyalah dua contoh kejadian dari beberapa aksi teror di Indonesia. Setiap aksi teror yang terjadi, kemudian dilakukan penangkapan-penangkapan terhadap orang-orang yang diduga bertanggung jawab terhadap peristiwa tersebut. Tudingan terus mengalir terhadap lembaga pesantren, kelompok-kelompok tertentu umat Islam, termasuk keluarga terpidana teroris pun tidak luput dari sorotan-sorotan

negatif. Sehingga sejak kejadian-kejadian tersebut memunculkan banyak persoalan kemanusiaan baik dalam lingkup nasional maupun internasional, sosial maupun individual, juga tentu pada lingkup keluarga terpidana teroris.

Pemberitaan mengenai terorisme di berbagai media cetak maupun elektronik nasional dan internasional sangat gencar, akan tetapi sama sekali tidak ada yang berpihak pada keluarga terpidana teroris. Muatan liputan mayoritas tentang betapa bahaya, melanggar HAM, dan buruknya aksi yang dilakukan oleh para teroris itu, juga mengenai dampak negatif yang ditimbulkannya. Pemberitaan lebih sering fokus pada keluarga korban terorisme, sehingga nyaris tidak ada liputan tentang sisi-sisi persoalan yang harus dihadapi oleh keluarga terpidana teroris yang juga termasuk korban.

Dengan banyak dan seringnya pemberitaan tersebut, menciptakan sikap apatis, sinis, dan antipati terhadap segala hal yang terkait dengan terorisme dan teroris; almamaternya, referensinya, dan juga keluarganya di kalangan masyarakat luas. Sikap tersebut tampaknya mendapat dukungan dari pihak pemerintah terkait, lembaga-lembaga sosial keagamaan, dan organisasi-organisasi masyarakat yang ada di Indonesia ini. Keadaan tersebut tentu menambah beban psikis bagi keluarga terpidana teroris yang harus tetap melanjutkan hidup di tengah masyarakat.

Tidak sedikit di antara para terpidana teroris yang menjalani hukuman di rumah tahanan merupakan tulang punggung keluarga. Mereka terpaksa meninggalkan istri dan anak-anak dan tidak dapat menjalankan statusnya sebagai suami atau bapak dalam rumah tangga. Masa tahanan yang dijalani pun tidaklah dalam hitungan bulan melainkan bilangan tahun, bahkan ada yang seumur hidup. Mayoritas mereka bukanlah dari keluarga yang taraf ekonomi menengah ke atas, sehingga keluarga yang ditinggalkan harus berjuang keras untuk menopang kebutuhan hidupnya. Terutama para istri yang harus (siap maupun tidak) menggantikan peran suami dalam rumah tangga.

Istri terpidana teroris dalam posisi tersebut, menghadapi banyak persoalan dalam hidupnya; ia menjadi tokoh sentral dalam operasional rumah tangga, di samping sebagai ibu yang mendampingi tumbuh kembang anak-anaknya, mengatur seluruh keperluan mereka baik jasmani maupun ruhani, juga dituntut untuk berperan sebagai bapak yang harus menjadi

tulang punggung ekonomi keluarga. Persoalan tersebut dihadapi di tengah pandangan negatif masyarakat, tentu menjadi hal yang tidak mudah dan tidak ringan untuk menjalaninya. Mencermati keadaan istri terpidana teroris itu, maka penulis tergerak untuk mengkaji kapasitasnya dalam mempertahankan hidup. Kapasitas yang dimaksud dalam tulisan ini adalah kapasitas ber-resiliensi, yaitu kemampuan bertahan dan tidak menyerah terhadap kesulitan hidupnya, selalu belajar dan beradaptasi untuk bangkit menuju keadaan yang lebih baik. Berlatar belakang kondisi itu, kajian berjudul *Kapasitas istri terpidana teroris dalam mempertahankan hidup* ini disajikan.

## B. Kajian Teori

Grotberg (1999) menyatakan bahwa resiliensi adalah kapasitas individu untuk menghadapi, mengatasi, memperkuat diri, dan tetap melakukan perubahan sehubungan dengan ujian yang dialami. Setiap individu memiliki kapasitas untuk menjadi resilien. Konsep resiliensi menitikberatkan pada pembentukan kekuatan individu sehingga kesulitan dapat dihadapi dan diatasi. Menurut Reivich dan Shatte (2002), resiliensi adalah kapasitas untuk merespon secara sehat dan produktif ketika menghadapi kesulitan atau trauma, di mana hal itu penting untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari. Resiliensi adalah seperangkat pikiran yang memungkinkan untuk mencari pengalaman baru dan memandang kehidupan sebagai sebuah kemajuan. Resiliensi menghasilkan dan mempertahankan sikap positif untuk digali. Individu dengan resiliensi yang baik memahami bahwa kesalahan bukanlah akhir dari segalanya. Individu mengambil makna dari kesalahan dan menggunakan pengetahuan untuk meraih sesuatu yang lebih tinggi. Individu menggableng dirinya dan memecahkan persoalan dengan bijaksana, sepenuhnya, dan energik.

Connor & Davidson (2003) mengatakan bahwa resiliensi merupakan kualitas seseorang dalam hal kemampuan untuk menghadapi penderitaan. Block & Kreman (Xianon & Zhang, 2007) menyatakan bahwa resiliensi digunakan untuk menyatakan kapabilitas individual untuk bertahan/*survive* dan mampu beradaptasi dalam keadaan *stress* dan mengalami penderitaan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kapasitas individu, untuk beradaptasi dengan keadaan, dengan merespon

secara sehat dan produktif untuk memperbaiki diri, sehingga mampu menghadapi dan mengatasi tekanan hidup sehari-hari. Resiliensi dibangun dari tujuh kemampuan yang berbeda dan hampir tidak ada satupun individu yang secara keseluruhan memiliki kemampuan tersebut dengan baik. Kemampuan ini terdiri dari:

### 1. Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah tekanan. Individu yang memiliki kemampuan meregulasi emosi dapat mengendalikan dirinya apabila sedang kesal dan dapat mengatasi rasa cemas, sedih, atau marah sehingga mempercepat dalam pemecahan suatu masalah. Pengekspresian emosi, baik negatif ataupun positif, merupakan hal yang sehat dan konstruktif asalkan dilakukan dengan tepat. Pengekspresian emosi yang tepat merupakan salah satu kemampuan individu yang resilien. Reivich dan Shatté (2002) mengemukakan dua hal penting yang terkait dengan regulasi emosi, yaitu ketenangan (*calming*) dan fokus (*focusing*). Individu yang mampu mengelola kedua keterampilan ini, dapat membantu meredakan emosi yang ada, memfokuskan pikiran-pikiran yang mengganggu dan mengurangi stress.

### 2. Pengendalian Impuls

Reivich dan Shatté (2002) mendefinisikan pengendalian impuls sebagai kemampuan mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri seseorang. Individu dengan pengendalian impuls rendah sering mengalami perubahan emosi dengan cepat yang cenderung mengendalikan perilaku dan pikiran mereka. Individu seperti itu seringkali mudah kehilangan kesabaran, mudah marah, impulsif, dan berlaku agresif pada situasi-situasi kecil yang tidak terlalu penting, sehingga lingkungan sosial di sekitarnya merasa kurang nyaman yang berakibat pada munculnya permasalahan dalam hubungan sosial.

### 3. Optimisme

Individu yang resilien adalah individu yang optimis. Mereka memiliki harapan pada masa depan dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol

arah hidupnya. Dalam penelitian yang dilakukan, jika dibandingkan dengan individu yang pesimis, individu yang optimis lebih sehat secara fisik, dan lebih jarang mengalami depresi, lebih baik di sekolah, lebih produktif dalam kerja, dan lebih banyak menang dalam olahraga. Optimisme mengimplikasikan bahwa individu percaya bahwa ia dapat menangani masalah-masalah yang muncul pada masa yang akan datang.

#### **4. Empati**

Empati merepresentasikan bahwa individu mampu membaca tanda-tanda psikologis dan emosi dari orang lain. Empati mencerminkan seberapa baik individu mengenali keadaan psikologis dan kebutuhan emosi orang lain. Selain itu, Werner dan Smith (dalam Lewis, 1996) menambahkan bahwa individu yang berempati mampu mendengarkan dan memahami orang lain sehingga ia pun mendatangkan reaksi positif dari lingkungan. Seseorang yang memiliki kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif.

#### **5. Analisis Penyebab Masalah**

Seligman (dalam Reivich & Shatté, 2002) mengungkapkan sebuah konsep yang berhubungan erat dengan analisis penyebab masalah yaitu gaya berpikir. Gaya berpikir adalah cara yang biasa digunakan individu untuk menjelaskan sesuatu hal yang baik dan buruk yang terjadi pada dirinya.

#### **6. Efikasi Diri**

Efikasi diri sebagai keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dan memecahkan masalah dengan efektif. Efikasi diri juga berarti meyakini diri sendiri mampu berhasil dan sukses. Individu dengan efikasi diri tinggi memiliki komitmen dalam memecahkan masalahnya dan tidak akan menyerah ketika menemukan bahwa strategi yang sedang digunakan itu tidak berhasil. Menurut Bandura (1994), individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan sangat mudah dalam menghadapi tantangan. Individu tidak merasa ragu karena ia memiliki kepercayaan yang penuh dengan kemampuan dirinya. Individu ini menurut Bandura (1994)

akan cepat menghadapi masalah dan mampu bangkit dari kegagalan yang ia alami.

## 7. Peningkatan Aspek Positif

Resiliensi merupakan kemampuan yang meliputi peningkatan aspek positif dalam hidup. Individu yang meningkatkan aspek positif dalam hidup, mampu melakukan dua aspek ini dengan baik, yaitu: (a) mampu membedakan risiko yang realistis dan tidak realistis, (b) memiliki makna dan tujuan hidup serta mampu melihat gambaran besar dari kehidupan. Individu yang selalu meningkatkan aspek positifnya akan lebih mudah dalam mengatasi permasalahan hidup, serta berperan dalam meningkatkan kemampuan interpersonal dan pengendalian emosi (Reivich dan Shatte, 2002). Adapun faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi adalah sebagai berikut:

- a. Faktor resiko; meliputi hal-hal yang dapat menyebabkan individu beresiko untuk mengalami gangguan perkembangan atau gangguan psikologis.
- b. Faktor pelindung; merupakan faktor yang bersifat menunda, meminimalkan, bahkan menetralsir hasil akhir yang negatif. Masten dan Coatsworth (dalam Davis, 1999) mengemukakan tiga faktor pelindung yang berhubungan dengan resiliensi pada individu, yaitu:
  - 1) Faktor Individual; merupakan faktor-faktor yang bersumber dari dalam individu itu sendiri, yaitu mempunyai intelektual yang baik (namun individu yang mempunyai intelektual yang tinggi belum tentu individu itu resilien), *sociable*, *self confident*, dan serta memiliki *talent* atau bakat.
  - 2) Faktor keluarga; yaitu hubungan yang dekat dengan orang tua yang mempunyai kepedulian dan perhatian, pola asuh yang hangat, teratur, dan kondusif bagi perkembangan individu, sosial ekonomi yang berkecukupan, dan memiliki hubungan harmonis dengan anggota keluarga-keluarga lain.
  - 3) Faktor masyarakat di sekitarnya. Faktor ini berpengaruh terhadap resiliensi pada individu, yaitu mendapat perhatian dari lingkungan, aktif dalam organisasi kemasyarakatan di lingkungan tempat tinggal.

### C. Resiliensi Istri Terpidana Teroris

Sosok perempuan A (35 tahun) ini merupakan istri kedua dari terpidana teroris D, yang divonis enam tahun penjara di Lembaga Pemasyarakatan Cipinang Jakarta. D adalah suami keduanya, setelah suami pertama meninggal dalam sebuah kecelakaan lalu lintas di Demak. pernikahannya dengan suami pertama melahirkan empat anak yang semuanya perempuan, sedangkan pernikahan dengan suami kedua melahirkan tiga orang anak; satu laki-laki dan dua perempuan. Sehingga A harus membesarkan tujuh anak sekaligus. Perempuan A berasal dari luar pulau Jawa, ekonomi keluarganya saat itu relatif mapan, sehingga melalui fasilitas BUMN tempat ayahnya bekerja ia dan kakaknya dapat bersekolah di salah satu pondok pesantren di Jawa Timur dan Jawa Tengah untuk tingkat menengah dan atas. Ia bersyukur mendapatkan pengajaran dan pendidikan yang lebih baik dibandingkan dengan teman-temannya di kampung halaman, termasuk pengajaran dan pendidikan tentang beragama dan agama Islam.

Menuntut ilmu sejak usia lulus Sekolah Dasar di tempat yang jauh dari orang tuanya tersebut, turut membentuk kepribadiannya yang mandiri dan tangguh. Sampai saat sudah menyelesaikan pendidikan pesantren, ia memutuskan untuk tetap tinggal di pulau Jawa kemudian menikah dan tinggal di Jawa. Setelah suami meninggal dunia, ia memutuskan untuk menikah dengan memilih laki-laki yang satu lingkungan keagamaan dengan suami sebelumnya. Hal itu dilakukannya karena landasan agama yang diyakini. Sehingga ia menyadari, memahami, dan menerima risiko-risiko yang dapat terjadi dalam rumah tangganya, mulai yang teringan sampai yang terberat.

Perempuan A mengawali rumah tangga keduanya dengan membawa keempat anaknya tersebut, sampai memasuki tahun keempat dari pernikahan itu, saat anak keenam dan ketujuh (lahir kembar) baru saja lahir, menempati sebuah rumah kontrakan, ia mendapatkan informasi bahwa suaminya telah ditangkap oleh tim Densus 88 tanpa ada kejelasan kondisi dan posisi. Merespon penangkapan tersebut, ia berusaha tenang dan menerima dengan ikhlas walaupun sempat kaget dan bingung harus ke mana mencari keberadaan suaminya. Di sisi lain, ia menyadari bahwa kedua bayi

kembarnya serta kelima anaknya yang lain sangat membutuhkan perhatian dan kasih sayangnya. Ia pun pasrah dan tawakkal pada Allah terhadap semua yang dihadapi sambil tetap fokus pada anak-anaknya.

Memberitahukan keberadaan suami (di balik jeruji besi) kepada anak-anak dan keluarganya bukan hal yang mudah baginya. Ia dapat membicarakan keberadaan *abahnya* mereka kepada anak pertama sampai lima, terhadap anak keenam dan ketujuh ia hanya dapat mengatakan kalau *abahnya* kerja di tempat yang jauh. Sementara kepada keluarga di luar Jawa, mayoritas mengetahui dan memahami keadaannya, kecuali bapaknya yang memang tidak diberitahu, mengingat alasan kesehatan dan pertimbangan; walaupun bapak mengetahui tidak menjadikan keadaan semuanya menjadi lebih baik. Sejak peristiwa penangkapan itu, perempuan A sangat sadar dan menerima bahwa ia harus berperan ganda dalam rumah tangga. Secara ekonomi, praktis tidak ada sama sekali pemasukan dari suami, maka kehidupan ekonomi rumah tangga saat itu hanya mengandalkan bantuan *jama'ah/ummat* dan keluarganya. Sampai pada tahun kedua dari penangkapan itu, ia berusaha mandiri dengan mengontrak sebuah kios untuk berjualan baju, tetapi usaha ini tidak berhasil.

Waktu terus berjalan, ia pun harus terus bergerak dan bekerja untuk ketujuh anaknya. Lalu, Ia bekerja pada jenis yang dapat ia lakukan sambil tetap memperhatikan anak-anaknya. Ia menjadi agen penjualan MLM Tupperware, memasarkan produk berbagai olahan berbahan ikan, dan sempat menjadi tenaga pengajar di sebuah Sekolah Dasar swasta di Sukoharjo. Sementara, ia sudah mendapatkan informasi bahwa suaminya berada di Polda Metro Jaya Jakarta dan pada perkembangan berikutnya, sekarang ditahan di LP Cipinang. Ia pernah ditanya oleh salah satu petugas Polda yang bertugas mengawasi pada jam besuk, “Bagaimana Ibu hidup beserta tujuh orang anak, sementara bapak di dalam?” dengan tegas perempuan A menjawab pertanyaan itu, “Lho, suami saya kan bukan pemberi rezeki, Pak! Allah lah yang maha pemberi rezeki”. Polisi tersebut hanya dapat terdiam tanpa bertanya-tanya lagi.

Perempuan A sangat meyakini bahwa Allah Maha Penolong dan maha mengetahui setiap hambanya yang sedang menghadapi kesulitan.

Sehingga dalam berbagai keadaan sulit, ia merasakan pertolongan Allah itu datang, di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Saat hendak besuk suami di Jakarta dengan anak-anaknya, persediaan uang tidak mencukupi untuk mengadakan perjalanan, dalam kondisi seperti itu, ada seseorang yang memberikan ongkos tiket kereta api menuju Jakarta.
2. Kesempatan kunjungan besuk yang lain, pada saat A dan anak-anaknya baru saja tiba di Jakarta, ada seseorang lainnya memberikan pertolongan berupa: penginapan, mobil beserta sopirnya, hiburan dan belanja di mall, serta biaya kembali ke Solo.
3. Anak pertama sampai tiga, sekarang sedang menuntut ilmu di sebuah pondok pesantren di Jawa Timur. Kewajiban pembayaran SPP bulanan hanya dikenakan kepada dua anak oleh pihak yayasan.
4. Dukungan keluarga begitu besar, termasuk dalam hal ekonomi. Sekarang A sudah memondasi calon rumahnya pada sebidang tanah yang dia beli dengan uang pemberian bapaknya, supaya kelak dapat menempati rumah sendiri dan tidak mengotrak lagi.

Peran domestik yang ia kerjakan adalah segala hal yang terkait dengan semua bentuk pendampingan anak; pendidikan, akhlak, perilaku keagamaan, kejiwaan, logistik rumah tangga, serta mengharmoniskan hubungan mereka dengan *abahnya* mereka di Jakarta. Peran tersebut dilakukan dengan penuh keikhlasan, kesabaran, dan kelapangan hati. Hal-hal yang dapat mendukung ungkapan tersebut, di antaranya adalah:

1. Perempuan A sadar untuk tetap membangun hubungan baik dengan bapaknya di luar Jawa, untuk itu setiap ditanya keberadaan suami, ia menjawab dengan ada tugas “luar kota” yang harus dijalankan.
2. Waktu anak keempat (kelas lima SD) menghadapi persoalan di sekolah; merasa dihina dan direndahkan oleh teman kelasnya, A memberikan pengertian dan nasihat keagamaan pada anaknya untuk tetap sabar dan tegar, serta mendatangi guru wali kelasnya untuk berkoordinasi tentang persoalan tersebut.
3. Ketika harus mengantri tiket kereta api, ia meninggalkan dua putri kembarnya tidur sendirian di rumah. Saat itu antrian relatif panjang

dan ia berfikir kalau harus menunggu sesuai urutannya, anaknya tentu sudah bangun. Maka dengan kepasrahan dan siap menanggung segala risiko yang dapat terjadi, ia menerobos barisan/antrian dan memohon kepada orang yang di hadapannya untuk merelakan giliran untuknya, orang tersebut berkenan dan bersedia mempersilalkannya untuk membeli tiket terlebih dahulu.

4. Ia memasukkan seluruh anaknya di lembaga-lembaga pendidikan Islam swasta, demi menyatukan visi misi rumah tangganya.
5. Sebagaimana orang tua yang lain, ia pun membawa anak-anaknya ke dokter ketika ada yang sakit, disamping juga memberikan obat-obat herbal.

Secara sosial, A tidak menutup dan menarik diri dari lingkungan tempat tinggalnya. Ia berbaur di perkumpulan RT, pengajian ibu-ibu di masjid, dan bergaul dengan siapa saja yang berada di sekelilingnya; menengok tetangga yang sakit atau yang melahirkan bayi, menghadiri undangan tetangga yang menempati rumah baru, aktif memberi dukungan terhadap perempuan-perempuan senasib dan sebagainya. Rumah kontrakan yang ditempatinya sekarang ini merupakan rumah kontrakan keempat sejak menikah dengan D. Beberapa kali pindah rumah kontrakan tersebut ada beberapa alasan yang lebih bersifat kebutuhan primer berumah tangga, bukan karena bermasalah dengan tetangga atau lingkungan sekitar. Alasan itu adalah: (1) membutuhkan tempat yang lebih ramai, (2) membutuhkan tempat yang lebih baik untuk perkembangan anak-anaknya, (3) membutuhkan tempat tinggal yang lebih luas seiring dengan bertambahnya anggota keluarga, dan (4) karena permohonan seorang teman untuk dapat tinggal berdampingan dengannya.

Perempuan A adalah wanita biasa, yang sarat dengan luapan-luapan emosi dalam kejiwaannya: sedih, kecewa, galau, marah, dan berbagai perasaan lainnya. Pada saat dia merasa terpuruk dan merasakan; letih dan berat mengasuh anak-anaknya, kesulitan ekonomi, panjangnya penantian bebasnya suami, kasihan tanpa dapat berbuat apa-apa ketika suami sakit, maka pada kondisi seperti itu, ia mengambil sikap untuk selalu mendekatkan diri pada Allah dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Menjalankan perintah Allah dan Rasul-Nya, berikut sunah-sunah Nabi Muhammad serta menjauhi larangan-Nya. A mengandalkan shalat malam atau *qiyamullail*, media yang dapat dia gunakan untuk mencurahkan segala keluh kesah dan kegalauan hatinya.
2. Aktif mengikuti kajian-kajian keagamaan. Baik yang dilakukan oleh pengurus masjid dekat tempat tinggalnya, maupun ia mendatangi majlis-majlis ta'lim yang ada.
3. Membaca buku-buku yang dapat menambah ilmu dan pengetahuannya, tentang agama Islam, pengasuhan dan pendampingan anak, dan lain-lain
4. Mencurahkan isi hati dan perasaannya kepada teman dan saudara yang ia merasa aman dan nyaman.
5. Mengikuti perkumpulan keluarga yang senasib, untuk saling menguatkan dan memotivasi.

Saat ini, pada tahun kelima penantian kebebasan suami, ia dapat mempertahankan hidupnya dengan optimis dan berharap penuh hanya kepada Allah. A menerima persoalan yang dihadapi sebagai bentuk ujian yang diberikan oleh Allah kepada hamba yang dicintainya. Dengan begitu, ia merasakan keringanan langkah dan kemudahan kesulitan hidup.

#### **D. Analisis Kapasitas Istri Terpidana Teroris**

##### **1. Regulasi Emosi**

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah tekanan, individu yang memiliki kemampuan meregulasi emosi dapat mengendalikan dirinya apabila sedang kesal dan dapat mengatasi rasa cemas, sedih, atau marah, sehingga mempercepat dalam pemecahan suatu masalah. Pengekspresian emosi, baik negatif maupun positif, merupakan hal yang sehat dan konstruktif. Asalkan dilakukan dengan tepat. Berdasarkan paparan tentang mengenai perempuan A, dapat dikatakan bahwa ia mempunyai kemampuan dalam meregulasi emosi. Hal tersebut dapat dilihat ketika mengetahui bahwa suaminya telah ditangkap oleh aparat. Walaupun sempat kaget dan bersedih, tetapi A segera bangkit dan berusaha untuk tetap tenang untuk ketujuh buah hatinya. Emosi kesal, kecewa, cemas, dan sedih

ia ekspresikan dalam bentuk pengaduan dan doa kepada Allah, ketika usai shalat wajib maupun sunnah. Hasilnya, ia relatif dapat tenang dan mengatur emosinya, sehingga mampu tetap beraktifitas memenuhi peran domestik maupun mencari nafkah. Selain hal tersebut A dapat fokus pada persoalan yang lebih penting dan mendesak. Ia memilih tetap fokus kepada anak-anaknya, dengan demikian, pikiran dan perasaan negatif tentang keadaan suaminya mampu diminimalisasi dan berubah menjadi pikiran dan perasaan positif.

## 2. Pengendalian Impuls

Yang dimaksud dengan impuls, sebagaimana yang telah disebutkan sebelumnya adalah keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri seseorang. Individu yang memiliki pengendalian impuls rendah, sering mengalami perubahan emosi dengan cepat yang cenderung menguasai pikiran dan perilakunya. Individu itu sering sekali kehilangan kesabaran, mudah marah, impulsif, dan berlaku agresif pada persoalan kecil yang tidak terlalu penting, sehingga berpotensi munculnya persoalan hubungan sosial karena orang di sekitarnya kurang merasa nyaman dengan keberadaannya.

Perempuan A, mengingat faktor usia, latar belakang pendidikan keagamaan, serta kekayaan pengalaman yang dimiliki cenderung mempunyai pengendalian impuls tinggi. Hal itu tampak pada kepribadiannya yang penyabar, relasi sosial berjalan baik, dan mampu bergaul dengan banyak karakter individu. Beberapa kali (empat kali) pindah rumah kontrakan lebih pada persoalan ekonomi bukan karena bermasalah dengan tetangga atau lingkungan. Persoalan-persoalan ketujuh anaknya yang menguras segenap tenaga, pikiran, serta perasaan, keberadaan suami di “dalam”, pekerjaan, dan lain-lain tidak jarang memunculkan impuls-impuls tertentu, tetapi impuls tersebut dapat ia kendalikan dengan baik. Ia tidak kehilangan kesabaran, tidak mudah marah, dan tidak agresif. Hal tersebut dapat dirasakan oleh anak-anak dan lingkungannya. Seiring berjalannya waktu, dengan pekerjaan MLM dan berjualan aneka olahan ikan, teman dan kenalannya bertambah banyak mengingat pergaulannya semakin luas.

Pengendalian impulsnya yang tinggi pada pribadi perempuan A tampak sekali pada peran-peran yang dijalankan. Sebagai ibu, segenap perasaan dan pikiran mayoritas dicurahkan untuk anak-naknya serta dijalani dengan hati yang lapang dan senang. Sehingga ekspresi yang keluar baik pada roman muka/raut wajah, tutur kata, dan perilaku di hadapan anak-anak. Sebagai istri, ia mampu menjalin komunikasi positif dengan suami maupun istri pertama suami. Sebagai anggota masyarakat, ia mempunyai relasi sosial yang baik dengan warga lainnya.

### 3. Optimisme

Salah satu indikator individu yang resilien adalah optimis. Ia memiliki harapan pada masa-masa yang akan datang dan percaya bahwa ia mampu mengontrol arah hidupnya, supaya tetap pada jalur yang positif dan tepat. Individu-individu yang resilien pada berbagai penelitian dapat diketahui bahwa mereka lebih sehat secara fisik, mempunyai prestasi yang baik, dan mampu mengalahkan lawan-lawan yang ada. Optimisme perempuan A luar biasa. Hal itu didasari pada argumen-argumen agama Islam yang ia yakini betul kebenarannya. Berharapnya begitu besar kepada Allah, ia menggantungkan seluruh harapan atas segala persoalan hidupnya hanya kepadaNya. Harapan keadaan hari esok yang lebih baik, kebebasan suami, masa depan anak-anaknya, sampai pada harapan kehidupan akhirat yang lebih baik dari kehidupan dunia.

Ia sangat optimis dalam menjalani hari-hari penantian kebebasan suaminya, harapan pertolongan Allah sangat besar sangat diyakini dari mana pun datangnya. Sehingga, hal tersebut meringankan jalan dan beban hidupnya. Di sisi lain, ia menyadari bahwa tidak hanya cukup dengan berharap pada Allah saja, dalam waktu yang sama harus dibarengi dengan usaha yang maksimal.

### 4. Empati

Empati merepresentasikan bahwa individu mampu membaca tanda-tanda psikologis dan emosi dari orang lain. Empati ini mencerminkan seberapa baik individu mengenali psikologis dan kebutuhan emosi orang lain. Seseorang yang berempati mampu mendengarkan dan memahami

orang lain sehingga mendatangkan reaksi positif dari lingkungan, serta cenderung mempunyai hubungan sosial yang positif. Perempuan A memperlihatkan kemampuan yang baik dalam membaca tanda-tanda psikologis dan emosi orang lain. Ditunjukkan dengan reaksi positif yang ditunjukkan dengan kunjungan kepada tetangga atau teman yang melahirkan bayi, sakit atau meninggal dunia. Ia relatif dapat memilah dan memilih persoalan apa saja yang perlu dikomunikasikan dan tetap stabil dengan tidak perlu memikirkan hal-hal yang dapat mengganggu kesehatannya.

Begitu juga ketika menghadapi anak-anaknya, ia berusaha berkomunikasi menyesuaikan usia dan daya tangkap mereka, serta memberikan respon positif (sebatas kemampuannya) saat anak-anaknya bercerita peristiwa di sekolah, mengeluhkan sesuatu, atau mencurahkan isi hatinya. Empati ke dalam keluarga tampak dominan daripada ke luar keluarga, tentu hal tersebut sangat manusiawi mengingat besarnya tanggung jawab keluarga dengan tujuh anak yang umur dan karakter mereka berbeda-beda.

## 5. Analisa Penyebab Masalah

Hal yang memiliki hubungan yang sangat erat dengan analisis penyebab masalah adalah gaya berfikir. Gaya berfikir adalah cara yang biasa digunakan individu untuk menjelaskan sesuatu hal yang baik dan buruk yang terjadi pada dirinya. Perempuan A selalu berpikir bahwa semua yang terjadi pada dirinya baik berupa kesedihan, penderitaan, dan kegembiraan merupakan segala hal yang telah ditentukan oleh Allah. Itu sebagai bentuk ujian yang harus dijalankan dengan baik; mensyukuri semua kenikmatan, kebahagiaan, dan kesehatan yang diberikan serta bersabar terhadap segala penderitaan, kesulitan, dan kesedihan. Dengan begitu, ia meyakini akan menjadi individu yang lebih baik dari sebelumnya, terutama di sisi Allah SWT. Ia juga mempunyai gaya berpikir bahwa segala sesuatu yang terjadi padanya, walaupun menyedihkan dan menyulitkan pasti ada hikmah atau pelajaran yang dapat diambil dan pasti bermanfaat untuknya dan keluarga. Seperti ketika awal membuka usaha jualan baju dengan menyewa sebuah kios, beberapa baju dan sejumlah uang diambil orang tak dikenal karena ia menganggapnya pembeli. Saat itu ia sempat trauma, ketakutan, dan tidak meneruskan berjualan lagi di kios itu.

Bercermin serta mengambil pelajaran dari peristiwa tersebut, akhirnya ia memutuskan untuk tetap di rumah mengurus anak-anaknya terlebih dahulu. Begitu anak keenam dan ketujuh (si kembar) sudah memasuki usia dua tahun lebih, ia kembali bekerja pada pekerjaan yang waktu dan tempatnya fleksibel, yaitu penjualan barang system MLM atau *direct selling*, mengajar *freelance*, dan berjualan *door to door* aneka olahan ikan.

## 6. Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dan memecahkan masalah dengan efektif. Efikasi diri juga berarti meyakini diri sendiri mampu berhasil dan sukses. Individu dengan efikasi diri tinggi memiliki komitmen dalam memecahkan masalahnya dan tidak akan menyerah ketika menemukan bahwa strategi yang sedang digunakan itu tidak berhasil. Perempuan A, melihat pada aspek gaya berpikir dan optimisme yang tinggi, pada batas-batas kemanusiannya memiliki efikasi yang cukup tinggi. Pada peristiwa pencurian terhadap barang dagangannya, kalau ia trauma dan ketakutan berkepanjangan dan merasa putus asa, tentu ia tidak mampu bangkit untuk membangun semangat dan berusaha lagi. Tetapi yang ditunjukkan adalah hal yang sebaliknya, walaupun ia membutuhkan waktu untuk menstabilkan emosinya akibat peristiwa itu, ia mampu bangkit dan usaha lagi untuk kelangsungan ekonomi keluarga.

Peristiwa lain yang memperlihatkan efikasi diri yang cukup tinggi adalah ketika A harus mengantri tiket kereta api di Stasiun Balapan Solo. Orang lain mungkin akan langsung pulang serta mengurungkan niatnya untuk membeli tiket begitu melihat antrian pembeli sangat panjang. Tetapi, lain halnya dengan A, begitu mengetahui panjangnya antrian dan kalau ia juga harus mengantri dipastikan anak kembarnya yang ditinggalkan sendirian pasti sudah bangun. Maka, ia tidak menyerah begitu saja, ia menempuh strategi lain supaya tetap mendapatkan tiket kereta api, dengan penuh keyakinan akan pertolongan Allah dan kepercayaan diri yang kuat tiket itu pun ia dapatkan dan bisa lebih cepat pulang.

## 7. Peningkatan Aspek Positif

Resiliensi merupakan kemampuan yang meliputi peningkatan aspek positif dalam hidup. Individu yang meningkatkan aspek positif dalam hidup, mampu melakukan dua aspek ini dengan baik, yaitu: (a) mampu membedakan risiko yang realistis dan tidak realistis, (b) memiliki makna dan tujuan hidup serta mampu melihat gambaran besar dari kehidupan. Individu yang selalu meningkatkan aspek positifnya akan lebih mudah dalam mengatasi permasalahan hidup, serta berperan dalam meningkatkan kemampuan interpersonal dan pengendalian emosi.

Sosok perempuan A merupakan pribadi yang menyadari dan memahami bahwa hidup di dunia ini adalah media berjuang demi kebahagiaan kehidupan akhirat. Olehnya, ia memantapkan diri untuk selalu mempelajari dan mengamalkan ajaran agama Islam secara maksimal, menjalankan perintah Allah SWT serta sunah nabi Muhammad SAW dan menjauhi segala yang menjadi larangan-Nya. Hal itu menjadi frame hidup dan kehidupannya sekarang dan nanti, sehingga ia sering menghadiri majlis-majlis ta'lim untuk selalu menjaga keimanan. Makna dan tujuan hidup sangat jelas baginya, yaitu hidup dengan berbagai aspeknya sebagai bentuk ibadah sebagai perwujudan keimanannya kepada Allah. Ketika mendapati suatu persoalan dalam hidup disikapi sebagai ujian dari Allah untuk meningkatkan kualitas imannya. Ketika ia mendapatkan kesenangan hidup disadari juga sebagai bagian ujian dari-Nya, sehingga harus disyukuri dan ditingkatkan keimanannya. Ia yakin bahwa Allah memberikan ujian hidup dalam batas daya dan kemampuannya.

Memandang makna hidup yang A jalani, dapat diketahui bahwa tujuan hidupnya adalah satu, sebagaimana yang dituntunkan dalam ajaran agama Islam, yaitu Allah. Tujuan hidupnya adalah menuju keridhaan Allah semata. Sehingga ia dapat menerima dan ikhlas terhadap berbagai cobaan hidup, baik yang berupa kesedihan, penderitaan, dan kesenangan. Keimanannya terhadap Allah menjadi motifator sekaligus mengantarkan pada tujuan hidupnya, itu ridha Allah, maka ia selalu berusaha membentuk kepribadiannya menjadi penyabar, pemaaf, rendah hati, dan pribadi yang dapat mensyukuri kenikmatan hidup, baik yang menyenangkan maupun yang menyedihkan.

Ia menyadari risiko makna dan tujuan hidupnya itu dalam kehidupan di dunia ini, maka ia tidak kecil hati atau rendah diri ketika ada orang atau kalangan masyarakat tertentu menyebutnya sebagai istri teroris, yang kejam dan berkonotasi buruk. Ia menerima itu sebagai risiko realistik yang harus dihadapi dengan lapang dada, itu juga yang terus ia sampaikan kepada anak-anaknya, bahwa hidup ini tidak selalu seperti harapan dan keinginan mereka. Berbagai paparan tentang analisis resiliensi perempuan A di atas, untuk memudahkan pemahaman secara menyeluruh dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel berikut ini:

**Tabel**  
**Resiliensi Istri Terpidana Teroris**

Regulasi Emosi	Pengendalian Impuls	Optimis	Empati	Analisis Penyebab Masalah	Efikasi Diri	Penyesuaian Aspek Positif
Memiliki kemampuan meregulasi emosi	Mampu mengendalikan keinginan, kesukaran, dan tekanan hidup, sehingga menjadi penyabar dan memiliki relasi sosial yang baik	Mempunyai harapan untuk suatu saat nanti dapat ber-satu menjadi keluarga yang utuh, serta mampu mengontrol arah hidupnya pada jalur yang digariskan agama Islam.	Dapat mendengarkan dan memahami orang lain, sehingga banyak teman dan hidup harmonis dengan tetangga	Segala hal terjadi pada dirinya (susah/senang) merupakan ketentuan Allah yang harus dihadapi dengan ikhlas	Yakin dan mampu memecahkan masalah dalam rumah tangganya.	1) dapat membedakan resiko realis dan tidak realis, 2) makna hidupnya adalah: berjuang untuk kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat, tujuannya: ibadah pada Allah

## E. Simpulan

Istri terpidana teroris (A) merupakan sosok perempuan yang resilien. Ditunjukkan dengan kemampuannya dalam meregulasi emosi, mengendalikan impuls, optimis, mempunyai empati yang baik, analisis penyebab masalah; baik, berefikasi diri, dan mampu meningkatkan aspek positif dalam hidupnya. Secara internal, ia selalu menguatkan jiwanya dalam bentuk banyak beribadah dan menimba ilmu agama dan pengetahuan

umum. Secara eksternal, ia mendapatkan banyak dukungan baik dari keluarga maupun warga masyarakat di lingkungan tempat tinggalnya.[]

### Daftar Pustaka

- Cohen, S., Syme, S.L. *Social Support and Health*, London: Academic Pres Inc., 1985.
- Connor & Davidson, "Development of The New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)", *Journal of Depression and Anxiety*. Vol 18, 2003, pp. 76-83.
- Grotberg, E.H. *Tapping Your Inner Strength*, Oakland: New Harbinger, 1999.
- <http://www.sarjanaku.com/2012/11/pengertian-resiliensi-definisi-konsep.html>
- Reivich, K. And Shatte, A. *The Resilience Factor*, New York: Random House, 2002.
- Sarafino, E.P. *Health Psychology*. 3<sup>rd</sup> Ed., New York: John Wiley & Sons, 1997.
- Sinar Harapan. *Solusi Bagi Pasien Kanker Penderita Depresi*. <http://www.sinarharapan.co.id/ipitek/kesehatan/2003/0613/kes3.html>. 2003.
- Smet, B. *Psikologi Kesehatan*, Jakarta: Grasindo, 1994.
- Southwick, P.C. 2001. *The Tao of Resilience*. [http://www.geocities.com/iona\\_m/chaosophy4/Resilience/resilience.html](http://www.geocities.com/iona_m/chaosophy4/Resilience/resilience.html).
- Yu, X & Zhang, J. Factor Analysis and Psychometric Evaluation of The Connor-Davidson Resilience Scala (CD-RISC) with Chinese People. *Journal of Social Behavior and Personality*. 2007. 35 (1), 19-30.