



**GAMBARAN MAKNA HIDUP PADA WANITA *EMERGING*
ADULTHOOD YANG PERNAH MENGALAMI TRAUMA
DALAM BERPACARAN**

SKRIPSI

DISUSUN OLEH:

ARIEF

705100019

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA**

2014



**GAMBARAN MAKNA HIDUP PADA WANITA *EMERGING*
ADULTHOOD YANG PERNAH MENGALAMI TRAUMA
DALAM BERPACARAN**

**Skripsi Ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian
Sarjana Strata Satu (S-1) Psikologi**

DISUSUN OLEH:

ARIEF

705100019

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

JAKARTA

2014

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**GAMBARAN MAKNA HIDUP PADA WANITA *EMERGING*
ADULTHOOD YANG PERNAH MENGALAMI TRAUMA
DALAM BERPACARAN**

Arief

705100019

(Henny E. Wirawan, M.Hum, Psi., QIA)

Pembimbing

Jakarta, 1 Juli 2014

Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

(Dr. Rostiana, M.Si., Psi.)

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**GAMBARAN MAKNA HIDUP PADA WANITA *EMERGING*
ADULTHOOD YANG PERNAH MENGALAMI TRAUMA
DALAM BERPACARAN**

Arief

705100019

PANITIA UJIAN

(Henny E. Wirawan, M.Hum, Psi., QIA)

Penguji I

(Linda Wati, M.Psi.)

Penguji II

(Widya Risnawaty, M.Psi.)

Penguji III

KATA PENGANTAR

Penulis bersyukur kepada Tuhan yang telah menyertai penulis sepanjang menjalani kuliah hingga menyelesaikan penyusunan skripsi. Penulis juga berterima kasih kepada kedua orangtua penulis, Suhendro dan Ng Tjin Foeng, yang mendukung penulis untuk terus belajar hingga dapat menyelesaikan proses penyusunan skripsi. Terima kasih kepada dosen-dosen yang mendidik dan mengajarkan penulis mengenai psikologi, khususnya Ibu Henny E. Wirawan dan Ibu Denrich Suryadi yang selama ini membimbing penulis. Penulis pun mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang terlibat dalam bidang kepastakaan yang telah menyediakan sumber-sumber kepastakaan. Penulis pun berterima kasih kepada para narasumber yang bersedia mengungkapkan pengalamannya selama wawancara. Terima kasih kepada rekan-rekan, khususnya kepada Theresia Syanli yang bersedia menghubungkan penulis dengan narasumber untuk keperluan penelitian skripsi. Penulis pun berterima kasih kepada Felicia, Dionysius Dias Ardi Nugroho, Ferdi Weros, Danny Felix Hartanto, Nurul Hidayah Prabowo, Rianti Mellinda, Claudia Deini Irawan, dan Francine Nathalia yang bersedia meluangkan waktu untuk mendiskusikan hal-hal yang terkait dengan skripsi.

Penelitian skripsi ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran makna hidup pada wanita berusia 18-25 tahun yang pernah mengalami trauma dalam berpacaran. Gambaran tersebut meliputi proses individu dalam melewati tahap-tahap untuk memperoleh makna hidup. Proses ini dimulai dari pengalaman trauma sebagai pengalaman tragis. Gambaran makna hidup yang diperoleh dari penelitian ini

diharapkan dapat menjadi inspirasi bagi wanita-wanita yang pernah mengalami trauma dalam berpacaran. Pemahaman mengenai makna hidup akan membuka wawasan individu mengenai kehidupannya dan dapat memaknai pengalaman yang kurang menyenangkan dengan lebih positif.

Penelitian ini juga diharapkan dapat membuka wawasan keluarga dan rekan-rekan individu yang mengalami trauma dalam berpacaran. Terbukanya wawasan mengenai trauma akan membantu keluarga dan rekan-rekan dalam bersikap terhadap individu yang mengalami trauma. Individu yang mengalami trauma akan memersepsikan keluarga dan rekan-rekannya bersedia mendukungnya melewati pengalaman tragis. Ketika keluarga dan rekan-rekan dapat memahami kondisi individu yang mengalami trauma, individu akan merasa lebih nyaman untuk mengungkapkan masalahnya, sehingga hubungan akan semakin dekat. Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna, karena itu masukan dan saran sangat berharga untuk menyempurnakan karya ini. Dengan demikian, penulis menyatakan bertanggung jawab atas keseluruhan isi skripsi ini.

Jakarta, 16 Juni 2014

Arief

DAFTAR ISI

Kata Pengantar	i
Daftar Isi	iii
Daftar Tabel	vi
Daftar Gambar	vii
Daftar Lampiran	viii
Abstrak	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoretis	8
1.4.2 Manfaat Praktis	8
1.5 Sistematika Penulisan	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
2.1 Makna Hidup	10
2.1.1 Definisi Makna Hidup	10
2.1.2 Karakteristik Makna Hidup	11
2.1.3 Nilai-Nilai dalam Makna Hidup	12
2.1.4 Konsep Dasar Penemuan Makna Hidup	14
2.1.5 Tahap-Tahap Menemukan Makna Hidup	15

2.2 Trauma	17
2.2.1 Definisi Trauma	17
2.2.2 Dampak-Dampak Trauma	18
2.2.3 <i>Spectrum of Trauma</i>	19
2.2.4 Trauma dalam Hubungan Cinta	22
2.2.5 <i>Post-Traumatic Growth (PTG) Theory</i>	24
2.3 Hubungan Cinta dalam Rentang Usia <i>Emerging Adulthood</i>	25
2.4 Kerangka Berpikir	27
BAB III METODE PENELITIAN	29
3.1 Partisipan/Subyek Penelitian	29
3.2 Jenis Penelitian	31
3.3 <i>Setting</i> dan Peralatan Penelitian	31
3.4 Prosedur Penelitian	32
3.4.1 Persiapan Penelitian	32
3.4.2 Pelaksanaan Penelitian	32
3.5 Pengolahan dan Teknik Analisis Data	33
BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN ANALISIS DATA	34
4.1 Proses Pengambilan Data	34
4.1.1 Partisipan Pertama (F)	35
4.1.2 Partisipan Kedua (C)	41
4.1.3 Partisipan Ketiga (J)	47
4.2 Proses Pengolahan dan Analisis Data	52
4.3 Gambaran Partisipan	53
4.3.1 Partisipan Pertama (F)	54

4.3.2 Partisipan Kedua (C)	55
4.3.3 Partisipan Ketiga (J)	57
4.4 Penelusuran Hubungan Cinta	58
4.4.1 Partisipan Pertama (F)	58
4.4.2 Partisipan Kedua (C)	67
4.4.3 Partisipan Ketiga (J)	79
4.5 Pengalaman Trauma	85
4.5.1 Partisipan Pertama (F)	85
4.5.2 Partisipan Kedua (C)	88
4.5.3 Partisipan Ketiga (J)	91
4.6 Gambaran Makna Hidup	95
4.6.1 Partisipan Pertama (F)	95
4.6.2 Partisipan Kedua (C)	101
4.6.3 Partisipan Ketiga (J)	106
BAB V SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN	112
5.1 Simpulan	112
5.2 Diskusi	114
5.3 Saran	120
5.3.1 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Teoretis	120
5.3.2 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Praktis	121
<i>Abstract</i>	x
Daftar Pustaka	P-1
Lampiran	L-1

ABSTRAK

Arief (705100019)

Gambaran Makna Hidup pada Wanita *Emerging Adulthood* yang Pernah Mengalami Trauma dalam Berpacaran; Henny E. Wirawan, M.Hum, Psi., QIA; Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-x; 124 halaman, P1-P5, L1-L15)

Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan makna hidup pada wanita *emerging adulthood* yang pernah mengalami trauma dalam berpacaran. Partisipan-partisipan dalam penelitian ini adalah wanita berstatus *single* dan berdomisili di wilayah DKI Jakarta. Partisipan-partisipan dipilih dengan mencocokkan dengan kriteria yang sudah dibuat sebelumnya (*criterion sampling*). Menurut Baumeister dan Vohs (2007), makna hidup adalah pemahaman individu mengenai kehidupannya, berkaitan dengan eksistensi individu yang signifikan (*significant*) dan bertujuan (*purposeful*). Makna hidup ini diperlukan bagi individu yang mengalami trauma untuk memahami kehidupannya di masa kini. Setelah itu, individu akan lebih mampu memaknai kejadian di masa lalu dan masa kini secara lebih positif. *In-depth interview* dilakukan terhadap tiga wanita yang berusia 18-25 tahun yang pernah mengalami trauma dalam berpacaran minimal satu tahun sebelumnya. Penelitian ini berlangsung dari bulan Desember 2013 sampai dengan bulan Juni 2014. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga partisipan mengalami trauma dalam berpacaran. Namun, ketiga partisipan berhasil menemukan makna hidupnya dan mengalami kehidupan yang lebih baik.

Kata kunci: Makna Hidup, Wanita *Emerging Adulthood*, Trauma, dan Berpacaran.