

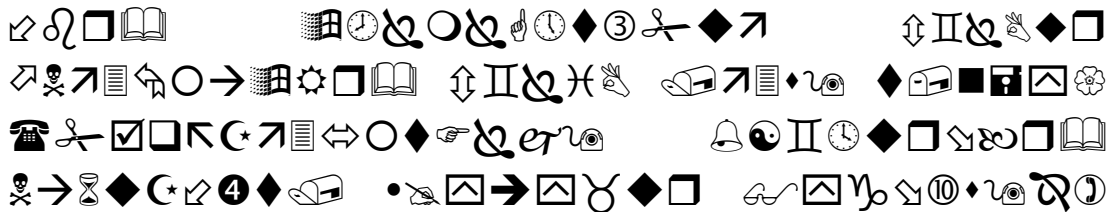
BAB I

PENDAHULUAN

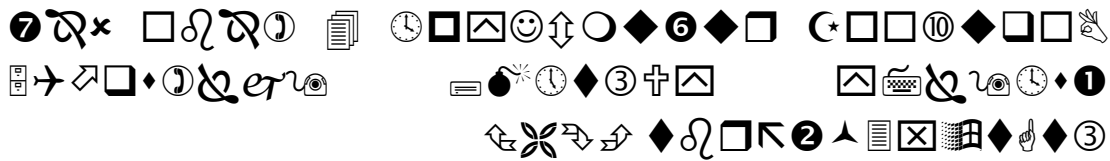
A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak akan lepas dari interaksi antar satu dengan yang lainnya. Didalam interaksi tersebut manusia sering kali membentuk suatu hubungan, entah itu hubungan kerja, hubungan pertemanan, hubungan bisnis, hubungan asmara atau lebih dikenal dengan hubungan cinta, dan hubungan lainnya.

Cinta¹ memegang peran penting dalam kehidupan manusia sebab cinta merupakan landasan dalam kehidupan perkawinan, pembentukan keluarga dan pemeliharaan anak, hubungan yang erat di masyarakat dan hubungan manusiawi yang akrab. Sebagaimana firman Allah dalam surah Ar Rum ayat 21 yang berbunyi:



¹ Cinta (*love*) dalam beberapa kategori: 1. Satu perasaan kuat penuh kasih sayang atau kecintaan terhadap seseorang, biasanya disertai satu komponen seksual. 2. Satu sentiment dengan sifat karakteristik dominan ialah satu perasaan kuat penuh kasih sayang/cinta; ditunjukkan oleh kecintaan seseorang terhadap tanah airnya. 3. (*Psikoanalisis*) naluri libidinal atau erotis, yang mencari kepuasan atau pemuasan pada satu objek. 4. (*Watson*) dengan ketakutan dan kemurkaan, salah-satu dari ketiga emosi primer atau emosi yang melekat menjadi sifat asli. 5. Dalam penulisan religious, berupa satu kualitas spiritual dan mistik yang mempersatukan individu dengan Tuhan. Lihat J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Cet. 7, terj. Kartini Kartono, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 1981)



“Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu isteri-isteri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya diantaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berfikir.”²

Segala bentuk cintapun diapresiasi dalam berbagai hubungan, misalnya hubungan cinta. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia hubungan cinta adalah dua orang pemuda pemudi remaja atau usia dewasa yang menjalani hubungan dengan dasar cinta kemudian diikat dengan kata hubungan dan mempunyai hubungan batin, biasanya untuk menjadi tunangan atau kekasih, berdasarkan cinta kasih; kekasih sejati.³ Hampir di semua tempat, daerah dan di setiap waktu hubungan cinta itu ada.

Namun tiap-tiap orang mempunyai pandangan dan anggapan yang berbeda tentang hubungan cinta tersebut, ada yang menganggap hubungan cinta itu dilakukan hanya untuk bersenang-senang dan semata-mata untuk memberikan kepuasan tetapi ada juga orang yang menganggap hubungan cinta adalah sesuatu yang indah di mana kita mampu mendapatkan kasih sayang dan perhatian dari lawan jenis, pada umumnya hubungan cinta mempunyai dampak terhadap orang yang melakukannya,

² Yayasan Penyelenggara Penerjemah Al-Quran Depag, *Al-Quran dan Terjemah* (Semarang: Kumudasmoro Grafindo, 1994), h. 644.

³ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus besar Bahasa Indonesia*, Cet. 3, (Jakarta: Balai Pustaka, 1990), h. 633.

kadangkala orang bahagia karena hubungan cinta, namun di sisi lain tidak sedikit pula orang yang kecewa atau bahkan frustrasi dengan putusnya hubungan cinta.

Ketika berada pada tahap perkembangan usia dewasa, individu memiliki tugas perkembangan yang jauh berbeda dengan masa remaja⁴ yang kebanyakan hanya dilalui dengan hubungan cinta atau dikenal dengan pacaran. Membangun hubungan intim dengan lawan jenis yang berguna untuk membentuk hubungan pada masa usia dewasa dan hubungan pernikahan nantinya.

Hal ini khususnya terjadi pada wanita dewasa. Karena pada dasarnya wanita dewasa sudah seharusnya menjajaki hidup baru, kebutuhan akan pernikahan, mendapat belaian suami, mengandung, meminang anak, dan lain-lain. Namun tidak semua harapan bisa begitu saja tercapai, bahkan terkadang harapan yang tidak terlaksana juga tidak jarang berimbas kepada psikologis maupun sosialnya. Sebagaimana yang dikemukakan oleh salah seorang partisipan pada studi pendahuluan:

“Malu, luar biasa malu, terlebih sama tetangga. Bayangkan saja, besok sudah mau acara badatangan, ternyata dibatalkan secara mendadak oleh pihak laki-laki, tanpa pemberitahuan lagi. Seandainya para tetangga tidak tau sama rencana badatangan ini kan masih mending. .”⁵

⁴ Hurlock mengatakan bahwa usia remaja dimulai dari usia 13 tahun sampai 21 tahun. Dalam pembagian masa remaja awal usia 13/14 tahun sampai 17 tahun dan dilanjutkan remaja akhir usia 17 sampai 21 tahun. Lihat Andi Mappiare, *Psikologi Remaja*, (Surabaya: Usaha Nasional, tth), h. 25.

⁵ LS, Mahasiswi, **Wawancara pribadi**, Banjarmasin Timur, 20 Januari 2014.

Ketika seorang wanita sudah memiliki calon suami, harapan untuk menikah menjadi sangat besar. Namun apabila hal yang diharapkan tersebut batal maka yang terjadi bisa saja membuat si wanita menjadi *down*.⁶ Sesuatu yang didambakan ternyata buyar⁷ begitu saja, terlebih jika si wanita ditinggalkan dengan alasan yang tidak jelas. Apabila hal itu sudah terjadi, emosi, pikiran, tenaga bisa terkuras dengan cepat, tidak seperti biasanya.

Relvich & Shatte dalam skripsi Dina Riana mengemukakan beberapa emosi yang biasa dialami individu dengan berakhirnya suatu hubungan percintaan, yaitu kesedihan dan depresi, perasaan bersalah, marah, kecemasan⁸, dan juga perasaan malu. Terjadi perubahan *mood*⁹ yang kuat, cepat dan sering, perasaan mudah

⁶ *Down*: turun, kebawah;*downward*, menurunkan;*drop*, menjatuhkan, murung;*moody*, tenggelam;*summerged*

⁷ *Buyar*: Mengalir atau meresap seperti tinta pada kertas; terserak; tercerai; berantakan; pikiran yang kehilangan fokus konsentrasinya. Lihat Wirah Aryoso dan Syaiful Herman, *Kamus Pintar Bahasa Indonesia*, Cet. I, (t.t.: Pustaka Makmur, 2013). h. 97

⁸ Kecemasan (*anxiety*): 1. Perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. 2. Rasa takut atau khawatir kronis pada tingkat yang ringan. 3. Kekhawatiran atau ketakutan yang kuat dan meluap-luap. 4. Satu dorongan sekunder mencakup suatu reaksi penghindran yang dipelajari. Pada peristiwa adanya perangsang bersyarat (respon terkondisionir), biasanya pada peristiwa kejutan atau shock, subjek binatang yang bersangkutan memperlihatkan tingkah laku yang membuktikan adanya kecemasan, termasuk antara lain terkencing-kencing, terberak-berak, usaha kabur melarikan diri menjauhi aparat, dan lain-lain. Lihat J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, h. 32

⁹ *Mood* adalah suatu perasaan seseorang untuk merasa bahagia dan berenergi pada satu waktu merasa sedih serta apatis pada waktu yang lain. Gangguan mood merupakan gangguan yang terjadi pada keadaan emosional atau mood seseorang. Orang dapat mengalami gangguan ini dalam bentuk depresi yang ekstrim (*dysphoric*), kegembiraan yang berlebihan (*euphoria*), atau kombinasi dari kedua keadaan tersebut. Lihat Richard P. Halgin, Susan Krauss Whitbourne, *Psikologi Abnormal, Perspektif Klinis pada Gangguan Psikologis*, Edisi 6, Buku 2, terj. Aliya Tussyani, dkk, (Jakarta: Salemba Humanika, 2011), h. 4.

tersinggung, kesepian, mengalami masalah yang berkaitan dengan pola tidur dan nafsu makan, merasa putus asa, dan bingung.¹⁰

Alina mengatakan bahwa akibat berpisah dengan orang-orang yang dicintai dapat membangun suatu reaksi emosional seperti kesedihan, kekecewaan bahkan rasa geram yang membuat marah pada lingkungan dan diri sendiri.¹¹

Ada pula yang susah untuk melupakan orang yang dicintainya hingga pikiran dan perilakunya tidak terkontrol, misalnya dia selalu mengurung diri di dalam kamar atau tidak mau masuk sekolah atau turun kuliah karena pikiran dan hati terasa kacau balau, hingga hak dan kewajibannya pun tidak bisa dipenuhi dan dijalani. Seperti yang dikemukakan oleh Ls (nama samaran):

“Sangat berimbas sama kuliah saya pada waktu itu. Sebenarnya, jika bukan karena ingat sama perjuangan orang tua, saya tidak bakal lagi masuk kuliah, malas, terlebih itu laki-laki berada satu fakultas. Tidak enak, bikin geram kalau lihat wajahnya. Kuliah pun kadang saya masuk hanya dengan membawa peralatan seadanya, sering juga tidak membawa apa-apa. Kalau saat dosen sedang menerangkan materi, saya sering pasang headset untuk mendengar lagu.”¹²

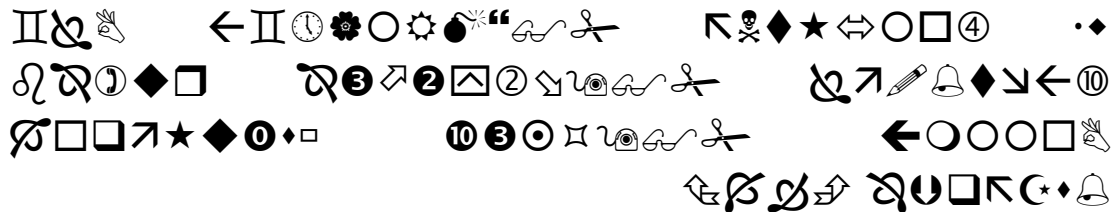
Padahal sebenarnya dalam agama Islam sendiri, sudah mengingatkan kita untuk tidak berlebih-lebihan dalam mencintai sesuatu karena bisa jadi sesuatu yang kita cintai itu akan menjadi sesuatu yang kita benci. Namun bagaimana apabila hal ini

¹⁰ Dina Riana, “Resiliensi pada Wanita yang Putus Hubungan Setelah Melakukan Hubungan Seks Prematual.” (Skripsi tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, 2008), h. 3-4.

¹¹ <http://www.erpsoft.co.id/henlia/mainsubutama.asp?id=46>. Di unduh pada 28 Des 2013

¹² Ls, Mahasiswi, **Wawancara pribadi**, Banjarmasin Timur 20 Januari 2014.

sudah terjadi, dan sudah membuahkan frustrasi pada yang putus hubungan, dan bisa membuat mereka putus asa sesuai dengan firman Allah SWT berfirman dalam Al-Quran Surah Fushilat ayat 49 yang berbunyi :



“Manusia tidak jemu memohon kebaikan, dan jika mereka ditimpa malapetaka dia menjadi putus asa lagi putus harapan.”¹³

Sebagai umat Islam tentunya kita tidak boleh berputus asa, tetapi tidak jarang kita tidak dapat mengontrol emosi, pikiran dan perasaan. Perasaan cemas dengan mudah menghinggapi si wanita tersebut. Terkadang perlu waktu yang sangat panjang untuk mengembalikan keadaan seperti semula.

Menurut Yoseph dalam Alex Sobur, orang yang mengalami kecemasan sama sekali tidak mengetahui langkah dan cara yang harus diambil selanjutnya. Dalam pandangannya, kecemasan adalah rasa sudah terkepung, sudah terjepit, dan sudah terperangkap oleh dan di dalam bahaya. Kecemasan selalu menampakkan diri dalam berbagai bentuk serta intensitas, karena kecemasan merupakan sikap bahaya yang mengancam keseluruhan manusia sebagai pribadi dalam eksistensinya.¹⁴

¹³ Yayasan Penyelenggara Penerjemah Al-Quran Depag, *Al-Quran dan Terjemah*, ... h. 710.

¹⁴ Alex Sobur, *Psikologi Umum Dalam Lintasan Sejarah*, Cet. 1, (Bandung: Pustaka Setia, 2011), h. 345.

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis ingin mengetahui bagaimana kecemasan yang diakibatkan putus hubungan cinta. Hal tersebutlah yang menarik perhatian penulis untuk mengadakan penelitian di kota Banjarmasin sebagai tempat penelitian dengan judul “*Kecemasan Pada Wanita Dewasa yang Mengalami Putus Hubungan Cinta*”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan dibahas:

1. Bagaimana gambaran kecemasan pada wanita dewasa yang mengalami putus hubungan cinta?
2. Faktor-faktor apa sajakah yang mempengaruhi kecemasan pada wanita dewasa yang mengalami putus hubungan cinta tersebut?

C. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahpahaman terhadap penelitian ini perlu diketahui definisi operasional sebagai berikut:

1. Kecemasan adalah perasaan cemas dan takut yang berlangsung terus menerus serta tidak dapat dikendalikan, perasaan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi,

dan rasa ketakutan yang sangat kuat¹⁵. Kecemasan disini merupakan perasaan ketakutan (baik realistis maupun tidak realistis), yang disertai dengan peningkatan reaksi kejiwaan.

2. Cinta adalah sebuah perasaan suka, sayang, terpicat, menginginkan, menaruh kasih sayang terhadap seseorang, biasanya disertai satu komponen seksual.¹⁶
3. Putus (hubungan) adalah dua orang yang berhubungan dan telah memutuskan menghentikan hubungan cinta (sudah tidak ada hubungan lagi).
4. Wanita adalah jenis kelamin, ditandai dengan dominannya sifat feminim, tidak terlihatnya jakun seperti pada laki-laki atau lebih ringkasnya kebalikan dari laki-laki.
5. Usia dewasa, Hurlock menjelaskan bahwa usia dewasa dimulai dari usia 21 tahun¹⁷. Erikson¹⁸ berpendapat bahwa usia 19 tahun sudah memasuki usia dewasa.¹⁹

¹⁵ Carole Wade, Carol Tavis, *Psikolog*, edisi ke-9, Jilid 2, terj. Padang Mursalin dan Dinastuti, ed. Hardani (t.t.: Penerbit Erlangga, 2007), h. 330

¹⁶ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, ... h. 169.

¹⁷ Andi Mappiare, *Psikologi Remaja*, (Surabaya: Usaha Nasional, tth), h. 25

¹⁸ Psikoanalisis Amerika kelahiran Jerman, Erik Homburger Erikson (1902-1994) berusaha menghidupkan kembali struktur psikoanalisis sesudah kematian Sigmund Freud tahun 1939. Erikson menganggap dirinya sebagai psikoanalisis Freudian meskipun beberapa pendapatnya di luar tradisi Freudian. *Teori psikososial* Erikson menggambarkan “tahap-tahap” perkembangan, melengkapi *teori tahapan perkembangan psikoseksual* dari Freud, teori tahapan perkembangan kognitif dari Piaget, dan *teori tahapan perkembangan interpersonal* dari Sullivan. Gagasan “tahap” dalam teori perkembangan menunjukan pada usia yang dipastikan pada titik di mana bentuk baru perilaku muncul dalam menanggapi kematangan baru dan variable-variabel sosial. Lihat *Kamus Psikologi, Teori*,

Maksud dari judul ini adalah untuk memberikan gambaran kecemasan seperti apa yang menimpa wanita usia dewasa yang mengalami putus hubungan cinta.

D. Tujuan Dan Signifikansi Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini antara lain adalah sebagai berikut:

- a. Mengetahui gambaran kecemasan pada wanita dewasa yang mengalami putus hubungan cinta.
- b. Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan tersebut

2. Signifikansi Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna sebagai:

- a. Sumbangan pemikiran bagi semua kalangan yang memerlukan informasi tentang kecemasan pada wanita dewasa yang mengalami putus hubungan cinta serta menjadi sumbangan bagi dunia ilmu pengetahuan sekaligus pengembangan dunia ilmiah.

Hukum, dan Konsep oleh Jon E Roেকেlein. terj. Intan Irawati, ed. A.K. Anwar, Cet. I, (Jakarta: Kencana, 2013), h. 212.

¹⁹ Alex Sobur, *Psikologi Umum, Dalam Lintasan Sejarah*, Cet. 2 (Bandung: Pustaka Setia, 2003), h. 137.

- b. Bahan informasi dan masukan bagi masyarakat serta seluruh oknum yang terkait dalam hal kecemasan usia dewasa yang mengalami putus hubungan. Mudah-mudahan penelitian ini bisa memberikan pelajaran agar pemuda pemudi lebih berhati-hati dalam bergaul, terlebih terhadap lawan jenis yang bukan mahrom.
- c. Tambahkan pustaka untuk Psikologi Islam yang nantinya akan terjun ke masyarakat, diharapkan berguna sebagai salah satu panduan untuk memberikan konseling atau nasehat bagi mereka yang mengalami kegagalan dalam menjalin hubungan cinta.
- d. Bahan perbandingan bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian secara lebih mendalam.

E. Tinjauan Pustaka

Sepanjang pengetahuan penulis, ada beberapa penelitian yang berkenaan dengan kecemasan dan hubungan cinta. Dina Riana, *Resiliensi pada Wanita yang Putus Hubungan Setelah Melakukan Hubungan Seks Prematual*, skripsi, tahun 2008. Shafira melakukan penelitian dengan judul *Kesepian Pada Remaja Yang Mengalami Putus Hubungan*, skripsi, tahun 2008. Penelitian ini menunjukkan bahwa para remaja sangat merasakan kesepian ketika mengalami putus pacaran. Dampak kesepian pada remaja sangat dikhawatirkan, karena pada seorang remaja dapat melakukan hal-hal

yang membahayakan ketika merasa kesepian atau putus hubungan dengan orang yang sangat disayangi.

Kemudian skripsi oleh Adhi Fajar Kurnia dengan judul *Makna Hidup pada Pria Usia dewasa Awal yang Mengalami Putus Cinta*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran makna hidup pada individu melalui pengalaman putus cinta yang dialami oleh subjek, untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat menyebabkan subjek dapat menemukan kebermaknaan hidupnya setelah putus cinta dan untuk mengetahui bagaimana proses subjek dalam memperoleh kebermaknaan hidupnya melalui pengalaman putus cinta. Skripsi Sarah Hotmauli *Kecemasan Pasca Bercerai Pada Wanita Dewasa Awal*. Penelitian ini menunjukkan bahwa subjek mengalami kecemasan seperti sedih karena keluarganya tidak ada yang membantu, kecewa atas pernikahan dan kehidupan yang dialaminya, cemas dalam memikirkan kebutuhan hidup sehari-hari dengan tiga orang anak, wanita dewasa awal juga harus bisa mengatur ekonomi keluarga secara mandiri dan panik memikirkan masa depan anak-anaknya.

Peneliti belum menemukan penelitian tentang kecemasan pada wanita usia dewasa yang mengalami putus hubungan, oleh karena itu peneliti mencoba untuk meneliti permasalahan tersebut. Yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah waktu putus cintanya. Di sini subjek mengalami putus cinta pada saat akan menggelar *badatangan* dan dalam keadaan bertunangan. Sementara penelitian sebelumnya ada yang berfokus pada akibat dari pernah melakukan seks

prematial, ada mengenai kebermaknaan hidup, namun penelitian itu fokus kepada laki-laki. Serta ada putus yang sudah berumah tangga atau perceraian.

F. Metode Penelitian

1. Jenis dan Lokasi Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif dengan model studi kasus, yang bertujuan untuk mendeskriptifkan gambaran kehidupan seseorang atau tingkah laku seseorang, dengan menggunakan metode deskriptif kualitatif juga diperoleh pemahaman yang mendalam tentang berbagai gejala-gejala sosial yang terjadi di dalam masyarakat. Penelitian berlokasi di Banjarmasin.

2. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini ialah wanita fase usia dewasa yang pernah mengalami putus hubungan di kota Banjarmasin. Subjek dalam penelitian ini berjumlah dua orang dengan karakteristik berusia 20-30 tahun dan berstatus belum kawin. Peneliti tidak ada maksud untuk mempersempit peraturan perundang-undangan Republik Indonesia yang mengizinkan pernikahan sejak berusia 19 tahun untuk pria dan 16 tahun untuk wanita. Alasan peneliti hanya mengambil dua orang subjek yang berusia 20-30 karena peneliti kesulitan mencari orang yang mau dijadikan responden untuk kasus ini.²⁰

²⁰ Dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan BAB II Pasal 7 Ayat 1 disebutkan bahwa perkawinan hanya diizinkan jika pihak pria sudah mencapai

b. Objek Penelitian

Berdasarkan penjelasan di atas, objek dari penelitian ini kecemasan akibat putus cinta pada wanita usia dewasa.

G. Data dan Sumber Data

1. Data

Data adalah hasil pencatatan peneliti, baik berupa fakta ataupun angka. Dengan kata lain, data adalah segala fakta ataupun angka yang dapat dijadikan bahan untuk menyusun suatu informasi, sedangkan informasi adalah hasil pengolahan data yang dipakai untuk suatu keperluan.²¹

Berdasarkan penjelasan di atas, maka data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Data Primer, data primer pada penelitian ini adalah data-data yang berhubungan dengan jawaban atas perumusan masalah, yaitu:

- 1) Mengetahui gambaran kecemasan akibat putus hubungan cinta.
- 2) Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan tersebut.

umur 19 tahun dan pihak wanita sudah mencapai umur 16 tahun. Sumber <http://www.lbh-apik.or.id/uu-perk.htm>

²¹Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1993), h. 92

- b. Data sekunder, data sekunder merupakan data yang diambil dari orang lain. Data skunder dalam penelitian ini merupakan data pendukung untuk memperjelas dan memperkuat validitas data pokok, yakni yang menyangkut gambaran umum tentang lokasi penelitian atau yang berhubungan dengan kondisi objek lokasi penelitian seperti lokasi penelitian di kota Banjarmasin.

2. Sumber Data

- a. Responden, yaitu orang yang merespon atau memberikan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan peneliti.²² Yaitu wanita usia dewasa yang pernah mengalami putus hubungan.
- b. Informan, yaitu orang dalam pada latar penelitian. Fungsinya sebagai orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian.

3. Tehnik Pengumpulan Data

Sebelum data itu dianalisis, tentunya data haruslah dikumpulkan terlebih dahulu. Data yang dibutuhkan tersebut dikumpulkan dengan teknik tertentu yang disebut teknik pengumpulan data.

Tehnik pengumpulan data terdiri atas observasi (*observation*) dan wawancara (*interview*),²³

²² Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, ... h. 102

²³ Usman, Husaini dan Purnomo Setiady Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial*, Edisi 2, (Jakarta: Bumi Asara, 2009), h. 52.

- a. Observasi, yaitu pengamatan dan pencatatan yang sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti.²⁴ Jenis observasi dalam penelitian ini adalah observasi langsung terhadap wanita usia dewasa yang pernah mengalami putus hubungan. Jadi peneliti mengamati langsung ke lokasi yang diteliti, peneliti akan melihat langsung bagaimana kondisi lingkungan sekitar, bagaimana sikap dan watak orang tua subjek, bagaimana perilaku tetangga sekitar ketika beredar kabar seperti kasus yang dibahas peneliti, serta bagaimana raut wajah subjek ketika melakukan wawancara. Dengan menggunakan teknik ini, memungkinkan penulis mendapatkan keabsahan data yang diperlukan.
- b. Wawancara, ialah tanya jawab lisan antara dua orang atau lebih secara langsung.²⁵ Jadi peneliti mengadakan tanya jawab dengan responden dan informan untuk mendapatkan data yang akurat sekitar masalah yang diteliti. Informasi yang digali merupakan permasalahan putus cinta yang dialami oleh responden, kecemasan, serta faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan tersebut.

4. Teknik Pengolahan Data

Ada beberapa teknik dan pengolahan data yang penulis gunakan, yaitu:

²⁴Usman, Husaini dan Purnomo Setiady Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial*, ... h.52.

²⁵ Usman, Husaini dan Purnomo Setiady Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial*, ... h. 55.

- a. Editing, yaitu penulis mencatat kembali data yang telah terkumpul untuk mengetahui apakah semua data sudah lengkap dan dapat dipahami.
 - b. Koding, yaitu penulis mengklasifikasikan data dari hasil jawaban responden dan informan menurut macamnya dengan memberikan kode pada tiap-tiap data yang diperoleh.
 - c. Klasifikasi, yaitu mengelompokkan data sesuai dengan jenis-jenis data yang diperlukan.
5. Analisis Data

Setelah data terkumpul, kemudian dilakukan analisis terhadap data yang didapat dari penelitian. Analisis data yang penulis lakukan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan psikologis.

H. Prosedur Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini ada beberapa prosedur yang dilalui, yaitu:

1. Tahap Pendahuluan
 - a. Telaah Perpustakaan
 - b. Penjajakan lokasi penelitian
 - c. Membuat proposal penelitian
 - d. Berkonsultasi dengan dosen pembimbing

- e. Mengajukan desain proposal serta persetujuan judul kepada Dekan Fakultas Ushuludin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin.
2. Tahap Persiapan
 - a. Melaksanakan seminar proposal skripsi yang telah disetujui Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin.
 - b. Merevisi proposal skripsi dengan berpedoman kepada hasil seminar dan petunjuk bapak/ibu pembimbing.
 - c. Menyiapkan instrumen pengumpulan data, berupa pedoman observasi dan wawancara.
 3. Tahap Pelaksanaan
 - a. Melakukan wawancara kepada responden dan informan.
 - b. Mengumpulkan data yang telah diberikan oleh responden dan informan.
 - c. Mengolah dan menganalisis data.
 4. Tahap penyusunan laporan
 - a. Penyusunan laporan penelitian
 - b. Diserahkan kepada dosen pembimbing skripsi untuk dikoreksi dan disetujui.
 - c. Diperbanyak dan selanjutnya siap untuk diujikan dan dipertahankan dalam sidang munaqasyah skripsi untuk dapat dipertanggungjawabkan.

I. Sistematika Penulisan

Penelitian dengan judul *Kecemasan pada wanita dewasa yang mengalami putus hubungan cinta* ini sistematis dalam penulisannya secara garis besar dibagi dalam lima bab, yaitu:

1. Bab I Pendahuluan. Bab ini berisi latar belakang masalah penelitian, perumusan masalah, alasan memilih judul, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, dan sistematika penulisan.
2. Bab II Landasan teori. Pada bab ini dimuat tentang kecemasan, dewasa dan permasalahannya, putus hubungan dan permasalahannya, kecemasan akibat putus hubungan dan sikap dalam menghadapi putus hubungan.
3. Bab III Laporan Hasil Penelitian. Pada bab ini dimuat tentang hasil penelitian gambaran kecemasan pada wanita usia dewasa akibat putus hubungan cinta dan faktor-faktor yang memengaruhinya.
4. Bab IV Analisis Data. Pada bab ini, penulis memberikan analisa kecemasan seperti apa yang dialami kedua subjek.
5. Bab V Penutup, yang berisi kesimpulan dan saran-saran.