

ABSTRAK

Kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu untuk dapat menerima diri apa adanya, menjalin relasi dengan orang lain, mengendalikan diri, mampu menghadapi tekanan sosial, serta mampu merealisasikan potensi yang dimiliki sehingga dapat memiliki arti dalam hidupnya. Peristiwa perceraian mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada janda yang bercerai. Penelitian ini bertujuan untuk menggali tentang gambaran kesejahteraan psikologis pada janda yang bercerai. Metode yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode pengumpulan data menggunakan metode wawancara. Prosedur pemilihan responden menggunakan metode *purposive sampling* dengan menentukan kriteria partisipan, yaitu janda yang sudah tidak mempunyai suami dan bercerai selama 4 tahun. Hasil penelitian ini yaitu bahwa janda yang telah merencanakan perceraian cenderung memiliki rentang waktu yang lebih cepat dalam mencapai kesejahteraan psikologis, dibandingkan dengan janda yang diceraikan oleh suaminya. Selain itu terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi tercapainya kesejahteraan psikologis bagi partisipan.

Kata Kunci : Kesejahteraan Psikologis, Janda cerai

Abstract

This research is aimed to know how is the description of psychological well-being in divorced widows. The research method that is used in this research is qualitative with phenomenological approach. The collective data method used interview. The selection of participants' procedure used purposive sampling method by determining the criteria of participants: widows who are no longer has a husband and divorced for 4 years. The result of this research showed that widows who have planned divorce tend to have a faster time span in achieving psychological well-being than the widows who divorced by their husbands. In addition there are several factors that influence the achievement of psychological well-being for the participants.

Keywords: psychological well-being, divorced widows