

STRATEGI COPING KELUARGA YANG MELAKSANAKAN RITUAL RAMBU SOLO DI KAB.TANA TORAJA

Oleh :

Minarni

E-mail : minarnispsi.81@yahoo.com

Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar

ABSTRAK

Rambu solo sebagai salah satu ritual yang dilakukan oleh masyarakat Tana Toraja. Rambu Solo adalah upacara adat kematian masyarakat Toraja yang bertujuan untuk menghormati dan menghantarkan arwah orang yang meninggal dunia menuju alam roh, yaitu kembali kepada keabadian bersama para leluhur mereka di sebuah tempat peristirahatan yang telah keluarga tentukan. Upacara ini sering disebut sebagai upacara penyempurnaan kematian karena orang yang meninggal baru dianggap benar-benar meninggal setelah seluruh proses upacara selesai dilakukan. Jika belum, maka orang yang meninggal tersebut hanya dianggap sebagai orang yang sakit atau lemah, sehingga tetap diperlakukan seperti halnya orang hidup dan masih dibaringkan di tempat tidur serta disediakan hidangan makanan dan minuman bahkan selalu diajak berbicara

Target yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk melihat strategi coping pada keluarga yang akan melakukan ritual rambu solo melalui metode kualitatif. Penelitian ini dilakukan di Kab.Tana Toraja dengan melakukan wawancara dan observasi langsung.

KataKunci : *Strategi Coping*

I. PENDAHULUAN

Dalam sebuah keluarga pasti pernah mempunyai masalah, dari yang terkecil sampai yang terbesar. Untuk menyelesaikannya ada berbagai metode yang digunakan. Jika seorang individu salah atau kurang tepat dalam mengcoping suatu permasalahan, maka hasilnya pun akan kurang memuaskan, bahkan dapat menimbulkan gangguan dalam pikiran dan kejiwaannya, seperti depresi, stres dan gila.

Coping ini secara bahasa mempunyai makna menanggulangi, menerima menguasai segala sesuatu yang berangkutan dengan diri kita sendiri. Untuk mengendalikan emosi bisa dilakukan dengan banyak cara, diantaranya dengan model penyesuaian, pengalihan dan coping. Strategi coping itu sendiri dapat diartikan sebuah cara atau perilaku individu untuk menyelesaikan suatu permasalahan.

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Coping

1. Pengertian Coping

Lazarus & Folkman (1998) coping adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengatur kesenjangan persepsi antara tuntutan situasi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan. Sedangkan menurut Mu'tadin (2002) menyatakan strategi coping menunjukkan pada berbagai upaya baik mental maupun perilaku untuk menguasai, mentoleransi, mengurangi, atau meminimalisasikan suatu situasi yang penuh tekanan. Sedangkan dalam kamus psikologi strategi coping adalah sebuah cara yang didasari dan rasional untuk menghadapi dan mengatasi kecemasan hidup. Istilah ini secara khusus digunakan bagi strategi-strategi yang dirancang menanggulangi sumber kecemasan.

Coping yang efektif yang menghasilkan adaptasi yang menetap, yang merupakan kebiasaan baru dan perbaikan dari situasi yang lama, sedangkan coping yang tidak efektif berakhir dengan maladaptif yaitu perilaku menyimpang dan keinginan normative yang dapat merugikan diri sendiri, orang lain maupun lingkungan. Setiap individu melakukan coping tidak sendiri dan tidak hanya menggunakan satu

strategi tetapi dapat melakukan bervariasi, hal dapat tergantung dari kemampuan kondisi individu (Rasmun 2004)

2. Jenis-jenis strategi coping

a. Problem focus coping (PFC)

Problem focus coping yaitu usaha untuk mengurangi atau menghilangkan stres dengan cara menghadapi penyebab timbulnya masalah secara langsung. Usaha-usaha yang dilakukan pada problem focus coping lebih ditekankan dalam bentuk-bentuk strategi yang bertujuan untuk menyelesaikan masalah dengan memperluas sumber-sumber yang bisa mengatasi masalah. Strategi ini lebih menekankan pada kognitif dan bersifat konstruktif. (Sarafino 2006). Bentuk strategi coping yang berfokus pada masalah problem focus coping (PFC):

- 1) Menghadapi masalah secara aktif
Proses menggunakan langkah-langkah aktif untuk mencoba menghilangkan stres atau memperbaiki. Akibatnya strategi ini memulai tindakan langsung, meningkatkan usaha dan menghadapi masalah dengan cara-cara bijaksana.
- 2) Perencanaan
Berpikir mengenai bagaimana menghadapi tekanan. Perencanaan mengajukan strategi tindakan, berpikir mengenai langkah-langkah untuk mengurangi masalah dan bagaimana mengatasi masalah.
- 3) Mengurangi aktivitas-aktivitas persaingan
Mengurangi aktivitas-aktivitas persaingan berarti mengajukan rencana lain, mencoba menghindari gangguan orang lain tetapi membiarkan orang lain untuk menangani stressor. Seseorang mungkin mengurangi keterlibatan dalam aktivitas persaingan atau menahan diri dari perebutan sumber informasi sebagai cara untuk memusatkan perhatian pada tantangan atau ancaman yang ada.
- 4) Pengendalian
Pengendalian berarti menunggu kesempatan yang tepat untuk bertindak serta menahan diri. Pada dasarnya strategi ini tidak dianggap sebagai suatu strategi coping yang berpotensi, tetapi terkadang responnya cukup bermanfaat dan diperlukan untuk menghadapi tekanan secara efektif.
- 5) Dukungan sosial

Mencari dukungan sosial karena alasan instrumen merupakan aspek dari PFC berupa mencari nasehat, bantuan dan informasi.

a. Emotional focus coping (EFC)

Emotional focus coping merupakan jenis coping yang bertujuan untuk menjaga dan mempertahankan keseimbangan afeksi. Apabila dihadapkan pada sebuah permasalahan, subjek dengan kecenderungan EFC akan cenderung untuk menghindari permasalahan secara langsung karena merasa tidak memiliki sumber daya yang cukup untuk mengatasi hal tersebut. Tipe strategi EFC ini cenderung mendominasi jika individu memandang stressor sebagai sesuatu yang tidak dapat diubah (Lazarus RS.&Folkman S.1984). bentuk strategi coping yang berfokus pada emotional focus coping yaitu :

- 1) Pelepasan emosi
- 2) Tindakan pelarian
- 3) Pelarian secara mental
- 4) Reinterpretasi dan perkembangan positif
- 5) Penolakan
- 6) Penerimaan
- 7) Mengalihkan pada agama
- 8) Dukungan sosial

3. Macam-macam strategi coping

a. Coping Psikologi

Pada umumnya gejala yang ditimbulkan akibat stres psikologi tergantung pada dua faktor yaitu: 1). Bagaimana persepsi atau penerimaan individu terhadap stressor artinya seberapa besar ancaman yang dirasakan oleh individu tersebut terhadap stressor yang diterimanya. 2.) Keefektifan strategi coping yang digunakan oleh individu; artinya dalam menghadapi stressor jika strategi yang digunakan efektif maka menghasilkan adaptasi yang baik dan menjadi suatu pola baru dalam kehidupan. Tetapi jika sebaliknya dapat mengakibatkan gangguan kesehatan fisik maupun psikologi. (Rasmun 2004)

b. Coping Psiko-sosial

Adalah reaksi psiko-sosial terhadap stimulus stres yang diterima atau yang dihadapi oleh klien. (Rasmun 2004).

1. Faktor-Faktor strategi Coping

- a. Menurut Lazarus dan Folkman (1998) faktor yang mempengaruhi coping dari luar atau dalam ada lima yaitu:

- b. Kesehatan fisik : Kesehatan merupakan hal yang sangat penting, karena selama dalam usaha mengatasi, individu dituntut untuk mengarahkan tenaga yang cukup besar.
- c. Keyakinan atau pandangan positif : Keyakinan menjadi sumber daya psikologis yang sangat penting seperti keyakinan akan nasib (eksternal locus of control) yang mengarahkan individu pada penilaian ketidakberdayaan yang akan menurunkan kemampuan strategi coping.
- d. Keterampilan memecahkan masalah : Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi menganalisis situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat
- e. Keterampilan Sosial : Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertindak dengan cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku dimasyarakat.
- f. Dukungan sosial : Dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya.

B. Keluarga

1. Pengertian Keluarga

Keluarga adalah salah satu kelompok atau kumpulan manusia yang hidup bersama sebagai satu kesatuan atau unit masyarakat terkecil dan biasanya selalu ada hubungan darah, ikatan perkawinan atau ikatan lainnya, tinggal bersama dalam satu rumah yang dipimpin oleh seorang kepala keluarga. Selain itu, Keluarga adalah sekumpulan orang dengan ikatan perkawinan, kelahiran, dan adopsi yang bertujuan untuk menciptakan, mempertahankan budaya, dan meningkatkan perkembangan fisik, mental, emosional,

serta sosial dari tiap anggota keluarga (Duvall dan Logan, 1986).

Menurut Bailon dan Maglaya (1978) Keluarga adalah dua atau lebih individu yang hidup dalam satu rumah tangga karena adanya hubungan darah, perkawinan, atau adopsi. Mereka saling berinteraksi satu dengan yang lain, mempunyai peran masing-masing dan menciptakan serta mempertahankan suatu budaya. Sedangkan Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah satu atap dalam keadaan saling ketergantungan (Departemen Kesehatan RI dalam Ali, 2006).

2. Fungsi Keluarga

a. Fungsi Biologis

Untuk meneruskan keturunan

- 1) Memelihara dan membesarkan anak
- 2) Memberikan makanan bagi keluarga dan memenuhi kebutuhan gizi
- 3) Merawat dan melindungi kesehatan para anggotanya
- 4) Memberi kesempatan untuk berekreasi

b. Fungsi Psikologis

- 1) Identitas keluarga serta rasa aman dan kasih sayang
- 2) Pendewasaan kepribadian bagi para anggotanya
- 3) Perlindungan secara psikologis
- 4) Mengadakan hubungan keluarga dengan keluarga lain atau masyarakat

c. Fungsi Sosial Budaya atau Sosiologi

- 1) Meneruskan nilai-nilai budaya
- 2) Sosialisasi
- 3) Pembentukan norma-norma, tingkah laku pada tiap tahap perkembangan anak serta kehidupan keluarga

d. Fungsi Sosial

- 1) Mencari sumber-sumber untuk memenuhi fungsi lainnya
- 2) Pembagian sumber-sumber tersebut untuk pengeluaran atau tabungan
- 3) Pengaturan ekonomi atau keuangan

e. Fungsi Pendidikan

- 1) Penanaman keterampilan, tingkah laku dan pengetahuan dalam hubungan dengan fungsi-fungsi lain.
- 2) Persiapan untuk kehidupan dewasa.
- 3) Memenuhi peranan sehingga anggota keluarga yang dewasa

A. Rambu Solo

Dalam masyarakat Toraja, upacara pemakaman merupakan ritual yang paling penting dan berbiaya mahal. Semakin kaya dan berkuasa seseorang, maka biaya upacara pemakamannya akan semakin mahal. Upacara kematian ini disebut Rambu Solo'.

Rambu Solo' merupakan acara tradisi yang sangat meriah di Tana Toraja, karena memakan waktu berhari-hari untuk merayakannya. Upacara ini biasanya dilaksanakan pada siang hari, saat matahari mulai condong ke barat dan biasanya membutuhkan waktu 2-3 hari. Bahkan bisa sampai dua minggu untuk kalangan bangsawan. Kuburannya sendiri dibuat di bagian atas tebing di ketinggian bukit batu. Karena menurut kepercayaan Aluk To Dolo (kepercayaan masyarakat Tana Toraja dulu, sebelum masuknya agama Nasrani dan Islam) di kalangan orang Tana Toraja, semakin tinggi tempat jenazah tersebut diletakkan, maka semakin cepat pula rohnya sampai ke nirwana.

Dalam agama aluk, hanya keluarga bangsawan yang berhak menggelar pesta pemakaman yang besar. Pesta pemakaman seorang bangsawan biasanya dihadiri oleh ribuan orang dan berlangsung selama beberapa hari. Sebuah tempat prosesi pemakaman yang disebut rante biasanya disiapkan pada sebuah padang rumput yang luas, selain sebagai tempat pelayat yang hadir, juga sebagai tempat lumbung padi, dan berbagai perangkat pemakaman lainnya yang dibuat oleh keluarga yang ditinggalkan. Musik suling, nyanyian, lagu dan puisi, tangisan dan ratapan merupakan ekspresi duka cita yang dilakukan oleh suku Toraja tetapi semua itu tidak berlaku untuk pemakaman anak-anak, orang miskin, dan orang kelas rendah.

Upacara pemakaman ini kadang-kadang baru digelar setelah berminggu-minggu, berbulan-bulan, bahkan bertahun-tahun sejak kematian yang bersangkutan, dengan tujuan agar keluarga yang ditinggalkan dapat mengumpulkan cukup uang untuk menutupi biaya pemakaman. Suku Toraja percaya bahwa kematian bukanlah sesuatu yang datang dengan tiba-tiba tetapi merupakan sebuah proses yang bertahap menuju Puya (dunia arwah, atau akhirat). Dalam masa penungguan itu, jenazah

dibungkus dengan beberapa helai kain dan disimpan di bawah tongkonan. Arwah orang mati dipercaya tetap tinggal di desa sampai upacara pemakaman selesai, setelah itu arwah akan melakukan perjalanan ke Puya.

Bagian lain dari pemakaman adalah penyembelihan kerbau. Semakin berkuasa seseorang maka semakin banyak kerbau yang disembelih. Penyembelihan dilakukan dengan menggunakan golok. Suku Toraja percaya bahwa arwah membutuhkan kerbau untuk melakukan perjalanannya dan akan lebih cepat sampai di Puya jika ada banyak kerbau. Penyembelihan puluhan kerbau dan ratusan babi merupakan puncak upacara pemakaman yang diringi musik dan tarian para pemuda yang menangkap darah yang muncrat dengan bambu panjang. Sebagian daging tersebut diberikan kepada para tamu dan dicatat karena hal itu akan dianggap sebagai utang pada keluarga almarhum.

III. METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Dalam sebuah penelitian diperlukan metode atau pendekatan untuk melakukan penelitian terhadap fenomena yang ada di lapangan dan prosedur pelaksanaan suatu penelitian haruslah didasari dengan metode penelitian yang ilmiah agar hasil yang diperoleh dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya, berdasarkan jenis masalah yang diteliti dan tujuannya, penelitian ini menggunakan metode kualitatif.

Bogdan dan Taylor (Moleong, 2006) menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Penelitian ini akan mengulas tentang Strategi Coping Keluarga yang akan melakukan ritual Rambu Solok.

B. Sumber Penelitian

Sumber pada penelitian ini adalah Keluarga yang akan melakukan Rambu Solok dengan melihat strategi copingnya di Kabupaten Tana Toraja Sulawesi Selatan. Sumber data diperoleh dengan system snowball sampling yaitu narasumber bisa diperoleh dari satu narasumber ke narasumber yang lain.

C. Teknik Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan teknik observasi, wawancara tidak terstruktur dan dokumen.

1. Observasi

Observasi adalah pengamatan dan pencatatan yang sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti (Bungin, 2005). Observasi merupakan pengamatan langsung ke lapangan penelitian. Hal-hal yang diamati dalam penelitian ini adalah hubungan sosial, gambaran kehidupan subjek, dan bahasa non-verbal yang ditampilkan selama wawancara.

2. Wawancara

Wawancara dengan subjek sebaiknya dicatat atau direkam langsung dengan menggunakan voice-recorder. Hal ini dilakukan karena kemampuan daya ingat manusia terbatas untuk menghafal semua perbincangan dengan subjek, dan juga dapat dijadikan sebagai bukti empiris dari penelitian yang dilakukan (Bungin, 2005).

3. Dokumen

Pemeriksaan dan analisa terhadap sejumlah dokumen, menjadi bagian dari teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini, sehingga diharapkan terdapat bukti-bukti tertulis yang membenarkan pernyataan subjek penelitian.

D. Analisis Data

Data dianalisis setelah dikumpulkan dalam bentuk laporan lapangan. Tujuan analisis data ialah untuk mengungkapkan data apa yang perlu dicari, hipotesis apa yang perlu diuji, pertanyaan apa yang perlu dijawab, metode apa yang harus digunakan untuk mendapatkan informasi baru, dan kesalahan apa yang perlu diperbaiki (Bungin, 2005).

Moleong (2006) teknik analisis dalam penelitian kualitatif terdiri dari reduksi data, kategorisasi dan penafsiran terhadap data. Teknik analisis kualitatif bertujuan menggambarkan situasi dan keragaman yang akan bermuara kepada alasan-alasan yang melatarbelakangi perilaku sosial. Teknik analisis data yang digunakan adalah sebagai berikut

1.Reduksi Data

Reduksi data dilakukan dengan memilih hal-hal pokok yang sesuai dengan fokus penelitian, kemudian data-data yang telah direduksi memberikan gambaran yang

lebih tajam tentang hasil pengamatan dan mempermudah peneliti untuk mencarinya jika sewaktu-waktu diperlukan. Reduksi data dapat pula membantu memberikan kode-kode pada aspek tertentu.

2. Display Data

Data yang menumpuk kurang dapat memberikan gambaran secara menyeluruh. Oleh sebab itu diperlukan display data yang menyajikan matriks grafik atau sketsa tentang bagian penting data.

3. Mengambil Keputusan dan Verifikasi

Data yang telah melalui proses display dan telah diidentifikasi dengan data yang lain, maka akan dicari hubungan, pola, dan persamaan yang sering muncul, kemudian menarik kesimpulan berdasarkan data tersebut. Kesimpulan yang ditarik, harus diverifikasi lebih awal sebelum berakhirnya penelitian. Hal ini diperlukan dalam rangka mengantisipasi terjadinya kekeliruan dalam pengambilan data, analisis dan penarikan kesimpulan. (Miles dan Huberman, 1984)

E. Keabsahan Data

Validitas atau kesahihan dan realibilitas hasil penelitian menentukan diterima tidaknya hasil penelitian secara umum (Bungin, 2005). Kualitas hasil penelitian menurut Bungin (2005) ditentukan oleh beberapa hal adalah sebagai berikut :

1. Kepercayaan tinggi (credibility) yang dapat dicapai dengan jalan menggunakan waktu yang cukup lama, pengamatan terus-menerus, pemeriksaan data yang diperoleh kepada orang lain yang dapat dipercaya, mendiskusikan dengan teman seprofesi, analisis kasus negatif, menggunakan alat bantu dalam penelitian seperti tape-recorder, kamera dan video. Derajat kepercayaan yang tinggi juga dapat diperoleh dengan melaksanakan inqueri sedemikian rupa sehingga tingkat kepercayaan penemuannya dapat dicapai dan dengan mempertunjukkan derajat kepercayaan hasil-hasil penemuan dengan jalan pembuktian oleh peneliti pada kenyataan ganda yang sedang diteliti.
2. Keteralihan (transferability) yakni apabila hasil penelitian kualitatif tersebut dapat diterapkan pada kasus dan situasi lainnya. Hal ini dapat dicapai dengan cara melakukan penelitian pada beberapa

lokasi. Keteralihan sebagai persoalan empiris tergantung pada kesamaan antara konteks pengirim dengan penerima.

3. Ketergantungan (dependability), dapat dicapai jika hasil penelitian tersebut sama dengan penelitian berikutnya pada waktu yang berbeda. Jika dua atau beberapa kali pengamatan terhadap kasus yang sama dilakukan dengan hasil yang sama atau hampir sama, maka kebergantungan tersebut dapat diperoleh.
4. Kepastian (komfirmability), merupakan non kualitatif yang menetapkan objektifitas dari segi kesepakatan antara subjek. Dalam hal ini terdapat banyak orang yang menyepakati persoalan tersebut sehingga objektifitas dapat dicapai.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Pada Bab ini akan di uraikan karakteristik subyek dan hasil penelitian yang diperoleh melalui wawancara berikut analisisnya. Selain itu akan di uraikan pula melalui tabel mengenai karakteristik dan jadwal wawancara masing-masing subyek.

Tabel 1.
Karakteristik Subyek

SUBYEK	AS	NL	EM	Kr
Usia	51 thn	41 thn	55 thn	47 thn
Pendidikan /pekerjaan	S1 /guru	SMA/ petani	S1 /guru	D3/ PNS
Alamat	Taron gko	To'Kal uku	Sandana	Garas sik

Subyek I :

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada subjek AS mengatakan bahwa AS mengalami gejala stress secara psikologis seperti sakit kepala, tidur tidak tenang, dan merasa kesal. Subjek AS juga merasa kurang nyaman dengan keadaan dimana jika subjek AS tidak mengikuti upacara rambu solo' subjek AS merasa terkucilkan oleh masyarakat atau bahkan merasa tersisih dari keluarganya sendiri. Subjek AS juga mengungkapkan bahwa biaya yang dikeluarkan tidak sebanding dengan

penghasilan yang ada sehingga memicu timbulnya stressor pada subjek AS.

" kalau saya perasaanku itu ada susahnyanya dan senangnyanya, eee anuu., itu mi susahnyanya ya itu mi biaya yang besar harus dikeluarkan beban terberatnya mi itu yang sediakan jadi semuanya pada materi hmmm yang harus tersedia terutama pada mental karena hmmm besarnya biaya yang dikelurkan bisa dipikir berhari-hari sehingga kadang-kadang kalau mau tidur tidak tenang hmmm sakit kepala juga. Bagaimana tidak stress ki nak ehh ukkh biaya yang mesti dikeluarkan tidak sebanding dengan pendapatan yang ada ehmmmm.

"tersisih betul ki dari keluarga apalagi kalau tidak pernah ki ikut serta dalam upacara rambu solo' aiii tidak bakalan naliat lihat maki keluarga itu saba' nakua tae bang narokkoi ki keden sara' (tidak turun tangan jika ada acara) jadi kurang apa namanya nyaman dengan kondisi tersebut. (WWCR/AS/102-105)

Subyek II :

Wawancara pun dimulai dan berlangsung, subjek NL sangat ramah dan terbuka dalam menceritakan pengalaman hidupnya serta bagaimana proses rambu solo' itu. Setiap kali peneliti melontarkan pertanyaan, subjek NL dengan semangat menjawab semuanya, sesekali subjek tertawa dan menyandarkan diri di sofa yang ia duduki dan pada saat menjelaskan kadang-kadang tangannya digoyang-goyangkan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada subjek NL mengalami gejala stress secara psikologis seperti sakit kepala, tidur tidak tenang, dan merasa kesal. Subjek NL juga merasa kurang nyaman dengan keadaan dimana jika subjek NL tidak mengikuti upacara rambu solo' subjek NL merasa terkucilkan oleh masyarakat atau bahkan merasa tersisih dari keluarganya sendiri. Subjek NL juga mengungkapkan bahwa biaya yang dikeluarkan tidak sebanding dengan penghasilan yang ada sehingga memicu timbulnya stressor pada subjek NL.

"saya kalo mau upacara yang kurasakan kadang ada susahnyanya sama senangnyanya, karena berkumpul semua keluarga besar. eee tapi kalo susahnyanya itu biasa di biaya yang harus dikeluarkan karena itumi salah satu beban terberatnya yang harus disediakan. Hal inimi kadang naik turun tekanan darah,

seringki emosi, gelisahki, bahkan sampai minderki kalo tidak sesuai keinginannya keluarga berapa yang disumbangkan atau sedikitji disumbang. Biaya yang mesti dikeluarkan tidak sebanding dengan pendapatan yang ada ehmm. Inimi bikin stresski kalo panenta kadang gagal atau tidak sesuai apa yang diharapkan. (Wwcr/NL/110-111)

Subyek III:

Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek EM, EM merasa rambu solo' itu merupakan sebuah tradisi yang memang harus dijalani atau wajib diadakan. EM juga terkadang resah, sakit kepala, tidur tidak tenang, bahkan pada saat membawa motor iya merasakan sesak didada dan dikepala terasa berat (sambil menepuk-nepuk dada dan berkerut). Pada saat mengadakan rambu solo' Mental yang harus disediakan terlebih dahulu karena jika tidak ikut serta dalam upacara tersebut akan merasakan malu atau minder.

"itu saya kalo maumi dekat-dekat diadakan acara kadangkala resah, sakit kepalaku, tidak tenang tidurku bahkan kalo bawa motorka kadang sesak nafasku sampai berat kurasa kepalaku karena kupikir ini acara bisa tidak berjalan sesuai rencana. ehhh ya inilah namanya perasaan, perasaan yang seperti di buru hantu, yaa merasa minderlah intinya ya inilah ada namanya istilah siri' bukan malu kalau pengertian malu itu malu-malu tapi ini siri' ada rasa ehhl hilang kita martabat perasaan tidak puas tidak senang, tidak tentaram, kita merasa terkucilkan ujungnya merasa minder ya walau pun sebenarnya kemungkinan pandangan orang untuk bukan begitu tapi kita orang seolah-olah tersiksa kita punya batin" (Wwcr/W-W/120-122)

Subyek IV :

Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek Kr tidak jauh berbeda dengan subjek AS, NL dan EM yang merasakan stressor seperti sakit kepala, tidur tidak tenang, ada rasa was-was, dan rasa malu serta tersisih dari keluarga apabila tidak ikut serta dalam ritual rambu solo'.

"perasaan saya kayak begini setelah persiapan rambu solo' sudah rampung maka perasaan saya agak lega, walaupun tidur tidak tenang, sakit kepala, rasa was –was sebelumnya, hanya saja yang memberatkan atau menjadi buah pikiran saya apakah ee pelaksanaanya nanti akan berjalan mulus atau tidak".

"yang memberatkan itu mi kalau ketemu ka dengan keluarga merasa malu, merasa tersisih dan dikucilkan oleh keluarga dan saya eee sangat merasa kesal apa yang harus saya perbuat kepada mereka setelah kejadiannya seperti ini kalau tidak ikut serta ki" (Wwcr/Kr/130-135)

B.Pembahasan

Subyek I

Coping strategi yang dilakukan oleh subjek AS adalah menggunakan emotion-focused coping dimana subjek AS meminta bantuan kepada saudara atau kerabat dekatnya agar bisa saling tukar pikiran sehingga subjek AS mendapatkan perhatian dan kepedulian dari keluarganya sendiri. Subjek AS lebih mengutamakan mendapatkan perhatian atau simpati dari keluarga. Lazarus (dalam Santrock, 2003) menjelaskan bahwa emotion focused coping merupakan penerimaan simpati atau dukungan dari seseorang ke seseorang atau group.

"yaa saya meminta bantuan kepada saudara kah ee atau kerabat dekat dan eee supaya saling bertukar pikiran, bagaimana keluar dari masalah atau ee persoalan persoalan yang berhubungan dengan upacara rambu solo'.

"yaa curhat atau eee tukar pikiran dengan keluarga bahwa usaha apa yang harus kita lakukan dan dari situ saya bisa mendapatkan kepedulian dari keluarga atau dukungann ee dari keluarga jadi biasa ada itu biasa semacam sumbangsih lah istilahnya atau adakan musyawarah dengan keluarga dan menyiapkan perlengkapan jauh-jauh hari sebelumnya" (WWCR/AS, 115-122)

Dalam menghadapi berbagai masalah rambu solo' Subjek AS Lebih kepada coping positif daripada coping negatif, dimana coping positif konstruktif yang dapat diartikan sebagai upaya menghadapi situasi stress dengan cara sehat, Martin dan Lefcourt (1983) menemukan bahwa humor berfungsi mengurangi dampak buruk stress terhadap situasi atau perasaan seseorang. seperti yang dialami oleh subjek AS Memilih menghibur diri dengan cara bercanda dengan tetangga-tetangganya.

"eee menghibur diri seperti keluar jalan jalan tapi biasa ada ji juga tetangga yang datang kerumah biasanya itu datang main-main domino tapi ee bukan main judi ya istilahnya

datang silaturahmi dan di situ saya dan tetangga saling bercanda sehingga saya dan semuanya tertawa jadi itu apa ee itu fikiran agak eee segar sedikit karena merasa terhibur” (WWCR/AS, 125-127)

Subyek II

Coping yang dilakukan oleh subjek NL merupakan coping yang berfokus pada masalah (problem-focused coping). Lazarus (dalam Santrock, 2003) menjelaskan bahwa problem-focused coping merupakan strategi kognitif untuk menangani stress atau coping yang digunakan oleh individu untuk menghadapi masalahnya dan berusaha menyelesaikannya.

Dalam penyelesaian masalah yang dilakukan oleh Subjek NL, Subjek NL berusaha jauh-jauh hari sebelum pesta menyiapkan segala kebutuhan terutama pada materi. Dimana yang telah dikemukakan oleh subjek NL bahwa pengeluaran rambu solo' tidak sebanding dengan penghasilan yang ada sehingga subjek NL memutuskan mengambil tindakan seperti meminta pinjaman kepada keluarga atau orang lain.

“ya hmm usaha yang saya lakukan ya itu jauh-jauh hari sebelum upacara rambu solo' dilakukan menyiapkan segala kebutuhan seperti materi ya semuanya di usahakan harus ada sebelum pesta toh”

“iya itu mi ekhhh ya diusahakan ada, kalau bisa saya memutuskan minjam sama orang atau keluarga yang punya dan itu mi biasa kasih ada utang eekhhmm”. (WWCR/NL, 117-121)

Selain problem-focused coping subjek NL juga menggunakan startegi Coping yang berfokus pada emosi (emotion-focused coping). Lazarus (dalam Santrock, 2003) menyatakan bahwa emotion focused coping merupakan dimana individu mendapatkan simpati atau support dari kerabat dekatnya. Miranda (2013) mengatakan bahwa problem focused coping yang cenderung berupa keaktifan diri, perencanaan, penekanan kegiatan bersaing, kontrol diri dan dukungan sosial instrumental.

Disini subjek NL menggunakan strategi menangani stress yang dialami dengan cara mendapatkan simpati dari kerabat atau bantuan dan dukungan dari saudaranya. subjek NL melakukan komunikasi dengan keluarga dekatnya dimana subjek NL bercerita tentang masalahnya dan

dengan melakukan itu subjek NL merasa sedikit lega, sehingga keluarga yang mendengarkan memberikan support dan simpati dengan memberikan sedikit bantuan .

“hmmm ehhe yang saya tempati cerita adalah keluarga saya seperti eh saudara, istri pokoknya eh anu kerabat dekat jadi setelah bercerita sedikit apa namanya eh lega jadi biasa ada yang kasih ki bantuan ala kadarnya dari keluarga”

“untuk menghilangkan situasi tersebut ehhe anu eh dengan cara kumpul dengan teman-teman diluar, main catur heheh hmmm hehe”

“usaha yang paling efektif itulah anu menghubungi keluarga terutama dengan berdoa juga agar apa yang anu eh yang istilahnya menghambat semuanya bisa terselesaikan” (WWCR/NL, 127-135)

Subyek III

Dalam menghadapi situasi-situasi rambu solo' EM lebih mengarah kepada coping positif-konstruktif yaitu dengan cara menghadapi masalah secara langsung dan memecahkan masalah tersebut. Dimana EM telah membayangkan terlebih dahulu apa-apa saja yang harus dipersiapkan sebelum rambu solo' itu tiba. EM juga menggunakan coping konstruktif dengan melakukan metode mengamalkan ajaran Tuhan.

Coping positif konstruktif ini merupakan cara menghadapi masalah secara langsung, mengevaluasi alternatif secara nasional dalam upaya memecahkan masalah tersebut, menilai atau mempersepsikan situasi dan mengendalikan diri dalam menghadapi masalah (Mashudi, 2012).

“ya usaha misalnya sudah terpampang dibayangkan waktu-waktu pelaksanaannya bahwa disitulah berfungsi usaha-usaha jauh-jauh hari mempersiapkannya, eee sebagai manusia toraja bahwa ee orang yang berangkat ke puyo (alam baka) itu eh dia sudah anu pura naka'pan mo apa itu apa lanabawa (sudah dia pegang itu apa yang mau dibawa) sebelum dia diupacarakan itu walaupun melalui usaha menghubungi kerabatnya, saudaranya tapi ke ya mo to' dipadalle (kalau sudah rejeki) artinya ada ada saja itu jalannya apakah diterima itu analisa ilmiah atau kah tidak tapi pasti selalu ada jalannya”

“ya itu tadi kita harus fungsikan iman sebagai makhluk allah kemanapun kita berada kita kembalikan kepada Allah, janggan

mencari ketenangan selain dari Allah saya sebagai manusia muslim ya, biar dokter ahli apa kalau tidak sebut nama Allah tidak akan” (WWCR/EM, 127-139)

Subjek EM juga menggunakan teori belajar social learning dari Bandura dimana EM belajar dari pengalaman-pengalamannya selama melakukan rambu solo'. Bandura mengatakan bahwa dalam sebuah pengalaman terdapat unsur proses belajar didalamnya, dimana EM dengan mudah melewati semua situasi karena adanya pengalaman-pengalaman yang telah ia lewati. Pengalaman merupakan kejadian yang pernah dialami individu dan menjadi bahan pertimbangan dalam menghadapi kejadian yang hampir sama (Sarfino, 1994). Selain itu, Marwing (2011) mengatakan bahwa individu yang melakukan kegiatan akan memunculkan sikap rendah diri dan penarikan diri terhadap lingkungannya apabila upacara yang dilakukan sangat minim

“yaa sakira susah dirumuskan ini karena pertamakan pengalaman dan begitulah adanya jadi sepanjang pengalaman saya pada saat menjelang rambu solo'itu kayak berat saya rasa tapi setelah saya jalani ada ada saja artinya ya terlampaui”. (WWCR/EM, 145-147)

Subyek IV

Berdasarkan hasil wawancara subjek Kr menggunakan coping emotion-focused coping dimana subjek Kr lebih memilih mengadakan rapat dengan keluarga dan membicarakan persiapan-persiapan yang akan dilakukan pada saat rambu solo'. Lazarus, dalam Santrock 2003 mengemukakan bahwa emotion focused coping merupakan bahwa seseorang menghadapi stress dengan fokus bagaimana menata dirinya secara emosional, sehingga siap menghadapi stress tersebut seperti mendapatkan simpati dari keluarga dekat dan mencoba untuk melihat sesuatu sisi dari yang lain (yang lebih positif).

“hmm eee jadi dalam menghadapi situasi seperti ini jauh sebelumnya kita adakan rapat keluarga dan juga menghubungi keluarga yang jauh disana eee untuk membicarakan persiapan atau perlengkapan yang akan disediakan dalam penyelenggaraan upacara kematian nanti”.

“yaa seperti yang tadi kubilang eee meminta pendapat atau saran dari teman-teman atau

ee saudara bagaimana cara atau jalan keluarnya supaya beban seperti itu hilang”

“ perasaan saya merasa lega dan ee merasa hmm bahwa saya tidak sendiri dan saya merasa senang berkat eee bantuan dari sanak famili saya disamping itu saya ee sangat ee bersyukur kepada yang diatas” . ” (WWCR/EM, 117-126)

Dari hasil pembahasan tersebut diperoleh bahwa keempat subyek memiliki proses strategi coping yang tidak berbeda. Tiga subyek menunjukkan emotion focused coping. Lazarus mengatakan bahwa emotion focused coping merupakan seseorang menghadapi berbagai stress dengan fokus bagaimana menata dirinya secara emosional sehingga siap menghadapi stress itu sendiri dengan cara mendapatkan simpati dari keluarga. (Santrock, 2003). Sedangkan satu subyek berfokus pada masalah (problem-focused coping). Problem-focused coping merupakan strategi kognitif untuk menangani stress atau coping yang digunakan oleh individu untuk menghadapi masalahnya dan berusaha menyelesaikannya. (Lazarus dalam Santrock, 2003)

V.KESIMPULAN DAN SARAN

A.Kesimpulan

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dari keempat subjek maka diperoleh kesimpulan bahwa dalam menghadapi ritual rambu solo' subjek AS menggunakan strategi emotion focused coping, Subjek NL lebih kepada emotion-focused coping dan coping positif konstruktif, subjek EM lebih menggunakan coping positif konstruktif sedangkan subjek Kr lebih menggunakan coping emotion focused coping.

B.Saran

1. Bagi mahasiswa diharapkan untuk mencari tahu lebih banyak ritual rambu solo' yang berkaitan dengan ilmu psikologi
2. Bagi pihak Universitas Bosowa Makassar untuk mengembangkan program penelitian bukan hanya dari satu aspek tetapi dari aspek lainnya
3. Bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan ritual Rambu Solo' dengan menggunakan aspek-aspek yang lain

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Z. 2006. Pengantar Keperawatan Keluarga. Jakarta: EGC.
- Bailon dan Maglaya. 1978. Konsep Keluarga. Tersedia di: [Http://id.shvoong.com/books/1896185-konsep-keluarga](http://id.shvoong.com/books/1896185-konsep-keluarga). Diakses: 10 Januari 2015
- Bungin, 2005. Metodologi Penelitian Kuantitatif Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya, Edisi Pertama, Cetakan Pertama, Prenada Media, Jakarta.
- Duvall dan Logan, 1986. Marriage and family development. New York: Harper and Row
- Lazarus & Folkman (1984) Stress, Appraisal, and Coping. New York : Springer Publishing Company
- Lazarus & Folkman. 1998. Stress, appraisal, and coping. Springer: New York
- Martin & Lefcourt. 1983. Sense of Humor as a Moderator of the Relation between Stressor and Moods". Journal of Personality and Social Psychology. 45. 121-129.
- Marwing, 2011. Problem Psikologis Dan Strategi Coping Pelaku Upacara Kematian Rambu Solo'di Toraja(Studi fenomenologi pada tana' bulaan). PSIKOISLAMIKA. Vol 8 No. 2, Januari 2011 209-230
- Mashudi. 2012. Psikologi Konseling. Jogjakarta : Ircisod.
- Miles dan Huberman. 1984. Analisis Data Kualitatif. Jakarta: UI Press.
- Moleong. 2006. Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: Rosda.
- Mu'tadin. 2002. Pengantar Pendidikan dan Ilmu Perilaku Kesehatan. Yogyakarta. Andi Offset
- Rasmun. 2004. Stress Koping dan Adaptasi. Jakarta : CV. Sagung Seto
- Santrock, 2003. Perkembangan Remaja. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino 2006. Health Psychology : Biopsychosocial Interactions. Fifth Edition. USA: John Wiley & Sons.
- Sarfino. 1994. Health Psychology: Biopsychosocial Interaction. New York: John Willey & Sons, Inc.