

Mendedah Ketangguhan dan Resiliensi Perempuan Nuaulu dalam Tradisi Adat Nuhune di Kabupaten Maluku Tengah

Joanne Marrijda Rugebregt, Susana Prapunoto, dan A. Ignatius Kristijanto

*Article submitted
2020-08-31*

*Rini Darmastuti
Editor decision submitted
2020-12-14*

Abstraksi

Nuhune adalah tradisi pengasingan kepada para ibu yang akan melahirkan selama empat puluh hari di suku Nuaulu, Kabupaten Maluku Tengah. Ibu yang hamil dan melahirkan di Suku Nuaulu mengalami kecemasan dan ketakutan ketika berada di dalam rumah pengasingan. Artikel ini bertujuan untuk melihat ketangguhan dalam menanggapi secara positif kekhawatiran dan ketakutan yang dialami oleh perempuan di rumah pengasingan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi literatur dan data yang diperoleh dari buku, artikel, dan jurnal. Teori *Hardiness* oleh Kobasa dan Teori Resiliensi oleh Kalil digunakan untuk menyoroti kondisi psikologis wanita dalam suku Nuaulu yang merasa takut karena merasa terpencil, khususnya untuk mengatasi kecemasan mereka. Hasil penelitian ini menunjukkan ketangguhan perempuan Nuaulu dipengaruhi oleh religiusitas, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis. Peran suami, keluarga dan bahkan masyarakat sangat memengaruhi pembentukan resiliensi pada ibu. Berdasarkan studi literatur yang dilakukan, disarankan studi secara empiris perlu dilakukan untuk tujuan membangun model ketahanan yang cocok untuk subyek penelitian.

Abstract

Nuhune is a tradition of exile to mothers who will give birth for forty days in the Nuaulu Tribe, Central Moluccas Regency. Mothers who are pregnant and giving birth in Nuaulu experience anxiety and fear while in exile. This article aims to look at resilience in a positive response to the anxieties and fears experienced by outcast women. The method used in this research is literature and data obtained from related books, articles, and journals. Hardiness by Kobasa and Resilience by

Kalil is used to highlight the psychological condition of women in the Nuaulu tribe who experience fear because of isolation, especially in responding to their anxiety. The result of literature study is resilience of women of Nuaulu affected by religiosity, social support, and psychological well being. It's got women as they carry on the Nuhune traditions. The role of husband, families and even society are strongly influencing the formation of mother resiliences. This literature study is suggested to be studied empirically for the purpose of constructing a resilience model that is suitable for the research subject.

Keywords : *hardiness; resilience; tradition; nuhune; nuaulu*

tribe.

Pendahuluan

Masyarakat Maluku yang mendiami Pulau Seram (pulau terbesar di provinsi Maluku), terdiri dari berbagai suku bangsa dengan struktur adat maupun pola-pola kehidupan yang satu berbeda dengan yang lainnya. Masing-masing memiliki bentuk kehidupan sosial, tradisi, adat istiadat, budaya dan lainnya yang sangat berbeda. Masyarakat Seram yang terdiri dari 2 (dua) suku bangsa besar diatas, terbagi juga dalam sub kelompok yang lebih kecil lagi. Salah satu kelompok suku bangsa yang mendiami wilayah Seram Tengah Bagian Selatan disebut masyarakat Nuaulu. Dalam interaksi sosial sehari-hari masyarakat Maluku Tengah seringkali menyapa mereka dengan sebutan orang Naulu (Nina, 2012). Orang Nuaulu memiliki tahap ritual budaya yang banyak dalam rangka proses pendewasaan (inisiasi). Berbagai ritual adat dalam proses inisiasi semuanya bertujuan sebagai penghormatan kepada Tuhan yang disebut sebagai *Upu Kuanahatana* dan tujuannya agar dapat diterima sebagai anggota perkumpulan persekutuan masyarakat adat orang Nuaulu (Sahusilawane, 2012). Dalam bahasa Nuaulu, ritual adat masa kehamilan disebut sebagai ritual *nuhune* yang diadakan bagi perempuan saat usia kehamilannya memasuki usia sembilan bulan mendekati masa persalinan. *Nuhune* artinya perempuan yang akan menjadi ibu. (Prapunoto, Wattimury & Mage, 2019).

Posune adalah rumah pengasingan dalam pelaksanaan tradisi bagi perempuan yang berada dalam masa kehamilan, proses melahirkan dan masa nifas selama 40 (empat puluh) hari setelah melahirkan. Pada masa itu, ibu dan bayinya diasingkan oleh keluarga dan kerabat dekat. Keyakinan masyarakat akan pentingnya nilai ritual adat adalah hal yang tidak bisa dipungkiri, dan masih dijalankan pada suku-suku di Pulau Seram. Di daerah terpencil yang letaknya jauh dari perkotaan, sebagian besar masyarakatnya masih memeluk agama suku. Mereka menyakini bahwa alam sebagai tempat tinggal harus dijaga agar tidak tercemari oleh adanya kekuatan yang dianggap dapat membahayakan kehidupan masyarakat sekitar. Hal inilah yang menjadi dasar ritual *nuhune*, karena dianggap darah ibu hamil membawa hal buruk bagi keluarga dan masyarakat sekitarnya (Prapunoto dkk, 2019).

Ketaatan perempuan Nuaulu disebut sebagai salah satu alasan untuk tetap menjalankan *nuhune*. Pengalaman perempuan tinggal di dalam rumah pengasingan membuat mereka tetap bertahan meskipun merasa kesulitan, baik secara fisik maupun psikis. Kebertahanan inilah yang dilihat sebagai rasa hormat kepada Sang Pencipta yang oleh masyarakat suku Nuaulu disebut sebagai *Upu Kuanahatana*.

Perempuan Nuauulu mempercayai bahwa jika ritual adat tidak dilakukan, berarti mereka menghina Sang Pencipta yang telah mewarisi budaya tersebut. Masyarakat Nuauulu meyakini bahwa apapun yang sudah ditetapkan dan berlangsung sejak zaman nenek moyang adalah sebuah warisan yang harus dipelihara sekaligus dijalankan sampai kapanpun. Tuntutan itu muncul karena masyarakat mengakui bahwa dari budayalah mereka dilahirkan dan dibesarkan (Prapunoto dkk, 2019).

Hal yang tidak bisa dipungkiri adalah rasa kesepian ibu ketika berada di dalam rumah pengasingan. Keterbatasan asupan makanan bagi ibu dan bayi, penerangan dan tempat tinggal yang jauh dari kata layak, kehilangan sosok keluarga sebagai tempat untuk mencurahkan kesedihan dan keinginan adalah kenyataan yang dihadapi oleh ibu suku Nuauulu. Terlebih lagi perubahan hormonal yang dialami, ketakutan, rasa bosan, diperlakukan tidak adil, dan tertekan adalah perasaan-perasaan yang melekat pada ibu selama berada di dalam rumah pengasingan. Heideger (dalam Prapunoto, 2019) menjelaskan bahwa orang yang terisolasi cenderung mengalami kesepian, terbelah dan rentan terhadap masalah dalam proses menjadi diri sendiri, sehingga hal ini sangat beresiko menimbulkan terjadinya gangguan mental (Prapunoto dkk, 2019). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk strategi resiliensi yang dibangun perempuan Nuauulu dalam menjalani tradisi *Nuhune* di Kabupaten Maluku Tengah sehingga mereka tetap dapat bertahan dalam pengasingan.

Tradisi *Nuhune* dilakukan di dalam rumah pengasingan khusus yang disebut *posune*, yang letaknya jauh dari rumah warga suku Nuauulu. Bangunan ini dibangun harus menghadap ke timur karena mereka meyakini timur adalah arah datangnya roh-roh leluhur mereka yang baik, termasuk arah datangnya *Upu Ama* atau *Upu Lanite* atau Tuhan Pencipta Alam Semesta (Nina, 2012). *Nuhune* ini dipimpin oleh *irihitipua* yang mengantar ibu yang usia kehamilannya sudah mencapai 9 (sembilan) bulan yang hendak melahirkan menuju *posune*. Setelah itu dibacakan doa dalam bahasa adat tanpa bersuara meminta keselamatan ibu dan bayi juga agar terhindar dari gangguan roh-roh jahat. Setelah itu ibu diasingkan dalam *posune* karena suku Nuauulu beranggapan bahwa darah wanita hamil merupakan darah kotor yang akan mendatangkan malapetaka bagi seisi rumah bahkan masyarakat desa (Utami, 2015). Selama menjalankan pengasingan dalam *posune*, ibu melakukan semua aktivitasnya di *posune* kecuali untuk buang air kecil atau besar, yang dilakukan diluar *posune*. Dalam masa pengasingan, ibu harus mengkonsumsi makanan yang dimasak dengan cara dibakar atau dimasak dalam bambu muda yang bahannya diambil oleh pihak keluarga dari kebun (misalnya ubi-ubian dan pisang) dan disajikan pada peralatan makan tradisional yang seadanya yang menyimbolkan bahwa seorang ibu harus bertahan dalam kesengsaraan dan mampu beradaptasi lewat keadaan yang dialami. Perempuan yang menjalani masa nifas harus berada di dalam *posune* selama 40 (empat puluh) hari dan akan keluar tergantung pada kemampuan keluarga dalam membuat upacara perayaan (Prapunoto dkk, 2019).

Nilai-nilai budaya adalah sesuatu yang telah disepakati sekaligus tertanam dalam suatu masyarakat dan berakar pada kebiasaan-kebiasaan, kepercayaan atau simbol-simbol dengan karakteristik tertentu. Dalam hidup berbudaya, ada nilai-nilai yang dipegang erat oleh suatu masyarakat sebagai sebuah tradisi untuk menjaga warisan leluhur. Hal tersebut juga berlaku pada suku Nuauulu, beberapa nilai yang terkandung dalam tradisi budaya tersebut yaitu *nilai religius*; orang Nuauulu

memercayai bahwa ibu yang melahirkan selalu diikuti oleh hal-hal gaib yang akan membahayakan sehingga harus diasingkan. Tujuan mereka melakukan ritual adalah agar terhindar bahaya maut. Orang Nuaulu sangat taat dalam melakukan semua ritual adat dan sangat taat kepada Sang Pencipta karena mereka percaya bahwa kelangsungan dan kesejahteraan hidup diatur oleh *Upu Kuanahatana*. Masyarakat Nuaulu memegang teguh nilai sosial dan kultural ketika *nuhune* dilakukan. Masyarakat akan membantu ibu yang akan menjalani atau mengakhiri masa pengasingan. Hal ini menggambarkan rasa kekeluargaan yang begitu kuat dalam masyarakat. Masyarakat Nuaulu memegang teguh juga bahwa sumber pendidikan utama adalah alam. Masyarakat belajar melalui tradisi yang diturunkan dari leluhur, melalui ritual-ritual dan kegiatan sehari-hari. Nilai-nilai edukasi mereka diperoleh melalui tradisi budaya. Perempuan Nuaulu diajarkan untuk menjadi perempuan yang tangguh dan memiliki semangat hidup (yang dianalogikan seperti tungku yang tidak pernah padam dalam *posune*) untuk menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Masyarakat percaya bahwa apa yang sudah ditetapkan sejak zaman nenek moyang adalah sebuah warisan yang harus ditaati dan dijalankan. Nilai ketaatan ini masih mereka pertahankan hingga saat ini. Setiap ritual adat yang dilakukan sumpahnya adalah tradisi budaya yang harus dijaga karena dari budayalah mereka dilahirkan dan dibesarkan (Prapunoto dkk, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Babieva, Sidyacheva, Mudrak, Kalinin, Zolotkova, Buyanova & Milkhailova (2018) dijelaskan bahwa *hardiness* atau ketangguhan adalah suatu kondisi psikologis yang sangat dibutuhkan manusia dalam menghadapi tantangan kehidupan. Dikatakan '*hardy*' yaitu keadaan dimana individu bersikap kuat dan toleran terhadap situasi yang menekan. Ketangguhan merupakan konsep yang mencerminkan kemampuan untuk mengatasi situasi hidup yang sulit, dan diperlukan dalam adaptasi sosio-psikologis. Ketahanan adalah konsep yang berhubungan dengan potensi keseluruhan adaptasi sosiopsikologis. Jika ketangkasan adalah sifat yang memungkinkan seseorang menyadari potensi pribadi dalam mengatasi situasi yang penuh stres, ketangguhan adalah potensi sumber jiwa secara keseluruhan, bertujuan mewujudkan orientasi positif dalam kehidupan seseorang. Konsep ketangguhan bersifat umum, dan pribadi sehingga sejalan dengan potensi adaptasi sosial dan psikologis.

Beberapa penelitian sebelumnya yang membahas ritual *nuhune* sebagian besar melakukan kajian sisi kesehatan fisik dalam prosesi ini seperti penelitian yang dilakukan oleh Setyowati (2016) mengenai pengaruh pengetahuan terhadap praktek melahirkan dalam rumah pengasingan di Nuaulu. Penelitian lain yang dilakukan oleh Pudyatmoko, Fandeli dan Baiquni (2015) mengkaji mengenai ritual yang digunakan sebagai daya tarik ekowisata yang memiliki nilai tinggi bagi wisatawan. Penelitian yang lain oleh Lasamahu (2020) melihat makna dan penghargaan perempuan Nuaulu dalam inisiasi ritual pinamou di Pulau Seram. Penelitian yang berfokus pada kajian psikologis mengenai *nuhune* sebelumnya yaitu mendedah peran religiusitas dan kebermaknaan hidup terhadap kesejahteraan psikologis (Prapunoto dkk, 2019) dan selanjutnya kajian model psikologis berbasis kearifan lokal dengan memerhatikan interaksi dukungan sosial, religiusitas, dan kesejahteraan psikologis perempuan yang menjalani ritual *nuhune* (Prapunoto, Kristijanto, Saliana, Otemusu, 2019). Kajian berikutnya adalah peran penghayatan religiusitas dan kesejahteraan psikologis

perempuan dalam pengasingan di posune (Otemusu, Prapunoto & Kristijanto, 2019).

Ketangguhan dan resiliensi merupakan topik yang tidak kalah pentingnya untuk ditelaah dari kajian-kajian sebelumnya. Kemampuan resiliensi perempuan yang melakukan tradisi nuhune ini perlu diupayakan agar dapat mewujudkan perempuan yang tangguh. Kajian sebelumnya mengenai kesejahteraan psikologis, religiusitas dan kebermaknaan hidup menjadi penting untuk ini. Upaya menemukan strategi resiliensi berbasis kearifan lokal adalah satu langkah penting yang diperlukan untuk mendukung perempuan yang menjalani tradisi *nuhune* di *posune* ini menemukan kesejahteraan psikologis.

Kajian Pustaka

Kecemasan pada Masa Kehamilan

Kehamilan adalah salah satu peristiwa paling penting pada wanita hidup. Kehamilan disebut sebagai krisis emosional. Jika krisis ini tidak dikelola dengan baik dan dikendalikan, itu akan berubah menjadi krisis dan kemauan berkepanjangan meninggalkan banyak konsekuensi yang tidak diinginkan pada ibu dan bayinya. Prevalensi gangguan kecemasan selama kehamilan, di negara maju dan berkembang masing-masing adalah 10% dan 25% (Martin, 2015). Ilska dan Przybyła-Basista (2014) dalam penelitiannya mengemukakan beberapa macam emosi yang muncul pada masa kehamilan yaitu ketakutan yang tidak beralasan, kekhawatiran terhadap calon bayi dan diri sendiri, proses kehamilan yang berdampak pada perilaku yang berbeda-beda. Menurut Prapunoto dkk (2019) perasaan mengenai ketidaksiapan psikologis perempuan dalam menjalani ritual dapat menimbulkan perasaan cemas dan takut. Hal ini memengaruhi bayi di dalam kandungan dan berdampak negatif sejak masa kehamilan sampai pada saat persalinan. Kondisi ini dapat meningkatkan ketidaktenangan pada bayi sejak dalam kandungan sehingga berdampak pada kesehatannya sampai ia tumbuh besar. Ploubidis (2017) menemukan dalam penelitiannya bahwa tingkat kecemasan maupun tekanan psikologis ibu hamil/melahirkan dapat berdampak negatif. Sejalan dengan itu, Noonan, Burns, dan Violato (2018) juga menemukan hasil yang sama bahwa hubungan *distress* pada ibu terbukti signifikan memengaruhi perilaku anak. Hal ini terjadi karena kecemasan juga memicu percepatan detak jantung sekaligus meningkatkan sekresi adrenalin sehingga mengakibatkan penurunan aliran darah yang berakibat melemahnya kontraksi rahim dan memanjangnya proses persalinan (Andriana, 2011).

Dalam penelitian yang lain, Fahami, Amini-Abchuyeh dan Aghaei (2018) menjelaskan bahwa proses kehamilan dapat mengganggu *psychological well-being* dan kesehatan mental. Penyebab dasar stress, kecemasan, dan depresi selama dan setelah kehamilan, gangguan emosional pada perempuan hamil dan melahirkan terbukti meningkatkan risiko masalah perilaku pada anak usia dini. Depresi selama masa kehamilan dapat disebabkan oleh beberapa faktor, yakni riwayat depresi kehamilan sebelumnya, gangguan kejiwaan sebelum hamil, masalah perkawinan, kehamilan yang tidak diinginkan, status ekonomi rendah, kurangnya dukungan sosial, kehamilan di usia dini, kematian bayi saat bersalin dan kekerasan dalam rumah tangga serta penyakit kronis (Orbay, Tuzun, Cinkit, Olmez, Tekin, Purut, dan Sargin (2017) adalah kondisi yang dapat mengganggu kesehatan mental. Kecemasan selama kehamilan juga dapat disebabkan oleh diagnosa kelahiran *premature* (Sulima,

Makara-Studzinska, Lewicka, Wiktor, Starwarz, dan Wiktr (2014).

Perempuan tidak saja mengalami kecemasan pada masa kehamilan, tapi juga di saat persalinan. Nyeri persalinan, kekhawatiran terhadap keselamatan bayi dan dirinya sendiri adalah alasan perempuan cemas saat melahirkan. Hal itu dialami perempuan di awal proses persalinan (primigravida) dan seiring berjalannya waktu rasa nyeri menjadi lebih sering serta periode istirahat dan kontraksi menjadi lebih pendek (Surucu, Ozturk, Vurgec, Alan dan Akbas, 2018). Ryff (dalam Otemusu, 2019) menjelaskan bahwa kecemasan yang dialami ibu pada masa kehamilan sampai pasca melahirkan dapat memengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis individu ditandai dengan dimensi kemampuan untuk menerima diri, membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup, dan mampu mengembangkan diri. Sejalan dengan hal tersebut, Fagbenro, Benjamin dan Folsade (2018) dalam penelitian mengungkapkan bahwa orang yang memiliki *psychological well-being* yang baik akan menunjukkan dimensi-dimensi tersebut dalam kehidupannya. Penelitian terhadap *psychological well-being* khususnya pada ibu hamil menjadi fokus penelitian karena gangguan psikis ibu dapat berdampak buruk terhadap proses kehamilan, persalinan dan perkembangan anak serta kesejahteraan psikologis ibu.

Ketangguhan

Konsep ketangguhan muncul dari teori eksistensial kepribadian dan dikembangkan oleh Kobasa pada tahun 1979. Menurut Kobasa (1979) ketangguhan dapat dijelaskan sebagai bagian dari karakteristik kepribadian yang bertindak sebagai sumber daya resistensi terhadap peristiwa dalam hidup yang penuh dengan tantangan. Kobasa (1982) mendefinisikan ketangguhan selanjutnya sebagai seperangkat karakteristik kepribadian yang berfungsi sebagai perlawanan terhadap peristiwa kehidupan yang penuh tekanan. Dengan demikian ketangguhan adalah wujud dari kualitas kepribadian yang sangat diperlukan ketika seseorang menghadapi tantangan, tekanan dan pergumulan hidup. Salah satu faktor individu yang dapat memengaruhi resiliensi adalah kepribadian tangguh (*hardiness*). Kepribadian tangguh merupakan pola sikap dan tindakan yang membantu merespon kondisi tertekan menjadi sebuah peluang untuk menjadi lebih baik (Cerezo, Galian, Tarroja, Manalac & Ysmael, 2015).

Tipe kepribadian yang mempunyai kemampuan dan daya tahan terhadap stres adalah ketangguhan atau kepribadian tangguh. Ketangguhan adalah suatu kepribadian yang menandakan kemampuan individu untuk melawan kesakitan atau mengelola kehidupan di bawah tekanan (Kobasa, 1979). Ketangguhan dapat didefinisikan sebagai ketangguhan individu dalam merespon suatu masalah atau tantangan yang dihadapi. Individu dengan kepribadian tangguh akan jarang merasa tertekan ketika diperhadapkan pada suatu masalah (Menon & Yogeswarie, 2015). Menurut Kobasa (dalam Yi-xuan, Jian-ying & Chun-lin, 2013) terdapat tiga komponen ketangguhan, yaitu komitmen, kontrol dan tantangan. Individu yang akan menyatakan komitmen bahwa apapun kegiatan yang dilakukan memberikan pengaruh pada kehidupan mereka sendiri, serta dapat menjadikan situasi yang sulit menjadi suatu peluang untuk berkembang (Lo Bue, Kintaert, Taverniers, Mylee, Delahajj & Euwema, 2016).

Resiliensi

Resiliensi dijelaskan sebagai kesadaran akan hal yang baik sebagai hadiah dalam menghadapi keadaan sulit, kemampuan yang mendukung ketika berada di bawah tekanan atau penyembuhan dari trauma (Kalil, 2003). Gibbs dan Miller (2014) mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis perempuan mampu memberikan sumbangsih pengaruh pada resiliensi perempuan tersebut, serta dapat meningkatkan keyakinan akan ketangguhan dalam mencapai perubahan perilaku seseorang. Resiliensi juga dapat didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam merespon tekanan dengan baik, kemampuan untuk berhasil dalam menghadapi kesengsaraan, serta mampu memiliki harapan yang lebih dalam keadaan sulit (Pidgeon, Rowe, Stapleton, Magyar & Lo, 2014). Dari definisi-definisi tersebut dapat dikatakan resiliensi adalah kemampuan seseorang yang dengan penuh kesadaran mampu mengelola tekanan dan situasi yang sulit dalam kehidupannya sehingga orang tersebut memperoleh kesejahteraan psikologis.

Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode studi kepustakaan (*literature review*). Metode tersebut menggunakan data yang bersumber dari buku, artikel dan jurnal terkait dengan variabel penelitian (Arikunto, 2010). Data penelitian ini bersumber dari hasil kajian terkait ketangguhan dan resiliensi perempuan dalam kelindan rumah pengasingan di Pulau Seram dalam buku, artikel dan jurnal-jurnal terkait.

Hasil dan Pembahasan

Ketangguhan perempuan Nuaulu dapat dilihat dari bagaimana nilai pendidikan yang dianut, tata cara kehidupan yang berbudaya, kearifan lokal yang hidup dan berkembang pada Suku Nuaulu dan kehidupan yang sudah sejak dulu dijalani menyatu dengan alam. Bagaimana kearifan lokal dapat dilihat sebagai cermin kematangan masyarakat di tingkat komunitas lokal dapat dilihat dari sikap, perilaku dan cara pandang masyarakat yang kondusif di dalam mengembangkan potensi ataupun sumber daya baik material maupun non material. Lebih lagi, dapat dilihat sebagai kekuatan dalam mewujudkan perubahan yang lebih baik atau positif. Kearifan lokal merupakan cara kehidupan (*way of life*) dan memiliki kekhasan tersendiri. Sama halnya jika dikaitkan dengan perempuan Nuaulu, nilai-nilai pendidikan, nilai-nilai budaya dan kearifan lokal yang hidup serta berkembang membentuk ketangguhan dan semangat untuk menghadapi berbagai tantangan hidup yang diibaratkan seperti api di tungku yang berada di dalam rumah pengasingan *posune* yang tidak pernah padam. Dalam menjalani perannya sebagai seorang ibu, perempuan harus menderita, berjuang melawan kerasnya hidup, tetap bertahan dalam lingkungan yang tidak mendukung agar kelak ibu dapat menjadi tempat perlindungan bagi keluarganya. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Wattimury (2018) menjelaskan bahwa pengalaman religiusitas turut mendukung terbentuknya resiliensi melalui *psychological well being* yang baik. Dilihat dari faktor pengetahuan akan iman, perempuan Nuaulu tidak mempercayai ritual agama yang dilaksanakan namun di sisi lain, tradisi yang dijalankan ini diyakininya sebagai suatu bukti perlindungan Tuhan atas suku Nuaulu yang melindunginya dari malapetaka sehingga diyakini sebagai

suatu ritual yang sakral dan membawa berkat bagi masyarakat Nuaulu. Jika dilihat dari dukungan sosialnya, nilai kekeluargaan, etika dan kebaikan yang termuat dalam tradisi *nuhune* yang mendukung resiliensi pada perempuan Nuaulu.

Ketika tradisi dilakukan, ada kerjasama antar masyarakat secara khusus kaum perempuan untuk seorang ibu yang akan menjalani atau mengakhiri masa pengasingan, hal ini yang menunjukkan rasa kekeluargaan sebagai fondasi dalam hubungan sosial yang dibangun masyarakat Nuaulu yang diterima sebagai penguatan dalam ibu menjalani ritual agar tidak merasa cemas dan takut akan ancaman kematian yang menghantuinya ketika berada dirumah pengasingan. Pada awalnya seorang perempuan yang akan menjalankan tradisi Nuhune untuk proses melahirkan dibantu oleh seorang *Pina Piane*; seorang yang dipercaya oleh masyarakat untuk bisa mengetahui usia kandungan seorang perempuan untuk meraba perut dan dapat memberi tahu perempuan dewasa yang lain untuk dapat mempersiapkan perlengkapan sekaligus peralatan untuk menjalankan ritual pengasingan, serta menentukan waktu penyelenggaraan upacara ritual *nuhune* yang juga dibicarakan terlebih dahulu oleh istri dari para tua adat dan keluarga. Kemudian, dilanjutkan dengan upacara sebelum masuk di dalam *posune* tepat pada saat usia kandungan sudah mencapai Sembilan bulan dalam bentuk ritual adat berupa tolak bala atas kekuatan gaib yang mengganggu kelancaran kelahiran bayi. Ketika ibu sudah berada di *posune*, hanya beberapa perempuan dewasa yang bisa mengunjungi. Jika di dalam keadaan fisik yang lemah bisa ditemani oleh keluarga yang berjenis kelamin perempuan. Pada ritual adat keluar dari *posune* juga dibantu oleh istri tetua adat yang ada di Suku Nuaulu, dengan bantuan untuk memandikan ibu dan anak menggunakan bamboo dan air yang sudah disiapkan, *Pina Piane* akan membacakan doa untuk anaknya, sedangkan untuk ibu dibacakan oleh tua adat perempuan. Setelah itu diantar ke *baileo* untuk diserahkan kepada ayahnya. Dukungan sosial juga terlihat pada kaum laki-laki yang membantu suami dari ibu yang menjalankan ritual, mereka berburu mencari hewan yang dipakai sebagai syarat keluarnya ibu dari rumah pengasingan. Hal ini dilakukan sebagai wujud solidaritas dalam komunitas masyarakat, yang selalu dilakukan dalam setiap ritual budayanya. Dalam ritual yang dilakukan, beberapa hal pribadi yang berkaitan dengan perempuan Nuaulu juga menjadi sorotan, seperti makanan dan peralatan makan yang dipakai. Jika dilihat bentuknya yang alamiah dan sederhana, tetapi terdapat pemaknaan simbolik seperti peralatan makan seperti tempurung kelapa dan baskom yang bersifat tradisional dan makanan yang menjadi asupan gizi ibu hanyalah papeda, ubi-ubian atau pisang yang memiliki makna bahwa seseorang ibu harus bertahan dalam kesengsaraannya dan mampu beradaptasi lewat keadaan sekitarnya (Prapunoto dkk, 2019).

Pemamaparan tersebut sejalan dengan penelitian Herrman, Stewart, Diaz-Granados, Berger, Jackson dan Yuen (2011) mengatakan bahwa sumber-sumber resiliensi meliputi beberapa hal sebagai berikut: *pertama*, faktor kepribadian, meliputi karakteristik kepribadian, *self-efficacy*, *self-esteem*, *internal locus of control*, optimisme, kapasitas intelektual, konsep diri yang positif, faktor demografi (usia, jenis kelamin, suku), harapan, ketangguhan, regulasi emosi, dan sebagainya. Hal itu berarti individu mempunyai kemampuan untuk membuat suatu keputusan yang positif dan realistis mengenai dirinya, memiliki rasa percaya diri dan lebih memiliki citra diri

yang mampu menghindarkan dirinya dari stress. *Kedua*, faktor biologis. Lingkungan awal akan memengaruhi perkembangan dan struktur fungsi otak serta sistem neurobiologis. *Ketiga*, faktor lingkungan. Level lingkungan terdekat meliputi dukungan sosial termasuk relasi dengan keluarga dan teman sebaya, *secure attachment* pada ibu, kestabilan keluarga, hubungan yang aman dan pasti dengan orang tua, dan dukungan sosial dari teman. Resiliensi juga dihasilkan dari interaksi antara aspek psikologis, perilaku, kognitif dan regulasi emosi (Olsen, 2017). Sifat *hardiness* sudah dikemukakan sebagai suatu langkah yang kuat untuk menghadapi tekanan (Maddi, 2013). Sifat *hardiness* adalah gabungan yang terdiri dari internal *locus of control* (daripada ketidakberdayaan), komitmen (daripada keterasingan), dimensi kepribadian yang diyakini memberikan kekuatan terhadap efek stress psikologis (Kobasa, 1979). *Hardiness* merefleksikan karakteristik individu yang memiliki kendali pribadi, mau menghadapi tantangan, dan memiliki komitmen. Tingkat *hardiness* seseorang mempengaruhi penerimaan seseorang terhadap stressor potensial dan respon terhadap stresnya (Kobasa, dkk, 1982) Orang yang memiliki kekuatan yang rendah akan lebih rentan terhadap faktor- faktor yang berbahaya dalam jangka waktu yang panjang. Sementara individu yang memiliki ketahanan yang tinggi memiliki keamanan alami terhadap stress. *Hardy* atau ketahanan adalah kemampuan untuk memahami kondisi eksternal dan keputusan yang diinginkan dalam meningkatkan kualitas diri.

Penelitian Ayudia (2014) menyatakan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh positif terhadap resiliensi. Wattimury (2018) menunjukkan bahwa *psychological well being* dan kebermaknaan hidup secara simultan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap tingkat religiusitas perempuan primigravida dan multigravida di Suku Nuauulu. Tradisi ritual pengasingan ini dipercaya sebagai bentuk ibadah kepada Tuhan dalam sebuah kegiatan religi yang membutuhkan keseriusan yang dilakukan sebagai bentuk penghormatan kepada sang pencipta yang memberikan kehidupan bagi anak yang dikandung. Proses refleksi dan aksi setiap individu membentuk resiliensitas pada perempuan Nuauulu. Prapunoto dkk. (2019) dalam penelitiannya terhadap perempuan yang menjalankan *nuhune* menemukan bahwa *psychological well being* mempengaruhi tingkat religiusitas perempuan. Tetapi ada perbedaan antara perempuan primigravida dan perempuan multigravida. Pada penelitiannya, menjelaskan bahwa perempuan multigravida memiliki kecemasan yang rendah karena sudah memahami lingkungan tempat ritual, selain itu juga ditemukan bahwa ada hubungan antara usia dan religiusitas, semakin dewasa, individu semakin religius (Zimmer, Jagger, Chiu, Ofstedal, Rojo, dan Saito, 2016) Selanjutnya, penelitian Otemusu, Prapunoto dan Kristijanto (2019) yang melihat ketangguhan pada perempuan Nuauulu menunjukkan bahwa hasil korelasi *psychological well being* (PWB) dan religiusitas menunjukkan ketangguhan pada perempuan, sehingga ketika PWB tinggi kecemasan menjadi rendah. Ketangguhan pada perempuan Nuauulu yang memfasilitasi munculnya resiliensi dalam menjalani tradisi *Nuhune*.

Berdasarkan data dari beberapa penelitian terdahulu mengenai variabel dan subjek kajian ini, didapatkan faktor yang mendukung ketangguhan dan resiliensi pada perempuan Nuauulu diantaranya; dukungan sosial yang dijelaskan sebagai

ketaatan, dilihat juga bahwa ketika berada di dalam kondisi tertekan karena tidak mendapatkan kesempatan yang layak dan dengan gizi yang seadanya juga keadaan psikologis yang tidak stabil, perempuan Nuaulu tetap bertahan dan mampu beradaptasi dengan keadaan yang ada di sekitarnya. Bentuk tekanan menurut Vanbrenda (2001) yaitu bagaimana individu bisa melihat ancaman sebagai tantangan dengan keyakinan bahwa perubahan adalah cara untuk dapat mempertahankan hidup yang lebih baik. Dengan pandangan ini, stressor dipandang tidak sebagai sesuatu yang menekan namun individu mampu melihat kesempatan untuk bisa mengantisipasi dan mampu bertumbuh. Terkait dengan tantangan ini, perempuan Nuaulu melihat ritual adat sebagai hal yang pantang untuk dihindari, meskipun harus melalui proses yang tidak jarang membuat mereka menjadi takut dan cemas, namun hal itu tidak membuat mereka beranggapan hal ini sebagai ancaman, namun atas dasar penghormatan kepada Tuhan dan para leluhur, membuat mereka menjadi tangguh untuk menjalani kehidupan kedepan. Penelitian oleh Resnick (2011) menjelaskan individu dengan resiliensi memiliki keadaan pikiran yang damai, ketika kesulitan dialami oleh individu, resiliensi membantunya menjadi lebih kuat. Selanjutnya, bukti lainnya bahwa resiliensi berkaitan erat dengan antusiasme, motivasi dan pemulihan dari trauma fisik dan psikologis. Namun, ketika menanggapi tantangan atau *hardship* dalam hidup dengan resiliensi tidak berarti bahwa individu akan kembali seperti semula, tetapi akan memberikan keadaan yang seimbang dalam kehidupan individu tersebut (Wagnild, 2009).

Pembentukan resiliensi pada perempuan Nuaulu dilihat sebagai suatu yang alamiah karena dibentuk melalui pemaknaan nilai dan tradisi yang ada dan berkembang di Suku Nuaulu. Resiliensi terbentuk dari dalam diri perempuan Nuaulu juga dukungan sosial keluarga, kepala suku, juga masyarakat sekitar (laki-laki dan perempuan). Dalam buku yang ditulis oleh Prapunoto dkk (2019) nilai pendidikan yang dianut oleh perempuan Nuaulu dengan cara hidup tradisional yang diturunkan dari leluhur melalui ritual-ritual dan kegiatan sehari-hari, perempuan diajarkan untuk menjadi perempuan yang tangguh dan memiliki semangat hidup untuk menghadapi berbagai tantangan apapun. Dalam menjalankan perannya sebagai ibu, seorang perempuan harus menderita, berjuang melawan kerasnya hidup dan tetap bertahan dalam kondisi lingkungan yang tidak mendukung. Hal ini dilakukan agar ibu dapat menjadi tempat perlindungan bagi keluarganya. Hal ini dijelaskan di dalam buku yang ditulis oleh Prapunoto dkk (2019) bahwa setiap nilai-nilai hidup yang ditanamkan sejak usia dini menjadi pegangan masyarakat Nuaulu, setiap ritual adat yang dilakukan dimaknai dengan selalu mengutamakan keyakinannya pada *Upu Kuahatanah* dan makanan juga minuman yang dipakai oleh ibu, meskipun alamiah dan sederhana namun tersirat makna yang dijadikan patokan untuk menjalani kehidupan sehari-hari. Sejalan dengan hal tersebut, menurut Kobasa dkk (1982) Individu yang memiliki komitmen memiliki kesadaran akan tujuan yang akan dicapai, yang menuntunnya untuk mengidentifikasi dan memberi arti pada setiap peristiwa, segala sesuatu/benda, dan orang lain yang berada di dalam lingkungannya. Individu dengan resiliensi baik mampu menunjukkan kemampuan beradaptasi yang terkait dengan fungsi sosial, harga diri dan kesehatan. Adanya komitmen tersebut membuat individu memiliki modal diri dan sosial yang cukup, yang membuatnya aktif, tidak

tindakan nyata oleh orang lain atau disebut *received support* (dukungan yang diterima), *psychological well being* dan religiusitas. Dukungan sosial juga berarti kenyamanan, kepedulian dan pertolongan jika dibutuhkan yang disebut sebagai *perceived support* (dukungan yang dirasakan).

Ketangguhan dan Resiliensi Perempuan Nuaulu dalam Tradisi Nuhune

Kobasa (1979) menyatakan bahwa individu dengan *hardiness* yang tinggi mencoba untuk menilai stresor secara realistis dan memiliki pemahaman yang komprehensif tentang faktor yang berkontribusi. Akibatnya, mereka dapat mengidentifikasi dan memilih strategi yang tepat untuk menghilangkan atau menghambat faktor penyebab stres. Ketangguhan terdiri dari tiga dimensi, yaitu: komitmen, kontrol dan tantangan. 1) komitmen untuk menemukan tujuan hidup yang bermakna; 2) keyakinan akan kemampuan mengontrol lingkungan dan peristiwa yang dihadapi; dan 3) tantangan yaitu keyakinan bahwa dari pengalaman positif maupun negatif yang dialami individu dapat tumbuh dan berkembang dengan baik.

Menurut Santrock (2002) ketangguhan (*hardiness*) adalah bentuk kepribadian yang dikarakteristikan oleh komitmen, (daripada keterasingan), kontrol/pengendalian daripada ketidakberdayaan, dan persepsi terhadap masalah sebagai tantangan daripada sebagai ancaman. Kobasa, Maddi dan Khan (1982) lebih lanjut menjelaskan dimensi komitmen individu terhadap nilai-nilai dan aktivitas kehidupan yang unik untuk masing-masing individu. Komitmen juga tidak hanya dalam hal individu, tetapi juga merujuk pada rasa komunitas tempat individu tinggal. Kobasa dkk (1982) juga menjelaskan bahwa individu yang memiliki komitmen mampu merasakan keterlibatannya dengan orang lain. Keterlibatannya dengan orang lain ini membuatnya mudah membina dukungan sosial yang berguna bagi dirinya ketika membutuhkan bantuan selama menghadapi tekanan-tekanan hidup. Vanbrenda (2001) mengemukakan bahwa komitmen dalam individu dengan kepribadian *hardy* juga mengenai dimensi-dimensi nilai hidup yang ditanamkan sejak tumbuh kembangnya. Jika dilihat dalam kehidupan perempuan Nuaulu yang menjalankan tradisi ini, memahami bahwa tradisi yang dilakukan berbeda jika dibandingkan dengan daerah lain, tetapi menyadari bahwa hal tersebut adalah bentuk ketaatan dan tanggung jawab untuk mempertahankan dan meneruskan tradisi serta ketaatannya kepada *Upu Kuanahatana*, hal itu adalah bentuk komitmen dari para perempuan yang menjalani tradisi dan terus mempertahankannya. Komitmen perempuan Nuaulu juga tergambarkan pada saat keterlibatannya dalam pelaksanaan ritual adat bagi dirinya sendiri maupun bagi masyarakat yang lain sesama perempuan Nuaulu sebagai wujud dari rasa memiliki dalam komunitas masyarakat tersebut. Komitmen juga dapat digambarkan dalam penanaman nilai-nilai hidup yang diwariskan oleh para tua adat juga leluhur yang mereka percayai, hal itu pula yang membentuk ketangguhan perempuan Nuaulu. Bentuk pengendalian menurut Vanbrenda (2001) yaitu mengenai individu yang mampu memiliki kontrol atas diri sendiri di dalam keadaan tertekan, mampu mengendalikan yang terjadi dalam kehidupan mereka sehingga berfungsi dengan baik walau dalam tekanan. Pengalaman perempuan Nuaulu dalam hal ini dapat dilihat Ketika berada di dalam rumah pengasingan *posune* dan harus menjalani ritual adat *nuhune* sebagai bentuk

menghindari tekanan yang dihadapi dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi tekanan tersebut.

Berdasarkan hasil kajian yang dilakukan, ditemukan bahwa resiliensi terbentuk pada perempuan Nuaulu berdasarkan nilai-nilai kehidupan yang dianut juga ritual yang dilakukan dalam setiap hal yang dianggap sebagai suatu yang sakral. Meskipun terdapat banyak juga masalah yang terkait dengan higienitas, kondisi psikologis yang tidak stabil, namun kepercayaan serta ketaatan terhadap *Upu Kuahatanah* dan para leluhur membentuk perempuan Nuaulu menjadi pribadi yang tangguh. Hal ini pun dilihat sebagai kajian awal yang akan ditelaah lebih lanjut mengenai strategi resiliensi perempuan Nuaulu di dalam menjalani ritual *nuhune*. Dalam kajian awal ini dapat terlihat jelas bahwa aspek religiusitas dan dukungan sosial, serta nilai pendidikan melalui alam dan tradisi ritual budaya berperan penting pada resiliensi perempuan Nuaulu. Penanaman nilai-nilai kesatuan dengan alam dan kesatuan dengan *Upu Kuahatanah* adalah strategi peneguhan bahwa kesepian dan keterasingan akan menjadikan mereka menjadi orang yang tangguh, termasuk anak yang dilahirkan. Ketaatan atas penghayatan ini dipercaya membuat mereka mengalami kesejahteraan. Adanya dukungan sosial dari komunitas perempuan Nuaulu juga tetua adat Perempuan, dan keterlibatan masyarakat Nuaulu untuk terus mendukung tata cara adat adalah salah satu strategi untuk agar perempuan yang melahirkan tetap merasa dirinya tidak bergumul seorang diri.

Dalam penelitian ini terdapat beberapa kekuatan yakni penelitian ini dilakukan dengan berfokus pada resiliensi perempuan dalam pengasingan di tengah sistem kebudayaan yang primitif yang masih langka untuk diteliti. Penelitian ini merupakan suatu kebaruan yang berusaha menelaah strategi resiliensi perempuan dalam tradisi adat yang dijalani. Sedangkan keterbatasan dalam penelitian ini ialah hanya dilakukan dalam kajian literatur tidak dilakukan secara empiris dan berupa penelitian awal untuk membantu peneliti berikutnya untuk melihat model resiliensi pada perempuan Nuaulu berdasarkan kajian terdahulu.

Simpulan

Keadaan cemas dan ketidaktersediaannya kebutuhan membuat ibu seringkali merasa tidak berdaya dalam menjalani tradisi adat *nuhune*, namun berlandaskan ketaatan dalam melakukan tradisi adat dan juga nilai-nilai budaya yang dipertahankan yang membuat ketangguhan itu muncul karena adanya komitmen dan kontrol dari dalam diri individu sendiri dalam menjalani tradisi. Tanggung jawab kepada Tuhan maupun masyarakat secara luas dan berusaha menghindari bahaya yang dipercaya sejak zaman leluhur memunculkan ketangguhan pada perempuan Nuaulu.

Resiliensi pada perempuan Nuaulu dilihat sebagai suatu yang alamiah karena dibentuk melalui pemaknaan nilai kehidupan dan tradisi yang ada dan berkembang di Suku Nuaulu. Resiliensi terbentuk dari dalam diri perempuan Nuaulu juga dukungan sosial keluarga, kepala suku, juga komunitas masyarakat (laki-laki dan perempuan). Tradisi *Nuhune* dilihat sebagai suatu aktivitas yang sakral dan sebagai perwujudan penghormatan kepada Tuhan Sang Pemberi Hidup. Dalam menjalankan tradisi ini, diyakini perempuan Nuaulu tidak hanya mendatangkan berkat bagi diri dan keluarga,

juga bagi masyarakat suku Nuaulu. Pemaknaan simbol-simbol yang ada dalam setiap tradisi ritual membentuk ketangguhan pribadi perempuan Nuaulu dalam menjalani tantangan hidup kedepan.

Perlu adanya penelitian lebih lanjut mengenai strategi resiliensi yang tepat untuk diberlakukan sesuai subjek penelitian, yaitu perempuan Nuaulu. Pada penelitian tersebut perlu melihat keterkaitan antara dukungan sosial, religiusitas, dan pengaruh nilai-nilai budaya setempat untuk mendapatkan model resiliensi yang sesuai dengan subjek di daerah tersebut.

Daftar Pustaka

- Andriana, E. (2006). *Melahirkan tanpa rasa sakit dengan metode hypnobirthing*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Ayudia, F. V. K., & Solicha, S. (2019). Resiliensi penyandang tuna daksa: pengaruh dukungan sosial dan gratitude dalam membentuk individu yang resilien. *Tazkiya Journal of Psychology*, 2(2).
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Babieva, N. S., Sidyacheva, N. V., Mudrak, S. A., Kalinin, I. V., Zolotkova, E. V., Buyanova, V. V., & Mikhailova, I. V. (2018). Specific features of self-perception and anxiety of a woman with the pathology of pregnancy. *Electronic Journal of General Medicine*, 15(4).
- Borden, L. A., Schultz, T. R., Herman, K. C., & Brooks, C. M. (2010). The Incredible Years Parent Training Program: Promoting resilience through evidence-based prevention groups. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 14(3), 230.
- Cerezo, A., Galian, A., Tarroja, M. C., Mañalac, G. K., & Ysmael, M. P. (2015). Breaking news: how hardiness moderates the impact of burnout on the psychological well-being of Filipino journalists covering disasters and emergencies. *Philippine Journal of Psychology*, 48(2), 175-194.
- Evans, J., Heron, J., Patel, R. R., & Wiles, N. (2007). Depressive symptoms during pregnancy and low birth weight at term. *The British Journal of Psychiatry*, 191(1), 84-85.
- Fagbenro, D. A., Benjamin, E. O., & Folasade, A. O. (2018). Influence of Stages of Pregnancy on the Psychological Well-Being of Pregnant Women in Ibadan, Nigeria. *International Journal of Caring Sciences*, 11(2), 719.
- Fahami, F., Amini-Abchuyeh, M., & Aghaei, A. (2018). The relationship between psychological wellbeing and body image in pregnant women. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(3), 167.
- Gibbs, S., & Miller, A. (2014). Teachers' resilience and well-being: A role for educational psychology. *Teachers and Teaching*, 20(5), 609-621.
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is Resilience?. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258-265.
- Ilska, M., & Przybyła-Basista, H. (2014). Measurement of women's prenatal attitudes towards maternity and pregnancy and analysis of their predictors. *Health Psychology Report*, 2(3), 176-188.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events,

- personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of Personality And Social Psychology*, 37(1), 1.
- Iskandar, A. B. (2017). Resiliensi Mantan Narapidana Terhadap Penolakan Lingkungan. *Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of Personality And Social Psychology*, 37(1), 1.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: a prospective study. *Journal of Personality And Social Psychology*, 42(1), 168.
- Kalil, A. (2003). Family Resilience and Good Child Outcomes. A Review of the Literature, Centre for Social Research and Evaluation.
- Kiernan, K. E., & Huerta, M. C. (2008). Economic deprivation, maternal depression, parenting and children's cognitive and emotional development in early childhood 1. *The British Journal of Sociology*, 59(4), 783-806.
- Lo Bue, S., Kintaert, S., Taverniers, J., Mylle, J., Delahaij, R., & Euwema, M. (2018). Hardiness differentiates military trainees on behavioral persistence and physical performance. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(4), 354-364.
- Martini, J., Petzoldt, J., Einsle, F., Beesdo-Baum, K., Höfler, M., & Wittchen, H. U. (2015). Risk factors and course patterns of anxiety and depressive disorders during pregnancy and after delivery: a prospective-longitudinal study. *Journal of Affective Disorders*, 175, 385-395.
- Menon, P., Yogeswarie. (2015). Sociability, hardiness, and resilience in mothers of differently able children. *International Journal of Scientific Research*, 4, 533-535.
- Noonan, K., Burns, R., & Violato, M. (2018). Family income, maternal psychological distress, and child socio-emotional behavior: Longitudinal findings from the UK Millennium Cohort Study. *SSM-population health*, 4, 280-290.
- Nina, J. (2012). *Perempuan Nuaulu: tradisionalisme dan kultur patriarki*. Yogyakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- OECD/Noya, A., & Clarence, E. (2009). Community capacity building: fostering economic and social resilience. *Organization for economic cooperation and development*, 26-27 November 2009, working document, CFE/LEED/OECD. www.edcd.org/dataoecd/54/10/33681969.pdf?contentId=44681970
- Olsen, S. T. (2017). How can a focus on teacher well-being in pre-service training promote the resilience of primary school student teachers?. *Journal of the European Teacher Education Network*, 12, 118-125.
- Orbay, E., Tüzün, S., Çinkıt, B., Ölmez, M. B., Tekin, S., Purut, E., ... & Sargin, M. (2017). Antenatal anxiety in pregnant women with gestational diabetes mellitus. *Ankara Medical Journal*, 17(2), 111-118.
- Otemusu, F., Prapunoto, S., & Kristijanto, A. Ign. (2019). Mendedah penghayatan religiusitas dan *psychological well-being* perempuan dalam kelindan rumah pengasingan di pulau seram. Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi UKSW. Salatiga, Indonesia: Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana.
- Ploubidis, G. B., Sullivan, A., Brown, M., & Goodman, A. (2017). Psychological distress in mid-life: evidence from the 1958 and 1970 British birth cohorts. *Psychological Medicine*, 47(2), 291-303.

- Pidgeon, A. M., Coast, G., Coast, G., Coast, G., & Coast, G. (2014). Examining characteristics of resilience among university students: An international study. *Open Journal of Social Sciences*, 2(11), 14.
- Prapunoto, S., Mage, M, Y, G., Wattimury, C. (2019). *Perempuan dalam Kelindan: Ritual Budaya*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Pudyatmoko, Y. T. L. S., Fandeli, C., & Baiquni, M. (2015). Ritual sebagai daya tarik ekowisata di desa nounea kabupaten maluku tengah. *Jurnal Kawistara*, 5(3).
- Resnick, B., Galik, E., Dorsey, S., Scheve, A., & Gutkin, S. (2011). Reliability and validity testing of the physical resilience measure. *The Gerontologist*, 51(5), 643-652.
- Sahusilawane, A. (2012). *Inisiasi Orang Orang Naulu Di Pulau Seram*. Balai Pelestarian Nilai Budaya.
- Sanders, A. E., Lim, S., & Sohn, W. (2008). Resilience to urban poverty: theoretical and empirical considerations for population health. *American Journal of Public Health*, 98(6), 1101-1106.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development*. Boston: McGraw-Hill Publisher.
- Setyowati, S. E. (2016). Pengasingan wanita melahirkan suku nuauulu di dusun rohua kecamatan amahai kabupaten maluku tengah. *Jurnal Riset Kesehatan*, 5(1), 14-20.
- Surucu, S. G., Ozturk, M., Vurgec, B. A., Alan, S., & Akbas, M. (2018). The effect of music on pain and anxiety of women during labour on first time pregnancy: A study from Turkey. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 30, 96-102.
- Sulima, M., Makara-Studzińska, M., Lewicka, M., Wiktor, K., Stawarz, B., & Wiktor, H. (2014). Analysis of the severity of anxiety in a group of pregnant women hospitalized for threatened premature delivery. *Polish Annals of Medicine*, 21(2), 114-119.
- Utami, R. W. (2015). *Pengembangan Civic Culture Melalui Pendidikan Formal Dan Budaya Lokal Masyarakat Suku Nuauulu: Studi Etnografi pada Masyarakat Adat Suku Nuauulu di Pulau Seram, Negeri Nua Nea Kec. Amahai Kab. Maluku Tengah Prov. Maluku* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Van Breda, A. D. (2001). Resilience theory: A literature review. *Pretoria, South Africa: South African Military Health Service*.
- Wagnild, G. M. (2009). The resilience scale user's guide: For the US English version of the Resilience. Scale and the 14-item Resilience Scale (RS-14). Resilience center.
- Wattimury, C. (2018). Pengaruh psychological well-being dan kebermaknaan hidup terhadap tingkat religiusitas perempuan dalam rumah pengasingan "nuhune" suku nuauulu - maluku tengah. (Unpublished Thesis). Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga.
- Yi-xuan, L., Jian-ying, S., & Chun-lin, Y. (2013). Effect of group psychological training on mental health of military university students. *China Journal of Health Psychology*, 21(1), 46-48.

Joanne Marrijda Rugebregt, saat ini sedang menempuh pendidikan di jenjang Strata dua Magister Sains Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana di Salatiga. Email: joannerugebregt@gmail.com.

Susana Prapunoto, Universitas Kristen Satya Wacana, email:
prapunoto2007@gmail.com

A. Ignatius Kristijanto, Universitas Kristen Satya Wacana, email:
ign_gus111@yahoo.co.id