

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk yang mengalami perkembangan semasa hidupnya, baik itu perkembangan secara fisik maupun psikis. Menurut Santrock (Dariyo, 2003) masa dewasa awal ditandai dengan adanya transisi secara fisik, transisi secara intelektual dan transisi peran sosial. Manusia yang merupakan makhluk sosial juga mengalami perkembangan dalam interaksi dan kebutuhannya dengan manusia lainnya. Pada masa dewasa awal menurut Havighurst (Dariyo, 2003) salah satu tugas perkembangan manusia adalah mencari pasangan hidup serta menikah dan membina kehidupan rumah tangga.

Menurut Duvall & Miller (Sukmadiarti, 2007) pernikahan adalah suatu bentuk hubungan antara laki-laki dan perempuan yang meliputi hubungan seksual, legitimasi untuk memiliki keturunan (memiliki anak), dan penetapan kewajiban yang dimiliki oleh masing-masing pasangan. Namun pernikahan dalam Al-Qur'an bukanlah suatu proses berkumpulnya laki-laki dan perempuan saja seperti yang tertulis dalam Al-Qur'an surat Ar-Rum ayat 21:

Artinya: "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."

Dalam ayat tersebut dapat dipahami bahwa pernikahan adalah suatu proses pelepasan predikat individualitas secara psikologis dan organis dengan mempertemukan secara sempurna antara suami istri agar bercampur, saling menerima dan memberi pengaruh, berhubungan dan mengikat seluruh aspek fisik maupun psikologisnya (Ulfiyah, Psikologi Keluarga, 2016).

Di Indonesia, pernikahan diatur dan dilaksanakan menurut Undang-Undang Pernikahan No. 1 tahun 1974, yang juga mendefinisikan pernikahan sebagai ikatan lahir batin antara seorang pria dan wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa (Sukmadiarti, 2007). Sejalan dengan makna pernikahan dalam al-quran, ikatan batin yang dimaksud di dalamnya menunjukkan bahwa pernikahan bukanlah hanya ikatan formal yang sesuai dengan aturan masyarakat, tetapi juga menyangkut kedekatan secara langsung dan kedekatan secara psikologis. Adanya ikatan batin dapat tercipta antara pasangan suami-istri yang saling mencintai. Menurut Walgito (dalam Sukmadiarti, 2007) ikatan batin tersebut akan menimbulkan kebahagiaan lahir dan batin. Kebahagiaan lahir dan batin dalam membina kehidupan rumah tangga dapat diraih dengan berupaya mencari calon teman hidup yang cocok untuk dijadikan pasangan dalam pernikahan (Dariyo, 2003).

Sebelum pasangan melangsungkan pernikahan, pada umumnya dikenal sebuah status hubungan pacaran. Menurut Benokraitis (dalam Sukmadiarti, 2017), pacaran merupakan proses awal menuju pernikahan atau dengan kata lain pacaran merupakan sarana dalam memilih pasangan yang cocok untuk dijadikan pasangan hidup. Namun pada kenyataannya pacaran bukanlah satu-satunya cara atau langkah untuk mendapatkan pasangan hidup yang tepat. Proses lain yang dewasa ini banyak juga dilakukan untuk mendapatkan pasangan hidup adalah proses taaruf. Umumnya, proses taaruf ini dilakukan oleh orang yang beragama Islam. Menurut Hidayat (dalam Umami, 2002, dalam Sukmadiarti, 2007) taaruf adalah komunikasi timbal balik antara laki-laki dan perempuan untuk saling mengenal dan saling memperkenalkan diri yang berkaitan dengan masalah menikah. Setiap pertemuan dalam taaruf, pria dan wanita tidak bertemu berdua saja melainkan harus selalu didampingi mediator. Mediator dalam proses taaruf adalah orang yang paling dekat dan mengenal kepribadian calon pasangan yang akan melakukan taaruf, bisa orangtua, guru ngaji atau

sahabat karib yang dipercayai, sehingga diharapkan mereka dapat memberikan informasi yang benar, akurat serta menyeluruh mengenai diri calon tersebut. Perantara orang ketiga dan waktu masa ta'aruf yang ditentukan menjadi pembeda dengan pacaran yang cenderung tidak memiliki batasan dalam berkomunikasi (Listian & Alhamdu, 2016).

Dalam Louis dan Ma'luf disebutkan bahwa pemahaman mengenai istilah taaruf hanya dikenal dalam sistem pendidikan Islam, yaitu *ta'arafa – ya'taafofu – taaruf*, yang artinya: mengenal, saling mengenal, hendak mengetahui atau melakukan pendekatan hubungan (Sayu & Alhamdu, 2016). Menjelaskan bahwa konsep taaruf adalah suatu pendekatan hubungan yang dilakukan manusia untuk saling mengenal.

Alasan setiap orang dalam memilih cara untuk menemukan pasangan hidupnya berbeda-beda. Menurut Dion & Dion (dalam Sukmadiarti, 2007) kebanyakan masyarakat yang menganut budaya individualis mempercayai cinta romantis sebagai alasan untuk menentukan pasangan. Berbeda dengan masyarakat yang berorientasi kolektif, cinta bukan alasan utama dalam menentukan pasangan, keluarga dapat menentukan pasangan dengan beberapa pertimbangan seperti religiusitas (hal yang berkaitan dengan agama), finansial, atau latar belakang keluarga calon pasangan. Pertimbangan dari keluarga tersebut diyakini memiliki kontribusi yang tepat atas pilihan yang diambil, bukan hanya bagi pasangan yang akan menikah, tetapi juga pada sistem keluarga yang lebih luas di masa depan. Sementara bagi pasangan yang memilih menikah melalui proses taaruf, mereka menjalaninya karena memiliki pemahaman bahwa taaruf adalah jalan menuju pernikahan yang sesuai syari'at. Pasangan yang menikah dengan proses taaruf menganggap bahwa taaruf sebagai wadah untuk mengenal pasangan secara Islami, menghindari para pelaku melakukan hal-hal haram seperti melakukan aktifitas-aktifitas layaknya suami istri; berpegangan, berpelukan, berciuman bahkan sampai melakukan hubungan intim (Hidayati, 2016). Mereka menghindari

hal-hal tersebut karena menurut ajaran Islam, hal tersebut merupakan hal yang dilarang, atau biasa dikenal *zinah*, seperti yang tertulis dalam surat Al-Isra ayat 32:

“Dan janganlah kamu mendekati zinah. Sesungguhnya zinah itu adalah suatu perbuatan yang keji. Dan suatu jalan yang buruk.”

Sejatinya, pernikahan yang dilakukan oleh satu pasangan adalah proses menyatukan dua karakter dan memerlukan adaptasi. Kehidupan pernikahan tanpa diawali dengan proses pacaran, akan terjadi perpaduan dan bahkan bentrokan dari dua individu yang masih asing (Sukmadiarti, 2007). Begitupun dengan pernikahan melalui proses taaruf. Proses taaruf yang dilakukan sebelum pernikahan biasanya tidak berlangsung lama, sementara di dalam pernikahan memerlukan penyesuaian antar pasangan untuk mencapai kebahagiaan dalam pernikahan. Dalam pernikahan dengan taaruf, konflik interkultural mungkin saja terjadi selama taaruf karena waktu yang relatif singkat. Tapi karena nilai kultural itu menempel dalam diri, kultur yang berbeda akan muncul dalam interaksi pasangan di kehidupan pernikahan. Perbedaan inilah yang memungkinkan untuk memunculkan konflik dan berpengaruh pada perkembangan hubungan (Irwa R Zarkasi, 2014). Tapi karena pemilihan pernikahan didasarkan pada ayat dan ketaatan kepada aturan agama, pernikahan dilalui dengan nilai-nilai religiusitas pula.

Penyelesaian terhadap masalah dalam pernikahan sejatinya adalah untuk mencapai keharmonisan dan kebahagiaan dalam keluarga. Kebahagiaan pada umumnya menjadi harapan bagi setiap pasangan yang menikah. Atwater dan Duffy (Donna, 2010) menyatakan bahwa kebahagiaan perkawinan tergantung pada apa yang terjadi saat pasangan memasuki kehidupan perkawinan yaitu seberapa baik mereka mengalami kesesuaian atau kecocokan. Hal yang paling penting dalam meraih kebahagiaan menurut Atwater dan Duffy (Donna, 2010) yaitu fleksibilitas dan keinginan untuk berubah dari setiap pasangan atau biasanya

disebut dengan penyesuaian perkawinan (Donna, 2010). Andrews dan Withey (Lu & Shih, 2010) mengemukakan tiga komponen *happiness* yaitu emosi positif, kepuasan hidup, dan rendahnya emosi negatif. Emosi positif sendiri ditandai dengan kepuasan terhadap masa lalu, optimisme terhadap masa depan, dan keyakinan pada masa sekarang. Sedangkan emosi negatif ditandai dengan kecemasan dan depresi. Kebahagiaan merupakan bagian dari kesejahteraan, kepuasan, untuk melakukan kepuasan hidup atau tidak adanya tekanan psikologis (Furnham, 2008).

Happiness sendiri memiliki beberapa faktor yang dapat mempengaruhinya, dan salah satu diantaranya adalah pernikahan. Ada dua penjelasan mengenai hubungan kebahagiaan dengan pernikahan, yaitu orang yang bahagia lebih atraktif sebagai pasangan daripada orang yang tidak bahagia (Carr, 2004). Artinya, pasangan yang bahagia akan memiliki daya tarik lebih, sehingga keutuhan rumah tangga akan lebih terjamin pada pasangan yang merasakan *happiness*. Penjelasan kedua yaitu pernikahan memberikan banyak keuntungan yang dapat membahagiakan seseorang, diantaranya keintiman psikologis dan fisik, memiliki anak, membangun keluarga, menjalankan peran sebagai orang tua, menguatkan identitas dan menciptakan keturunan (Carr, 2004). Pernikahan adalah keputusan yang diambil untuk kehidupan jangka panjang, bahkan semua orang berharap pernikahannya akan berjalan seumur hidup, sehingga dalam menjalani pernikahan perlu adanya sebuah kebahagiaan. Menurut Selligman, kebahagiaan orang yang menikah mempengaruhi panjang usia dan besar penghasilan dan ini berlaku bagi pria dan wanita.

Dalam sebuah pernikahan, meski sejatinya bertujuan untuk meraih kebahagiaan, namun akan selalu ada problematika atau masalah dalam pernikahan atau keluarga secara keseluruhan. Ulfiah (2016) menyebutkan beberapa problematika dalam pernikahan diantaranya seperti masalah komunikasi, konflik antara orang tua dan anak, masalah

ekonomi, cemburu, rasa superior, dan lain sebagainya. Masalah-masalah tersebut dapat menjadi *stressor* atau mungkin sebuah tekanan dalam diri salah satu pasangan. Namun manusia pada umumnya memiliki *coping strategy*. Manusia memiliki cara berbeda untuk mengatasi berbagai kejadian yang membuat stress. Orang yang mengembangkan strategi untuk mengurangi emosi negatif yang berkaitan dengan stressor dikenal sebagai *emotion – focused coping*, seperti yang disarankan oleh Lazarus and Folkman (Radzi, Ramly, Ghazali, Sipon, & Othman, 2013). Mereka menambahkan bahwa orang yang menggunakan metode aktif dengan pendekatan langsung untuk mengarahkan *stressor* dikenal juga dengan *problem focussed coping*. Sedangkan menurut Pargament, orang yang menggunakan perilaku religius seperti berdoa atau membaca kitab suci untuk mengatasi *stressor*, disebut juga dengan *religious coping* (Radzi, Ramly, Ghazali, Sipon, & Othman, 2013). Pasangan yang menikah dengan proses taaruf memilih jalan taaruf karena ketaatannya pada agama karena kekhawatirannya untuk mendekati zinah seperti yang tertulis dalam Al-quran surat Al-Isra ayat 32, hal tersebut menjadi indikasi bahwa pasangan yang menikah dengan proses taaruf menggunakan nilai religiusitas dalam pernikahannya. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Kusnulia dan Yeniar (2014) tentang Pengalaman Subjektif Istri yang Menikah dengan Proses Taaruf, dapat diketahui inti dari pengalaman subjektif istri yang menikah dengan proses taaruf pada penelitian ini adalah adanya sikap religiusitas yang dimiliki oleh subjek dalam penelitian tersebut. Sikap religiusitas yang dimaksud tercermin dari berbagai aspek, seperti penerapan nilai tauhid dalam mendidik anak dan penyelesaian masalah dengan nilai agama. Hal tersebut berkaitan dengan *religious coping*. *Religious coping* adalah suatu cara individu menggunakan keyakinan (agama)nya dalam mengelola stres dan masalah-masalah dalam kehidupan (WongMcDonald & Gorsuch, 2000, seperti dikutip dalam Utami, 2012).

Dalam penelitiannya, Pargament mengidentifikasi lima kunci religius yaitu: (a) *Meaning*. Clifford Geertz (1966, dalam Pargament, 2000), agama memegang peran kunci pada pencarian makna. Dalam masalah penderitaan, dan pengalaman hidup yang membingungkan, agama menawarkan pemikiran-pemikiran untuk memahami dan menginterpretasi masalah tersebut, (b) *Control*. Dihadapkan pada masalah-masalah di luar kemampuannya, agama menawarkan berbagai jalan untuk menguasai (masalah tersebut) dan mengontrolnya (Kenneth I. Pargament, Kenneth, Harold, & Lisa, 2000). (c) *Comfort/Spirituality*. Berdasar dari teori Freudian klasik (Kenneth I. Pargament, Kenneth, Harold, & Lisa, 2000), bahwa agama didesain agar individu bisa menghadapi masalah dalam hidup yang bisa datang kapan saja. (d) *Intimacy*. Sosiolog seperti Durkheim (1915, dalam Kenneth I. Pargament, Kenneth, Harold, & Lisa, 2000) umumnya sudah ditekankan peran agama dalam kohesivitas sosial. Agama dikatakan sebagai mekanisme untuk membina solidaritas sosial dan identitas sosial. *Intimacy* dengan orang lain, bagaimanapun, sering didorong melalui metode sosial, seperti menawarkan bantuan kepada orang lain atau meminta bantuan kepada tokoh agama (dalam agama Islam, misalnya ustadz) (e). *Life Transformation*. Para teoritis secara tradisional telah melihat agama sebagai konservasional di kehidupan sehari-hari—membantu orang menemukan *meaning, control, comfort, intimacy*, dan kedekatan dengan Tuhan. Bagaimanapun, agama juga mungkin membantu orang membuat transformasi hidup, yaitu meninggalkan nilai lama dan menemukan sumber baru yang signifikan (Pargament, 1997). Dari Religious coping, metode-metode didefinisikan sebagai mematuhi kelima poin dasar religiusitas di atas. Pargament menambahkan bahwa orang dengan kepercayaan religius yang kuat, lebih cenderung untuk menggunakan agama sebagai *coping strategies* daripada mereka yang tidak terlalu menggunakannya dalam menghadapi masalah (Moore & Cass, 2006). Bagi pasangan yang menikah, dan menjalankan pernikahan dengan nilai religius, dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah, pasangan cenderung menggunakan nilai agamanya.

Peran *religious coping*, terutama dukungan spiritual, merupakan *coping* yang paling disorot sebagai strategi yang penting dalam menanggulangi situasi sulit atau saat menghadapi peristiwa yang disebut sebagai ancaman (Moore & Cass, 2006).

Religious coping didefinisikan oleh Koenig sebagai sejauh mana individu menggunakan keyakinan dan praktek ritual religiusnya untuk memecahkan masalah dalam mencegah atau meringankan dampak psikologis negatif dari situasi yang penuh stres, dan hal ini membantu individu untuk beradaptasi dalam situasi kehidupan yang menekan (Safaria, 2011).

Taaruf merupakan proses menikah yang dipercayai merupakan sesuai syari'at ajaran Islam, yang mengindikasikan bahwa pasangan yang menjalani pernikahan dengan proses tersebut merupakan orang yang menjalani kehidupan sehari-harinya sesuai syari'at Islam pula. Hal ini berkaitan dengan *religious coping* yang disebutkan sebelumnya, dimana orang yang memiliki *religious coping* menjadikan kegiatan religius sebagai sarana untuk pemecahan masalahnya di dalam kehidupan sehari-harinya termasuk kehidupan pernikahannya.

Dewasa ini pernikahan melalui proses taaruf bukanlah hal yang asing di kalangan masyarakat. Salah satunya melalui media sosial, sudah banyak akun-akun yang menyerukan untuk melakukan proses taaruf sebagai jalan menuju pernikahan dengan alasan untuk menghindari zinah, seperti yang sudah disebutkan sebelumnya. Sampel dalam penelitian ini sendiri adalah Komunitas Tarbiyah yang merupakan sebuah komunitas Islam yang sudah berdiri sejak tahun 1994 dan sampai saat ini anggotanya konsisten melaksanakan taaruf sebagai jalan menuju pernikahan. Komunitas Tarbiyah merupakan komunitas dengan basis masa yang cukup banyak dengan proses kaderisasi yang konsisten melalui kegiatan keagamaan di lingkungan masyarakat, SMA, bahkan di kampus-kampus. Komunitas Tarbiyah dikenal dengan *branding* mereka sebagai komunitas Islam, hal tersebut ditunjukkan

dengan berbagai kegiatan keislaman yang rutin mereka lakukan, salah satunya adalah *halaqoh*. *Halaqoh* merupakan pertemuan rutin setiap minggu yang dalam kegiatannya banyak mengkaji isu dan ilmu-ilmu Islam. Dari seluruh anggota di Komunitas tersebut, *halaqoh* dilakukan dalam kelompok-kelompok dengan jumlah kelompok *halaqoh* yang variatif, biasanya dari lima sampai sepuluh orang dengan alokasi waktu sekitar dua jam. *Halaqoh* biasanya dimulai dengan membaca al-quran bergantian serta setoran hafalan. Kegiatan lain yang paling unik dan umum dilakukan di Komunitas Tarbiyah adalah pernikahan melalui proses taaruf. Hampir seluruh anggota dalam komunitas ini memiliki pandangan yang sama tentang jalan melalui pernikahan, yaitu melalui proses taaruf. Umumnya, bagi orang yang sudah siap menikah akan menulis *curriculum vitae* yang berisi data lengkap tentang identitas diri, hingga visi dan misi menjalani pernikahan. *Curriculum Vitae* tersebut lalu diserahkan kepada pihak ketiga yang biasanya adalah seorang *murabbi* atau guru ngaji dalam *halaqah* mingguan, ada juga yang melalui orangtua. Setelah saling bertukar *curriculum vitae*, dan memutuskan untuk melanjutkan proses, pihak yang melaksanakan taaruf kemudian berlanjut ke tahap selanjutnya seperti pertemuan kedua keluarga dan *khitbah* atau melamar. Proses taaruf idealnya dilaksanakan dalam jangka waktu yang singkat, biasanya dari tiga sampai enam bulan, hal ini guna menjaga niat semula mereka melaksanakan taaruf, yakni untuk menghindari zina.

Dari wawancara sederhana yang dilakukan sebelum penelitian, beberapa subjek menerangkan bahwa kehidupan pernikahan yang mereka alami tidak lepas dari adanya masalah, namun karena mereka melakukan pernikahan berdasarkan nilai-nilai Islam, mereka mengatakan bahwa mereka juga menjalani kehidupan pernikahan dengan nilai-nilai Islam, terutama dalam menghadapi masalah. Seperti misalnya dengan nilai ikhlas dan sabar, atau dengan berdoa kepada Allah.

Studi tentang keterkaitan antara agama dan kebahagiaan dalam pernikahan tentu bukan kali pertama ini dibahas, sebelumnya, Martin Argyle dalam bukunya *The Psychology of Happiness* juga membahas tentang beberapa survey dan penelitian terkait pengaruh agama terhadap kebahagiaan pernikahan. Semua pasangan yang menjadi subjek dalam buku tersebut merupakan anggota gereja. Keterkaitan antara agama sebagai *coping* untuk mencapai *happiness* atau kebahagiaan dalam pernikahan pada pasangan religius beragama Islam sendiri belum banyak ditemukan. Pada agama Kristiani subjek pasangan religius dipilih dari keanggotaannya di gereja, namun pada pasangan religius agama Islam tentu tidak ada keanggotaan secara resmi di tempat ibadah, kecuali pengajian rutin mingguan ataupun bulanan yang jarang memiliki peserta atau jama'ah tetap. Namun pada komunitas Tarbiyah, mereka memiliki keanggotaan resmi dan memiliki kegiatan keagamaan rutin satu minggu sekali. Selain kegiatan keagamaan rutin, anggota Komunitas Tarbiyah memiliki pandangan yang sama terkait pernikahan, yaitu pernikahan melalui proses ta'aruf sebagai bentuk ketaatan pada Allah (menghindari zina) yang juga menjadi indikator bahwa mereka menjalani pernikahan dengan nilai-nilai religius. Fenomena tentang bagaimana pasangan religius, dalam hal ini anggota komunitas Tarbiyah menggunakan *religious coping* sebagai cara untuk menghadapi masalah guna mencapai kebahagiaan pernikahannya, menjadi fenomena yang menarik bagi penulis sehingga penulis ingin meneliti dari pengaruh *religious coping* terhadap kebahagiaan pada pasangan yang menikah dengan proses taaruf.

Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah penulis paparkan, maka didapatkan rumusan masalah sebagai berikut:

“Apakah ada pengaruh *religious coping* terhadap *happiness* pada pasangan yang menikah dengan proses taaruf?”

Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui apakah ada pengaruh dari *religious coping* terhadap *happiness* pada pasangan yang menikah dengan proses taaruf.

Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini terbagi menjadi dua:

Secara teoretis, hasil dari penelitian ini diharap dapat menjadi referensi atau masukan bagi perkembangan ilmu Psikologi, baik dalam bidang Psikologi Islam, Psikologi Positif, ataupun Psikologi Keluarga. Selain itu untuk peneliti selanjutnya, dapat melengkapi kekurangan ataupun mengembangkan apa yang telah diteliti pada penelitian ini.

Secara praktis, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi pembelajaran bagi pasangan yang sudah menikah dengan proses taaruf, khususnya dalam komunitas Tarbiyah, untuk mengembangkan *religious coping* untuk menurunkan tingkat stress atau mencapai kebahagiaan dalam pernikahan.