

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang

Pernikahan merupakan gerbang utama dalam menciptakan generasi yang unggul dan berakhlakul karimah. Dalam menjalani sebuah pernikahan tentu semua ingin menjalani pernikahan yang *sakinah, mawaddah, dan warohmah*. Itulah doa yang kita dan orang-orang panjatkan saat datang pada acara pernikahan pada umumnya. Selain menghindari diri dari perbuatan zina, tujuan menikah ialah untuk membuat hati tenang serta menumbuhkan rasa kasih dan sayang diantara keduanya. Sebagaimana firman Allah SWT dalam QS. Ar-Rum ayat 21 berikut:



وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقُرُونَ - ٢١

“Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan Dia menjadikan di antaramu rasa kasih dan sayang. Sungguh, pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir”. [QS. Ar-Rum:21]

Menurut Kemal (2008) perkawinan dapat diartikan sebagai sebuah ikatan lahir batin seorang pria dan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Namun bagaimana jika pernikahan tidak berjalan sesuai dengan harapan? Kehadiran orang ketiga dalam pernikahan kerap kali menjadi salah faktor yang menyebabkan perceraian.

Dikutip dari Merdeka.com, Dirjen Bimas Islam Kamaruddin Amin mengatakan angka perceraian di Indonesia khususnya yang beragama Islam, pada tahun 2019 mencapai 480.618 kasus. Angka tersebut mengalami peningkatan setiap tahun sejak tahun 2015. Ini berdasarkan

data Badan Peradilan Agama Mahkamah Agung. Amin merinci pada tahun 2015 terdapat 394.246 kasus, kemudian pada tahun 2016 bertambah menjadi 401.717 kasus, lalu pada tahun 2017 mengalami peningkatan yaitu 415.510 kasus dan tahun 2018 terus alami peningkatan menjadi 444.358 kasus. Sementara itu, pada 2020, per Agustus jumlahnya sudah mencapai 306.688 kasus.

Sebab terjadinya perceraian salah satunya adalah perselingkuhan yang dilakukan oleh suami atau istri. Selingkuh merupakan perbuatan yang menyalahi hukum Allah, dimana ia bisa menjerumuskan pelakunya kedalam perbuatan zina. Sedangkan zina itu sendiri telah dilarang oleh Allah dalam Al-Qur'an surat Al-Isra ayat 32 yang artinya: *“Dan janganlah kamu mendekati zina, (zina) itu sungguh suatu perbuatan yang keji, dan suatu jalan yang buruk”*.

Menurut Ginanjar (dalam Intan, 2017), individu yang melakukan pengkhianatan terhadap kesetiaan pernikahan dapat menimbulkan pasangannya merasakan sakit hati. Hal ini dapat menyebabkan reaksi stress pada individu yang diselingkuhi (Snyder dkk, 2008). Menurut Lusteran (dalam Manik, 2012) reaksi distress akibat perselingkuhan seringkali muncul dalam berbagai bentuk, yakni emosi, pikiran, perilaku, dan fisik. Reaksi emosi yang muncul dapat berupa rasa marah, malu, sakit hati, cemburu, dan takut. Reaksi pikiran yang muncul meliputi pertanyaan mengenai lama perselingkuhan, keberhargaan diri, hingga bagaimana harus bersikap. Reaksi perilaku dapat berupa teriakan, melempar barang, hingga memukul pasangan yang selingkuh. Sementara itu, reaksi fisik yang muncul dapat termanifestasi dalam berbagai bentuk seperti badan lemas, sakit kepala ataupun diare.

Menurut Murdock (1965, seperti dikutip dalam Ulfiah 2016 Hal.31) Keluarga merupakan kelompok sosial yang memiliki karakteristik tinggal bersama, terdapat kerjasama ekonomi, dan terjadi proses reproduksi. Setiap pasangan tentunya mendambakan keluarga yang bahagia, nyaman dan tentram. Namun perlu disadari bahwa perkawinan dapat

membuahkan ketidakbahagiaan yang ditimbulkan oleh konflik-konflik atau berbagai masalah di dalam rumah tangga. Masalah yang terjadi dalam rumah tangga pun berbeda-beda, ada yang disebabkan oleh masalah ekonomi, perbedaan budaya, keturunan, Agama, seksualitas, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) bahkan adanya pihak ketiga yang mengganggu keharmonisan keluarga dan sebagainya. Apabila masalah-masalah tersebut tidak bisa mereka hadapi maka perceraian merupakan satu-satunya jalan untuk keluar dari problematika tersebut. Hal ini sejalan dengan pendapat Hurlock (1996) bahwa perceraian merupakan kulminasi dari penyesuaian perkawinan yang buruk, dan terjadi bila antara suami dan istri sudah tidak mampu lagi mencari cara penyelesaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak, sehingga putusnya suatu hubungan pernikahan. Walaupun sebagian pria maupun wanita merasa beruntung dengan adanya perceraian karena dengan hal tersebut justru membuka jalan untuk memperbaiki diri dan melangsungkan kehidupan rumah tangga yang lebih baik lagi walaupun dengan pasangan yang berbeda.

Adanya perselingkuhan dalam hubungan rumah tangga tidak hanya berdampak negative pada suami atau istri saja, lebih dari itu anak pun bisa menjadi korban. Selain itu, pihak keluarga menanggung malu serta masyarakat pun tidak menerima perbuatan macam itu. Perselingkuhan tidak hanya dilakukan oleh pihak suami, tidak menutup kemungkinan istri pun bisa melakukan perselingkuhan. Namun untuk mempersempit judul penelitian ini maka penelitian kali ini difokuskan pada perselingkuhan yang dilakukan oleh suami.

Subjek dalam penelitian ini merupakan seorang istri yang pernah diselingkuhi oleh suaminya dan sang istri memutuskan untuk tetap bertahan dalam pernikahannya. Keputusan untuk menerima kembali suami yang telah berselingkuh merupakan hal yang cukup sulit dilakukan oleh kebanyakan istri pada umumnya. Tidak semua istri dapat dan mampu hidup berdampingan dengan suami yang pernah berselingkuh

dengan wanita lain, dengan orang yang pernah mengkhianati kepercayaannya dan menghancurkan kebahagiaan keluarga kecilnya.

Hal yang bisa menjadi pertimbangan untuk bisa bertahan dengan pasangannya adalah anak, nasihat orang tua, keadaan ekonomi dan pandangan orang sekitar. Seorang istri dinilai lebih mudah memaafkan pasangannya yang pernah berselingkuh, namun jika perbuatan tersebut diulang kembali, seringkali kebanyakan istri pada umumnya akan menggugat cerai suaminya.

Manusia diberikan pilihan oleh Allah untuk menjalani kehidupan ini. Apakah ia akan melakukan perbuatan yang baik atau perbuatan yang buruk. Dalam hal yang baik, seseorang akan bertidak sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku. Sedangkan perbuatan buruk adalah tindakan yang dilakukan sekehendak orang tersebut tanpa memikirkan benar atau salahnya dan jelas ini bisa merugikan diri sendiri dan orang lain.

Masalah akan selalu ada dan hadir pada kehidupan kita, tak mengenal waktu dan kepada siapa ia akan berhadapan. Setiap tahapan perkembangan mempunyai batasan-batasan tersendiri dalam menghadapi masalah, yang membedakannya bisa dilihat dari tingkatan masalah itu sendiri. Perselingkuhan merupakan masalah yang cukup berat dalam kehidupan rumah tangga. Jika masalah ini tidak diselesaikan dengan baik oleh suami dan istri maka anak, keluarga dan lingkungan bisa terkena dampaknya.

Berbagai macam cara dilakukan oleh istri dalam mengatur emosinya dengan menghindari permasalahan yang dihadapi secara langsung. Ia akan berdoa kepada Tuhan, melakukan sholat tahajud, berangan-angan bahwa permasalahannya akan selesai, dan bertanya kepada diri sendiri mengenai kekurangan yang ada dalam dirinya

(Savitri, 2017). Seorang istri juga berusaha untuk mengatur atau merubah kondisi dengan cara berorientasi pada pemecahan masalah, dengan cara meminta nasehat kepada saudara, menggugat cerai, melakukan agresi verbal dengan marah-marah hingga memaki. Pertengkaran akan terus berlarut akibat perselingkuhan. Perempuan akan merasa kehilangan kepercayaan dan memunculkan perasaan ingin bercerai. Proses yang dilakukan ini bentuk dari *problem focused coping* (Lazarus & Folkman, 1984).

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Laelita (2019) menunjukkan bahwa perempuan dalam menghadapi perselingkuhan menggunakan strategi *coping* bentuk *emotion focused coping*. Perempuan lebih menggunakan emosi ketika menghadapi masalah yang menimpanya. Perempuan menghindari permasalahan yang dialaminya setelah mengetahui pasangannya telah selingkuh dengan mengatur emosinya dengan baik dan mengalihkannya pada hal yang positif. Melakukan hal-hal positif yang bersifat religius seperti menjalankan sholat lima waktu, puasa, hingga mengikuti pengajian. Semua itu dilakukan agar bisa mengalihkan pikiran negatif yang ada pada dirinya. Hal tersebut termasuk pada aspek dari *emotional focused coping* yaitu *positive reappraisal* adalah penilaian positif, berusaha menciptakan makna yang positif dari situasi dengan berfokus pada perkembangan pribadi. Termasuk melibatkan diri dalam hal-hal yang religius (Lazarus & Folkman, 1984).

Selain itu perempuan berusaha untuk mengatur perasannya sendiri atau tindakan dalam hubungannya untuk menyelesaikan masalah. Hal ini termasuk pada aspek *self control* yakni berusaha untuk mengatur perasaannya dalam menghadapi suatu permasalahan yang dihadapinya. Perempuan juga menerima permasalahan yang dihadapinya dan melalui itu semua dengan memikirkan jalan keluarnya dan mencoba berpikir positif. Hal demikian termasuk pada aspek *accepting responsibility*

yakni mengakui peran diri sendiri dalam masalah dan memperbaiki keadaannya (Lazarus & Folkman, 1984).

Berdasarkan latar belakang diatas, penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui bagaimana gambaran *coping strategy* yang dimiliki oleh istri saat suaminya berselingkuh.

Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah-masalah yang telah diungkapkan dalam latar belakang masalah, maka secara spesifik rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimana gambaran *coping strategy* pada istri yang diselingkuhi?

Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah diidentifikasi, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *coping strategy* pada istri yang pernah diselingkuhi.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan teoretis. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran ilmiah dan mengembangkan khazanah intelektual dalam ranah kajian ilmu psikologi, khususnya yang berhubungan dengan pembahasan psikologi positif.

Kegunaan praktis. Secara khusus, penelitian ini diharapkan dapat menjawab permasalahan bagi seorang istri yang diselingkuhi. Hasil penelitian ini juga semoga dapat bermanfaat bagi:

1. Bagi subjek yang bersangkutan atau masyarakat umumnya agar dapat memiliki *coping strategy* yang baik jika mengalami hal yang serupa.
2. Bagi para pembaca, semoga dapat memberikan motivasi dari peristiwa yang dialami subjek, terutama bagi individu yang memiliki masalah yang serupa.

3. Bagi penulis, semoga dapat menambah wawasan penulis mengenai wacana ilmu psikologi khususnya dalam psikologi positif, yang selanjutnya dapat mengambil pelajaran hidup dari apa yang dialami subjek.
4. Bagi penelitian selanjutnya, semoga penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi untuk penelitian terkait *coping strategy*, perselingkuhan, rumah tangga dan penelitian sejenisnya.

