

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Pernikahan adalah suatu tahapan dalam hidup yang akan dilewati oleh pria maupun wanita sebagai salah satu tugas perkembangan sosio-emosional pada masa dewasa awal. Santrock (2002) mendefinisikan bahwa salah satu tugas perkembangan adalah bergabung menjadi sebuah keluarga melalui sebuah pernikahan. Pernikahan merupakan ikatan (akad) yang sesuai dengan ketentuan hukum dan ajaran agama (Kamus Umum Bahasa Indonesia, 2003).

Menurut Soemijati (dalam Bachtiar, 2004) menikah merupakan salah satu tuntutan untuk memenuhi hajat tabiat kemanusiaan, melampiaskan hasrat seksual antara perempuan dan laki-laki dalam rangka mewujudkan sebuah keluarga yang berdasarkan cinta dan kasih sayang, dan memperoleh keturunan yang sah secara hukum karena telah mengikuti ketentuan-ketentuan yang telah diatur. Akan tetapi, pernikahan sering kali bergulir permasalahan dan tidak semua pasangan dapat menanganinya hingga akhirnya perceraian menjadi pilihan.

Papalia (2004) menyebutkan bahwa kesuksesan dalam pernikahan sangat bergantung pada bagaimana pasangan berkomunikasi, membuat keputusan, dan berhadapan dengan konflik. Bagaimana cara pasangan dalam rumah tangga untuk menyelesaikan konflik akan mempengaruhi tingkat kepuasan dalam pernikahan. Sedangkan kegagalan pasangan untuk saling menyesuaikan diri

dan memecahkan masalah-masalah secara efektif dapat memicu konflik yang berkepanjangan (Sarafino,2006). Jika konflik tersebut tidak lagi dapat diselesaikan, maka pernikahan yang dibangun bersama dapat berakhir dengan perceraian (Baron & Byrne, 2002).

Kasus perceraian dianggap sebagai suatu peristiwa yang menegangkan dalam kehidupan keluarga. Peristiwa perceraian dalam keluarga senantiasa membawa dampak yang mendalam. Kasus ini menimbulkan stress, tekanan ,dan menimbulkan perubahan fisik dan mental (Suryani, 2008).

Data dari Statistik Indonesia (2015) menunjukkan angka perceraian di Indonesia:

Tabel 1
Data Pernikahan dan Perceraian

Tahun	Data pernikahan	Data perceraian
2012	2.289.648	346.480
2013	2.210.046	324.247
2014	2.110.776	344.237
2015	1.985.394	347.256

Berdasarkan dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa data pada tahun 2012 tercatat pernikahan pada Badan Statistik Indonesia sebanyak 2.289.648 pasangan yang sudah menikah, sedangkan pada tahun yang sama didapatkan data perceraian sebanyak 346.480 perkara yang tercatat. Sedangkan pada tahun 2013 tercatat 2.210.046 pasangan yang sudah menikah dan data perceraian sebanyak 324.247 perkara. Pada tahun 2014 tercatat 2.110.776 pasangan yang sudah

menikah, dan data perceraian sebanyak 344.237 perkara. Sedangkan pada tahun 2015 tercatat 1.98.394 pasangan yang sudah menikah dengan data perceraian sebanyak 347.256 perkara.

Kesimpulan dari data yang dijelaskan di atas menunjukkan bahwa pada setiap tahunnya jumlah pasangan yang bercerai tercatat di Badan Statistik Indonesia mengalami naik dan turun. Pada tabel diatas dapat dilihat bahwa jumlah pernikahan terbanyak berada pada tahun 2012, sedangkan jumlah perkara terbanyak yang tercatat pada tahun 2015.

Arianti (2014) menyatakan bahwa jumlah perceraian pasutri (pasangan suami istri) di Indonesia mencapai 333.000 per tahun. Hal ini disebabkan karena banyaknya pernikahan dini yang dilakukan oleh penduduk Indonesia. Perceraian terus meningkat dari tahun ke tahun, dan gugatan cerai ini banyak dilakukan oleh istri kepada suami. Alasan perceraian ini kebanyakan karena suami tidak bertanggung jawab pada kewajibannya dan tidak ada lagi keharmonisan dalam keluarga.

Berdasarkan data Pengadilan Agama Sleman (2018), tercatat gugatan cerai dari bulan Oktober sampai November 2017 sebanyak 387 kasus gugatan cerai. Dewantara (2018) menyatakan bahwa tingkat perceraian di Kabupaten Sleman masih tergolong tinggi, dilihat dari jumlah kenaikan dari 2016 hingga 2017 sebanyak 0,91%.

Banyak faktor yang melatarbelakangi perkara perceraian. Mulai dari perselisihan terus-menerus, lepas tanggung jawab dari salah satu pihak, karena kondisi ekonomi, dan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Diantara berbagai

persoalan, faktor perselisihan yang paling mendominasi. Apapun penyebab perceraian itu, kini pasangan suami-istri beralih status dan menyanggah status baru sebagai janda ataupun duda. Perceraian sebenarnya obyek yang paling menyakitkan dan menakutkan bagi sebagian perempuan, karena dampaknya begitu luas dan predikat yang disandangnyapun cukup membuat gerah setiap orang (Imron, 2012)

Di dalam kehidupan masyarakat kita, eksistensi status janda memang mendapatkan pengelompokan dan pandangan tersendiri oleh masyarakat. Diantaranya: *pertama*, janda karena suaminya meninggal dunia. Biasanya janda seperti ini masih bisa mendapatkan respon yang positif dan simpati dari masyarakat lingkungan sekitarnya. Mungkin karena selama berkeluarga, mereka terlihat rukun atau jarang bertengkar, sehingga pada saat suami meninggal dunia, tidak ada gunjingan tentang sebab-sebab suami tersebut meninggal dunia.

Kedua, janda cerai. Seorang wanita yang menjadi janda karena diceraikan atau bercerai dengan suaminya. Di masa sekarang dengan angka perceraian yang tinggi, maka janda-janda baru akibat perceraian pun juga menjadi tinggi. Dan kebanyakan bagi janda ini cenderung mendapatkan respon yang negatif, terutama dari pihak ibu-ibu. Mungkin karena mereka berpikir bahwa seorang janda identik dengan kata kesepian, butuh laki-laki untuk teman, dan mereka menganggap rata-rata janda cerai adalah janda yang gatal, gampang, dan sederet predikat minus lainnya. Basyaril (1999) mengungkapkan bahwa wanita janda yang bercerai seringkali diabaikan oleh suaminya. Oleh karena itu mereka menderita berbagai tekanan psikologis, salah satunya ialah stres. Stres tersebut dapat

menjadi pertanda penyakit kejiwaan (misalnya depresi, kecemasan, ketergantungan zat).

Banyak studi (misalnya, Amoran dkk, 2005; Abdallah dan Ogbeide, 2002) menyimpulkan bahwa tingkat penyakit mental yang lebih tinggi ada di kalangan janda dari pada rekan mereka yang sudah menikah. Bahkan sebuah penelitian yang dilakukan oleh Chen dkk (1999) menyimpulkan bahwa janda memiliki tingkat kesedihan traumatik, depresi dan kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan duda. Ribuan janda tidak diakui oleh keluarga mereka dan diusir dari rumah mereka dalam konteks perselisihan tanah dan warisan. Pilihan mereka, karena kurangnya pendidikan dan pelatihan, sebagian besar terbatas pada pekerja rumah tangga yang dieksploitasi, tidak diatur (seringkali sebagai budak rumah di dalam keluarga suami), atau beralih ke mengemis atau melakukan pelacuran (Bill, 2006).

Tingkat tekanan psikologis secara signifikan lebih tinggi untuk individu segera setelah perceraian dari pada di tahun-tahun berikutnya. Mastekaasa (1995) tidak menemukan perbedaan dalam tekanan psikologis apakah perceraian tersebut terjadi 0 sampai 4 atau 4 sampai 8 tahun sebelumnya, dan menyimpulkan bahwa perceraian menyiratkan "ketegangan permanen" pada individu (Avison dkk., 2007).

Kebahagiaan yang dimaknai oleh individu, dalam psikologi disebut dengan *well-being* atau kesejahteraan. *Well being* merupakan keadaan dimana seseorang berada pada tingkat kebahagiaan yang tinggi dan stress yang rendah. Seorang janda cenderung sibuk dengan pekerjaan kantor, sibuk mengurus anak, kurangnya

waktu istirahat, sampai makan pun tidak teratur hal tersebut biasanya akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada janda yang bercerai (Vandenbos dalam negeri, 2013).

Menurut Ryff dan Keyes (dalam Anggraeni &Jannah, 2014) kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu untuk dapat menerima diri apa adanya, menjalin relasi dengan orang lain, mengendalikan diri, mampu menghadapi tekanan sosial, serta mampu merealisasikan potensi yang dimiliki sehingga dapat memiliki arti dalam hidupnya. Individu yang memiliki skor kesejahteraan psikologis yang tinggi digambarkan sebagai individu yang memiliki perasaan bahagia, merasa berguna, puas terhadap kehidupannya, dan mendapat dukungan dari orang-orang disekitar (Winefield, Gill, Taylor, & Pilkington, 2012).

Ryff dan Singer (1998) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis memberikan pandangan baru bahwa mental yang sehat tidak hanya berdasarkan dari tidak munculnya penyakit namun juga munculnya sesuatu yang positif dalam diri seseorang. Adanya kesejahteraan psikologis akan membuat seseorang menyadari akan potensi yang dimiliki, meningkatkan kualitas hubungan interpersonal yang baik, dan tujuan dalam hidup (dalam Eldeleklioglu, Yilmaz, & Gultekin, 2010). Menurut Ryff & Singer (dalam Aprianti, 2012) hal ini akan mendorong seseorang tidak hanya mendapatkan kebahagiaan semata namun juga berusaha untuk mencapai kesempurnaan terhadap potensi diri yang dimiliki.

Ryff (dalam Papalia, Olds & Feldman, 2008) mengungkapkan wanita yang memiliki kesejahteraan psikologis positif ialah wanita yang dapat merealisasikan potensi yang dimiliki secara terus-menerus, mandiri terhadap tekanan social, dan dapat menjalin komunikasi yang baik dengan orang lain. Sebaliknya wanita yang memiliki kesejahteraan psikologis yang negatif adalah wanita yang selalu berpandangan negatif dalam menghadapi masalahnya.

Ryff (dalam Eldeleklioglu dkk., 2010) menambahkan adanya kesejahteraan psikologis akan membuat seseorang menyadari akan potensi yang dimiliki, kualitas hubungan interpersonal yang baik, dan meningkatkan tujuan hidup. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis adalah berfungsinya sikap-sikap psikologis positif sehingga mampu mengarahkan individu untuk menggunakan potensi yang dimiliki. Adanya kesejahteraan psikologis akan memberikan kesempatan individu untuk tumbuh, menyadari serta mengembangkan kemampuan yang dimiliki, menciptakan kualitas hubungan interpersonal yang baik, dan meningkatkan tujuan dalam hidup.

Menurut Ryff (2013) tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi pada individu dapat dilihat dari kemampuan individu melakukan dan mengarahkan perilakunya secara mandiri, mampu memodifikasi lingkungannya agar dapat mengelola kebutuhan dan tuntutan dalam hidupnya, memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri dan terbuka terhadap hal baru, mampu mengelola hubungan interpersonal yang hangat, memiliki tujuan dan makna hidup serta mampu mengevaluasi secara positif terhadap apa yang terjadi dalam hidupnya baik pada masa kini maupun masa lalu. Sebaliknya, tingkat kesejahteraan psikologis yang

rendah pada individu dilihat dari ketidakmampuan individu dalam mengarahkan perilakunya secara mandiri, kurang mampu mengatur lingkungan sekitarnya, kurang mengembangkan diri dan sulit terbuka terhadap hal baru, sulit membangun hubungan interpersonal dengan orang lain, tidak memiliki tujuan hidup, serta kurang mampu menerima keadaan dirinya.

Peneliti melakukan wawancara pada hari Sabtu tanggal 7 november 2017 pada partisipan A. Partisipan A menyandang status janda dan memiliki seorang anak yang masih berumur 8 tahun. Partisipan A bekerja disebuah instansi negara di Bantul, pada hasil wawancara ini dapat diketahui bahwa partisipan A tidak pernah mengkhawatirkan tentang keuangan untuk menunjang kehidupannya dengan anaknya. Partisipan A malu dengan status janda karena di tempat ia bekerja ia dijauhi oleh teman-teman kerjanya karena status tersebut. Partisipan A kurang percaya diri ketika berada di kantornya karena sikap teman-temannya yang mengucilkannya. Ia bercerita ketika ia merasa stress dengan pekerjaannya ia sering meminta izin pulang cepat dari pada karyawan lain. Partisipan A masih belum bisa mengontrol stress dan emosi akibat dari pekerjaan dan lingkungan dimana ia bekerja. Partisipan A masih belum memikirkan tujuan hidupnya untuk kedepannya apakah ia mau menikah lagi atau tidak. Partisipan A selalu menjelaskan kepada anaknya bahwa ayahnya bekerja di luar kota untuk waktu yang lama. Partisipan A belum memberitahukan kepada anaknya bahwa mereka sudah bercerai.

Peneliti melakukan wawancara pada hari Minggu tanggal 8 November 2017 terhadap partisipan kedua yang berinisial M, didapatkan data bahwa semenjak dia

bercerai pada tahun 2015 tekanan terberat dari lingkungan tempat tinggalnya. Hal tersebut terjadi karena pada lingkungan dimana partisipan M tinggal, status janda sering dijadikan bahan gunjingan. Akibatnya seringkali partisipan M kurang bisa berbaur dengan masyarakat yang lainnya, penerimaan diri partisipan M terbilang rendah dan kepercayaan dirinya pun rendah untuk bisa bergerak bebas di lingkungannya. Hal tersebut membuat partisipan tertekan dengan status janda yang ada pada dirinya. Pasca bercerai partisipan M masih tidak tahu pasti apa tujuan hidupnya untuk selanjutnya setelah ia menyangand status janda. Partisipan hanya mengikuti alur kehidupan sehari-hari tanpa mempunyai tujuan kedepannya dengan harapan hari esok akan membaik.

Kesimpulan dari hasil wawancara dengan dua orang partisipan tersebut terdapat beberapa kesamaan yaitu di lingkungan tempat kedua partisipan tinggal status janda masih dijadikan bahan pergunjingan. Hal ini membuat partisipan tertekan dan belum mampu menentukan tujuan hidup selanjutnya yang akan mereka jalani. Penerimaan status janda memang belum bisa terlihat positif di masyarakat sehingga dari status janda tersebut memunculkan beberapa masalah termasuk stres, penerimaan diri yang kurang baik, dan tidak adanya tujuan hidup untuk selanjutnya. Semua permasalahan itu berujung kepada kesejahteraan psikologis yang buruk pada partisipan.

Perempuan bercerai yang masuk dalam masa perceraian jangka pendek memiliki *psychological well-being* yang rendah, sebaliknya untuk perempuan bercerai yang masuk dalam masa perceraian jangka panjang memiliki *psychological well-being* yang tinggi. Masa transisi dari menikah menjadi seorang

janda bukan merupakan perkara mudah untuk dilalui, disamping kecerdasan, dibutuhkan pula kepribadian yang kuat, rasa percaya diri, dan kepribadian untuk bertahan hidup Nurzaha (dalam Dewi & Idrus, 2000).

Pertiwi (2016) mengatakan setiap individu memiliki perbedaan kurun waktu yang dibutuhkan untuk melakukan masa transisi dari berstatus seorang istri menjadi seorang janda. Perbedaan kurun waktu tersebutlah yang menjadi pembanding adanya perbedaan *psychological well-being* pada perempuan bercerai. Selain itu terdapat faktor-faktor lain yang dapat membedakan tingkat *psychological well-being* pada perempuan bercerai yaitu dari berbagai kelompok usia, status ekonomi perempuan bercerai yang mempunyai pekerjaan dan tidak bekerja, ada atau tidaknya dukungan sosial dari keluarga maupun lingkungan sosial lainnya, dan evaluasi terhadap pengalaman hidup pasca bercerai.

Huppert (2005) mengatakan *psychological well-being* sebagai kehidupan yang positif dan berkelanjutan dimana individu dapat tumbuh dan berkembang. Apabila seorang janda memiliki *psychological well-being* yang rendah dikhawatirkan mereka tidak akan mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain dan tidak dapat menentukan tujuan untuk hidupnya kedepan.

Melihat fenomena diatas membuat peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran kesejahteraan psikologis pada janda yang bercerai.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menggali tentang gambaran kesejahteraan psikologis pada janda yang bercerai.

C. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membawa manfaat, baik secara teoritis maupun praktis, yaitu :

1. Manfaat teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan klinis mengenai kesejahteraan psikologis pada janda yang bercerai.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Janda

Manfaat penelitian ini dari segi praktis, diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat secara umum dan individu dewasa secara khusus terutama bagaimana kesejahteraan psikologis pada janda yang bercerai.

