

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Setiap pasangan menikah pasti menginginkan agar perkawinannya langgeng hingga akhir hayat mereka. Namun, dalam kenyataannya harapan akan kelanggengan perkawinan tidak selalu tercapai. Tidak sedikit pasangan yang gagal dalam membina rumah tangga dan mengakhiri pernikahan mereka dengan perceraian.

Secara statistik, data di Badan Peradilan Agama (Badilag) Mahkamah Agung RI tahun 2010 menunjukkan bahwa selama 2005 sampai 2010, rata-rata satu dari 10 pasangan menikah berakhir dengan perceraian di pengadilan (www.bkkbn.go.id, 2013). Dari dua juta pasangan menikah tahun 2010, terdapat 285.184 pasangan bercerai. Bahkan, jika dimasukkan dalam skala regional, angka perceraian di Indonesia merupakan angka tertinggi untuk wilayah Asia-Pasifik.

Di Yogyakarta, data di Badan Penasehatan, Pembinaan, dan Pelestarian Perkawinan (BP4) pada Januari hingga Juni 2008 menunjukkan bahwa dari 14.680 pernikahan, terdapat kasus perceraian sebanyak 406. Pada 2007 angka perceraian sebanyak 377 kasus. Dari lima wilayah kabupaten/kota di Yogyakarta, Sleman menempati urutan pertama dengan 158 kasus perceraian, Kulonprogo 88 kasus, Kota Yogyakarta 78 kasus, Gunungkidul 77 kasus, dan Bantul dua kasus (*Tempo Interaktif*, 2008). Sementara itu, data terbaru dari Kantor Pengadilan Agama Kota Yogyakarta, pada tahun 2012

tercatat 593 kasus perceraian dan 652 kasus perceraian pada tahun 2013 (*krjogja.com, 2014*).

Dampak perceraian tidak hanya bersifat psikologis tetapi juga secara ekonomis dan sosial. Hampir semua pasangan bercerai dapat dikatakan mengalami tekanan psikis pasca perceraian. Bahkan, jika pasangan tersebut sudah memiliki anak, maka dampak perceraian pun menimpa anak-anak mereka. Hasil penelitian Colle (2004) menunjukkan ada beberapa hal yang menjadi dampak negatif bagi anak akibat perceraian orangtua yaitu : (1) adanya penyangkalan; (2) rasa malu; (3) rasa bersalah; (4) ketakutan; (5) kesedihan; (6) rasa marah/ kemarahan.

Berbagai beban psikologis, sosial dan ekonomi yang dialami suami maupun istri pasca perceraian dapat dikatakan sebagai stresor. Adapun kondisi yang ditimbulkan oleh keberadaan stresor disebut dengan istilah stres. Menurut Feldman (Dewi, 2012), stres adalah suatu proses dalam rangka menilai suatu peristiwa sebagai suatu yang mengancam, menantang atau membahayakan; serta individu merespon peristiwa itu baik pada level fisiologis, emosional, kognitif dan tingkah laku. Menurut Selye (Dewi, 2012), stres adalah respon tak spesifik dari tubuh terhadap berbagai tuntutan yang ada, yang dapat berupa respon fisik atau emosional. Lazarus & Folkman (Ntoumanis, dkk., 2009), menekankan bahwa stres tidak hanya suatu stimulus atau respon tetapi suatu relasi antara seseorang dengan lingkungannya yang dilihat sebagai sesuatu yang membebani atau melampaui sumber daya orang tersebut.

Menurut Mulroy dkk (1995), perceraian merupakan suatu kejadian paling sulit bagi orang dewasa karena menimbulkan begitu banyak tekanan atau stres. Stres dapat bersumber dari tiga hal yaitu : (1) ketika tugas dan tanggung jawab harian harus diatur ulang lagi; (2) hilangnya relasi dan posisi yang begitu signifikan yakni pasangan hidup, rasa aman, suasana keluarga dan relasi seksual; (3) harus mengupayakan identitas baru lagi sebagai seorang *single*, sehingga memertanyakan ulang siapa dirinya dan apa yang harus dilakukan selanjutnya dengan identitas baru tersebut.

Perbedaan kepribadian dan perlakuan sosial berdampak pada munculnya perbedaan secara psikologis akibat perceraian sebagaimana dialami perempuan (istri) dan laki-laki (suami). Penelitian yang dilakukan oleh Pujiastuti & Lestari (2008) tentang dinamika psikologis perceraian pada perempuan bercerai hasilnya memperlihatkan bahwa secara psikologis mereka merasakan beban semakin berat yang berujung pada munculnya sikap pasrah atau *nrimo* dan menyerah pada keadaan. Penelitian dengan topik senada juga dilakukan oleh Travedi, Sareen & Dhayani (2009), hasilnya menunjukkan bahwa dalam konteks masyarakat dan kultur India, perceraian dan kejandaan menimbulkan dampak negatif berupa tekanan sosial dan ekonomi bagi perempuan bercerai.

Kebanyakan keluarga menempatkan laki-laki atau suami sebagai kepala keluarga dan pencari nafkah, sehingga setelah bercerai, perempuan akan berjuang lebih berat dalam memenuhi kebutuhan hidupnya dibandingkan laki-laki. Beban tersebut akan semakin berat jika perempuan bercerai tersebut

telah memiliki anak. Untuk anak di bawah usia 12 tahun biasanya aspek hukum akan menetapkan hak asuh anak ada pada ibunya (UU Perkawinan No. 1 pasal 105 tahun 1974 dan KHI), ketika orangtua bercerai. Dengan kata lain, pasca perceraian, selain berstatus janda banyak ibu sebagai ibu tunggal atau *single mother*. Oleh karena itu, bagi perempuan dengan anak berstatus cerai, perceraian tidak hanya berarti berakhirnya sebuah keluarga tetapi juga berarti suatu pengaturan kembali peran-peran di dalam keluarga agar semua fungsi dalam berkeluarga berjalan normal kembali. Dengan memerhitungkan hal-hal tersebut di atas, maka peneliti memilih perempuan sebagai *single mother* ketika mengalami stres untuk menjadi responden penelitian.

Salah satu cara untuk menghadapi stres adalah dengan menerapkan strategi coping (*coping stress*). *Coping* berasal dari kata bahasa Inggris *cope* yang berarti “menanggulangi, mengatasi” atau mengatasi sesuatu yang sulit dengan sukses (Oxford Dictionary, 2008).

Lazarus & Folkman (Krohne, 2002; Dewi, 2012; Putri & Rachmatan, 2005; Carver & Scheir, 1989) menggolongkan *coping* ke dalam dua jenis yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. *Problem-focused coping* adalah strategi individu yang secara aktif mencari penyelesaian masalah untuk menghilangkan kondisi atau situasi yang menjadi sumber stres. *Emotion-focused coping* merupakan strategi individu untuk mengatur emosinya dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang diakibatkan oleh *stressor*.

Biasanya, *coping stress* yang diterapkan oleh individu berbeda-beda antara permasalahan satu dengan yang lainnya, tergantung pada jenis masalah atau situasi yang sedang dihadapi. Perbedaan penerapan tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor (Dewi, 2012; Carver, Scheir & Weintraub, 1989), seperti kondisi kesehatan fisik, kemampuan inteligensi, kreativitas dan kecerdasan emosional yang dimiliki, pengaruh lingkungan sosial, latar belakang pendidikan, ciri kepribadian dan perkembangannya serta usia individu bersangkutan serta perbedaan jenis kelamin. Terkait perbedaan jenis kelamin, Carver dkk. (1989) mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan signifikan dalam penggunaan strategi *coping* antara laki-laki dengan perempuan, terutama tendensi atau kecenderungan dalam penggunaan strategi *seeking social support*. Kecenderungan mencari dukungan sosial baik untuk mendapatkan informasi maupun dukungan emosional lebih besar pada perempuan daripada laki-laki.

Salah satu contoh dinamika *coping stress* pada perempuan diperlihatkan oleh NH (39 th), bercerai pada bulan November 2014. Setelah menjalani pernikahan selama 18 tahun dan memiliki 2 orang anak (16 tahun dan 18 tahun), hakim pengadilan agama memutuskan hak asuh anak menjadi tanggung jawab responden, namun tidak menutup kemungkinan bagi ayah atau mantan suaminya untuk membantu biaya pendidikan anak-anak mereka.

Pasca perceraian, beban dan tekanan yang dialami oleh NH mendatangkan perubahan pada fisik dan psikisnya. Dari hari ke hari, peneliti melihat banyak perubahan dalam diri subyek. Sejauh pengamatan sekilas

peneliti sebagai rekan kerja, subyek terkesan menjadi pribadi yang tertutup, kurang bersemangat dan selera makan pun berkurang. Tampaknya, menurut asumsi penulis, untuk mengatasi stress yang dialami, subjek menggunakan teknik *coping* baik berupa *problem- focused coping* dan *emotion-focused coping*.

Problem-focused coping dilakukan subjek dengan cara menganalisis situasi hingga diperoleh solusi-solusi yang diperlukan untuk mengatasi masalah dan kemudian mengambil tindakan nyata atau langsung untuk mengatasi masalah tersebut. Misalnya, subjek berusaha lebih banyak bekerja dan menghindari situasi berdiam diri. Subjek yang bekerja sebagai seorang guru mengakui bahwa dengan bekerja dan tidak berdiam diri dapat sedikit melupakan beban yang ada. Bahkan, dengan bekerja subjek juga mendapatkan penghasilan untuk memenuhi kebutuhan subjek dan anak-anaknya, walaupun hasil itu jauh dari cukup untuk memenuhi kebutuhannya dan anak-anaknya. NH bercerai pada bulan November 2014 dan strategi *coping* yang berfokus pada problem kebutuhan anak-anaknya mulai terlihat sekitar 1 tahun kemudian yakni akhir tahun 2015.

Subyek berusaha untuk memperoleh informasi dan dukungan emosional dari orang lain untuk mengurangi beban stresnya. Dengan kata lain subyek melakukan *Seeking Social Support*. Subjek melakukan *Seeking Social Support* dengan cara menceritakan masalahnya kepada orang yang subjek percayai. Walaupun orang yang diajak bertukar pikiran terkadang juga tidak dapat berbuat banyak dengan masalah yang subjek hadapi, tetapi subjek merasakan

kelegaan bisa berbagi dan merasa punya seseorang untuk tempatnya menceritakan segala masalah yang dihadapi selain kepada orangtuanya. Subjek juga memilih untuk tidak menjelaskan masalah yang dialaminya kepada anak-anaknya karena subjek merasa anaknya suatu saat akan mengerti masalah-masalah yang ia hadapi tanpa harus menceritakan hal yang sebenarnya pada anak-anaknya. Subjek juga merasa anaknya yang paling besar juga sudah cukup bahkan sangat mengerti keadaan subjek yang hidup seorang diri.

Selain melakukan *problem-solving focused coping*. Subjek melakukan *emotion-focused coping* dengan cara mengatur emosi-emosi atau tindakan-tindakan yang berhubungan dengan permasalahan-permasalahan yang timbul. Subjek terkadang memilih untuk diam ketika tekanan dari luar muncul agar dirinya merasa tenang. Subjek memilih diam saat memunyai masalah. Subjek melakukan hal ini agar orangtuanya tidak ikut memikirkan masalah yang subjek hadapi. Dengan demikian menurut subjek, ia tidak menambah beban pikiran orangtuanya karena melihat subjek tidak tampak murung dan bersedih terus-menerus. Selain itu subjek juga melakukan usaha untuk menciptakan arti positif dari situasi, dengan tujuan mencapai pertumbuhan pribadi, yang terkadang dikaitkan dengan hal-hal yang sifatnya religius. Subjek melakukan *coping* ini dengan mendekati diri kepada Tuhan, sesuai dengan keyakinannya dengan cara mengaji.

Kasus senada juga dialami oleh S (37 th). Mantan suami S menggugat cerai karena ada beberapa masalah pribadi di antara keduanya, di samping

orangtua dari mantan suami tidak menyetujui pernikahan tersebut. Dari hasil perkawinan tersebut, S mempunyai satu orang anak perempuan berusia 11 tahun. Perceraian tersebut terjadi pada bulan Mei 2015. Untuk kehidupan setiap hari, pihak istri mempunyai usaha kontrakan dan tas rajutan, serta tabungan deposito yang disimpannya pada waktu masih hidup bersama mantan suami. Untuk pendidikan setiap bulannya anak masih tetap ditanggung mantan suami. Sekarang anaknya tinggal bersama S.

S menyibukkan diri dengan usaha tas rajutannya. Apabila mengalami stres S berpergian ke tempat-tempat ramai untuk refreshing. Bilamana beban hidup mulai terasa berat dan tidak bisa ditangani sendiri, misalnya yang berkaitan dengan pertanyaan dari anaknya tentang keberadaan ayahnya, serta rasa kesepian, maka S selalu terbuka dengan keluarga, khususnya pada ibunya. S tidak berkeinginan untuk menikah lagi, sedangkan mantan suami sudah menikah lagi. Perubahan fisik yang terlihat pada S adalah semakin kurus dan kurang memerhatikan penampilan. Tujuan hidup S hanya memokuskan pada masa depan anaknya.

Cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan atau *coping stress* ditentukan oleh sumber daya individu, meliputi kesehatan fisik/energi, keterampilan memecahkan masalah, keyakinan atau pandangan positif, keterampilan sosial dan dukungan sosial dan materi (Lazarus, & Flokman, 1984). Pada subyek NH, faktor yang tampak dominan berpengaruh adalah keterampilan memecahkan masalah di mana subjek berusaha tetap bekerja seperti biasa untuk memenuhi kebutuhan anak-anaknya, sedangkan pada

kasus S yang tampak dominan adalah keterampilan sosial dan dukungan sosial di mana subjek mudah terbuka kepada keluarganya dan meminta dukungan emosional dari keluarga khususnya ibu.

Uraian di atas memperlihatkan bahwa perceraian memiliki sejumlah dampak psikologis termasuk stres bagi istri, apalagi jika memiliki anak dari hasil perkawinan tercerai tersebut. Menghadapi stres tersebut, strategi *coping stress* baik yang bertujuan mengatasi masalah maupun yang meringankan beban emosional menjadi salah satu strategi yang dilakukan para perempuan bercerai tersebut. Kedua subjek yang diamati peneliti menunjukkan penerapan strategi *coping stress* tersebut secara dinamis tergantung permasalahan yang dihadapi.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas, dirumuskan permasalahan penelitian ini sebagai berikut: Bagaimana gambaran *coping stress* yang digunakan perempuan berstatus cerai dengan memiliki anak?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika *coping stress* yang dilakukan seorang perempuan berstatus cerai dengan memiliki anak.

Manfaat yang diharapkan diperoleh melalui penelitian ini dapat dikelompokkan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangsan gagasan untuk memahami sumber- sumber stres yang dialami perempuan berstatus cerai dengan memiliki anak

dan *coping stress* yang digunakannya untuk mengatasi tekanan tersebut.

2. Manfaat Praktis

Memahami gambaran *coping stress* yang diperlihatkan perempuan berstatus cerai dengan memiliki anak akan dapat dijadikan model pembelajaran bagi orang lain yang mengalami kondisi serupa.