

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Dampak Psikologis**

##### **1. Pengertian Dampak Psikologis**

Menurut Partanto (dalam Rahmat & Alawiyah, 2020) menyatakan bahwa dampak adalah pengaruh yang kuat yang dapat memiliki efek negatif atau positif. Kata psikologis berasal dari kata sifat dari psikologi yang berarti kejiwaan. Irwanto (2002) mengatakan bahwa terjemahan kata psikologi berarti bidang yang mempelajari jiwa. Oleh karena itu, dapat diketahui bahwa dampak psikologis merupakan kekuatan ataupun pengaruh yang kuat terhadap kejiwaan seseorang yang diakibatkan dari suatu dampak ataupun masalah, dalam hal ini adalah perceraian. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) dampak merupakan suatu pengaruh baik dalam hal positif maupun hal negatif dan psikologis dari sudut kejiwaannya.

Menurut Watson (dalam Permatasari, 2021), dampak psikologis berkaitan dengan rangsangan dan respon yang memotivasi seseorang berperilaku, sehingga dapat dikatakan bahwa dampak psikologis dapat dipandang sebagai hasil dari adanya rangsangan dan respon yang memengaruhi seseorang. Sedangkan menurut Coleman (dalam Permatasari, 2021) dampak psikologis dikatakan sebagai reaksi terhadap pengalaman negatif, seperti konflik, yang dapat menimbulkan kecemasan, stres, dan menjadi pemicu suatu reaksi pada korbannya.

Menurut Gorys Kerap (dalam Soemarwoto, 2014) dampak adalah pengaruh yang kuat dari seseorang atau sekelompok orang dalam menjalankan tugas dan kedudukannya sesuai dengan statusnya dalam masyarakat, yang akan menghasilkan perubahan yang memiliki efek negatif ataupun positif. Sedangkan menurut Soemarwoto (2014) dampak adalah perubahan yang disebabkan oleh suatu aktivitas. Aktivitas ini dapat berasal dari alam, seperti kimia, fisik, atau biologi, dan juga dapat berasal dari manusia. Sementara itu, Hosio (2015) menggambarkan dampak sebagai perubahan nyata pada tingkah laku atau sikap yang dihasilkan oleh keputusan kebijakan.

Seringkali, keputusan yang diambil oleh seorang pemimpin memiliki konsekuensi yang signifikan, baik positif maupun negatif. Pengaruh atau akibat adalah dua istilah yang dapat digunakan untuk menggambarkan dampak. Segala sesuatu yang terjadi sebagai hasil dari peristiwa yang terjadi di masyarakat dan menghasilkan perubahan yang berdampak baik atau buruk pada kehidupan. Pengaruh positif menunjukkan perubahan ke arah yang lebih baik, sedangkan pengaruh negatif berarti menunjukkan perubahan ke arah yang lebih buruk. Selain itu, dampak juga merupakan tahap lebih lanjut dari implementasi pengawasan internal.

Dampak psikologis juga merupakan hubungan antara tindakan dan efek. Tindakan (*act*) yang dimaksud adalah keseluruhan respon (reaksi yang mencerminkan tindakan atau perilaku) dan yang mempunyai akibat terhadap lingkungannya. Sedangkan efek yang dimaksud adalah efek yang diartikan

sehingga perubahan-perubahan nyata yang dihasilkan oleh tindakan. Dampak psikologis dapat dipandang sebagai hasil dari adanya stimulus dan respon yang bekerja pada diri seseorang. Pengaruh tersebut nampak dalam perilaku maupun sikap oleh individu. Pengaruh tersebut dapat menimbulkan efek baik secara langsung maupun tidak langsung.

Berdasarkan pengertian menurut beberapa ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa dampak psikologis merupakan pengaruh yang kuat terhadap kejiwaan seseorang yang muncul sebagai respons terhadap berbagai rangsangan atau situasi, seperti konflik atau tekanan. Pengaruh ini dapat memicu perubahan perilaku, sikap, atau kondisi emosional, baik secara positif maupun negatif.

## **2. Aspek Psikologis**

Menurut Kartono (dalam Walgito, 2010) ketiga aspek psikologis selalu mengikuti proses kehidupan mental manusia, yaitu:

### **a. Kognitif**

Persepsi ingatan, belajar, berpikir, dan menyelesaikan masalah adalah bagian dari aktivitas kognitif. Proses ini terjadi karena stimulus yang diterima organisme lalu memberikan responsnya terhadap stimulus tersebut. Proses kognitif adalah dasar prasangka dan sangat berperan dalam pengambilan keputusan manusia. Keadaan kategori tertentu terjadi ketika seseorang atau kelompok melihat orang lain atau kelompok lain dan memasukkan persepsi mereka (Kartono, 1996).

1. Prasangka, adalah persepsi seseorang atau kelompok terhadap lingkungannya agar mereka diterima di lingkungannya. Prasangka menunjukkan hal-hal yang positif dan negatif.
2. Belajar sosial, merupakan salah satu teori dalam hal belajar yang harus dilakukan melalui model atau contoh, seperti halnya sikap yang dibentuk selama proses belajar.
3. Motivasi, memandang prasangka dapat memenuhi kebutuhan seseorang atau kelompok untuk kesejahteraan.
4. Pengamatan, hasil perbuatan jiwa secara aktif dan penuh perhatian untuk mengidentifikasi adanya perangsang. Manusia dapat membedakan unsur-unsur dari suatu objek saat mereka melihat dengan sadar.
5. Ingatan, merupakan kemampuan otak untuk memasukkan (*learning*), menyimpan (*retention*) dan menimbulkan kembali (*remembering*), hal-hal yang lampau.

b. Emosional atau perasaan

Crow dan Crow (dalam Sobur, 2003) mengartikan emosi sebagai kondisi yang tidak stabil pada diri seseorang yang berfungsi sebagai penyesuaian dari dalam (*inner adjustment*) terhadap lingkungan untuk memastikan kesejahteraan dan keselamatan seseorang.

Emosi menurut Hude (2006), adalah gejala psikofisiologis yang memengaruhi persepsi, sikap, dan tingkah laku. Tidak ada emosi baik atau buruk, karena emosi adalah perasaan manusia dalam berbagai situasi.

Kehidupan manusia diwarnai oleh emosi. Pengalaman emosional juga dapat berperan sebagai penggerak utama perilaku. Emosi adalah reaksi kompleks yang mencakup aktivitas yang tinggi, perubahan kejasmanian, dan perasaan yang kuat. Jadi, emosi mengalahkan perasaan, perubahan pada perilaku, dan hubungan dengan lingkungan kadang terganggu (Walgito, 2019).

Menurut Coleman dan Hammen dalam (Hude, 2006) ada empat fungsi emosi, yaitu:

1) Emosi sebagai pembangkit energi (*energizer*)

Emosi mendorong seseorang untuk menyerang, takut mendorong kita untuk berlari, dan cinta mendorong seseorang untuk mendekat.

2) Emosi sebagai pembawaan informasi

Emosi kita dapat menunjukkan keadaan diri seseorang. Jika seseorang marah, mereka mengetahui bahwa mereka dihalangi atau diserang oleh orang lain. Jika seseorang sedih, mereka mengetahui bahwa mereka kehilangan sesuatu yang mereka sukai. Dan jika seseorang bahagia, mereka mengetahui bahwa mereka mendapatkan sesuatu yang mereka sukai.

3) Emosi sebagai komunikasi

Berfungsi sebagai komunikasi intrapersonal dan interpersonal sekaligus.

#### 4) Emosi sebagai sumber informasi

Keberhasilan seseorang, mendambakan kesehatan dan mengetahuinya ketika kita merasa sehat walafiat, keinginan untuk keindahan dan mendapatkannya ketika kita merasakan kenikmatan estetis dalam diri kita.

#### c. Hubungan interpersonal

Hubungan interpersonal adalah hubungan yang terdiri atas dua atau lebih orang yang memiliki pola interaksi yang konsisten (Lestari, 2010). Menurut Sears (dalam Lestari, 2010) hubungan interpersonal adalah bila dua orang individu menjalin hubungan, akan berdampak pada yang lain. Manusia membentuk hubungan dengan orang lain selama proses pemenuhan kebutuhannya, seperti kebutuhan fisiologis (makan, minum), kebutuhan akan rasa aman dan perlindungan, kebutuhan akan kasih sayang, dan kebutuhan penghargaan dari orang lain. Karena kita adalah makhluk sosial, pola interaksi sosial sangatlah penting dan kebutuhan kita memengaruhi hubungan (Sobur, 2003).

### 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dampak Psikologi

Menurut Putro (2019) faktor-faktor yang memengaruhi dampak psikologis dibagi menjadi dua kategori yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

#### a. Faktor Internal

Motivasi dan kecerdasan adalah komponen internal yang dapat memengaruhi dampak psikologis seseorang. Motivasi merupakan

dorongan dari dalam diri seseorang untuk melakukan hal-hal tertentu untuk mencapai suatu tujuan. Dan kecerdasan merupakan kemampuan seseorang untuk memahami dan menjadi peka terhadap perasaan, intensi, motivasi, watak, dan tempramen orang lain.

b. Faktor Eksternal

Dukungan sosial dari teman, keluarga, dan orang adalah sumber eksternal yang memengaruhi dampak psikologis. Gottlieb mendefinisikan dukungan keluarga sebagai informasi verbal, tujuan, bantuan yang nyata, atau tingkah laku yang diberikan oleh orang yang akrab dengan informan di lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan dapat memberikan keuntungan emosional atau memengaruhi tingkah laku penerimaannya.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dampak psikologis adalah pengaruh positif maupun negatif yang muncul sebagai akibat dari stimulus dan respons yang ada pada diri seseorang.

## **B. Ibu Rumah Tangga**

### **1. Pengertian Ibu Rumah Tangga**

Ibu rumah tangga bisa dimaknai sebagai wanita yang mengurus pelaksanaan beragam pekerjaan rumah tangga, yang dapat juga diartikan sebagai istri (ibu) yang sekedar mengurus berbagai pekerjaan pada sebuah rumah tangga (bukan karyawan kantor). Kamus Besar Bahasa Indonesia

mendefinisikan ibu rumah tangga sebagai sosok perempuan yang mengurus pemeliharaan beragam pekerjaan rumah tangga bukan pekerja kantoran.

Pada KBBI Daring. Diambil 10 Juni 2020, dari <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/ibu%20rumah%20tangga>). Ibu rumah tangga merupakan perempuan yang memakai hampir keseluruhan waktunya di rumah dan mendedikasikan waktu miliknya untuk merawat anak-anaknya sesuai pola dari masyarakat umum (Dwijayanti, 1999). Ibu rumah tangga dalam bahasa asing merupakan perempuan yang kebanyakan waktunya digunakan untuk mengajari dan merawat anaknya menggunakan pola asuhan yang tepat (Kartono, 2011).

Selain itu, Kamus Besar Bahasa Indonesia Pada KBBI Daring. Diambil 10 Juni 2020, juga memberi definisi lain yaitu sosok ibu yang hanya memelihara dan menjaga keluarganya. Berdasarkan pemaparan Widiastuti (2009), ibu rumah tangga merupakan perempuan yang sudah menikah dan melaksanakan perannya dalam mengatur berbagai keperluan di rumahnya. Definisi ibu rumah tangga lainnya oleh Mumtahinnah (2011) ialah perempuan yang sudah menikah dan tidak memiliki pekerjaan, menggunakan mayoritas waktunya untuk mengatur rumah tangga yang setiap harinya bertemu suasana dan rutinitas serupa. Kartono (1992) menyatakan bahwa dalam pandangan masyarakat tradisional, fungsi perempuan pada sebuah keluarga ialah untuk merawat serta mendidik anaknya.

Seorang ibu rumah tangga mempunyai tugas dan peran dalam mengatur pemeliharaan rumah tangga masing-masing, misalnya mencuci, memasak, membersihkan rumah, merawat dan mendidik anak, serta menjadi bagian dari kelompok peranan sosial. Selain itu juga berperan sebagai anggota masyarakat yang aktif dan rukun di lingkungan tempat tinggalnya, yang direalisasikan pada beragam aktivitas misalnya PKK, pengajian, arisan, maupun kegiatan lainnya.

Sedangkan berdasarkan pendapat Chandra, ibu merupakan sosok wanita pertama, perempuan utama anaknya. Segala upaya terus dilakukannya demi kesuksesan serta selalu mengirim doa untuk anaknya. Kesedihan, penderitaan, atau kesakitan yang dirasakannya tidak sekalipun diperlihatkan agar anaknya tidak terganggu oleh keadaan. Cinta yang dimiliki seorang ibu sedari anaknya masih di dalam kandungan, membuat ia terbiasa memberikan perlindungan kepada sang anak sampai menjadi manusia yang bermanfaat (Anugrah, 2013).

Ibu rumah tangga, menurut berbagai definisi dan pandangan, adalah sosok perempuan yang mengurus berbagai pekerjaan domestik di rumah tangga tanpa berkarier di luar. Mereka menghabiskan sebagian besar waktunya untuk merawat anak-anak dan mengelola kebutuhan rumah tangga sesuai dengan norma masyarakat. Selain bertanggung jawab atas tugas-tugas seperti mencuci, memasak, dan membersihkan rumah, ibu rumah tangga juga berperan sebagai anggota masyarakat yang aktif, terlibat dalam berbagai kegiatan sosial seperti PKK, pengajian, dan arisan. Peran ini

menggambarkan komitmen mereka dalam memastikan kelangsungan dan kesejahteraan keluarga, serta menunjukkan dedikasi yang tak terbatas dalam mendidik dan melindungi anak-anak mereka, sebagaimana yang dipahami dalam konsep cinta dan pengorbanan seorang ibu seperti yang diungkapkan oleh Anugrah (2013).

## 2. Peran Ibu Rumah Tangga

Fungsi serta peran seorang ibu rumah tangga sebagai “tiang rumah tangga” sangatlah penting demi terwujudnya rumah tangga yang sehat dan penuh kebahagiaan. Sebab di samping mengurus, ibu memiliki peranan penting lainnya yaitu untuk menciptakan rumah tangga menjadi surga bagi anggota keluarganya, serta bertindak sebagai pasangan sejajar bagi suami yang menyayangi satu sama lain. Demi mewujudkan ketenangan serta kebahagiaan pada sebuah keluarga, diperlukan istri shalihah yang bisa merawat suami sekaligus anaknya, juga bisa mengelola rumahnya agar selalu terlihat rapi, enak dipandang, menarik hati semua anggota keluarganya.

Kartono (1992) dalam bukunya menyebutkan peranan seorang ibu yang meliputi:

- a. Peranan sebagai istri, meliputi sikap hidup yang teguh, dapat menemani suaminya di segala kondisi yang dibarengi dengan perasaan cinta, kasih sayang, dan kesetiaan terhadap pasangan.
- b. Peranan sebagai partner seks, melibatkan hal berupa: adanya hubungan hetero-seksual yang memuaskan, tanpa disfungsi seks.

- c. Peranan wanita sebagai pengatur rumah tangga, adanya hubungan formal dan pembagian kerja berupa suami bertugas mencari nafkah, sedangkan istri bertugas untuk mengurus rumah tangga.
- d. Fungsi sebagai ibu dan pendidik, bila ibu tersebut mampu menciptakan iklim psikis yang baik, maka terciptalah suasana rumah tangga menjadi semarak, dan bisa memberikan rasa aman, bebas, hangat, menyenangkan serta penuh kasih sayang.

Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ibu rumah tangga berperan sebagai pengurus rumah tangga, serta mendidik dan menjaga anaknya. Peranan ini menjadi kodrat serta kewajiban yang wajib dilaksanakan seorang perempuan (Respati, 2009). Di samping itu, peran utama yang dipegang oleh ibu rumah tangga dilakukan selaras dengan kodrat seorang wanita (hamil, menyusui, mendidik dan merawat anak) yang termasuk pokok kegiatannya (Latang, 2010). Sesuai penjelasan tersebut, peneliti bisa menarik kesimpulan umum bahwa tugas pokok ibu rumah tangga ialah mengatur segala tugas rumah tangga yang meliputi peranannya sebagai istri, partner seks, pendidik, pengelola rumah, serta teman sehidup semati.

## **C. Perceraian**

### **1. Pengertian perceraian**

Karim (1999) memaparkan tentang perceraian, yaitu cerai hidup yang terjadi pada pasangan suami istri ditimbulkan dari kegagalan mereka dalam melaksanakan kewajibannya dalam berumah tangga. Pada kasus ini,

perceraian dipandang sebagai titik puncak pernikahan yang tidak lagi stabil, ketika pasangan suami istri memutuskan untuk menjalani hidup terpisah dan telah diakui resmi oleh hukum yang berlaku. Dariyo (Agoes, 2004) juga memberikan pendapatnya mengenai perceraian yang merupakan kejadian tanpa rencana dan disetujui dua orang yang menjalin hubungan pernikahan. Perceraian berarti terputusnya ikatan keluarga sebab salah seorang atau bahkan keduanya menetapkan diri untuk meninggalkan pasangannya, dengan begitu kewajiban dan peranannya sebagai sepasang suami istri tidak lagi dijalankan. Makna lain yaitu kondisi sebuah keluarga yang tidak stabil, tidak harmonis, atau berantakan. Merujuk pada dua definisi tersebut, kesimpulan dari perceraian yaitu telah berakhirnya ikatan pernikahan yang disebabkan adanya ketidakcocokan antar kedua pihak dan diputuskan oleh hukum.

Kamus Besar Bahasa Indonesia mendefinisikan perceraian sebagai perihal bercerai antara suami dan istri, dengan kata “bercerai” yang mempunyai makna “menjatuhkan talak atau memutuskan hubungan sebagai suami istri”. Sementara perceraian berdasarkan KUH Perdata Pasal 207 ialah penghapusan perkawinan dengan putusan hakim, atas tuntutan salah satu pihak dalam perkawinan itu berdasarkan alasan-alasan yang tersebut dalam Undang-Undang. Sedangkan pada Undang-Undang Perkawinan, definisi perceraian tidak terkandung di dalamnya, sekaligus pada penjelasan dan peraturan pelaksanaannya.

Perceraian ialah sebuah proses yang berkaitan dengan berbagai aspek meliputi aspek ekonomi, sosial, emosional, serta pengakuan formal masyarakat lewat hukum yang berjalan seperti halnya suatu pernikahan. Spanier dan Thompson (dalam (Rochmah, 2021) memaknai perceraian sebagai sebuah tindakan atas hubungan pernikahan yang berlangsung dengan tidak lancar dan bukan sebuah ketidaksetujuan terhadap lembaga perkawinan. Dari hasil *study* perbandingan tentang perceraian di negara-negara berkembang Murdock (Rohman, 2011) telah melakukan penelitian yang membandingkan perceraian di berbagai negara berkembang, dan diambil kesimpulan bahwa pada masing-masing kelompok masyarakat ada lembaga yang bertugas menangani proses perceraian layaknya menyiapkan sebuah pernikahan.

Berbanding terbalik dari Murdock Murdock (Rohman, 2011), Goode (2010) memaparkan bahwa tiap masyarakat memiliki pengertian yang berlainan mengenai konflik antar suami istri, juga langkah untuk menyelesaikannya. Berdasarkan pendapat Goode, anggapan seseorang yang memandang perceraian sebagai sebuah “kegagalan” ialah bias, sebab hanya mendasarkan pernikahan dengan keromantisan cinta (Erna Karim dalam Ihromi, 1999). Padahal pada seluruh sistem pernikahan setidaknya meliputi dua orang yang menjalani hidup dan tinggal bersama, yang setiap pihak mempunyai kehendak, kebutuhan, nafsu, latar belakang, serta nilai sosial yang mungkin saling berlainan. Perbedaan ini memungkinkan anggota keluarga merasa tidak bahagia karena sistem ini dapat menimbulkan ketegangan. Sebab, jika terjadi sesuatu pada pernikahan maupun perceraian,

ketegangan maupun permasalahan tersebut akan muncul dan harus dihadapi pasangan yang bercerai, anak-anaknya, ataupun masyarakat sekitar. Kesimpulannya, perceraian adalah berakhirnya hubungan pernikahan di mata hukum dan berlaku secara permanen.

Definisi perceraian lainnya juga disampaikan oleh Badrus (2003), yaitu gagalnya sepasang suami istri untuk mengembangkan serta menyempurnakan cinta mereka. Krantzler (dalam Machasin, 2006) mengemukakan bahwa di mata kebanyakan orang, perceraian menjadi masa peralihan yang dipenuhi kesukaran apalagi apabila dihubungkan dengan pandangan masyarakat mengenai perceraian itu sendiri. Mereka yang telah bercerai akan mengalami sulitnya tantangan yang perlu dihadapi apabila pandangan masyarakat mengenai perceraian dianggap sebagai hal yang tidak pantas. Sebuah perceraian bisa terjadi jika sepasang suami istri tidak lagi sanggup mengatasi konflik yang mendera keduanya ketika hidup berumah tangga. Pada hakikatnya, tidak semua perceraian merupakan hal yang negatif. Terkadang perceraian juga bisa menjadi solusi paling bijak ketika kehidupan pernikahan justru membawa dampak buruk bagi anak ataupun anggota keluarga lainnya jika terus dipertahankan (Hamid, 2013).

Walaupun tidak ada definisi autentik mengenai perceraian, tidak serta merta persoalan ini diabaikan oleh Undang-Undang Perkawinan. Pada undang-undang tersebut justru memberi tempat paling besar untuk mengatur perceraian. Perihal ini bisa lebih jelas jika kita mencermati kebijakan penyelenggaraannya.

Pengertian perceraian sendiri dalam KHI dinyatakan dengan jelas pada Pasal 117 bahwa perceraian adalah ikrar suami dihadapkan sidang Pengadilan Agama yang menjadi salah satu sebab putusnya perkawinan. Merujuk pada definisi ini, bisa dipahami bahwa perceraian ialah berakhirnya hubungan pernikahan pada pasangan yang sah dan dilakukan dengan mengucapkan talak ataupun sejenisnya.

Undang-Undang Perkawinan di Indonesia memiliki prinsip yang menyulitkan pasangan untuk bercerai. Sebab, perceraian memberi dampak negatif kepada pihak berkaitan. Sehingga dalam rangka mempersulit terjadinya perceraian tersebut, Undang-Undang mengatur bahwa pasangan wajib mempunyai alasan yang jelas untuk bisa bercerai seperti mengapa mereka tidak lagi dapat menjalani kehidupan berumah tangga dengan harmonis.

Melihat pada berbagai penjelasan tersebut, Perceraian adalah berakhirnya pernikahan karena ketidakmampuan pasangan suami istri untuk mempertahankan hubungan cinta mereka, sehingga salah satu atau kedua pihak memutuskan untuk hidup terpisah. Meskipun seringkali dianggap negatif, perceraian juga dapat menjadi solusi terbaik untuk menghindari dampak buruk yang mungkin timbul jika pernikahan dipertahankan tanpa keharmonisan.

## **2. Faktor penyebab Perceraian**

Meskipun pada awalnya pasangan yang telah menikah sepakat untuk meraih kebahagiaan hidup, meneruskan keturunan, serta berkemauan hidup

bersama-sama hingga tutup usia, gairah tersebut kerap musnah di pertengahan jalan karena beberapa hal (Rasjidi, 1983). Undang-undang Perkawinan nomor 1/1974 pasal 38, memuat tiga penyebab yang bisa menimbulkan berakhirnya sebuah pernikahan meliputi kematian dan perceraian yang berdasarkan keputusan pengadilan. Apabila suami atau istri meninggal, maka pernikahan akan berakhir dengan sendirinya. Sebab hal ini telah menjadi ketentuan Sang Pencipta, bahwa setiap orang nantinya pasti akan meninggal dan kita tidak dapat menolak atau menghindari takdir yang sudah ditentukan. Berbeda dengan berakhirnya pernikahan yang disebabkan oleh perceraian serta keputusan pengadilan. Hal ini kerap diatur dalam Undang-Undang, oleh sebab itu peraturan dalam Undang-Undang diberlakukan dengan maksud untuk mengekalkan pernikahan serta meminimalisir kemungkinan bercerai.

Munculnya berbagai konflik dan perseteruan seringkali menjadi tanda-tanda akan terjadinya perceraian. Belakangan ini lumayan banyak ditemui persoalan tentang disorganisasi keluarga, salah satunya yaitu perceraian. Kasus perceraian telah berada pada jumlah yang amat memprihatinkan. Sehingga dapat menggambarkan sesungguhnya banyak keluarga yang melalui sebuah fase yang sangat tidak diinginkan.

Merujuk pada hasil pengamatan dan survei sementara, diperoleh informasi bahwa akhir-akhir ini kasus perceraian suami istri di segala penjuru dunia telah meningkat. Namun alasan yang mendasari perceraian tersebut cukup mencengangkan, bukan lagi karena cinta keduanya yang

memudar. Tetapi cenderung disebabkan oleh berbagai faktor pemicu lainnya yang meliputi:

- a. Status sosial ekonomi. Pasangan dengan pendapatan serta tingkat pendidikannya rendah merupakan kelompok yang cenderung lebih mudah bercerai. Istri yang mempunyai pendidikan lebih tinggi melampaui suaminya, biasanya peluang tingkat perceraianya lebih besar ketimbang istri yang berpendidikan lebih rendah dengan pendapatan yang lebih rendah pula dari suaminya.
- b. Usia ketika menikah. Usia ketika melangsungkan pernikahan merupakan salah satu prediksi signifikan yang memungkinkan terjadinya perceraian. Sudah diperlihatkan lewat beragam penelitian yang memaparkan bahwa pasangan yang melangsungkan pernikahannya di umur 20 tahun atau bahkan di bawahnya, mempunyai peluang lebih besar untuk akhirnya bercerai terutama sepanjang 5 tahun pertama usia pernikahan.
- c. Tidak memiliki keturunan. Perceraian bisa juga disebabkan oleh pasangan yang tidak segera bisa mempunyai anak. Kondisi ini terjadi sebab seorang anak berperan dalam menjaga keutuhan serta menyatukan keluarga.
- d. Perceraian juga bisa terjadi sebab perceraian itu sendiri sudah termasuk hal yang lumrah, amat dimaklumi, serta mudah diterima masyarakat. Tidak seperti dahulu yang masyarakatnya memandang perceraian sebagai suatu hal yang tabu dan harus di jauhi. Fakta inilah yang memicu para pasangan menyepelekan penyelesaian konflik mereka hanya dengan bercerai.

e. Terdapat keyakinan yang berlainan antar suami istri, yang pada hakikatnya penyebab ini memang ringkih terhadap perceraian.

Berbeda dengan alasan-alasan di atas, Fauzi (2006) berpendapat bahwa perceraian dapat terjadi disebabkan oleh hal-hal berupa:

a. Rumah tangga tidak harmonis

Merupakan motif yang paling sering dijadikan alasan oleh pasangan suami istri ketika hendak bercerai. Tidak harmonisnya rumah tangga ini dapat disebabkan oleh beberapa hal seperti keterbatasan ekonomi keluarga, krisis akhlak, atau perselingkuhan.

b. Krisis moral dan akhlak

Krisis moral dan akhlak ini kerap kali menjadi alasan mengapa pernikahan berujung kandas. Misalnya seperti suami atau istri yang melalaikan peran dan tanggung jawabnya, suami berpoligami secara tidak sehat, terjadi penyiksaan, pelecehan, mabuk-mabukan, berbuat zina, berbuat kriminal, ataupun perbuatan buruk lain yang dilakukan pihak istri maupun suami.

c. Berbuat zina

Berhubungan seksual dengan selain pasangannya dan tanpa ikatan pernikahan atau disebut berzina, juga bisa memicu terjadi perceraian. Perzinaan ini dapat dilakukan baik oleh suami ataupun istri.

d. Pernikahan tanpa cinta

Motif lain yang sering menjadi alasan untuk bercerai yaitu mereka menjalani pernikahan tanpa ada cinta di dalamnya mereka. Agar mampu menghadapi kesulitan pada hubungan pernikahan tidak didasari cinta,

sepasang suami istri wajib berusaha membangun kerja sama untuk memperoleh keputusan paling baik.

e. Berbagai permasalahan yang menimpa kehidupan pernikahan

Pada suatu hubungan pernikahan tentu akan terus bersinggungan dengan masalah, sebab permasalahan pada pernikahan termasuk hal yang lumrah dialami. Namun apabila perselisihan terus berlanjut dan sulit mencapai titik damai, hanya tinggal menunggu waktu hingga pasangan tersebut pisah ranjang dan bercerai.

### 3. Dampak Psikologis Ibu Rumah Tangga Pasca Perceraian

Menurut Yuniarno (Dalimunthe, 2022), ibu rumah tangga yang telah bercerai akan mengalami dampak psikologis sebagai akibat dari perceraian, antara lain:

a. Pengalaman traumatis dan ketidakstabilan kehidupan

Ibu rumah tangga yang mengalami perceraian pada awalnya akan benar-benar tertekan. Hal ini membuat mereka merasa tidak aman, tidak berdaya, dan mereka akan kehilangan kesadaran akan pentingnya hidup. Rasa penolakan yang menyebabkan mereka mulai kehilangan harga diri. Sebagai perempuan yang telah bercerai, mereka akan mengalami depresi karena tidak ada orang di sekitar kita yang akan menghibur mereka saat berada di titik penting yang mana mereka merasa tidak aman dan bersalah.

Ibu rumah tangga yang telah berusaha keras untuk menjalani kehidupan pernikahan dan akhirnya harus bercerai, akan mengalami efek

psikologis yang tidak stabil. Ketidakstabilan psikologis seperti kesedihan, kekecewaan, frustrasi, tidak nyaman, tidak tenteram, tidak bahagia, stress, depresi, takut dan khawatir. Akibatnya, mereka akan memiliki sikap benci, dendam, marah, menyalahkan diri sendiri, atau menyalahkan pasangan sebelumnya. Selain itu ibu rumah tangga yang telah bercerai sering mengalami gangguan tidur, tegang, kesulitan untuk berkonsentrasi pada pekerjaan, tidak berdaya, dan putus asa. Jika tidak ditangani dengan baik, masalah psikologis dapat menyebabkan gangguan psikosomatis, bunuh diri, atau gangguan psikologis lainnya (psikosa/gila).

Meskipun bercerai merupakan keputusan bersama dan dianggap sebagai pilihan yang baik, ibu rumah tangga tetap mengalami kerugian fisik dan mental yang signifikan. Selain itu, akibat yang paling tidak menguntungkan adalah hubungan personal dan kekeluargaan, yang biasanya ditandai dengan hilangnya hubungan baik, persaingan, dan upaya saling menjelekan di antara mantan pasangan. Dan yang paling parah apabila terjadi permusuhan antar keluarga.

b. Ketidastabilan dalam pekerjaan

Ibu rumah tangga mengalami masalah psikologis setelah bercerai. Perasaan tidak nyaman, tidak tenang, gelisah, resah, tidak damai, tidak bahagia, merasa gagal, menyalahkan diri sendiri, kecewa, sedih, takut, khawatir, dan marah adalah tanda ketidakstabilan psikologis. Akibatnya, mereka secara psikologis tidak dapat tidur, dan tidak dapat berkonsentrasi saat bekerja, yang menyebabkan mereka mengalami

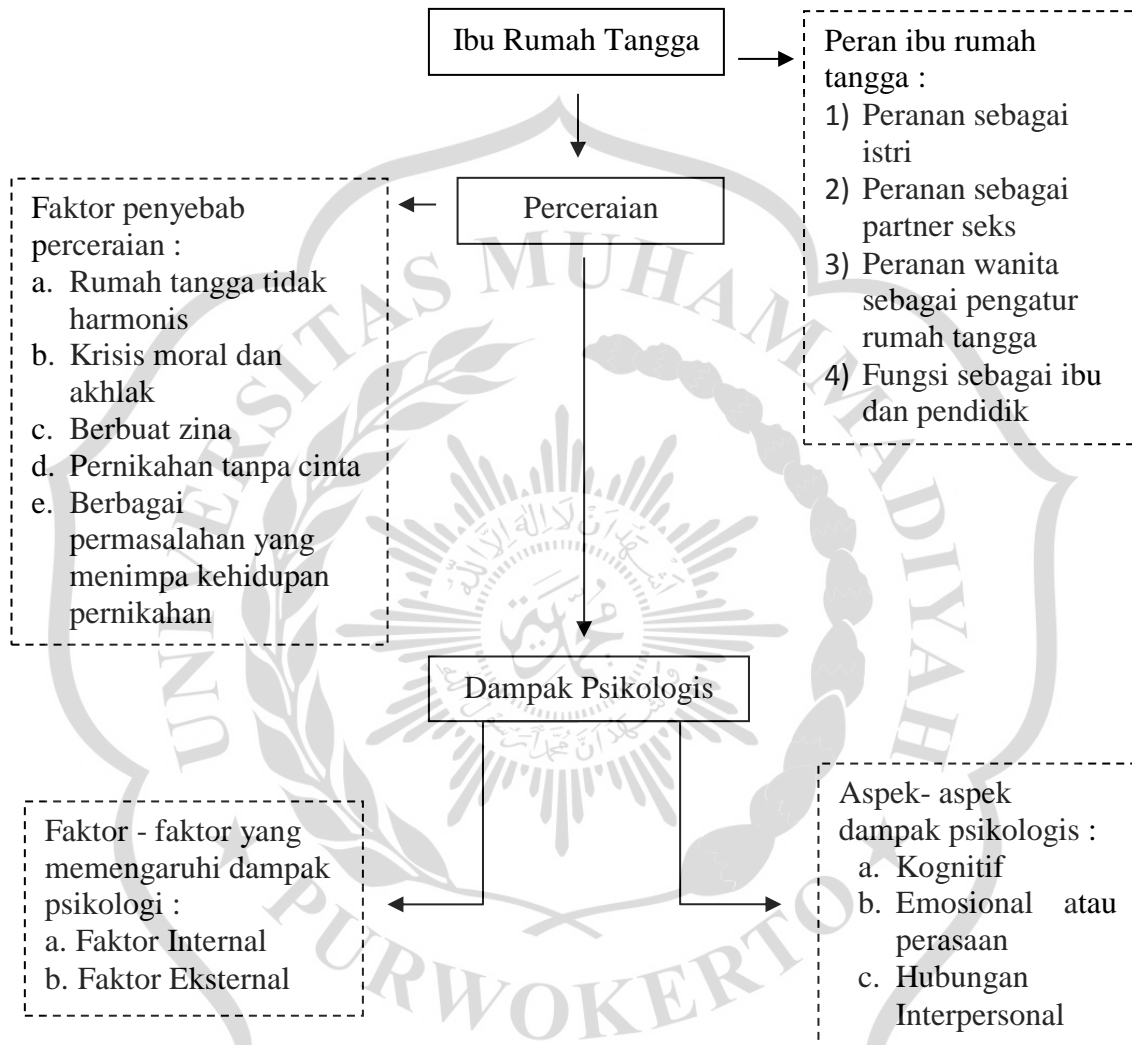
kesulitan dalam kehidupan kerja mereka, seperti penurunan kinerja dan prestasi.

Perkawinan yang telah menyebabkan perceraian, memiliki dampak yang mendalam pada perempuan terutama ibu rumah tangga. Salah satunya adalah trauma psikologis. Mereka mengalami kesulitan untuk mencari nafkah dan membesarkan anak-anak mereka sebagai orang tua tunggal. Seseorang yang ditinggalkan oleh pasangannya akan mengalami perasaan seperti kesedihan, keterpurukan, kedukaan, dan keputusasaan.

Keadaan psikologis seperti ini sangat memengaruhi kehidupan, terutama dalam hal pekerjaan karena akan berdampak pada kondisi finansial pasangan. Jika ibu rumah tangga mengandalkan suami untuk mencari nafkah saat sebelum bercerai, maka setelah bercerai ibu rumah tangga tidak lagi memiliki hak untuk meminta nafkah, terutama jika mantan pasangan tidak memberikan tunjangan. Jika mendapat hak asuh anak, berarti juga harus bertanggung jawab untuk menanggung biaya hidup anak. Walaupun bercerai merupakan keputusan bersama, namun perceraian tetap saja menimbulkan dampak psikologis bagi mereka terutama bagi ibu rumah tangga. Dampak psikologis ini mungkin tidak terlihat pada awal perceraian, tetapi setelah keduanya merasakan kehilangan apa yang pernah mereka miliki sebelum terjadinya perceraian. Perceraian tidak hanya menyebabkan trauma pada salah satu pasangan hidup dan ketidakstabilan kehidupan, tetapi juga menyebabkan ketidakstabilan dalam pekerjaan.

#### D. Kerangka Pikir

Berdasarkan keterangan yang telah dipaparkan diatas dapat digambarkan kerangka berpikir sebagai berikut:



Keterangan :

- : variabel yang diteliti
- : variabel yang tidak diteliti
- : hubungan

**Gambar 1. Kerangka Berpikir**

Perceraian memiliki dampak yang signifikan pada ibu rumah tangga, memengaruhi berbagai aspek kehidupannya dan menuntut pengembangan dampak psikologis yang kuat untuk mengatasi tantangan tersebut. Pertama, secara emosional, perceraian bisa menjadi pukulan berat bagi ibu rumah tangga. Mereka mungkin mengalami perasaan kesedihan, kehilangan, dan kekecewaan yang mendalam karena menghadapi akhir dari hubungan yang mereka bangun dengan investasi emosional yang besar. Dampak finansial juga sering kali dirasakan. Pembagian harta kekayaan dan pendapatan dapat mengubah situasi keuangan secara drastis, meningkatkan ketidakpastian ekonomi dan memaksa ibu rumah tangga untuk menyesuaikan diri dengan keadaan baru yang mungkin menuntut kemandirian finansial yang lebih besar.

Secara sosial, perceraian dapat mengubah dinamika hubungan sosial ibu rumah tangga. Mereka mungkin mengalami perubahan dalam lingkaran sosial mereka, kehilangan dukungan dari keluarga atau teman-teman yang sebelumnya terlibat dalam kehidupan pernikahan mereka. Proses penyesuaian dengan status baru sebagai ibu tunggal atau bagian dari keluarga yang terpisah juga merupakan tantangan besar. Ibu rumah tangga harus menavigasi peran ganda sebagai orang tua dan penyokong utama bagi anak-anak mereka, sambil menyesuaikan diri dengan perubahan gaya hidup dan rutinitas yang baru.

Perceraian bisa mengakibatkan berbagai dampak psikologis yang bisa mengakibatkan berbagai pengalaman traumatis, ketidakstabilan dalam

bekerja dan ketidakstabilan kehidupan pada ibu rumah tangga pasca perceraian. Beberapa faktor yang memengaruhi dampak psikologis yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa motivasi dan kecerdasan. Motivasi merupakan dorongan dari dalam diri seseorang untuk melakukan hal-hal tertentu untuk mencapai suatu tujuan. Dan kecerdasan merupakan kemampuan seseorang untuk memahami dan menjadi peka terhadap perasaan, intensi, motivasi, watak, dan tempramen orang lain. Sementara faktor eksternal berupa dukungan sosial dari keluarga, teman, dosen, dan orang-orang disekitarnya.

