

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pernikahan merupakan suatu ikatan lahir dan batin antara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami isteri, untuk membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 1 tahun 1974). Keberhasilan suatu pernikahan dikarenakan adanya faktor komitmen antar pasangan, hubungan yang seimbang, komunikasi yang baik, masing-masing memiliki persepsi yang sama akan hubungan tersebut dan adanya orientasi religi (Robinson & Blanton, 1993 dalam Papalia, dkk, 2002)

Tujuan dalam suatu pernikahan adalah membangun keluarga yang kekal selamanya. Sebuah pernikahan tidak hanya ada kebahagiaan dan kenyamanan didalamnya namun pernikahan juga dapat menjadi sumber stres bagi setiap pasangan, kegagalan masing-masing pasangan untuk menjalankan peran dalam rumah tangga juga dapat memicu konflik yang berkepanjangan (Sarafino, 2006). Putusnya hubungan antara suami dan isteri tidak diharapkan terjadi kecuali disebabkan oleh kematian sedangkan suatu perceraian terjadi harus dengan alasan yang kuat dan jelas. (Satiadarma, 2001).

Data yang diperoleh dari Pengadilan Agama Surabaya menyatakan bahwa angka perceraian di Jawa Timur terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Khususnya di Surabaya pada tahun 2012 terdapat sejumlah 5476 kasus perceraian.

Dewasa ini jumlah istri yang menggugat suami lebih tinggi dibanding dengan jumlah suami yang melakukan talak terhadap istri. Hal ini tampak dari banyaknya perkara perceraian selama tahun 2012 yaitu tercatat 3605 kasus gugat dan 1871 kasus talak .

Berdasarkan data yang diperoleh dari Pengadilan Agama Surabaya terdapat berbagai faktor penyebab terjadinya perceraian antara lain krisis akhlak, gangguan pihak ketiga, tidak ada tanggung jawab, tidak ada keharmonisan, masalah ekonomi, cemburu, kekejaman mental, kawin dibawah umur, kekejaman jasmani. Berikut 5 urutan faktor-faktor penyebab perceraian beserta jumlah kasusnya selama tahun 2012; krisis akhlak 906 kasus, gangguan pihak ketiga 844 kasus, tidak ada tanggung jawab 717 kasus, tidak ada keharmonisan 664 kasus, masalah ekonomi 490 kasus.

Perceraian yang disebabkan karena adanya gangguan pihak ketiga atau perselingkuhan menempati posisi kedua setelah krisis akhlak. Selama tahun 2012 kasus perceraian yang disebabkan oleh perselingkuhan sejumlah 844 kasus dan pada tahun 2013 sejak bulan januari hingga bulan februari sudah terdapat 106 kasus perceraian yang terjadi akibat pihak ketiga.

Tingginya angka gugatan yang dilayangkan oleh istri kepada suami salah satu penyebabnya karena suami berselingkuh. Sebuah *survey* yang pernah dilakukan di Jakarta menyebutkan bahwa 2 dari 3 laki-laki pernah berselingkuh. Berdasarkan survey yang dilakukan oleh Smith angka perselingkuhan yang dilakukan oleh pria lebih tinggi daripada wanita (Shehan, 2004 dalam Handayani, dkk, 2008)

Perselingkuhan yang dilakukan oleh suami dapat memberikan dampak yang buruk kepada isteri hingga jangka waktu yang panjang. Perselingkuhan berarti pula pengkhianatan terhadap kesetiaan dan hadirnya wanita lain dalam pernikahan yang mengakibatkan berbagai perasaan sedih, kecewa, marah, merasa dikhianati, tidak berharga, dan berbagai perasaan negatif lainnya kerap dirasakan oleh isteri yang suaminya melakukan perselingkuhan (Synder, Baucom, & Gordon, 2008 dalam Ginanjar, 2009).

Perselingkuhan merupakan suatu *intimate relationship* yang melibatkan adanya hubungan seksual ataupun hubungan emosional antara pria dan wanita diluar pernikahannya (Staheli, 1997). Menurut Bambang W.S. (2004) perilaku seseorang yang memberikan perhatian yang lebih besar terhadap orang lain dibanding terhadap pasangannya dapat dikatakan selingkuh.

Kondisi negatif pada suatu hubungan apabila terdapat perselingkuhan didalamnya maka akan terjadi kurangnya keterbukaan terhadap pasangan, perhatian yang berkurang, sering muncul perilaku lupa akan hal-hal yang berkaitan dengan pasangan, adanya perubahan sikap seperti kecenderungan untuk merahasiakan sesuatu, bertindak *defensive* atau mempertahankan diri, berbohong serta kurangnya intensitas kebersamaan antara suami dan isteri (Satiadarma, 2001).

Pada perselingkuhan terdapat beberapa penggolongan tipe berdasarkan seberapa tinggi keterlibatan emosional dari pasangan yang berselingkuh, antara lain; *serial affair*, *flings*, *romantic love affair* dan *long term affair*. Setiap tipe perselingkuhan memiliki dampak yang berbeda-beda pada korbannya (Subotnik &

Harris, 2005 dalam Ginanjar 2009). Penelitian ini berfokus pada bentuk perselingkuhan *romantic love affair*, sebab *romantic love affair* merupakan salah satu tipe perselingkuhan yang melibatkan emosi mendalam dan dapat mengarah ke tipe perselingkuhan *long term affair*.

Romantic love affair adalah bentuk perselingkuhan yang melibatkan hubungan emosional yang mendalam. Hubungan yang terjalin dianggap sangat penting bahkan banyak dari pria yang melakukan perselingkuhan dengan tipe *romantic love affair* berpikir untuk melepaskan pernikahannya dan memilih untuk melanjutkan hubungan dengan pasangan selingkuhnya. Perselingkuhan tipe ini dapat berlangsung hingga jangka waktu panjang (Subotnik & Harris, 2005 dalam Ginanjar 2009). Tipe perselingkuhan *romantic love affair* merupakan tipe perselingkuhan yang paling memenuhi kriteria subjek pada penelitian ini.

Perselingkuhan merupakan suatu bentuk pengkhianatan terhadap pasangan sehingga menimbulkan berbagai efek emosional, perilaku negatif, perasaan sakit hati, kekerasan kepada pasangan, rasa kecewa yang sangat besar, kemarahan yang luar biasa, kecemasan akut, depresi, keinginan bunuh diri dan perasaan tidak berdaya (Snyder, Baucom, & Gordon, 2008). Perselingkuhan yang dilakukan oleh suami mengakibatkan perasaan sakit hati sehingga membuat isteri menjadi individu yang pemarah, merasa *inferior* atau tidak percaya diri, semangat hidup menurun, dll (Snyder, Baucom, & Gordon, 2008).

Perselingkuhan dapat mengakibatkan kondisi negatif kepada pasangan antara lain perasaan terlukai, kemarahan, kekecewaan, menjadi ragu terhadap diri

sendiri, muncul simtom depresi, dan dapat muncul rasa trauma akibat perselingkuhan yang dilakukan oleh pasangan (Hall & Fincham, 2008).

Berdasarkan pengamatan awal penulis di wilayah Surabaya dan sekitarnya menunjukkan bahwa ketika seorang isteri yang menjadi korban akibat perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya, akan muncul berbagai kondisi negatif seperti menangis terus menerus, merasa kecewa, mengalami depresi dan muncul pikiran untuk bunuh diri. Hal tersebut terjadi karena isteri kehilangan rasa kepemilikan, kasih sayang, perhatian, cinta dan hal-hal lainnya yang sebelumnya diperoleh dari suami.

Teori keputusasaan (*Hopelessness theory*) mengemukakan ketika seorang isteri memiliki ekspektasi akan kehidupan rumah tangganya yang penuh kebahagiaan, namun pada kenyataannya suami melakukan perselingkuhan hal tersebut membuat isteri putus asa dan berangsur menjadi depresi. Depresi yang terjadi belakangan ini disebabkan oleh kondisi putus asa ketika seseorang berekspektasi akan suatu hal yang diinginkan namun tidak terpenuhi atau orang-orang yang bersangkutan tidak dapat memenuhi ekspektasinya (Abramson, Metalsky, & Alloy, 1989 dalam Davidson, 2006).

Depresi merupakan penyakit mental yang paling banyak ditemui oleh para ahli kesehatan mental (Otong, 2003 dalam Edward, 2005). Depresi adalah suatu keadaan emosional yang ditandai dengan kesedihan, perasaan tidak berdaya, tidak berharga, merasa bersalah, menarik diri dari orang lain, gangguan dalam nafsu makan, hasrat seksual dan tidur (Edward, 2005).

Ciri lain dari gangguan depresi adalah perubahan dalam kemampuan kognitif, bicara dan fungsi vegetatif (seperti tidur, selera makan, aktivitas seksual, dan ritme biologis lainnya). Semua gangguan ini menyebabkan terjadinya masalah dalam hubungan interpersonal, sosial serta pekerjaan. Depresi lebih sering terjadi pada masa dewasa awal (Davidson, 2006).

Depresi merupakan kondisi emosional yang biasanya ditandai dengan kesedihan yang amat mendalam, perasaan tidak berarti, dan bersalah, menarik diri dari orang lain, kehilangan selera makan, kehilangan hasrat seksual, minat dan kesenangan dalam aktivitas yang biasa dilakukan serta berpikir tentang kematian dan bunuh diri. Tingkat terjadinya depresi dua kali hingga tiga kali lebih banyak terjadi pada perempuan dibanding pada laki-laki (Davidson., 2006).

Berdasarkan teori psikodinamika Freud mengemukakan hipotesisnya bahwa depresi dapat diakibatkan apabila seseorang kehilangan orang yang dicintainya, apakah karena kematian, perpisahan atau berkurangnya kasih sayang. Ketika seseorang merasa kehilangan sesuatu yang dicintainya pertama ia akan meleburkan diri dengan orang yang meninggalkannya (Davison, 2006).

Depresi terjadi akibat adanya represi terhadap suatu konflik, konflik yang terjadi karena adanya pertentangan antara id dan ego hal ini diakibatkan karena apa yang diharapkan tidak sama dengan apa yang diinginkan. Freud berpendapat, secara tidak sadar kita akan menyimpan berbagai perasaan negatif terhadap orang-orang yang kita cintai, orang yang bersangkutan kemudian menjadi objek kebencian dan kemarahan atas diri kita sendiri. Kemarahan kepada orang yang meninggalkan terus-menerus dipendam yang kemudian berubah menjadi proses

menyalahkan diri sendiri, menyiksa diri sendiri dan depresi yang berkelanjutan (Davison, 2006).

Individu yang mengalami penyakit mental termasuk depresi sering mengalami *disconnectedness* atau perasaan terisolasi, tidak terhubung dengan dunia luar dan menarik diri dari orang lain sebagai akibat dari simtom gangguan yang dialaminya. Resiliensi merupakan suatu jalan bagi mereka yang mengalami penyakit mental untuk berpindah dari *disconnectedness* menjadi *connectedness* (Edward, 2005).

Fenomena yang terjadi inilah yang melatarbelakangi penulis untuk mengkaji bagaimana kemampuan seorang isteri yang berada pada masa dewasa awal dapat mengatasi segala kesengsaraan yang terjadi akibat perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya, sehingga ia dapat melanjutkan hidup kembali. Penelitian ini mengkaji tentang kemampuan resiliensi isteri sebagai korban perselingkuhan dengan tipe *romantic love affair* yang mengalami depresi. Pandangan mengenai resiliensi didasari oleh pemikiran bagaimana anak, remaja dan orang dewasa sembuh dari kondisi stress, trauma dan hal yang menyakitkan dalam kehidupan mereka (Desmita, 2005).

Resiliensi merupakan kapasitas seorang individu untuk berhasil beradaptasi atau berubah dari keadaan menyakitkan (*adversity*). Resiliensi adalah kemampuan untuk merekah kembali, melanjutkan kembali kehidupan, beradaptasi terhadap perubahan dengan sukses, serta mengembangkan kompetensi sosial untuk menghadapi berbagai tekanan (Marilyn Colby Rivkin & Mary Hoopman, dalam Benard, 1991). Resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan dan

beradaptasi serta kapasitas manusia untuk menghadapi, memecahkan, serta memperkuat bahkan berubah setelah mengalami kesengsaraan (Grotberg 1999 dalam Desmita 2005).

Resiliensi terdiri dari dua faktor yaitu faktor resiko dan faktor protektif. Faktor resiko sebagai prediktor awal atas terjadinya peristiwa yang tidak diinginkan yang membuat seseorang menjadi rentan terhadap kondisi yang tidak menyenangkan. Faktor protektif adalah hasil usaha untuk menimbulkan perkembangan yang positif pada seseorang. Resiliensi merupakan hasil interaksi antara faktor resiko dan faktor protektif, adaptasi yang baik terhadap hal-hal yang tidak menyenangkan dapat dipengaruhi oleh faktor protektif yang tinggi (Windle, 1999 dalam Kalil, 2003).

Menurut Grotberg (dalam Desmita, 2005), kemampuan seseorang dalam resiliensi terdiri dari 3 sumber yaitu *I have*, *I am* dan *I can*. Ketiga sumber pembentukan resiliensi ini merupakan bagian dari faktor protektif. *I have* adalah sumber resiliensi yang berhubungan dengan pemaknaan individu terhadap besarnya dukungan sosial yang diperolehnya. Individu yang mengalami depresi cenderung memiliki sedikit jaringan sosial dan menganggap lingkungan sosialnya hanya memberikan sedikit dukungan. Berkurangnya dukungan sosial dapat melemahkan kemampuan individu dalam mengatasi berbagai peristiwa hidup yang negatif sehingga menjadikan individu tersebut rentan terhadap depresi (a.l., Billings, Cronkite, & Moos, 1983 dalam Davidson, 2006).

I am adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi yang dimiliki oleh seorang individu dan yang terakhir *I can* adalah sumber

resiliensi yang berkaitan dengan apa saja yang dapat dilakukan oleh seseorang dalam menuju keberhasilan melakukan resiliensi (Desmita, 2005).

Ketiga faktor *I have*, *I am* dan *I can* ini harus ada dan saling berkorelasi, sebab resiliensi merupakan kombinasi dari ketiga faktor tersebut (Desmita, 2005). Pada penelitian ini penulis juga akan menggali faktor apa yang paling dominan pada masing-masing subjek karena faktor-faktor resiliensi pada setiap individu berbeda-beda dan tidak menutup kemungkinan salah satu faktor akan lebih dominan dari faktor lainnya.

1.2. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas disimpulkan bahwa perselingkuhan dapat memberikan berbagai dampak buruk pada korbannya, salah satunya adalah depresi. Penelitian ini berfokus pada kemampuan resiliensi seseorang untuk bertahan dan terkuatkan kembali setelah mengalami depresi akibat perselingkuhan yang dilakukan oleh pasangannya dengan tipe perselingkuhan *romantic love affair*. Mengingat tugas perkembangan wanita pada masa dewasa awal adalah membangun suatu relasi yang bersifat selamanya yaitu menikah, sehingga subyek dalam penelitian ini adalah seseorang isteri yang telah terikat pernikahan sah secara hukum negara yang berada pada masa dewasa awal.

Resiliensi merupakan kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, terkuatkan kembali, dan bahkan bertransformasi dari pengalaman yang tidak menyenangkan (Grotberg, 1999 dalam Desmita 2005). Fokus penelitian ini yaitu pada tiga faktor yang menjadi sumber pembentukan resiliensi; *I have*, *I am*, *I can*.

Pertanyaan yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah dinamika resiliensi pada isteri korban perselingkuhan dengan tipe *romantic love affair* yang mengalami depresi?”. Guna memperdalam fokus penelitian tersebut penulis membuat *sub question* yakni “Manakah dari ketiga komponen sumber keberhasilan resiliensi (*I have, I am dan I can*) yang paling mendominasi pada masing-masing subjek?”.

1.3. Signifikansi dan Keunikan Penelitian

Penelitian ini berawal dari fakta tingginya angka perceraian yang salah satunya disebabkan oleh perselingkuhan. Fenomena mengenai perselingkuhan penting untuk dikaji sebab dapat menimbulkan berbagai permasalahan seperti terjadinya perilaku negatif, perasaan sakit hati, kekerasan kepada pasangan, rasa kecewa yang sangat besar, kemarahan yang luar biasa, kecemasan akut, depresi, keinginan bunuh diri dan perasaan tidak berdaya (Snyder, Baucom, & Gordon, 2008).

Selain itu, penulis meneliti mengenai isteri yang menjadi korban perselingkuhan dengan tipe *romantic love affair* hingga mengalami depresi. Banyak penelitian yang mengangkat tentang fenomena perselingkuhan namun kebanyakan dari penelitian tersebut tidak memfokuskan pada tipe perselingkuhan tertentu, sedangkan dampak yang terjadi antar tipe perselingkuhan berbeda satu sama lain.

Penelitian ini juga memfokuskan pada subjek yang tetap memilih untuk mempertahankan pernikahannya, sebab apabila tidak dispesifikasikan

dikhawatirkan depresi yang terjadi pada isteri korban perselingkuhan tidak hanya disebabkan karena perselingkuhan yang dilakukan oleh pasangannya namun juga karena perceraian yang dialaminya.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, diharapkan dengan metode penelitian kualitatif, proses pengumpulan data dapat lebih intensif serta mendalam, sehingga dapat memperoleh gambaran utuh bagaimana keadaan subjek, kondisi depresi dan proses seseorang melewati kesengsaraan hingga akhirnya mencapai kemampuan resiliensi, dll.

Hasil penelusuran terhadap penelitian di perpustakaan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, penulis tidak menemukan penelitian yang bertemakan resiliensi pada isteri korban perselingkuhan yang mengalami depresi terutama perselingkuhan dengan tipe *romantic love affair*.

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai upaya penulis untuk mengetahui bagaimana dinamika seorang individu yang mengalami depresi akibat perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya hingga berhasil resilien dan faktor apa saja yang melatarbelakangi.

1.5. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini terbagi dalam dua macam, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis:

1.5.1. Manfaat Teoritis

- a) Memberikan sumbangan untuk menambah pengetahuan mengenai depresi yang dialami isteri akibat perselingkuhan khususnya pada perselingkuhan dengan tipe *romantic love affair*.
- b) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih terhadap ilmu psikologi dalam masalah peningkatan angka depresi pada isteri korban perselingkuhan.
- c) Memberikan informasi dalam memahami proses atau dinamika resiliensi pada isteri korban perselingkuhan yang pernah mengalami depresi.
- d) Memberikan tambahan informasi mengenai bagaimana isteri korban perselingkuhan yang mengalami depresi dapat membangun resiliensi dan terus menjalani hidup.
- e) Sumber inspirasi dan wacana bagi perkembangan penulisan lain.

1.5.2. Manfaat Praktis

- a) Bagi pria yang melakukan perselingkuhan hendaknya dapat menyadari bahwa perselingkuhan dapat memberikan dampak yang buruk bagi pasangan, seperti depresi, kecenderungan bunuh diri, dll.
- b) Bagi penulis : penulis mendapat pengetahuan yang lebih *real* mengenai depresi pada isteri korban perselingkuhan dan bagaimana kemampuan mereka dalam resiliensi atau bangkit dari masa keterpurukan, serta menjadikan penulis lebih peka akan depresi yang makin marak terjadi pada masyarakat.

- c) Mampu memberikan informasi tentang hal-hal yang berkaitan dengan depresi akibat perselingkuhan, sehingga dapat dijadikan pencegahan agar depresi akibat perselingkuhan tidak terjadi pada diri kita maupun orang lain.
- d) Menginformasikan faktor protektif dari resiliensi untuk meminimalisir terjadinya depresi pada isteri korban perselingkuhan.