

Dinamika Psikologis Pada Individu Yang Sudah Menikah

**Astiar Alan Riansa, Adinda Rosita, Azzahra Putri Satriani, Della Fitri Amelia,
Fadia Miftahul Jannah Azhar**

Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

Corresponding Email: @uinradenfatah.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana dinamika psikologis pada individu yang sudah menikah. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek dalam penelitian ini adalah laki-laki berusia 40 tahun yang sudah menikah dengan usia pernikahan diatas 5 tahun dan berdomisili dikota Palembang. Pengambilan data dilakukan dengan metode wawancara dan observasi. Keadaan dinamika psikologis individu yang sudah menikah mengalami banyak perubahan saat sebelum menikah dan sesudah menikah terutama pada tingkat stress yang dirasakan pada individu, faktor yang menyebabkan terjadinya permasalahan pada pernikahan dalam rumah tangga dan mempengaruhi dinamika psikologis yaitu dari segi faktor keluarga, faktor ekonomi, faktor komunikasi, faktor lingkungan. Problematika yang dihadapi suami istri harus dihadapi dengan bijak, dengan tidak mengedepankan ego masing-masing. Setiap rumah tangga mempunyai problem tersendiri begitu juga dengan jalan penyelesaian yang mereka pilih. Setiap keluarga mempunyai keunikannya sendiri, Tidak ada satupun rumah tangga yang tidak pernah ada pertengkaran (meski kecil).

Kata Kunci: Dinamika psikologis¹, menikah², stres³

Pendahuluan

Ketika ditanyakan alasan anak-anak muda untuk menikah, ternyata ditemukan bahwa umumnya alasan mereka menikah ialah ingin berbahagia, karena mereka nantinya akan hidup bersama dengan orang yang dicintai. Mereka mengharapkan kebahagiaan yang datang dari pasangannya, orang yang mereka cintai. Bagi masyarakat Indonesia sendiri, pernikahan merupakan salah satu momen sakral karena terucap akad dalam membentuk bahtera keluarga sekaligus simbol peralihan tanggung jawab dari keluarga asal kepada suami sebagai kepala rumah tangga (Afiatin, dalam Alfauqy dkk, 2021). Pernikahan merupakan ikatan lahir batin antara seorang pria dan wanita sebagai suami istri untuk membentuk keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan Tuhan Yang Maha Esa. Dalam ajaran Islam mensyari'atkan pernikahan untuk membentuk mahligai keluarga sebagai sarana untuk meraih kebahagiaan hidup. Islam telah memberikan konsep yang jelas tentang tata cara ataupun proses sebuah pernikahan yang berlandaskan Al-Qur'an dan As-

Sunnah yang shahih (Atabik dan Mudhiiah, 2014). Adapun menurut Undang-undang Perkawinan no. 1 tahun 1974 pasal 1, bahwasanya perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga atau rumah tangga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan yang Maha Esa.

Mereka yang akan menikah harus siap dengan segala dampak baik maupun buruk yang terjadi di masa depan. Memutuskan untuk menikah itu berarti siap menerima kehadiran orang lain yang menetap dalam kehidupan pribadi. Kesiapan menikah menurut Duvall dan Miller dalam (Sari dan Sunarti, 2013) adalah keadaan siap atau bersedia menjalin hubungan dengan pasangan, siap menerima tanggung jawab sebagai suami atau istri, siap terlibat dalam hubungan seksual, siap mengatur keluarga, dan siap mengasuh serta membesarkan anak-anak. Adanya saling pengertian sebelum mereka memasuki pernikahan, keharmonisan budaya, kemiripan status ekonomi, perilaku dan kepribadian masing-masing turut berpengaruh terhadap berbagai nilai, minat, tujuan hidup dan koordinasi antar keluarga. Selain saling mempengaruhi satu sama lain, membentuk kualitas manajemen keluarga dan faktor-faktor kebahagiaan dalam keluarga, nuansa kesedihan yang ada, masalah-masalah kehidupan, berbagai stresor termasuk stres mental. Kepuasan menikah dapat digunakan sebagai indikator penentu kebahagiaan pasangan, dan dapat dipakai sebagai pengukur kualitas hidup pernikahan seseorang (Kurniawan, 2016) .

Tentunya akan ada perbedaan yang signifikan dalam pernikahan sebelum dan sesudah menikah. Perbedaan sebelum dan sesudah menikah terlihat jelas baik pada hal yang kecil maupun yang besar. Ada banyak perbedaan antara pernikahan dan saat masih bersama dan belum berstatus. Salah satu yang membedakannya adalah dinamika psikologis individu tersebut. Beberapa ahli menjelaskan dinamika psikologis sebagai hubungan antara aspek psikologis yang berbeda dalam menjelaskan fenomena atau konteks tertentu. Dinamika psikologis adalah suatu tenaga kekuatan yang ada pada manusia yang mempengaruhi mental atau psikisnya untuk mengalami perkembangan dan perubahan dalam perilaku, pikiran, perasaan dan tindakan sehari-hari (Walgito, 2010). Di Sumatera Selatan khususnya di kota Palembang perkawinan merupakan hal yang biasa dilakukan oleh masyarakat, namun disini penulis tertarik untuk menyelidiki dinamika psikologis individu yang sudah menikah, penulis ingin melihat perbedaan dinamika psikologis individu sebelum dan setelah mereka menikah, penulis tertarik untuk melakukan kajian pernikahan yang lebih mendalam untuk mengetahui bagaimana dinamika psikologis orang yang menikah berkembang.

A. Pengertian Pernikahan

Ada banyak definisi perkawinan yang berbeda-beda, sebaiknya kita mengambil dari definisi yang sesuai dengan UU Pernikahan yang berlaku. Namun definisi pernikahan lain yang sudah ada juga dapat ditambahkan untuk memperluas perspektif calon suami dan calon istri, dengan mengutip tiga penulis yang berbeda, yaitu:

- 1 Duvall dan Miller menjelaskan bahwa pernikahan adalah hubungan antara seorang pria dan seorang wanita yang diakui secara sosial, menawarkan hubungan seksual dan pengasuhan anak yang sah, serta memberikan pembagian kerja yang jelas bagi kedua belah pihak, baik suami maupun istri (Kristanti & Soetjiningsih, 2017).

- 2 Menurut Seccombe dan Warner, pernikahan adalah ikatan antara dua pasangan berdasarkan minat dan hasrat pribadi.
- 3 Menurut Olson dan deFrain, Pernikahan adalah komitmen emosional dan hukum dari dua orang untuk membagi kedekatan emosional dan fisik, berbagi berbagai tanggung jawab dan sumber daya keuangan. (Veronika & Afdal, 2021)

Dalam tinjauan psikologi, pernikahan merupakan tugas perkembangan seseorang yang memasuki tahap dewasa atau perkembangan sosio-emosional pada masa dewasa awal, seperti yang diungkapkan oleh Santrock (2014), kehidupan pernikahan adalah masuknya individu ke dalam lima tahap siklus kehidupan keluarga, yaitu persiapan meninggalkan rumah sebagai individu yang mandiri dan bertanggung jawab secara emosional dan finansial. Sayangnya, tidak semua pasangan siap untuk mengambil tanggung jawab saat menikah dan memulai sebuah keluarga. Banyak perubahan kondisi pernikahan terjadi setelah lima tahun atau lebih menikah. Hal ini menunjukkan bahwa dalam kehidupan berumah tangga, pasangan mengalami goncangan dan berbagai masalah setelah lima tahun. Penelitian Doss dkk. (2009) menemukan bahwa 36% dari 213 pasangan mengalami masa-masa sulit dan mencari solusi dalam buku tentang hubungan pria-wanita, 41 pasangan berpartisipasi dalam lokakarya, dan 49 pasangan membaca buku perbaikan hubungan. Menurut Carter & McGoldrick (dalam Santrock, 1995) ada enam tahapan dalam siklus hidup keluarga, yaitu (Saidiyah dkk., 2016):

1. Meninggalkan rumah,
2. Penggabungan keluarga melalui pernikahan (pasangan baru),
3. Menjadi orangtua dan keluarga dengan anak,
4. Keluarga dengan anak remaja,
5. Keluarga pada kehidupan usia tengah baya,
6. Keluarga pada kehidupan usia lanjut.

Tahapan ini merupakan perubahan individu dan pasangan yang membutuhkan proses untuk berkembang secara berkelanjutan. Memasuki usia dewasa, masa transisi harus dibangun, yaitu komitmen terhadap sistem baru dan penyesuaian terhadap pernikahan, termasuk pembagian tanggung jawab dan komunikasi yang sehat dengan pasangan.

B. Motif pernikahan

Awalnya persoalan pernikahan merupakan masalah bersama, keputusan antar keluarga, namun kemudian terjadi pergeseran dimana pernikahan adalah bagian dari HAM, sebuah keputusan individu. Menurut Turner dan Helms, ada dua faktor yang memotivasi seseorang untuk menikah, yaitu: 1. Faktor-faktor yang pendorong pernikahan adalah cinta, konformitas, legitimasi seks dan anak; 2. Faktor penarik, hal yang menjadi faktor penarik pernikahan adalah persahabatan, berbagi rasa dan komunikasi dan terpuaskan kebutuhan tertentu manusia, yaitu kebutuhan fisiologis, kebutuhan material, kebutuhan psikis, kebutuhan sosial, kebutuhan religius.

Tahapan Pernikahan Dawn J. Liphthrott, LCSW, seorang psikoterapis yang juga pendidik dan pelatih pernikahan dan hubungan, mengatakan ada lima tahap perkembangan dalam kehidupan pernikahan. Hubungan pernikahan dapat berkembang dalam fase yang dapat diprediksi. Namun, perubahan dari satu level ke level berikutnya tidak terjadi secara mencolok dan tidak ada batasan waktu yang pasti. Bisa jadi ada perbedaan waktu antara pria dan wanita ketika mereka bertemu dan melewati tahapannya.

Tahap pertama; *Romantic Love*. Saat ini Anda dan pasangan sedang merasakan cinta yang menggebu-gebu. Ini terjadi selama bulan madu. Pada fase ini, Anda dan pasangan selalu berlatih bersama dalam situasi romantis dan penuh cinta. Tahap kedua; *Dissapointment or Distress*, masih menurut Dawn (Aini & Afdal, 2020), pada tahap ini pasangan sering saling menyalahkan, merasa marah dan kecewa dengan pasangannya, berusaha untuk menang atau lebih benar dari pasangannya. Menurut Dawn, tahap ini bisa menempatkan pasangan suami-istri dalam situasi tak tertahankan dalam hubungan mereka dengan pasangannya. Selama fase ini, banyak pasangan memutuskan untuk berpisah dari pasangannya. Tahap ketiga; (Aini & Afdal, 2020) *Knowledge and Awareness*. Dawn mengungkapkan, pasangan suami istri yang mencapai tahap ini lebih memahami posisi pasangannya dan diri mereka sendiri. Menurut Dawn, pasangan yang telah mencapai tahap ini juga lebih cenderung meminta nasihat pasangan yang lebih tua tentang kebahagiaan rumah tangga atau menghadiri seminar dan konseling pernikahan. Tahap keempat: *Transformation*, suami dan istri berusaha berperilaku yang menyenangkan hati pasangannya. Anda akan menjadi pasangan yang tepat untuk pasangan Anda. Pada titik ini, Anda dan pasangan telah mengembangkan pemahaman penuh tentang cara menanggapi perbedaan yang muncul dan pasangan akan menunjukkan rasa saling menghormati, empati, dan ketulusan untuk memiliki kehidupan pernikahan yang nyaman dan damai. Tahapan kelima: *Real Love*. "Kalian berdua akan kembali dengan penuh keceriaan, keromantisan, keintiman, kebahagiaan dan kebersamaan dengan pasangan," ujar Dawn. Cinta sejati mungkin bagi Anda dan pasangan jika Anda berdua memiliki kemauan untuk mewujudkannya.

C. Dinamika Psikologis

Penelitian ini menggunakan teori dinamika psikologis yang dikemukakan oleh Alfred Adler. Dia mengatakan bahwa orang memulai hidup dengan kelemahan fisik yang memicu perasaan rendah diri, perasaan yang mendorong orang untuk berjuang untuk superiorita atau kesuksesan. Dinamika psikologis didefinisikan dalam penelitian ini sebagai sistem psikologis yang berfokus pada peninjauan hubungan sebab akibat hingga muncul pola perilaku tertentu. Dalam proses menuju kesuksesan terdapat tiga aspek yang saling berkaitan yaitu emosi, kognisi dan perilaku yang menjadi motor penggerak yang memotivasi seseorang untuk mengembangkan dan merubah perilakunya dalam kehidupan sehari-hari. Aspek dinamika kejiwaan Walgito (1989) mengatakan ada tiga aspek kejiwaan yang mempengaruhi perilaku manusia dalam kehidupan sehari-harinya, yaitu aspek afeksi (aspek emosional), aspek kognitif (aspek perseptual), aspek behavior (aspek perilaku atau komponen tindakan), jika ketiga hal tersebut, Aspek afektif, aspek kognitif dan behavior berjalan selaras dan serasi maka kehidupan psikis seseorang mengalir dengan lancar. Namun, ternyata masih banyak konflik lainnya, termasuk konflik yang melibatkan pikiran, perasaan, dan kehendak yang terkadang saling bertentangan.

D. Indikator psikologis

Indikator Dinamika Psikologis Bloom dalam (Kartono 1996), pada gilirannya, menggambarkan tiga aspek dinamika psikologis seseorang dalam setiap indikator penjas dengan penjelasannya.

1) Afeksi (aspek emosional)

Afeksi adalah komponen dari domain psikologis yang berkaitan dengan perasaan, emosi, dan afeksi yang dialami oleh seseorang.

- a. Penerimaan dan Respon, bahwa penerimaan merupakan tahap pertama dalam memperhatikan dan menanggapi stimulus yang tepat. Selain itu, minat terhadap stimulus mengikuti. Dengan kata lain, dinamika psikologis dimulai dengan penerimaan dan pemberian respons sebagai interaksi antara individu dan lingkungan.
- b. Penilaian atau penentuan sikap dan Organisasi atau perencanaan, penilaian akan mengikatkan kita pada sebuah stimulus, diharapkan ada reaksi seperti menerima, menolak, atau tidak memperhatikan stimulus. Sedangkan, kombinasi antara nilai dan sikap yang berbeda dan lebih konsisten atau tetap yang menimbulkan konflik internal dalam diri manusia juga membentuk suatu sistem nilai dan tergambar dalam tingkah laku yang nampak.
- c. Karakterisasi atau pembentukan pola hidup, mengungkapkan karakter yang ingin ditampilkan seseorang bertujuan dalam pengkategorian antara hubungan pribadi, sosial dan emosi jiwa.

2.) Kognitif (aspek perseptual)

Ranah kognitif memiliki beberapa tingkatan, yakni pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis dan evaluasi.

- a. Pengetahuan dan Pemahaman, pengetahuan mengacu pada kemampuan persepsi dan memori seseorang. Sedangkan pemahaman adalah mengarah kepada kemampuan memahami makna materi.
- b. Penerapan dan Analisis, kemampuan menggunakan atau menerapkan materi yang sudah dipelajari pada suatu kondisi yang baru dan menggunakan aturan dan prinsip. Sedangkan analisis adalah kemampuan menjabarkan materi ke dalam bagian-bagian kecil atau faktor penyebab dan bisa memahami hubungan antara bagian satu dengan yang lain.
- c. Sintesis dan Evaluasi Masalah, bahwa sintesa masalah adalah berpikir kreatif, memasukkan konsep-konsep baru ke dalam suatu masalah, dan menciptakan model struktural baru untuk masalah yang dihadapi. Kemampuan untuk membuat penilaian terhadap masalah yang sudah dikerjakan kurang lebih dapat digunakan untuk tujuan tertentu.

3) Perilaku atau tingkah laku

Perilaku adalah serangkaian tindakan yang dibuat oleh individu, organisme, sistem, atau entitas buatan dalam hubungannya dengan dirinya sendiri atau lingkungannya, yang mencakup sistem atau organisme lain di sekitarnya serta lingkungan fisik.

- a. Peniruan dan Manipulasi, bahwa peniruan adalah pengamatan perilaku terhadap suatu masalah dan diterapkan pada masalah individu; bentuknya belum spesifik dan tidak lengkap.
- b. Respon terpimpin, bahwa respon terpimpin adalah pengembangan dari kemampuan mengikuti pengarahan, penampilan dan gerakan yang dipilih untuk ditampilkan. Awal dari proses mempelajari gerakan kompleks. Hal yang mau dan akan diperlihatkan yang sudah melalui banyak pertimbangan sebelumnya.
- c. Adaptasi, adaptasi adalah tahap modifikasi dan penyesuaian ketrampilan sampai dapat berkembang dalam situasi yang berbeda. Adaptasi yang dimaksudkan adalah bertahan dari segala tekanan dan mengambil celah juga mengendalikan kegiatan yang dilakukan dari anak tunggal yang terlalu ditekan akan harapan-harapan orangtua, menjadi pribadi yang punya mimpi dan cara mewujudkan mimpi itu.
- d. Penciptaan, bahwa penciptaan menciptakan berbagai modifikasi dan pola gerak baru sesuai dengan tuntutan situasi.

E. Faktor-faktor yang mempengaruhi dinamika psikologis

Menurut (Yusuf dan Nurihsan 2003), ada dua faktor yang mempengaruhi perkembangan dinamika psikologis yang membentuk kepribadian, yaitu:

- 1) Faktor genetik (pembawaan) semasa dalam kandungan dianggap sebagai momen kritis dalam perkembangan kepribadian. Ini bukan hanya tentang pola kepribadian, tetapi juga tentang periode keterampilan yang menentukan bagaimana seseorang beradaptasi setelah lahir.
- 2) Faktor lingkungan, dibagi lagi menjadi 3 bagian, yaitu;
 - a. Keluarga dianggap sebagai faktor utama dalam pembentukan aspek dinamika psikologis. Dipercaya bahwa keluarga juga mampu memenuhi kebutuhan manusiawi, terutama perkembangan kepribadian dan perkembangan ras manusia.
 - b. Faktor Budaya. Budaya secara tidak langsung mempengaruhi ciri-ciri kepribadian seseorang, misalnya. Cara berpikir, bertindak dan berperilaku. Dan semua ini tercermin dalam gaya hidup individu tersebut.
 - c. Lingkungan belajar. Berkaitan dengan penerimaan individu dalam lingkungan sosial. Di sana ia dan teman-temannya mengembangkan kepribadian baru dan terus berkembang.

Ketiga aspek tersebut saling terkait satu sama lain. Menurut Adler, ada aspek konasi, kognitif, dan aspek behavior yang saling terkait satu sama lain. Teori ini digunakan dalam penelitian ini untuk melihat bagaimana ketiga proses tersebut bekerja dalam dinamika psikologis seorang individu yang telah menikah. Meskipun banyak faktor yang mempengaruhi dinamika psikologis

individu, namun pada akhirnya bermuara pada masing-masing individu. Karena memperjuangkan apa yang diinginkan dan menjadi sejahtera adalah hak setiap orang. Pernikahan adalah pintu utama bagi pasangan untuk menyesuaikan diri dan memahami satu sama lain. Perbedaan latar belakang, usia, tingkat pendidikan menjadi tidak berarti jika penerimaan pada masuknya siklus kehidupan berkeluarga di terima dan di pahami dengan baik (Saidiyah dkk., 2016).

Metode

Subjek penelitian berjumlah satu orang berinisial F, seorang laki-laki berusia 40 tahun. Subjek merupakan seorang kepala rumah tangga dengan 3 orang anak yang berdomisili dikota Palembang. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus, karena pendekatan studi kasus memungkinkan peneliti untuk mempelajari fenomena secara mendalam dan kontekstual Metode ini digunakan karena peneliti ingin mengkaji mengenai dinamika psikologis pada individu yang sudah menikah. Metode pengambilan data dilakukan dengan wawancara dan observasi. Sumber data yang digunakan adalah sumber data primer yang berasal langsung dari narasumber dan sumber data sekunder didapatkan dari hasil dokumentasi. Adapun beberapa karakteristik subjek dalam penelitian adalah sebagai berikut: a) pria dewasa, b) sudah menikah, c) usia pernikahan di atas 5 tahun, d) memiliki anak. Dalam menganalisis data, peneliti akan melakukan analisis data di lapangan. Salah satu analisis data di lapangan yang akan dipakai yaitu analisis data dari Miles and Huberman, yang telah dikutip oleh Sugiyono (2011). Berupa (1) reduksi data (data reduction); (2) paparan data (data display); dan (3) penarikan kesimpulan dan verifikasi (conclusion drawing/verifying).

Hasil

Berdasarkan wawancara dan keterangan yang telah didapat dari subjek penelitian maka diperoleh sebuah informasi bahwasannya keadaan dinamika psikologis individu yang sudah menikah mengalami banyak perubahan saat sebelum menikah dan sesudah menikah terutama pada tingkat stress yang dirasakan pada individu tersebut. Diakibatkan saat sudah menikah individu dihadapkan dengan realita nyata meliputi : faktor keluarga, faktor ekonomi, faktor komunikasi dan juga faktor lingkungan sekitar tempat tinggal. Dari segi faktor keluarga adalah keikut campuran orang tua terhadap hubungan keduanya pada awal pernikahan, kehamilan yang belum diinginkan dan kelahiran anak pertama yang terlalu cepat dan juga hadirnya masa lalu atau pihak ketiga dari keduanya, sebagaimana hasil wawancara kami bersama pak F ujarnya:

“Diawal-awal nikah dulu, memang agak susah jugo, apolagi dulu kan belum ado rumah dewek jadi masih ngikut keluarga, nah biasony galak bekonflik dengan bini itu kito selesaike beduo bae, jangan ngajak atau dengerin dari kiri-kanan, yo cak wongtuo, adik-adik, keluarga yang lain. Kareno kito kalo ngadu atau ngomong masalah rumah tanggo ini, malah disuruhnyo untuk pisah, idak nyelesaikan masalahny malah disuruhnyo kito pisah”

Dari segi faktor ekonomi seperti pekerjaan yang tidak tetap dan penghasilan yang tidak sesuai kerap kali membuat perselisihan dalam rumah tangga. Banyaknya pengeluaran daripada pemasukan seperti uang pendidikan anak, keperluan sekolah, kebutuhan dapur, listrik dan juga air

serta tidak adanya keterbukaan dan perencanaan keuangan bersama oleh kedua belah pihak menjadi faktor inti terhadap perselisihan yang kerap terjadi. Dari segi faktor komunikasi yaitu kurangnya pemahaman antara satu sama lain, kurangnya keterbukaan, perbedaan pendapat, dan ketidakmampuan dalam mengungkapkan apa yang sedang dirasakan. Dan dari segi lingkungan sekitar yaitu seperti kehadiran para tetangga yang toxic, tidak supportif, dan suka memprovokasi juga tidak jarang menjadi sebab terjadinya perselisihan dalam rumah tangga.

Disamping itu tidak terpenuhinya tanggung jawab secara psikologis seperti menjaga dan melindungi istri dan anak dari pihak-pihak seperti mertua, ipar, tetangga juga teman-teman, dan ditambah dengan tidak seimbangannya peran dalam hal pembagian terkait tugas-tugas dalam rumah tangga mengakibatkan kondisi rumah tangga yang kurang harmonis dan individu pun merasa menjalani kehidupan pernikahan yang tidak bahagia, begitu juga dengan anak-anaknya yang merasa semua kebutuhannya tidak dapat terpenuhi. Selain itu juga terdapat perbedaan pendapat antara orang tua dengan anak bahkan bisa menjadikan hal tersebut sebagai awal mula kekerasan dalam rumah tangga dan akhirnya dapat memicu masalah baru seperti adanya sebuah kata dan kesepakatan untuk berpisah atau perceraian dalam rumah tangga tersebut. Problematika yang dihadapi suami istri harus dihadapi dengan bijak, dengan tidak mengedepankan ego masing-masing. Setiap rumah tangga mempunyai problem tersendiri begitu juga dengan jalan penyelesaian yang mereka pilih. Setiap keluarga mempunyai keunikannya sendiri, Tidak ada satupun rumah tangga yang tidak pernah ada pertengkaran (meski kecil) (Hermanto & Saleh, 2022).

Diskusi

Pernikahan merupakan bagian dari kehidupan. Dalam kehidupan berkeluarga tentu memiliki permasalahan yang terjadi saat menikah. Perselisihan, pertentangan dan konflik dalam suatu rumah tangga merupakan sesuatu yang terkadang tidak bisa dihindari, tetapi harus dihadapi. Hal tersebut terjadi dikarenakan dalam suatu perkawinan terdapat penyatuan dua pribadi yang unik dengan membawa sistem keyakinan masing-masing berdasar latar belakang budaya serta pengalaman yang berbeda-beda. Pasti ada permasalahan yang terjadi yang terjadi dalam kehidupan mereka karena dilihat dari segi kematangan psikologi yang belum siap.

Adapun faktor yang menyebabkan terjadinya permasalahan pada pernikahan dalam rumah tangga yaitu dari segi faktor keluarga, faktor ekonomi, faktor komunikasi, faktor lingkungan.

1. Faktor keluarga

Dari segi faktor keluarga yaitu terdapat ke ikut campuran Orang tua terhadap hubungan keduanya pada awal pernikahan dan kehamilan yang belum diinginkan dan kelahiran anak pertama yang terlalu cepat dan juga hadirnya masa lalu ataupun pihak ketiga dari keduanya. Yang mana hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari (Mukarromah, 2020) dalam praktiknya sekarang ini banyak pasangan suami istri yang tinggal dengan orang tuannya. Sehingga dapat membuka celah orang tua campur tangan terhadap urusan rumah tangga anaknya yang kadang melahirkan konflik antara anak dan menantu. Orang tua yang terlalu ikut campur dalam keluarga anak akibatnya bukan

menyelamatkan Masalah, tetapi akan memperburuk keadaan sehingga terjadi kesalahpahaman yang berakibat fatal yakni perceraian.

2. Faktor komunikasi

Dari segi faktor komunikasi yaitu terdapat masalah komunikasi dalam rumah tangga, Bahkan konflik bisa timbul dari hal-hal kecil yang jarang disadari. Masalah komunikasi ini apabila tak segera diselesaikan akan menimbulkan keretakan hubungan. Yang mana sejalan dengan hasil penelitian menurut Bimo (Yeni, 2013) menyebutkan bahwa komunikasi antara suami istri harus saling terbuka dan berlangsung dua arah. Dengan komunikasi terbuka tersebut maka akan terbinanya saling pengertian sehingga terhindar dari konflik. Komunikasi terbuka juga dapat membantu suami istri untuk mengenali kelemahan dan kekuatan dari pasangan sehingga dapat menetapkan tujuan sesuai dengan kemampuan. Saat sebuah hubungan dibangun maka dengan komunikasilah akan muncul sebuah keintiman. Semua hubungan apapun itu tergantung kepada bagaimana gaya berkomunikasi, cara berkomunikasi, dan keterampilan mengembangkan keduanya. Kemampuan dan kemauan pasangan untuk berkomunikasi dapat menciptakan hubungan yang sehat dan bahagia diantara pasangan. Pasangan, terutama yang dikategorikan sebagai pasangan yang tidak bahagia selalu mengeluh bahwa, "Kami tidak melakukan komunikasi". Padahal hal itu sangatlah tidak mungkin. Tetapi faktanya komunikasi yang dilakukan dengan berbagai cara, seperti saling berbicara, kontak fisik, dan memberikan senyum, sering absen dalam hubungan pernikahan (Yeni, 2013).

3. Faktor ekonomi

Dari segi faktor Ekonomi juga sering terjadi timbulnya konflik permasalahan dalam berkeluarga. Salah satu faktor yang sering menjadi penyebab keluarga tidak harmonis adalah faktor ekonomi. Setelah hidup berumah tangga, tentunya kebutuhan dapat menjadi berkali-kali lipatnya. Pemenuhan kebutuhan yang begitu banyak tentunya membutuhkan kondisi ekonomi yang lancar. Namun, seringkali terjadi masalah ekonomi yang kemudian menjadi penyebab ketidakharmonisan di dalam rumah tangga dan keluarga. Kondisi ekonomi yang kekurangan tentunya memicu pertengkaran jika tidak adanya rasa lapang dada dan bersyukur dalam diri suami dan istri serta anak-anaknya hal ini dapat mengarah pada perceraian. Berdasarkan hasil Survei Pengadilan Agama Purwodadi, faktor ekonomi menjadi alasan paling banyak terjadinya perceraian dalam rumah tangga. Dalam hal ini perceraian karena alasan keuangan berkaitan dengan masalah mengurus keluarga, dimana ada suami yang tidak mencukupi kebutuhan keluarganya dan tidak bekerja keras untuk menunaikan tugasnya, dan ada juga suami yang tidak bertanggung jawab. untuk kebutuhan keluarga mereka. Ia sebenarnya penanggung jawab dan masih berusaha menghidupi dirinya sendiri, namun gaya hidup istrinya yang boros sehingga menuntut nafkah yang tidak bisa dibiayai suaminya kemudian mengajukan gugatan cerai (Suhaimi & Rozihan, 2020). Ekonomi berdampak bagi psikologis individu yaitu tertekan dan dapat mendatangkan stress.

4. Faktor lingkungan

Dari segi lingkungan juga sering terjadi timbulnya konflik pernikahan dalam rumah tangga dan mengganggu psikologis individu. (Jensen dkk., 2019) Paparan kebisingan dianggap sebagai stressor yang berpotensi menimbulkan efek kesehatan negatif di antara individu yang terpapar. Berdasarkan populasi, respon yang paling umum dan langsung terhadap kebisingan adalah gangguan, yang merupakan fenomena yang dialami secara individual yang dapat mengaktifkan respon stres fisiologis dan mengakibatkan gejala fisik dan mental. Adapun dampak dari permasalahannya dapat menimbulkan konflik perseteruan didalam rumah, contohnya saat sang suami pulang dari bekerja dalam keadaan lelah, ia mendengar kebisingan diluar rumah ditambah dengan omongan buruk dari tetangga yang didengar, hal ini bisa menyebabkan perselisihan hingga kondisi rumah yang tidak harmonis apabila hal ini terus berlanjut maka akan mendatang stress berkepanjangan.

Jadi untuk menghadapi permasalahan yang dialami dalam rumah tangga ditinjau dari segi lingkungan ialah, mengadakan mediasi dengan tetangga sekitar agar mendapatkan win-win solusi. Sebaiknya suami, istri dan anak-anak saling memahami dan tidak mudah emosi ketika ada keributan di dekatnya, apalagi menanggapi tetangga yang kasar dan sering membicarakan orang tersebut dengan tindakan yang cerdas. Berpikirlah sebelum Anda bertindak.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa keadaan dinamika psikologis individu yang sudah menikah mengalami banyak perubahan saat sebelum menikah dan sesudah menikah terutama pada tingkat stress yang dirasakan pada individu tersebut. Diakibatkan saat sudah menikah individu dihadapkan dengan realita nyata meliputi; (1) faktor keluarga, campur tangan orangtua terhadap urusan rumah tangga anaknya dapat melahirkan konflik antara anak dan menantu. Orang tua yang terlalu ikut campur dalam keluarga anak dapat memperburuk keadaan sehingga terjadi kesalahpahaman yang berakibat fatal yakni perceraian; (2) faktor ekonomi, pekerjaan yang tidak tetap dan penghasilan yang tidak sesuai kerap kali membuat perselisihan dalam rumah tangga. Banyaknya pengeluaran daripada pemasukan serta tidak adanya keterbukaan dan perencanaan keuangan bersama oleh kedua belah pihak menjadi faktor inti terhadap perselisihan yang kerap terjadi; (3) faktor komunikasi, komunikasi antara suami istri harus saling terbuka dan berlangsung dua arah. Dengan komunikasi terbuka tersebut maka akan terbinanya saling pengertian sehingga terhindar dari konflik; (4) faktor lingkungan, dari segi lingkungan sekitar yaitu seperti kehadiran para tetangga yang toxic, tidak supportif, dan suka memprovokasi juga tidak jarang menjadi sebab terjadinya perselisihan dalam rumah tangga. Problematika yang dihadapi suami istri harus dihadapi dengan bijak, dengan tidak mengedepankan ego masing-masing. Setiap rumah tangga mempunyai problem tersendiri begitu juga dengan jalan penyelesaian yang mereka pilih.

Referensi

- Alfaruqy, M. Z., Putri, F. K., & Soediby, S. I. (2021). Dinamika Psikologis Menikah pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 6(2). <https://doi.org/10.26858/talenta.v6i2.19695>
- Atabik, A., & Mudhiyah, K. (2014). PERNIKAHAN DAN HIKMAHNYA PERSPEKTIF HUKUM ISLAM. *Jurnal YUDISIA*, 5(2), 286–316.
- Bimo Walgito. 2010. Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta: Penerbit Andi Yogyakarta.
- Hermanto, & Saleh, M. (2022). View of Dinamika Pasangan Suami Istri dalam Menjaga Keutuhan Keluarga (Studi Kasus Keluarga Perantau Desa LambottoKecamatan Cenrana Kabupaten Bone. *Jurnal Macora*, 1(2), 7–20. <https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/macora/article/view/31556/15608>
- Jensen, H. A. R., Rasmussen, B., & Ekholm, O. (2019). Neighbour noise annoyance is associated with various mental and physical health symptoms: results from a nationwide study among individuals living in multi-storey housing. *BMC Public Health*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7893-8>
- Kartini Kartono. 1996. *Psikologi Umum*. Bandung: Mandar Maju.
- Kristanti, P., & Soetjningsih, C. H. (2017). KEPUASAN PERKAWINAN PADA PASANGAN YANG BELUM MEMILIKI ANAK. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 9(2), 72–81. <https://doi.org/10.15294/INTUISI.V9I2.11606>
- Lely Setyawati Kurniawan. (2016). HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL.
- Rike, W., & Mukarromah, U. (2020). Pengaruh dan Dampak Intervensi Orang Tua Terhadap Rumah Tangga Anak Perspektif Hukum Islam di Desa Mayang Jember. *Rechtenstudent Journal*, 1(1), 44–54.
- Saidiyah, S., Julianto, V., Marsda, J., & Yogyakarta, A. (2016). PROBLEM PERNIKAHAN DAN STRATEGI PENYELESAIANNYA: STUDI KASUS PADA PASANGAN SUAMI ISTRI DENGAN USIA PERKAWINAN DI BAWAH SEPULUH TAHUN. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(2)
- Sari, F., & Sunarti, E. (2013). KESIAPAN MENIKAH PADA DEWASA MUDA DAN PENGARUHNYA TERHADAP USIA MENIKAH. *Jurnal Ilm. Kel. & Kons*, 6(3), 143–153.
- Suhaimi, M., & Rozihan. (2020). FAKTOR EKONOMI PENYEBAB CERAI GUGAT (Studi Kasus di Pengadilan Agama Purwodadi Tahun 2018). *Prosiding KONFERENSI ILMIAH MAHASISWA UNISSULA (KIMU) 3 Universitas Islam Sultan Agung*, 29–44.
- Veronika, A., & Afdal, A. (2021). Analisis kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri yang bekerja. *Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 7(18), 81–85. <https://jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/download/1150/826>
- Yeni, F. (2013). DINAMIKA KOMUNIKASI ANTAR PASANGAN. *NERS JURNAL KEPERAWATAN*, 9(2), 103–109.
- Yusuf dan Nurihsan. 2003. *Teori Kepribadian*. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya.