

**PSIKOLOGI PEREMPUAN MUDA PASCA PERCERAIAN**

**(Studi di Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi)**

**SKRIPSI**

**Oleh :**

Salsabila Herlany

NIM 18210142



**PROGRAM STUDI HUKUM KELUARGA ISLAM**

**FAKULTAS SYARIAH**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2022**

**PSIKOLOGI PEREMPUAN MUDA PASCA PERCERAIAN**

**(Studi di Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi)**

**SKRIPSI**

**Oleh :**

Salsabila Herlany

NIM 18210142



PROGRAM STUDI HUKUM KELUARGA ISLAM

FAKULTAS SYARIAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2022

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Demi Allah,

Dengan kesadaran dan rasa tanggung jawab terhadap pengembangan keilmuan,

Penulis menyatakan bahwa skripsi dengan judul:

### **PSIKOLOGI PEREMPUAN MUDA PASCA PERCERAIAN**

**(Studi di Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi)**

Benar-benar merupakan skripsi yang disusun sendiri berdasarkan kaidah penulisan karya ilmiah yang dapat dipertanggungjawabkan. Jika dikemudian hari laporan penelitian skripsi ini merupakan hasil plagiasi karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, maka skripsi sebagai prasyarat mendapat predikat gelar sarjana dinyatakan batal demi hukum.

Malang, 4 Februari 2022

A 1000 Rupiah Indonesian postage stamp is shown with a handwritten signature in black ink over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'SEPULUH RIBU RUPIAH', '1000', 'TR. IN METEORIT', and '265EAAJX6692335/5'.

Penulis,  
Salsabila Herlany  
NIM 18210142

## HALAMAN PERSETUJUAN

Setelah membaca dan mengoreksi skripsi saudara **Salsabila Herlany, NIM 18210142** Program Studi Hukum Keluarga Islam Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan judul :

### **PSIKOLOGI PEREMPUAN MUDA PASCA PERCERAIAN (Studi di Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi)**

Maka pembimbing menyatakan bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat-syarat ilmiah untuk diajukan dan diuji oleh Majelis Dewan Penguji.

Mengetahui,

Malang, 4 Februari 2022

Ketua Program Studi

Hukum Keluarga Islam

Dosen Pembimbing,



Erik Sabti Rahmawati, M.A., M.Ag  
NIP 197511082009012003



Dr. Ahmad Izzuddin, M.HI.  
NIP 197910122008011010

## **PENGESAHAN SKRIPSI**

Dewan Penguji Skripsi saudari Salsabila Herlany, NIM 18210142, mahasiswa Program Studi Hukum Keluarga Islam Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, dengan Judul:

### **PSIKOLOGI PEREMPUAN MUDA PASCA PERCERAIAN**

**(Studi di Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi)**

Telah dinyatakan lulus dengan nilai: A

Dengan Penguji :

1. Dr. Ahmad Izzuddin, M.HI  
NIP 197910122008011010

(  )  
Sekertaris

2. Ahsin Dinal Mustafa, M.H  
NIP 198902022019031007

(  )  
Ketua

3. Prof. Hj. Mufidah ch.,M.Ag  
NIP 196009101989032001

(  )  
Penguji Utama

## PENGESAHAN SKRIPSI

Dewan Penguji Skripsi saudara/i Salsabila Herlany, NIM 18210142, mahasiswa Program Studi Hukum Keluarga Islam Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan Judul:

### PSIKOLOGI PEREMPUAN MUDA PASCA PERCERAIAN

(Studi di Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi)

Telah dinyatakan lulus dengan nilai: A

Malang, 18 Maret 2022

*Scan Untuk Verifikasi*



Dekan,



Dr. Sudirman, M.A.  
NIP. 197708222005011003

## **MOTTO**

*"No one can go back in time and start over again. But, everyone can start today  
and make a new ending."*

" Tidak ada seorang pun yang bisa kembali ke masa lalu dan memulai awal yang baru lagi. Tapi, semua orang bisa memulai hari ini dan membuat akhir yang baru."

- Maria Robinson

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Psikologi Perempuan Muda Pasca Perceraian (Studi di Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi)”

Shalawat serta salam tetap tercurahkan kepada Rasulullah SAW, nabi akhir zaman yang diutus sebagai rahmat bagi segenap alam, nabi yang telah membawa kehidupan manusia dari zaman kegelapan hingga zaman terang-benderang seperti sekarang ini beserta keluarga, para sahabat serta pengikut beliau sampai akhir zaman.

Peneliti menyadari, bahwa dalam proses penulisan hingga sampai pada penyelesaian skripsi ini, bukan saja merupakan hasil jerih payah penulis sendiri, melainkan banya dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa syukur dan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya atas dorongan dari berbagai pihak dalam kelancaran penulisan skripsi ini. Dengan penuh hormat dan kerendahan hati, peneliti menyampaikan terimakasih yang mendalam kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Sudirman, MA, selaku Dekan Fakultas Syari'ah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Ibu Erik Sabti Rahmawati, M.A, selaku Ketua Program Studi Hukum Keluarga Islam Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

4. Ibu Faridatus Suhadak, M.HI, selaku dosen wali selama penulis belajar di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
5. Dr.Ahmad Izzuddin, M.HI, Selaku dosen Pembimbing yang telah sabar membimbing peneliti dalam penyelesaian skripsi.
6. Ibu Prof. Hj. Prof. Hj. Mufidah ch.,M.Ag dan Bpk. Ahsin Dinal Mustafa, M.H selaku dosen penguji yang memberikan kritik dan masukan untuk skripsi ini.
7. Segenap Dosen Fakultas Syari'ah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang memberikan ilmu, mendidik dengan penuh kesabaran dan keikhlasan.
8. Pihak Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi, khususnya Bpk. Lucky Aziz Hakim, S.HI, M.H dan Bpk, Drs, Chairul Anwar, M.H, serta para informan yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membantu proses penyelesaian skripsi ini.
9. Kepada kedua orang tua peneliti, Suherlianang dan Henny Christiani yang selalu mendukung dan mendoakan untuk kelancaran skripsi ini. Kepada Saudara (i) peneliti, Sabrina Herlian, M. Azhril Herliansyah, M. Najwan Rahlil Herliansyah yang telah memberikan dukungan dan bantuan untuk menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
10. Teman-teman seperjuangan saya selama mengenyam Pendidikan di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, khususnya teman-teman HKI angkatan 2018.

11. Serta semua pihak yang telah mendukung peneliti menyelesaikan skripsi ini, yang tidak bisa disebut satu-persatu.

Akhirnya, penulis Memohon kepada Allah SWT atas kebaiakan dan keikhlasan mereka, semoga dijadikan amal ibadah dan dibalasan dengan balasan yang sebaik baiknya. Semoga dengan penulisan skripsi ini, penulis memperoleh ilmu yang bermanfaat selama menimba ilmu di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Malang, 4 Februari 2022

Penulis,

Salsabila Herlany  
NIM 18210142

## PEDOMAN LITERASI

### A. Umum

Transliterasi adalah pemindah alihan tulisan Arab ke dalam tulisan Indonesia (Latin), bukan terjemah bahasa Arab ke dalam bahasa Indonesia. Banyak pilihan dan ketentuan transliterasi yang dapat digunakan dalam penulisan karya ilmiah, baik yang standar internasional, nasional maupun ketentuan yang khusus digunakan penerbit tertentu. Transliterasi yang digunakan Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang menggunakan EYD plus, yaitu transliterasi yang didasarkan atas Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 22 Januari 1998, No. 159/1987 dan 0543.b/U/1987, sebagaimana tertera dalam buku Pedoman Transliterasi bahasa Arab (A Guide Arabic Transliteration), INIS Fellow 1992.

### B. Konsonan

|   |                      |   |                             |
|---|----------------------|---|-----------------------------|
| ا | = Tidak dilambangkan | ض | = dl                        |
| ب | = b                  | ط | = th                        |
| ت | = t                  | ظ | = dh                        |
| ث | = tsa                | ع | = ‘ (koma menghadap keatas) |
| ج | = j                  | غ | = gh                        |
| ح | = h                  | ف | = f                         |

|   |      |   |     |
|---|------|---|-----|
| خ | = kh | ق | = q |
| د | = d  | ك | = k |
| ذ | = dz | ل | = l |
| ر | = r  | م | = m |
| ز | = z  | ن | = n |
| س | = s  | و | = w |
| ش | = sy | ه | = h |
| ص | = sh | ي | = y |

Hamzah (ء) yang sering dilambangkan dengan alif, apabila terletak diawal kata maka dalam transliterasinya mengikuti vokalnya, tidak dilambangkan, namun apabila terletak di tengah atau akhir kata, maka dilambangkan dengan tanda koma di atas (´), berbalik dengan koma (˘) untuk pengganti lambing "ع" .

### C. Vokal, Panjang, dan Diftong

Setiap penulisan Bahasa Arab dalam bentuk tulisan latin vocal fathah ditulis dengan “a”, kasrah dengan “I”, dlommah dengan “u”, sedangkan panjang masing-masing ditulis dengan cara berikut :

Vokal (a) panjang = â misalnya قال menjadi qâla

Vokal (i) panjang = î misalnya قِيلَ menjadi qîla

Vokal (u) panjang = û misalnya دُونَ menjadi dûna

Khususnya untuk bacaan ya' nisbat, maka tidak boleh digantikan dengan "i", melainkan tetap ditulis dengan "iy" agar dapat menggambarkan ya' nisbat diakhirnya. Begitu juga untuk suara diftong, wasu dan ya' setelah fathah ditulis dengan "aw" dan "ay". Perhatikan contoh berikut :

Diftong (aw) = و misalnya قَوْلٌ menjadi qawlun

Diftong (ay) = يَ misalnya خَيْرٌ menjadi khayrun

#### D. Ta'marbutah (ة)

Ta'marbûthah (ة) ditransliterasikan dengan "t" jika berada di tengah kalimat, tetapi ta' marbûthah tersebut berada di akhir kalimat, maka ditransliterasikan dengan menggunakan "h" misalnya الرِّسَالَةُ لِلْمُدَرِّسَةِ menjadi *al-risala li-mudarrisah*, atau apabila berada di tengah-tengah kalimat yang terdiri dari susunan *mudlaf* dan *mudlaf ilayh*, maka ditransliterasikan dengan menggunakan "t" yang disambungkan dengan kalimat berikut, misalnya فِرْحَةٌ فِي رَحْمَةِ اللَّهِ menjadi *fi rahmatillâh*.

### E. Kata Sandang dan Lafdh al-Jalalah

Kata sandang berupa “al”(ال) dalam lafadh jalâlah yang berada di tengah-tengah kalimat yang disandarkan (idhafah) maka dihilangkan. Perhatikan contoh-contoh berikut :

1. Al-Imâm al-Bukhâriy mengatakan.....
2. *Masyâ`Allah kânâ wa mâlam yasyâ lam yakun*

### F. Hamzah

Hamzah ditransliterasikan dengan apostrof. Namun itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Bila terletak di awal kata, hamzah tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh : شيء - syai`un

أمرت - umirtu

النون -an-nau`un

تأخذون - ta`khudzûna

### G. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik *fi`il* (kata kerja), *isim* atau *huruf*, ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain, karena ada huruf Arab atau harakat yang dihilangkan, maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh : وإن الله هو خير الرازقين = wa innalillâha lahuwa khairar-râziqîn.

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti yang berlaku dalam Ejaan Yang Ditetapkan (EYD), diantaranya huruf kapital digunakan untuk menuliskan oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh : وما محمد إلا رسول = wa maâ Muhammadun illâ Rasûl

Penggunaan huruf kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan arabnya memang lengkap demikian dan jika penulisan itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, maka huruf kapital tidak dipergunakan.

Contoh : نصر من الله وفتح قريب = nas'run minallâhi wa fathun qarîb

## DAFTAR ISI

|  |     |
|--|-----|
| <b>HALAMAN SAMPUL</b>                                      |     |
| <b>HALAMAN JUDUL</b>                                       |     |
| <b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....                   | i   |
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....                           | ii  |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....                            | iii |
| <b>MOTTO</b> .....   | v   |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                                | vi  |
| <b>PEDOMAN TRANSLITERASI</b> .....                         | ix  |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                                    | xix |
| <b>Abstrak</b> .....                                       | xvi |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                                   |     |
| <b>A. Latar Belakang</b> .....                             | 1   |
| <b>B. Rumusan Masalah</b> .....                            | 6   |
| <b>C. Tujuan</b> .....                                     | 7   |
| <b>D. Manfaat Penelitian</b> .....                         | 7   |
| <b>E. Definisi Operasional</b> .....                       | 7   |
| <b>F. Sistematika Pembahasan</b> .....                     | 8   |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>                             |     |
| <b>A. Penelitian Terdahulu</b> .....                       | 11  |
| <b>B. Kerangka Teori</b> .....                             | 16  |
| 1. Perceraian, Dampak dan Implikasi Hukumnya .....         | 16  |
| a. Pengertian Perceraian .....                             | 16  |
| b. Perceraian di Indonesia .....                           | 17  |
| c. Faktor Perceraian .....                                 | 19  |
| d. Dampak Perceraian .....                                 | 23  |
| e. Upaya Islam Dalam Meminimalisir Dampak Perceraian ..... | 24  |
| 2. Kondisi Psikologi Wanita Pasca Perceraian .....         | 32  |
| a. Pengertian Psikologi .....                              | 32  |
| b. Psikologi Perempuan Muda (Masa Dewasa Awal) .....       | 33  |

|   |    |
|---|----|
| c. Dampak Perceraian pada Psikologi Perempuan .....               | 37 |
| d. Manajemen Stres .....  | 43 |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>                                  |    |
| <b>A. Jenis Penelitian</b> .....                                  | 46 |
| <b>B. Pendekatan Penelitian</b> .....                             | 46 |
| <b>C. Lokasi Penelitian</b> .....                                 | 47 |
| <b>D. Sumber Data</b> .....                                       | 47 |
| <b>E. Metode Pengumpulan Data</b> .....                           | 48 |
| <b>F. Metode Pengolahan Data</b> .....                            | 50 |
| <b>BAB IV PEMBAHASAN</b>  |    |
| <b>A. Gambaran Objek Penelitian</b> .....                         | 53 |
| <b>B. Penyajian Data</b> .....                                    | 56 |
| <b>C. Analisis Data</b> .....                                     | 73 |
| 1. Pengaruh Perceraian Terhadap Psikologi Perempuan Muda.....     | 73 |
| 2. Upaya Perempuan Muda Untuk Memperbaiki Kondisi Psikologinya .. | 81 |
| <b>BAB V PENUTUP</b>  |    |
| <b>A. Kesimpulan</b> .....  | 90 |
| <b>B. Saran</b> .....   | 91 |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b>   |    |
| <b>LAMPIRAN</b>   |    |
| <b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>                                       |    |

## ABSTRAK

Salsabila Herlany, 18210142, 2022. "Psikologi Perempuan Muda Pasca Perceraian (Studi di Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi)." Skripsi Jurusan Hukum Keluarga Islam, Fakultas Syari'ah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing : Dr. Ahmad Izzuddin, M.HI

---

Kata Kunci : Pasca Perceraian, Perempuan Muda, Psikologi

Pada zaman sekarang perceraian merupakan hal yang sudah biasa dijumpai dimasyarakat, begitu pula di daerah Kabupaten Ngawi, meningkatnya angka perceraian setiap tahunnya, tidak menutup kemungkinan adanya pasangan yang bercerai pada usia muda, khususnya pasangan usia dewasa awal. Perceraian lebih banyak menimbulkan dampak negatif daripada dampak positif terlebih pada pihak perempuan. Perempuan muda yang bercerai cenderung menikah pada usia remaja, dimana usia remaja adalah usia seseorang mencari jati diri dan mempunyai emosi yang tidak stabil sehingga membutuhkan bimbingan dari orang dewasa. Perempuan yang bercerai di usia muda memiliki potensi terkena dampak pada fisik dan psikologisnya. Untuk memperbaiki kondisi psikologisnya seorang harus bisa beradaptasi dengan kehidupan barunya pasca perceraian.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi psikologi perempuan muda masa dewasa awal pasca perceraian, serta mengetahui apa saja usaha yang dilakukan oleh perempuan tersebut untuk memperbaiki kondisi psikologinya agar ia bisa menjalani hidup dengan lebih baik. Oleh karena itu peneliti menggunakan metode penelitian empiris yaitu penelitian dengan menggunakan data-data lapangan seperti wawancara, dan observasi sebagai data utamanya. Adapun data yang digunakan peneliti berupa data perempuan muda usia dewasa awal yang mengalami perceraian yang didapat dari PA Kabupaten Ngawi yang dibatasi dari usia 21 tahun sampai 24 tahun.

Adapun dari hasil penelitian ini, peneliti mendapati bahwa semua perempuan muda yang pernah mengalami perceraian merasakan gangguan pada psikologinya, bahkan berpengaruh pada kesehatannya. Gangguan pada psikologi yang dirasakan oleh para informan diantaranya yaitu stres, trauma dan memilih menutup diri dari lingkungan sosial. Akan tetapi, setiap perempuan muda juga mempunyai manajemen stres yang berbeda-beda untuk mengurangi dampak perceraian pada psikologinya. Hal tersebutlah yang dapat mempengaruhi lama seseorang terlepas dari dampak tersebut. Adapun usaha yang dilakukan perempuan muda untuk mengurangi stres dan traumanya yaitu dengan self efficacy atau memotivasi diri sendiri, melakukan berbagai macam aktivitas dan dukungan dari orang-orang disekitarnya.

## ABSTRACT

Salsabila Herlany, 18210142, 2022. "Psychology of Young Women Post-Divorce (Study at the Religious Courts of Ngawi Regency)". Thesis Department in Islamic family law, the faculty of Syari'ah at the Islamic university of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Mentor :Dr. Ahmad Izzuddin, M, HI

---

Keywords: post-divorce, young women, psychology

In today's society, divorce is common, as is the region in the Ngawi county, the increasing rate of divorce each year does not predispose the possibility of divorce by couples at a young age, especially in early adulthood. More divorces have a negative impact than any more positive effect on women. Young women who are divorced tend to get married in their teenage years. Where adolescence is the age of one searching for identity and having unstable emotions that require adult guidance. Divorced women at their tender years have the potential for exposure to physical and psychological effects. As well as to improve his psychological condition, one must be able to adapt to his new life after a divorce.

The purpose of this study is to know how far a divorce will go on the psychology of young women's early adulthood and to understand what attempts the woman made to improve her psychological condition so that she can live a good life. Noah, therefore, employs an empirical research method of research by using field data such as interviews, and observation as the main data. As for the data that researchers have used with the limited data of young adult women from ages 21 to 24 who have experienced divorce at that age.

As for the results of this study, researchers found that all young women who had experienced a divorce felt psychological disturbances, even affecting their health. The psychological disturbances felt by the informants include stress, trauma and choosing to close themselves off from the social environment. However, every young woman also has different stress management to reduce the psychological impact of divorce. This is what can affect a person's duration regardless of the impact. The efforts made by young women to reduce stress and trauma are self-efficacy or self-motivation, doing various activities and support from the people around them.

## ملخص البحث

سلسبيلا هيرلاني ، 18210142 ، 2022. "سيكولوجية الفتيات بعد الطلاق (دراسة في المحاكم الدينية في نقاوي ريجنسي)" ، أطروحة لقسم قانون الأسرة الإسلامي ، كلية الشريعة ، مولانا مالك إبراهيم الدولة الإسلامية جامعة مالانج .

المشرف: Dr: أحمد عزالدين M. HI

الكلمات المفتاحية: أثر الطلاق ، الفتيات ، علم النفس

في الوقت الحاضر ، يعتبر الطلاق أمرًا شائعًا في المجتمع ، وكذلك في منطقة نجوي ، ولا يستبعد معدل الطلاق المتزايد كل عام إمكانية قيام الأزواج بالطلاق في سن مبكرة ، خاصة في مرحلة البلوغ المبكرة. الطلاق له آثار سلبية أكثر من الآثار الإيجابية ، خاصة على النساء. تميل الشابات المطلقات إلى الزواج في سن المراهقة. حيث أن سن المراهقة هو عمر الشخص الذي يبحث عن الهوية وتكون لديه مشاعر غير مستقرة بحيث تتطلب توجيهات من الكبار. المرأة التي تطلق في سن مبكرة لديها القدرة على أن تتأثر جسديًا ونفسيًا. ولتحسين حالته النفسية ، يجب أن يكون المرء قادرًا على التكيف مع حياته الجديدة بعد الطلاق.

كان الغرض من هذه الدراسة هو معرفة مدى تأثير الطلاق على نفسية الشابات في سن البلوغ المبكر ومعرفة الجهود التي تبذلها المرأة لتحسين حالتها النفسية حتى تعيش حياة كريمة. استخدمت الباحثة طرق البحث التجريبية وهي البحث باستخدام البيانات الميدانية كالمقابلات والملاحظات كبيانات رئيسية. البيانات التي استخدمتها الباحثة هي في شكل شابات في سن الرشد مقيدين من سن ٢١ إلى ٢٤ سنة تعرضن للطلاق في ذلك العمر.

بالنسبة لنتائج هذه الدراسة ، وجد الباحثون أن جميع الشابات اللاتي تعرضن للطلاق شعرن بالتأثير على نفسهن ، حتى أن بعضهن قلن إنهن يعانين من مشاكل مع صحتهن . فيما يلي التأثير على علم النفس الذي يشعر به المخبرون بما في ذلك الإجهاد والصدمات واختيار الانغلاق على البيئة الاجتماعية. كل شابة لديها طرق مختلفة للحد من الأثر النفسي للطلاق. هذا ما يمكن أن يؤثر على مدة الشخص بغض النظر عن التأثير. الجهود التي تبذلها الشابات لتقليل التوتر والصدمات هي عبارة عن فعالية ذاتية أو تحفيز ذاتي ، والقيام بأنشطة مختلفة ودعم من حوله

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pernikahan merupakan suatu akad untuk mengikat perjanjian antara wanita dan laki-laki sesuai dengan ketentuan hukum dan ajaran agama. Pernikahan merupakan sunnah nabi yang wajib dilakukan untuk menyempurnakan separuh agama dan mencegah seseorang dari perbuatan zina. Dengan dilangsungkannya pernikahan maka antara kedua pasangan diharapkan menjalin kehidupan yang harmonis sakinah, mawaddah dan rahmah. Akan tetapi, di dalam kehidupan masyarakat khususnya pada zaman sekarang banyak sekali hubungan pernikahan yang tidak bisa bertahan selamanya disebabkan permasalahan antara keduanya dan tidak jarang memilih untuk mengakhiri pernikahan dengan perceraian.

Dalam Hadist Rasulullah yang diriwayatkan oleh Abu Dawud dan Ibnu Majah dikatakan :

عن ابن عمر رضي الله عنهما قال : قال رسول الله صلي الله عليه وسلم :

أبغض الحلال إلي الله الطلاق (رواه ابوداود و ابن ماجه)

Artinya :

Dari Ibnu Umar, bahwa Rasulullah SAW bersabda, “*Perbuatan halal yang dibenci Allah ialah cerai*”. (HR. Abu Dawud dan Ibnu Majah)<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Ibnu Hajar Atsqalani, *Tarjamah Hadits Bulughul Maram*, (Bandung: Gema Risalah Press. 1994),359.

Perceraian merupakan suatu perbuatan yang diperbolehkan tetapi dibenci oleh Allah SWT dan merupakan solusi paling akhir yang dilakukan oleh pasangan apabila dalam kehidupan rumah tangga mereka sudah tidak mempunyai titik terang dan tidak adanya cara lain untuk kebaikan masing-masing. Banyaknya pasangan yang memilih mengakhiri pernikahan dengan bercerai, menyebabkan semakin meningkatnya tingkat perceraian dari tahun-ketahun. Berdasarkan pada salah satu majalah online [Republika.com](http://Republika.com) tanggal 18 Juni 2021 jumlah angka perceraian pada tahun 2020 dan 2021 mencapai angka yang tinggi<sup>2</sup>. Berdasarkan data dari Pengadilan Tinggi Agama Jawa Timur, sepanjang tahun 2020 ada 18.034 perkara cerai yang diajukan di Pengadilan Agama di 38 Kabupaten/ Kota di Jawa Timur, dan 9.386 perkara di antaranya dikabulkan. Sedangkan pada tahun 2021 angka perceraian juga masih tinggi, dilihat dari bulan Januari hingga Mei 2021 ada sebanyak 2.454 perkara yang diajukan di kota Surabaya. Hal tersebut menandakan bahwa perceraian di Jawa Timur tergolong tinggi. Khususnya pada daerah Kabupaten Ngawi yang merupakan salah satu wilayah dengan angka perceraian yang tinggi di Jawa Timur. Berdasarkan pada data tahunan di Pengadilan Agama Ngawi pada tahun 2020 ada sekitar 1.928 perkara cerai yang diterima, sedangkan pada tahun 2021 ada sekitar 2.023 perkara cerai yang diterima.<sup>3</sup>

Berdasarkan pada tingginya kasus perceraian yang terjadi pada tahun 2020 serta yang berjalan pada tahun 2021 sekarang ini, tidak menutup kemungkinan

---

<sup>2</sup> Dadang Kurnia, "Angka Perceraian Jatim Masih Tinggi", [Republika.com](http://Republika.com), (Surabaya, 18 Juni, 2021), diakses tanggal 8 September 2021. <https://www.republika.co.id/berita/quvut7430/angka-perceraian-jatim-masih-tinggi> .

<sup>3</sup> Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi, Laporan Kegiatan Tahun 2020, diakses tanggal 15 Januari 2022. <http://web.pa-ngawi.go.id/en/> .

adanya pasangan yang melakukan perceraian pada usia yang masih tergolong muda. Dilihat dari salah satu faktor masyarakat daerah Kabupaten Ngawi yang masih menerapkan adat pernikahan dini dimana ketika seorang anak dirasa sudah mencapai usia siap menikah dan sudah mempunyai pasangan orang tua mereka akan segera melakukan lamaran, dan seringkali adat tersebut dilakukan kepada anak yang masih berada diusia remaja.<sup>4</sup> Dengan alasan bahwa seseorang yang telah beranjak remaja sudah siap dinikahkan, dan meringankan beban ekonomi orang tua karena, jika sudah menikah kewajiban menafkahi akan jatuh pada suami. Serta banyaknya anak remaja yang terjerumus dalam pergaulan bebas yang menyebabkan anak hamil diluar nikah sehingga orangtua terpaksa dinikahkan pada usia muda. Berdasarkan pada data tahunan Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi sepanjang tiga tahun terakhir jumlah permohonan dispensasi nikah semakin meningkat pada tahun 2019 total permohonan dispensasi tercatat 65 permohonan, pada tahun 2020 jumlah tersebut meningkat menjadi 199 permohonan dispensasi<sup>5</sup>, dan pada tahun 2021 jumlah permohonan dispensesi mencapai 235 permohonan.<sup>6</sup>

Berdasarkan pada data diatas, banyak pasangan yang belum siap dari segi lahir dan batinnya memilih melakukan pernikahan. Banyak diantara seseorang yang melakukan pernikahan dini berada pada usia remaja atau *adolescence* pada tahap pertengahan dan akhir. Menurut Hurlock masa remaja diartikan sebagai

---

<sup>4</sup> Laela Nur Fitria, "Tradisi Jawa dan Tingginya Angka Pernikahan Dini Perempuan", Murianews.com, (25 Juli 2020) diakses tanggal 9 maret 2022. <https://www.murianews.com/2020/07/25/192436/tradisi-jawa-dan-tingginya-angka-pernikahan-dini-perempuan>

<sup>5</sup> Liputan 6, "Pernikahan Usia Dini di Ngawi Meningkat di Masa Pandemi", Liputan 6.com, (surabaya,24 Maret 2021), diakses tanggal 15 Januari 2022. <https://surabaya.liputan6.com/read/4514050/pernikahan-usia-dini-di-ngawi-meningkat-di-masa-pandemi>.

<sup>6</sup> Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi, Laporan Kegiatan Tahun 2020, diakses tanggal 15 Januari 2022. <http://web.pa-ngawi.go.id/en/>.

masa transisi, seorang anak telah meninggalkan usia kanak-kanak yang lemah dan penuh ketergantungan, akan tetapi belum mampu ke usia yang kuat dan penuh tanggung jawab, baik terhadap dirinya maupun masyarakat.<sup>7</sup> Masa remaja merupakan masa perkembangan secara pesat dari segi fisik maupun psikologisnya.

Dari segi psikologinya, masa remaja merupakan masa seseorang mencari jati dirinya dan sebagai ambang masa dewasa. Sehingga anak remaja selalu ingin mencoba hal yang baru dan menantang yang belum pernah mereka lakukan sebelumnya. Menurut Hurlock anak remaja memerlukan bimbingan dan pengawasan orang dewasa dikarenakan pada masa ini remaja cenderung tidak dapat dipercaya, takut bertanggung jawab dan bertindak simpatik terhadap perilaku remaja yang norma.<sup>8</sup> Masa remaja juga merupakan masa puncak emosionalitas, yaitu perkembangan emosi yang tinggi dimulai pada masa remaja awal. Perkembangan emosi tersebut ditunjukkan dengan sifat yang sensitif dan reaktif yang kuat terhadap situasi di kehidupan sosial. Biasanya emosi tersebut bersifat negatif dan temperamental seperti mudah marah, kecewa, cepat tersinggung, sedih dan murung. Emosi tersebut akan mampu terkendalikan oleh remaja tersebut seiring dengan berjalanya usia.<sup>9</sup>

Hal tersebut menunjukkan bahwa anak usia remaja masih memerlukan bimbingan dari pihak orang tua agar dalam perkembangannya seorang anak tidak terjerumus pada jalan yang salah, serta memerlukan pendidikan yang sesuai untuk meningkatkan pengetahuan dan pola pikir seseorang. Apabila remaja memutuskan

---

<sup>7</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan (Suatu pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan)* Jilid 5, (Jakarta: Erlangga, 2009), 205.

<sup>8</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (t.tp.: t.p., t.t.), 206.

<sup>9</sup> Syamsul Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung : Remaja Rosda Karya, 2006) Hlm. 110.

melakukan pernikahan dini maka ia akan dituntut untuk lebih kreatif dan berfikiran lebih dewasa sehingga perkembangan menyelesaikan suatu permasalahan atau sifat keibuan bagi perempuan berjalan lebih cepat dari remaja lainnya. Akan tetapi anak yang menikah terlalu muda cenderung terhambat dalam pendidikannya, belum mempunyai pemikiran yang dewasa dalam menyelesaikan suatu masalah, kematangan dalam mengontrol emosi, ketidaksiapan dalam segi mencari dan mengelola materi, serta beban tanggung jawab yang seharusnya tidak dikerjakan oleh anak remaja seperti mengurus anak dan memenuhi tugas rumah tangga.<sup>10</sup>Pada akhirnya ketika terjadi perselisihan kecil mereka tidak dapat menyelesaikannya secara baik, kurang bertanggung jawab dan lebih memilih melakukan perceraian.

Pasangan yang bercerai pada usia yang masih muda tentunya menimbulkan dampak negatif bagi kedua belah pihak terutama pada pihak perempuan. Ketidaksiapan mental dan beban yang ditanggung seorang perempuan pada saat melakukan pernikahan dini sudah menyebabkan dampak buruk bagi psikologinya saat ia berusia remaja, apalagi saat pasca perceraian ketika seorang perempuan baru saja menginjak usia dewasa awal dimana seharusnya perempuan baru akan menjalani kehidupan pernikahan dengan pasangannya dan menjalani kehidupan dengan pola yang baru. Tetapi ia harus mengalami kegagalan dalam hubungan rumah tangganya. Perempuan tersebut harus memenuhi semua kebutuhan hidupnya sendirian, terlebih jika perempuan tersebut sudah mempunyai anak, ia dituntut untuk menafkahi dan mendidiknya seorang diri. Serta trauma yang

---

<sup>10</sup> Mubasyaroh, " Analisis Faktor Penyebab Pernikahan Dini Dan Dampaknya Bagi Pelakunya", *Yudisia*, Vol.7, No.2 ( Desember 2016), 405.

<https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/Yudisia/article/view/2161/1789>.

dirasakan dari permasalahan yang menyimpannya akibat pernikahan dini, tentunya sangat berpengaruh dan menyebabkan kondisi yang buruk untuk psikis dan fisik seorang perempuan muda yang seharusnya belum mengalami kejadian tersebut.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai sejauh apa dampak perceraian terhadap psikologi perempuan yang masih dalam usia yang muda atau masih tergolong dalam usia dewasa awal. Menurut Hurlock<sup>11</sup> masa dewasa awal merupakan masa yang paling panjang, dimulai dari usia 18 tahun hingga usia 40 tahun. Di Indonesia berdasarkan kitab Undang-undang Hukum Perdata seseorang telah dianggap dewasa awal pada saat usianya 21 tahun dan telah menikah.<sup>12</sup> Oleh karena masa dewasa awal yang panjang maka peneliti membatasi usia perempuan yang telah bercerai pada masa dewasa awal yaitu usia 21 hingga 24 tahun, serta peneliti ingin mengetahui upaya apa saja yang dilakukan perempuan tersebut untuk mengurangi dampak buruk bagi keadaan psikologinya. Untuk itu peneliti menghadirkan judul “Psikologi Perempuan Muda Pasca Perceraian (Studi Di Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi)”

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana perceraian dapat berpengaruh pada psikologi perempuan muda di Kabupaten Ngawi?
2. Apa usaha yang dilakukan oleh perempuan muda dalam menanggulangi gangguan psikologi akibat perceraian?

---

<sup>11</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (t.tp.: t.p., t.t.), 206.

<sup>12</sup> Pasal 330, Kitab Undang-Undang Hukum Perdata.

### **C. Tujuan**

Berdasarkan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mendiskripsikan pengaruh perceraian terhadap psikologi perempuan yang berusia muda di Kabupaten Ngawi.
2. Untuk mendiskripsikan usaha yang dilakukan oleh perempuan muda yang sudah mengalami perceraian dalam menghadapi dan mengatasi dampak perceraian terhadap psikologinya.

### **D. Manfaat Penelitian**

Harapan peneliti, dibuatnya penelitian ini dapat memberi manfaat kepada para pembaca diantaranya:

1. Secara Teoristik

Penelitian ini dapat menambah ilmu mengenai bagaimana sebuah perceraian dan akibat dari pernikahan dini sangat memberikan pengaruh terhadap psikologi khususnya terhadap pihak perempuan yang masih pada tahapan dewasa awal. Serta mengetahui apa saja usaha perempuan tersebut untuk keluar dari tekanan psikis yang dialaminya pasca perceraian.

2. Secara Praktik

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, masyarakat lebih memperhatikan dan sadar akan pengaruh pada psikologi yang ditimbulkan dari pernikahan dini yang menyebabkan angka perceraian pada pasangan muda meningkat.

### **E. Definisi Operasional**

1. Pasca perceraian, dalam kamus besar bahasa Indonesia pasca mempunyai arti sesudah. Pasca perceraian adalah sesuatu keadaan yang dilakukan sesudah

perceraian sebagai dampak dari pernikahan, yang diakibatkan karena perceraian talak ataupun gugat.

2. Perempuan Muda, atau seringkali disebut sebagai perempuan dewasa awal, Menurut Elizabeth B Hurlock perempuan dewasa awal adalah perempuan yang mengalami perubahan dari fase remaja ke fase dewasa, dimulai dari usia 18 tahun sampai 40 tahun. Di Indonesia perempuan dewasa awal dimulai dari usia 21 tahun sampai 40 tahun.<sup>13</sup> Dalam penelitian ini peneliti membatasi usia perempuan dewasa muda yang bercerai pada usia 21 hingga 24 tahun.
3. Psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang tingkah laku manusia secara individu yang tidak dapat dilepaskan dari proses lingkungan dan yang terjadi dalam diri individu itu sendiri yang disebut sebagai proses mental.

#### **F. Sistematika Pembahasan**

Setelah data selesai dikumpulkan dengan lengkap baik maka diperlukan kajian mendalam agar mendapatkan hasil yang akurat dan analisis data, pengolahan data. Adapun metode pengolahan data yang digunakan peneliti yaitu: Bab I pendahuluan.

Bab 1 berisi tentang latar belakang masalah yaitu pandangan secara umum tentang topik penelitian, kemudian diikuti dengan rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat peneliti meneliti permasalahan tersebut, dan sistematika pembahasan yang menguraikan tentang logika pembahasan yang akan digunakan dalam penulisan skripsi. Pada bab ini peneliti mencantumkan latar belakang

---

<sup>13</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan (Suatu pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan)* Jilid 5, (Jakarta: Erlangga, 2009), 246.

permasalahan terkait pengaruh perceraian terhadap psikologi seorang perempuan yang berusia muda, kemudian merumuskan rumusan permasalahan terkait latar belakang permasalahan yang telah diuraikan dan seterusnya.

## Bab II Tinjauan Pustaka

Berisi sub bab landasan teori yang akan digunakan untuk menjawab latar belakang masalah yang diteliti. Dengan adanya kerangka teori yang berisi konsep-konsep yuridis sebagai landasan teori untuk pengkajian atau analisis masalah. Landasan teori dan konsep-konsep tersebut nantinya akan dipergunakan dalam menganalisa setiap permasalahan yang dibahas dalam penelitian tersebut. Selain itu, pada sub bab ini akan dijabarkan tentang penelitian terdahulu dengan tujuan untuk membedakan penelitian yang akan peneliti lakukan sekarang setelah itu akan mengacu pada pembahasan mengenai pernikahan dini, perceraian, dampak dan faktor perceraian, upaya untuk meminimalisir dampak perceraian serta mengenai psikologi perempuan.

## Bab III Metode Penelitian

Bab ini menjelaskan tentang metode penelitian berupa jenis penelitian, pendekatan penelitian, lokasi penelitian, sumber data (data primer, skunder dan tersier), metode pengumpulan data, (wawancara, observasi dan dokumentasi), dan metode pengolahan data (pemeriksaan data, klarifikasi, verifikasi, analisis, dan kesimpulan). Tujuan metode penelitian ini adalah untuk dijadikan pedoman dalam penelitian agar hasil penelitian yang dilakukan sesuai harapan peneliti dengan data yang rinci dan jelas.

#### Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan

Bab ini menguraikan paparan data dan hasil dari penelitian dan pembahasan yang berisi tentang data yang akan menjawab rumusan masalah yang telah ditentukan.

#### .Bab V Penutup

Bab ini merupakan bab terakhir yang berisi kesimpulan dan saran. Kesimpulan pada bab ini bukan merupakan ringkasan dari penelitian yang dilakukan, melainkan jawaban singkat atas rumusan masalah yang telah ditetapkan. Saran kepada pihak yang memiliki kewenangan dan berkaitan langsung dengan permasalahan yang diteliti.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Penelitian Terdahulu

Supaya dapat dilihat perbedaan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian yang dikerjakan saat ini, maka peneliti mencantumkan beberapa penelitian yang telah lampau sebagai kajian pustaka, diantaranya :

1. Nina Soraya, “Perilaku Sosial Wanita Muda Pasca Perceraian di Kecamatan Mojoroto Kota Kediri.” Skripsi Jurusan Al-Ahwal Al-Syakhshiyah, Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. 2013,<sup>14</sup> penelitian ini membahas mengenai perilaku sosial yang dialami serta menghadapi tekanan dari pihak masyarakat dan keluarga terhadap wanita yang melalukan perceraian pada usia muda, yang berada di desa Mojoroto kota Kediri. Adapun metode penelitian yang digunakan penelitian ini yaitu kualitatif dengan menggunakan pendekatan sosiologis yang memfokuskan kajiannya pada dampak pasca perceraian terhadap wanita muda dalam menjalani kehidupan baru. Dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan dokumentasi yang selanjutnya dianalisis dengan menggunakan metode analisis deskriptif kualitatif.
2. Resty Humairah, “Dampak Perceraian Terhadap Kondisi Psikologis Keluarga (Studi Deskriptif Analitis di Kec.Tangan-Tangan Kab.Aceh Barat Daya).” Skripsi jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan

---

<sup>14</sup> Nina Soraya, “Perilaku Sosial Wanita Muda Pasca Perceraian di Kecamatan Mojoroto Kota Kediri.” (Undergraduate Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2013). <http://etheses.uin-malang.ac.id/7180/>.

Komunikasi Universitas Islam Negeri Al-Raniry Darussalam Bandar Aceh, 2016.<sup>15</sup> Penelitian ini membahas mengenai penyebab perceraian pada keluarga dan dampak psikologis yang dirasakan oleh semua anggota keluarga yang terlibat didalamnya. Skripsi ini menggunakan penelitian lapangan dengan analisis deskriptif.

3. Nur Asri Aini, “Faktor Penyebab Perceraian di Pengadilan Agama Makassar Pada Masa Pandemi Covid-19 Bulan Maret-Agustus 2020.” Skripsi Jurusan Al-Ahwal Al- Syakhshiyah, Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.2021,<sup>16</sup> penelitian ini membahas mengenai apasaya yang menjadi faktor penyebab adanya perceraian yang semakin meningkat pada masa pandemi covid-19 diwilayah Pengadilan Agama Makassar serta perbedaan tingkat perceraian sebelum dan pada masa pandemi. Metode penelitian yang digunakan oleh peneliti yaitu, penelitian empiris dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Dengan sumber data yang diperoleh melalui wawancara Hakim Pengadilan Agama Makassar dan dokumentasi berdasarkan data resmi yang terdapat di PA Makassar.
4. Rina Nur Azizah, “Dampak Perceraian Orangtua Terhadap Perkembangan Psikologis Anak.” Jurnal Al-Ibrah Uinversitas Madura Volume 2 Nomer 2, Desember 2017.<sup>17</sup> Jurnal ini membahas mengenai dampak negatif terhadap

---

<sup>15</sup> Resty Humairah, “Dampak Perceraian Terhadap Kondisi Psikologis Keluarga (Studi Deskriptif Analitis di Kec.Tangan-Tangan Kab.Aceh Barat Daya).”, (Universitas Islam Negeri Al-Raniry Darussalam Bandar Aceh, 2016). <https://repository.ar-raniry.ac.id/>.

<sup>16</sup> Nur Asri Aini, “Faktor Penyebab Perceraian di Pengadilan agama Makassar Pada Masa Pandemi Covid-19 Bulan Maret-Agustus 2020.” \*(Undergraduate Thesis Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.2021). <http://etheses.uin-malang.ac.id/26410/>.

<sup>17</sup> Rina Nur Azizah, “Dampak Perceraian Orangtua Terhadap Perkembangan Psikologis Anak.” *Jurnal Al-Ibrah Uinversitas Madura*, Volume 2 Nomer 2, (Desember 2017). <https://ejournal.stital.ac.id/index.php/alibrah/article/view/34>.

perkembangan psikologi seorang anak dalam hal perilaku sosial dan emosional akibat perceraian orang tuanya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kajian pustaka atau studi kepustakaan yaitu metode penelitian yang berisi teori-teori yang berkaitan dengan penelitian tersebut.

5. Ardian Praptomojati, “Dinamika Psikologi Remaja Korban Perceraian: Sebuah Studi Kasus Kenakalan Remaja.” *Jurnal Ilmu Perilaku Universitas Gadjah Mada* Volume 2 Nomor 1, Tahun 2018.<sup>18</sup> Jurnal ini menjelaskan mengenai dampak psikologi pada anak remaja yang disebabkan oleh perceraian kedua orang tuanya, yang berkembang menjadi kenakan remaja. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus yaitu penelitian yang melibatkan sebuah kelompok masyarakat atau individu tertentu untuk mendalami aspek sosialnya. Penelitian ini mengambil dari kasus seorang anak laki-laki yang berusia 13 Tahun yang terjerumus dalam kenakalan remaja akibat perceraian orang tuanya.

Berdasarkan beberapa jurnal diatas, ditemukan persamaan dan perbedaan antara penelitian yang sudah lampau, dalam hal ini peneliti melakukan penelitian dengan memfokuskan kepada pengaruh perceraian terhadap psikologi perempuan yang masih berusia muda di Kabupaten Ngawi. Adapun persamaan dan perbedaan penelitian dapat dilihat dalam tabel berikut:

---

<sup>18</sup> Ardian Praptomojati, “Dinamika Psikologi Remaja Korban Perceraian: Sebuah Studi Kasus Kenakalan Remaja.” *Jurnal Ilmu Perilaku Universitas Gadjah Mada* Volume 2 Nomor 1, Tahun 2018. <http://jip.fk.unand.ac.id/index.php/jip/article/view/53>.

**Tabel 1. Penelitian Terdahulu**

| No | Nama/Judul/<br>Perguruan<br>Tinggi/Tahun   | Persamaan  | Perbedaan   |
|----|--|--|---|
| 1  | Nina Soraya,<br>Perilaku Sosial<br>Wanita Muda<br>Pasca Perceraian<br>di Kecamatan<br>Mojooroto Kota<br>Kediri. Skripsi<br>Jurusan Al-Ahwal<br>Al- Syakhshiyah,<br>Fakultas Syariah<br>Universitas Islam<br>Negeri Maulana<br>Malik Ibrahim<br>Malang. 2013  | Sama sama membahas mengenai dampak yang dirasakan wanita muda pasca perceraian dan menggunakan metode penelitian lapangan dengan analisis deskriptif | Lebih menekankan pada dampak yang dirasakan wanita muda pasca perceraian dalam hal perilaku sosial (pandangan masyarakat) sedangkan peneliti lebih fokus pada keadaan psikologi pada wanita muda pasca perceraian dikabupaten Probolinggo |
| 2  | Resty Humairah,<br>“Dampak<br>Perceraian<br>Terhadap Kondisi<br>Psikologis<br>Keluarga (Studi<br>Deskriptif Analitis<br>di Kec.Tangan-<br>Tangan Kab.Aceh<br>Barat Daya).”<br>Skripsi jurusan<br>Bimbingan dan<br>Konseling Islam<br>Fakultas Dakwah<br>dan Komunikasi<br>Universitas Islam<br>Negeri Al-Raniry<br>Darussalam<br>Bandar Aceh,<br>2016. | Sama-sama membahas mengenai keadaan psikologi akibat perceraian. Menggunakan metode penelitian lapangan dengan analisis deskriptif.                  | Penelitian ini lebih menekankan pada sebab sebuah keluarga bercerai dan keadaan psikologi dari semua anggota keluarga. Sedangkan skripsi yang diteliti lebih memfokuskan pada dampak yang dirasakan pada perempuan saja.                  |
| 3  | Nur Asri Aini,<br>Faktor Penyebab<br>Perceraian di<br>Pengadilan Agama<br>Makassar Pada  | Sama sama membahas mengenai perceraian. Dengan menggunakan metode penelitian penelitian empiris  | Penelitian ini lebih menekankan faktor penyebab adanya perceraian pada masa pandemi covid-19  |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|   | Masa Pandemi Covid-19 Bulan Maret-Agustus 2020. Skripsi Jurusan Al-Ahwal Al- Syakhshiyah, Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.2021               | dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif.            | di Pengadilan Agama Makassar serta perbedaan tingkat perceraian sebelum dan pada masa pandemi  |
| 4 | Rina Nur Azizah, "Dampak Perceraian Orangtua Terhadap Perkembangan Psikologis Anak." Jurnal Al-Ibrah Uinversitas Madura Volume 2 Nomer 2, Desember 2017.                            | Sama-sama membahas mengenai keadaan psikologi akibat perceraian | Jurnal ini membahas keadaan psikologi dari segi anak akibat dari perceraian orang tuanya. Sedangkan skripsi ini menjelaskan dampak psikologi dari segi perempuan pasca perceraian. |
| 5 | Ardian Praptojojati, "Dinamika Psikologi Remaja Korban Perceraian: Sebuah Studi Kasus Kenakalan Remaja." Jurnal Ilmu Perilaku Universitas Gadjah Mada Volume 2 Nomor 1, Tahun 2018. | Sama-sama membahas mengenai keadaan psikologi akibat perceraian | Jurnal ini membahas mengenai keadaan psikologi yang dirasakan oleh remaja yang berstatus sebagai anak yang merupakan korban dari keputusan bercerai dari orang tuanya.             |

## **B. KERANGKA TEORI**

### **1. Perceraian, Dampak dan Implikasi Hukumnya**

#### **a. Pengertian Perceraian**

Perceraian dalam istilah ahli fiqih disebut sebagai “talak” yang artinya membatalkan ikatan perjanjian. Perceraian adalah putusnya ikatan nikah antara suami istri secara hukum, di mana tidak ada lagi status sebagai pasangan yang sah. Menurut Scanzoni perceraian adalah akhir dari suatu ketidakstabilan perkawinan, di mana pasangan suami istri kemudian berpisah dan secara resmi diakui oleh hukum yang berlaku.<sup>19</sup> Perceraian biasa terjadi apabila di antara suami istri tidak dapat mencari solusi untuk berdamai dan dianggap mengandung kemaslahatan antara kedua belah pihak. Perceraian untuk warga Indonesia diatur dalam undang-undang Undang-Undang Nomor 1 tahun 1974 tentang Perkawinan, dan pada pasal 114 Kompilasi Hukum Islam (KHI). Dalam Undang-Undang Nomor 1 tahun 1974 tentang Perkawinan bahwa perceraian dapat terjadi karena alasan sebagai berikut :

- 1) Salah satu pihak berbuat zina atau menjadi pemabuk, pematat, penjudi, dan sebagainya yang sukar disembuhkan;
- 2) Salah satu pihak meninggalkan pihak yang lain selama 2 tahun berturut-turut tanpa alasan dan izin yang sah, atau karena hal lain diluar kemampuannya;
- 3) Salah satu pihak mendapat hukuman penjara 5 tahun setelah perkawinan berlangsung;
- 4) Salah satu pihak mendapat cacat badan atau penyakit dengan akibat tidak dapat menjalankan kewajiban sebagai suami/istri;

---

<sup>19</sup> Nur'Aeni Dan Retno Dwiyaniti, “Dinamika Psikologis Perempuan Yang Bercerai (Studi Tentang Penyebab Dan Status Janda Pada Kasus Perceraian Di Purwokerto”, *Psycho Idea*, Vol.7 No1, (Februari 2009),14. <http://jurnalnasional.ump.ac.id/>.

- 5) Antara suami dan istri terus menerus terjadi perselisihan dan pertengkaran dan tidak ada harapan akan rukun lagi<sup>20</sup>.

Dalam pasal 39 Undang-Undang no.1 Tahun 1974 Juga dijelaskan bahwa perceraian dapat dilakukan dengan alasan yang cukup kuat. Dari peraturan tersebut menyatakan bahwa alasan yang diterima Pengadilan untuk mewujudkan perceraian seseorang harus kuat dan sesuai fakta yang terjadi dalam rumah tangga sehingga mendorong untuk dilakukan perceraian dengan cermat, dan diketahui bahwasanya proses bercerai tidaklah mudah dan harus dilakukan berdasarkan prosedur yang berlaku dalam KHI maupun Undang-Undang no.1 tahun 1974 tentang perkawinan.<sup>21</sup>

#### **b. Perceraian di Indonesia**

Berdasarkan pasal 114 Kompilasi Hukum Islam dijelaskan “Putusnya perkawinan yang disebabkan karena perceraian dapat terjadi karena talak atau berdasarkan gugutan perceraian”. Dalam bab IV pasal 65 UU No. 7 Tahun 1989 juga dijelaskan bahwa prosedur perceraian hanya dapat dilakukan di depan petugas Pengadilan, dan terdiri atas cerai talak dan cerai gugat. Cerai talak adalah permohonan cerai yang diajukan oleh pihak suami. Menurut pasal 117 KHI talak adalah ikrar suami dihadapan sidang Pengadilan Agama yang menjadi salah satu sebab putusnya perkawinan. Dalam KHI Pasal 117 sampai 122 dijelaskan bahwa talak dibedakan menjadi beberapa macam berdasarkan pada dapat rujuk atau tidaknya mantan suami, yaitu :

<sup>20</sup> Undang-Undang Nomor 1 tahun 1974 tentang Perkawinan.

<sup>21</sup> Muhammad Arsad Nasution, “ Perceraian Menurut Kompilasi Hukum Islam (KHI) Dan Fiqh”, *Jurnal El-Qanuny* Volume 4 Nomor 2 (Desember, 2018), 157.

<http://jurnal.iain-padangsidempuan.ac.id/>.

- 1) Pasal 118 KHI, Talak *Raj'i* yaitu talak pertama atau kedua yang diucapkan suami. Dalam talak ini suami masih bisa rujuk selama isteri dalam masa iddah.
- 2) Pasal 119 ayat 1 KHI, Talak *ba'in shughra* yaitu talak dimana seorang suami diboleh rujuk dengan istrinya, Akan tetapi harus dilakukan akad nikah baru meskipun istrinya dalam keadaan iddah. Pasal 119 ayat 2 KHI, Talak *ba'in shughra* seperti yang dijelaskan pada ayat 1 adalah Talak yang terjadi qabla ad-dukhul, Talak dengan tebusan atau khuluk, dan Talak yang dijatuhkan oleh Pengadilan Agama. Dalam penjelasan atas pasal ini, setiap talak yang dijatuhkan oleh Pengadilan Agama adalah Talak *ba'in shughra*.
- 3) Pasal 120 KHI, Talak *ba'in kubra* yaitu talak yang diucapkan suami ketiga kalinya. Dalam talak ini suami tidak dapat rujuk ataupun kembali dengan akad nikah baru. Kecuali apabila pernikahan itu dilakukan setelah mantan istri menikah dengan orang lain dan kemudian terjadi perceraian sebelum bercampur dan habis masa *Iddahnya*.
- 4) Pasal 121, Talak *sunni* yaitu talak yang dibolehkan atau talak yang dijatuhkan sesuai dengan ketentuan agama, artinya talak tersebut dijatuhkan terhadap istri yang sedang suci dan tidak dicampuri dalam waktu suci tersebut.
- 5) Pasal 122 KHI, Talak *bid'i* yaitu talak yang dilarang atau menyalahi ketentuan, yaitu talak yang dijatuhkan kepada istri sewaktu dalam keadaan haid, atau istri dalam keadaan suci tapi sudah dicampuri pada waktu suci tersebut.<sup>22</sup>

---

<sup>22</sup> Pasal 117 sampai pasal 122 Kompilasi Hukum Islam (KHI).

Sedangkan cerai gugat yang dalam Islam disebut dengan *Khulu'* adalah permohonan cerai yang diajukan oleh pihak istri. *Khulu'* artinya talak yang diucapkan oleh suami dengan pembayaran dari pihak istri kepada suami. *Khulu'* merupakan perceraian yang dihendaki dari pihak istri, akan tetapi pengucapan ikrar talaknya tetap merupakan hak suami. *Khulu'* merupakan salah satu bentuk syariat Islam dalam hal memperjuangkan hak-hak perempuan, sehingga apabila seorang istri sudah tidak menemukan kebahagiaan dan merasa tersiksa dalam suatu hubungan rumah tangga ia dapat mengajukan permohonan cerai terhadap suaminya.<sup>23</sup> Dalam pasal 132 ayat 1 kompilasi Hukum Islam (KHI) cerai gugat yaitu gugatan cerai yang diajukan oleh pihak istri atau kuasanya pada Pengadilan Agama yang daerah hukumnya mewilayahi tempat tinggal penggugat, kecuali istri meninggalkan tempat kediaman tanpa izin sang suami. Dalam hal cerai gugat atau *khulu'* seorang suami tidak dapat rujuk kembali kepada mantan istrinya kecuali dengan akad baru atau digolongkan dengan talak ba'in.

### **c. Faktor Perceraian**

Pada zaman sekarang perceraian sudah bukanlah sesuatu yang jarang ditemukan di masyarakat, bahkan sering kali apabila dalam hubungan suami istri terdapat sebuah permasalahan di dalam rumah tangga, mereka memutuskan untuk mengambil jalan terbaik dengan mengajukan perceraian. Berdasarkan pada data laporan tahunan tahun 2020 pada Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi, bahwa faktor paling banyak seseorang melakukan perceraian di Kabupaten Ngawi dikarenakan pertengkaran didalam rumah tangga yang tidak bisa didamaikan dan

---

<sup>23</sup> Beni Ahmad Saebani, *Fiqh Munakahat 2*, (Bandung: Cv Pustaka Setia, 2016),141.

memilih untuk bercerai. Adapun sebab adanya pertengkaran yang sering ditemui dimasyarakat yaitu<sup>24</sup> :

1) Faktor ekonomi

Pada zaman sekarang dimana kebutuhan semakin mahal memaksa kedua pasangan harus bekerja sehingga seringkali terjadi perbedaan dalam gaji yang menimbulkan perselisihan pendapat antara keduanya. Namun terdapat juga keluarga yang melimpahkan kewajiban mencari nafkah hanya kepada suami.<sup>25</sup> Berdasarkan pada data tahunan sebab perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi pada tahun 2020 bulan agustus hingga juli ada sekitar 675 kasus perceraian yang diputus baik secara talak maupun gugat disebabkan karena masalah ekonomi sehingga menimbulkan pertengkaran yang tidak dapat didamaikan.<sup>26</sup> Kekurangan ekonomi tersebut disebabkan karena pandemi covid-19 dan paling banyak dialami oleh keluarga yang berprofesi sebagai buruh tani, serta banyaknya karyawan yang mengalami PHK sehingga pengangguran di Kabupaten Ngawi meningkat.

2) Faktor kekerasan dalam rumah tangga

Kekurangan dalam memenuhi kebutuhan hidup, perselisihan yang terus terjadi, keegoisan antara suami dan istri tanpa adanya penengah, serta ketidakstabilan emosional seorang anak yang melakukan pernikahan dini. Sering kali menyebabkan kekerasan dalam rumah tangga atau biasa disingkat KDRT.

<sup>24</sup> Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi, Laporan Kegiatan Tahun 2020, diakses tanggal 13 Januari 2022. <http://web.pa-ngawi.go.id/en/>.

<sup>25</sup> Akmal, M.E.I dan T. M. Nurdin, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perceraian Dalam Tinjauan Perundang-Undangan Negara", *LĒGALITĒ: Jurnal Perundang Undangan dan Hukum Pidana Islam*, Volume 3 No. 01, (Juni 2018), 95. <https://journal.iainlangsa.ac.id/>.

<sup>26</sup> Zainal Abidin, "Mayoritas Dipicu Masalah Ekonomi, Kasus Perceraian di Ngawi Capai Ratusan Setiap Bulannya", Bangsa Online.Com (Ngawi, 1 September, 2020), Diakses Tanggal 13 Januari 2022. <https://www.bangsaonline.com/berita/79374/mayoritas-dipicu-masalah-ekonomi-kasus-perceraian-di-ngawi-capai-ratusan-setiap-bulannya?page=1>.

Dalam Masyarakat, korban KDRT yang sering dijumpai yaitu kekerasan yang dilakukan oleh pihak suami kepada istri atau anaknya. KDRT sangat merugikan pihak perempuan baik secara fisik maupun psikis.<sup>27</sup> Permasalahan ini juga merupakan salah satu penyebab banyaknya tuntutan cerai gugat di Kabupaten Ngawi.

### 3) Kewajiban yang tidak dipenuhi

Sebagai suami istri tentunya sudah semestinya mempunyai hak dan kewajiban masing-masing, baik dari kewajiban suami menafkahi dan membimbing keluarganya kejalan yang baik, serta kewajiban istri mendidik anak- anaknya sehingga menjadi anak yang baik, dan kewajiban melani suami dankeluarga baik lahir maupun batin. Akan tetapi, kenyataannya masih banyak pasangan suami istri yang enggan menjalankan kewajibannya dengan baik dan hanya menuntut haknya saja, seperti suami yang tidak memberikan nafkah atau istri yang tidak mau mendidik anaknya. Hal tersebut menjadikan ketidakseimbangan antara hak dan kewajiban yang dibebankan dan diterima seorang yang memutuskan untuk bekeluarga. Sehingga menimbulkan suatu permasalahan yang merugikan salah satu pihak.<sup>28</sup>

### 4) Faktor ketidaksetiaan salah satu pasangan

Ketidaksetiaan pasangan yang berakhir perselingkuhan dan adanya pihak ketiga merupakan (wanita atau pria lain) menyebabkan gangguan pada kehidupan

---

<sup>27</sup> Herkutanto, *Kekerasan Terhadap Perempuan dan Sistem Hukum Pidana. Pendekatan dari sudut pandang Kedokteran, dalam T.O. Ihromi, Dick (ed.), Penghapusan Diskriminasi Terhadap Wanita*, (Bandung, 2000), 267.

<sup>28</sup> Akmal, M.E.I dan T. M. Nurdin, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perceraian Dalam Tinjauan Perundang-Undangan Negara", *LĒGALITĒ: Jurnal Perundang Undangan dan Hukum Pidana Islam*, Volume III. No. 01. (Juni 2018),98. <https://journal.iainlangsa.ac.id/>.

pernikahan. Ketika sepasang suami istri sudah tidak mempercayai satu sama lain maka akan hilang suatu keharmonisan dalam kehidupan pernikahan dan menyebabkan permasalahan lainya seperti pertengkaran terus-menerus, adanya kekerasan secara fisik dan psikis, serta trauma terhadap suatu hubungan.

#### 5) Faktor pernikahan dini

Pernikahan dini adalah ikatan atau akad pernikahan yang telah sesuai dengan ketentuan hukum dan agama akan tetapi, dilaksanakan ketika salah satu mempelai atau kedua-duanya berada di bawah umur yang ditetapkan oleh undang-undang Indonesia. Menurut Dlori anak yang menikah dibawah umur cenderung memiliki persiapan yang dikatakan belum maksimal dalam berbagai aspek seperti persiapan fisik, persiapan mental, juga persiapan materi. Karena dengan demikian pernikahan dini dapat dikatakan sebagai pernikahan yang tergesa-gesa, karena semuanya belum disiapkan secara matang.<sup>29</sup> Banyaknya orangtua yang kurang memberikan kasih sayang serta tidak memperhatikan pendidikan anak membuat anak terjerumus dalam pergaulan negatif dan juga rendahnya perekonomian keluarga merupakan sebab meningkatnya pernikahan dini.

#### **d. Dampak Perceraian**

Perceraian akan menimbulkan dampak negatif pada semua yang terlibat dalam keluarga tersebut baik pihak suami maupun pihak istri, anakpun juga akan merasakan dampak yang disebabkan oleh perceraian orang tuanya. Adapun dampak dari perceraian sebagai berikut:

---

<sup>29</sup> Setyawati "Sosial Ekonomi, Paritas, Status Dan Perilaku Kesehatan Pada Wanita Yang Menikah Dini Di Indonesia", *Ahmad Al Yakin* Vol.4 No. 2, (2013), 73. <http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/kespro/article/view/3903>

### 1) Timbulnya perselisihan

Apabila suatu hubungan pernikahan putus dan terjadi perceraian maka hubungan silaturahmi antara mantan istri dan suami serta kedua belah pihak semakin lama akan merenggang, hal tersebut banyak dijumpai di masyarakat pada umumnya, walaupun pada awalnya mereka berpisah dengan cara yang damai. Akan tetapi, tidak jarang dikemudian hari hubungan antara kedua keluarga akan terputus.<sup>30</sup>

### 2) Anak menjadi korban

Perceraian merupakan sebuah pukulan berat yang akan merusak mental anak, seorang anak akan kehilangan perlindungan dan kasih sayang yang seharusnya diberikan oleh kedua orang tuanya. Anak akan menjadi trauma dan kehilangan arah, bagaimana kehidupan mereka kelak dan dalam lingkungan apa mereka hidup. Kemudian dikarenakan hubungan orang tua mereka, seorang anak juga mengalami tekanan dari berbagai pihak sehingga menimbulkan rasa benci terhadap orang tuanya.<sup>31</sup> Seorang anak korban perceraian orang tuanya juga memiliki resiko terjerumus dalam pergaulan negatif karena mereka tidak mendapat perhatian dan kasih sayang yang cukup dari kedua orang tuanya.

### 3) Gangguan fisik dan psikis

Perceraian merupakan masalah yang rumit dan menimbulkan dampak yang berkepanjangan. Perceraian dapat membuat seseorang mengalami gangguan pada psikisnya seperti stress, trauma dan depresi. Perasaan lain yang dirasakan

---

<sup>30</sup> Nur Albantany, *Plus Minus Perceraian Wanita dalam Kaca Mata Islam Menurut Al-Quran dan As-Sunnah* (Tangerang Selatan: Sealova Media, 2014), 116.

<sup>31</sup> Banu Garawiyani, *Memahami Gejala Emosi Anak* (Bogor: Cahaya, 2003), hal. 8.

seseorang yang bercerai berupa perasaan kecewa dan marah akibat buruknya suatu hubungan atau perasaan gagal dalam mempertahankan sebuah hubungan. Akibat dari Perasaan yang negatif itu seseorang menjadi tidak fokus dalam menjalankan aktifitasnya sehari-hari dan kehilangan kepercayaan dirinya. Jika perasaan negatif tersebut berlangsung lama maka akan berdampak juga pada kondisi kesehatannya.

#### **e. Upaya Islam Dalam Meminimalisir Dampak Perceraian**

Tidak banyak perempuan yang telah bercerai mempunyai kekuatan untuk beradaptasi dengan cepat pada kehidupan barunya pasca perceraian. Namun, tidak sedikit pula wanita yang berhasil bangkit dari masa kelamnya dan menjadikannya sebagai pelajaran yang berharga untuk kehidupan selanjutnya. Banyak yang beranggapan bahwa laki-lakilah yang akan lebih banyak menderita kecemasan dan rasa takut menghadapi masa depan setelah perceraian, mengingat kewajibannya sebagai pemimpin serta tulang punggung keluarganya. Akan tetapi, pada kenyataannya para ahli psikologi membuktikan bahwa perempuanlah yang lebih banyak merasakan kecemasan dan ketakutan dalam menghadapi kehidupan pasca bercerai bahkan sampai berdampak pada psikis perempuan tersebut.<sup>32</sup>

Dengan tujuan untuk menghibur dan menenangkan hati istri yang telah diceraikan, meringankan hidup bagi istri pasca perceraian dan untuk

---

<sup>32</sup> Siti Nur Asiyah dan Risna Amalia, "Post Traumatic Growth pada Wanita yang Bercerai", *Jurnal Indonesian Psychological Research*, Volume 2 No 1 , (January, 2020),24. <http://jurnalfpk.uinsby.ac.id/index.php/IPR>.

membersihkan hati perempuan.<sup>33</sup>Maka Islam mengatur adanya kewajiban yang masih harus dipenuhi mantan suami kepada istri pasca perceraian. Hal tersebut juga diterapkan didalam hukum positif di Indonesia. Seorang suami yang memutuskan untuk menceraikan istrinya maka ia diharuskan melakukannya secara baik-baik atau secara *ma'ruf* agar hubungan *silaturahmi* kedua keluarga tetap terjaga dan tidak menimbulkan permusuhan. Hal tersebut berdasarkan pada Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 231 :

وَإِذَا طَلَّقْتُمُ النِّسَاءَ فَبَلَغْنَ أَجَلَهُنَّ فَأَمْسِكُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ أَوْ سَرِّحُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ وَلَا تُمْسِكُوهُنَّ ضِرَارًا لِّتَعْتَدُوا وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ وَلَا تَتَّخِذُوا آيَاتِ اللَّهِ هُزُوعًا وَادْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَمَا أَنْزَلَ عَلَيْكُمْ مِنَ الْكِتَابِ وَالْحِكْمَةِ يَعِظُكُمْ بِهِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ

Artinya :

Apabila kamu mentalak isteri-isterimu, lalu mereka mendekati akhir iddahnya, maka rujukilah mereka dengan cara yang ma'ruf, atau ceraikanlah mereka dengan cara yang ma'ruf (pula). Janganlah kamu rujuki mereka untuk memberi kemudharatan, karena dengan demikian kamu menganiaya mereka. Barangsiapa berbuat demikian, maka sungguh ia telah berbuat zalim terhadap dirinya sendiri. Janganlah kamu jadikan hukum-hukum Allah permainan, dan ingatlah nikmat Allah padamu, dan apa yang telah diturunkan Allah kepadamu yaitu Al Kitab dan Al Hikmah (As Sunnah). Allah memberi pengajaran kepadamu dengan apa yang diturunkan-Nya itu. Dan bertakwalah kepada Allah serta ketahuilah bahwasanya Allah Maha Mengetahui segala sesuatu. ( QS. Al-Baqarah : 231)<sup>34</sup>

Berdasarkan ayat diatas apabila istri yang ditalah *raj'i* akan habis masa *iddahnya* maka pihak suami diperbolehkan untuk meminta rujuk dengan cara

<sup>33</sup> Abd. Rahman Ghazaly, *Fiqh Munakahat*. (Jakarta: Prenanda Media, 2003), 93

<sup>34</sup> Tim Penerjemah, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung: Cordoba, 2016), 37

yang baik tanpa ada paksaan atau memberatkan pihak istri. Kemudian apabila suami memilih untuk berpisah maka berpisahlah secara baik-baik pula seperti ketika meminta perempuan untuk menjadi istrinya dulu. Oleh karena itu Islam masih memberikan kewajiban kepada mantan suami untuk memenuhi hak-hak perempuan pasca perceraian. Adapun hak-hak yang harus diberikan oleh mantan suami kepada mantan istri pasca perceraian sebagai berikut:

1) Nafkah *iddah*

Kata “*Iddah*” yang mempunyai arti “menghitung” atau “hitungan” sebab *Iddah* pada dasarnya adalah bilangan, baik bilangan haid, suci ataupun bilangan bulan. Secara etimologis *iddah* berarti nama bagi suatu masa seorang perempuan menunggu untuk perkawinan selanjutnya setelah wafat suaminya atau karena perceraian dengan suaminya. Dengan tujuan untuk mengetahui keadaan rahimnya, menjaga keturunan atau untuk berpikir bagi suami. *Iddah* hukumnya wajib dijalankan bagi istri yang dicerai atau ditinggal mati oleh suaminya. Kewajiban *iddah* ini didasarkan pada Al-Qur’an dalam surat Al-Baqarah ayat 228:

وَالْمُطَلَّاتُ يَتَرَبَّصْنَ بِأَنْفُسِهِنَّ ثَلَاثَةَ قُرُوءٍ وَلَا يَحِلُّ لَهُنَّ أَنْ يَكْتُمْنَ مَا خَلَقَ اللَّهُ فِي أَرْحَامِهِنَّ إِنْ كُنَّ

يُؤْمِنْنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَبُعُولَتُهُنَّ أَحَقُّ بِرَدِّهِنَّ فِي ذَلِكَ إِنْ أَرَادُوا إِصْلَاحًا وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي

عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ وَلِلرِّجَالِ عَلَيْهِنَّ دَرَجَةٌ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ

Artinya :

“Dan para istri yang dicerai (wajib) menahan diri mereka (menunggu) tiga kali quru'. Tidak boleh bagi mereka menyembunyikan apa yang diciptakan Allah dalam rahim mereka, jika mereka beriman kepada Allah dan hari akhir. Dan para suami mereka lebih berhak kembali kepada mereka dalam (masa) itu, jika mereka menghendaki perbaikan. Dan mereka (para perempuan) mempunyai hak seimbang dengan

kewajibannya menurut cara yang patut. Tetapi para suami mempunyai kelebihan di atas mereka. Allah Maha perkasa, Maha bijaksana.”QS Al-Baqarah: 228<sup>35</sup>

Pada masa *iddah* mantan suami diwajibkan untuk memberikan nafkah sebagaihak istri. Akan tetapi, kewajiban suami tersebut akan gugur apabila istri *nusyuz*.<sup>36</sup>Dalam kitab-kitab fikih klasik para ahli fikih telah sepakat mengatakanperempuan yang ditalak *raj'i* oleh suaminya masih mempunyai hak untuk mendapatkan nafkah dan tempat tinggal dari mantan suaminya. Dalam Kompilasi Hukum Islam (KHI) pasal 149 huruf (b) dijelaskan perempuan yang diceraikan, ia berhak mendapatkan nafkah baik berupa *mut'ah*, tempat tinggal, pakaian yang tercakupi, dan nafkah *iddah* selama 3 bulan, nafkah bagi yang sedang hamil sampai melahirkan (*iddah* bagi perempuan hamil), mahar yang belum dibayar selama pernikahan, apabila *kabla dukhul* maka suami hanya berkewajiban membayar setengah dan nafkah hadhonah anak sampai berusia 21 tahun.<sup>37</sup>

## 2) *Mut'ah*

*Mut'ah* adalah pemberian seorang suami kepada istrinya yang diceraikan, baik itu berupa uang, pakaian atau barang yang berguna. Dalam hal ini nafkah (*Mut'ah*) juga diartikan sebagai penghibur dan untuk meringankan beban yang ditanggung oleh perempuan pasca perceraian. Mazhab Syafi'i, mengartikan *mut'ah* sebagai harta yang wajib dibayar oleh suami untuk istrinya yang

<sup>35</sup> Tim Penerjemah, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung: Cordoba, 2016), 36.

<sup>36</sup> Muhammad Jawad Mugniyah, *al-Fiqh 'ala al-Mazahib al-Khamsah*, terj. Masykur A.B, ( Jakarta: Lentera, 2004), 450.

<sup>37</sup> Pasal 149 huruf (b) Kompilasi Hukum Islam (KHI).

diceraikan dalam kehidupan dengan perceraian serta apa yang memiliki makna yang sama dengan beberapa persyaratan. Sedangkan Mazhab Maliki mengartikan *mut'ah* sebagai kebaikan untuk perempuan yang diceraikan ketika terjadi perceraian dalam kadar sesuai dengan jumlah harta suami.<sup>38</sup> Mut'ah diberikan sesuai dengan kesanggupan mantan suami sebagaimana telah tersebut dalam firman Allah dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 142 :

وَلِلْمُطَلَّقاتِ مَتاعٌ بِالْمَعْرُوفِ حَقًّا عَلَى الْمُتَّقِينَ

Artinya:

“Kepada wanita-wanita yang diceraikan (hendaklah diberikan oleh suaminya) mut'ah menurut yang ma'ruf, sebagai suatu kewajiban bagi orang-orang yang bertakwa.”QS. Al-Baqarah: 24

Kewajiban memberikan nafkah ini mempunyai tujuan apabila hubungan pernikahan terpaksa putus, maka hubungan baik dengan mantan istri dan keluarganya tetap terjaga dan bertahan. Pemberian *Mut'ah* tersebut harus dilakukan dengan ikhlas tanpa menunjukkan keterpaksaan dan penghinaan terhadap mantan istri.<sup>39</sup> *Mut'ah* diatur dalam Pasal 41 huruf (c) Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan, serta disebutkan dalam Pasal 149 huruf(a) dan Pasal 158 huruf (b) Intruksi Presiden RI Nomor 1 Tahun 1991 tentang Kompilasi Hukum Islam(KHI) di Indonesia, sehingga bila

<sup>38</sup> M. Bagir Al-Habsyi, *Fiqh Praktis*, (Bandung: Mizan,2002),230.

<sup>39</sup> Drs. H. Abd. Rahman Ghazaly, M.A., *Fiqh Munakahat*, (Jakarta Timur: Prenada Media, 2003), 92.

perkawinan putus karena cerai talak maka bekas suami berkewajiban memberi nafkah *mut'ah* yang layak kepada bekas istri.<sup>40</sup>

### 3) Nafkah *hadlanah*

Hadlanah adalah nafkah yang diberikan untuk memenuhi kebutuhan anak dalam berbagai aspek meliputi, biaya hidup kesehatan, ketentraman, pendidikan dan segala aspek yang berkaitan dengan kebutuhannya. Dalam KHI pasal 149 dijelaskan bahwa salah satu kewajiban suami yang harus diberikan pasca perceraian adalah nafkah anak sampai dewasa yaitu sampai usia 21 tahun. Menurut para ahli Fiqih bahwa pada dasarnya mendidik dan merawat anak merupakan kewajiban yang harus dilakukan oleh kedua orang tuanya. Apabila anak yang belum *mumayiz* tidak mendapat pendidikan dan pengawasan dengan baik, maka akan berakibat buruk pada diri dan masa depan anak itu kelak, bahkan bisa mengancam eksistensi jiwa mereka. Oleh karena itu, anak harus dirawat dan diberikan pendidikan dengan baik dan penuh kasih sayang.<sup>41</sup> Kerjasama dan saling membantu antara mantan suami dan istri dalam memelihara anak sampai dewasa sangatlah penting. Hal yang dimaksud adalah ada pada tanggung jawab suami istri kepada anak-anaknya sebagai orang tua.

Untuk cerai gugat, terdapat perbedaan pendapat antara para ulama' dalam hal nafkah pada masa *iddah*. Dalam nafkah *Iddah* menurut Imam Syafi'i<sup>42</sup> dan Imam Ahmad bin Hanbal<sup>43</sup>, tidak ada kewajiban bagi suami memberikan

<sup>40</sup> Pasal 41 huruf (c) Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan.

<sup>41</sup> Rajid Sulaiman, Fiqh Islam, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2015), 421.

<sup>42</sup> Muhammad bin Idris Asy Safi'I, *Al-Umm juz 10*, (Jakarta: Republika, 2008), 89.

<sup>43</sup> Ibnu Qudamah, *Al-Mugni*, (Beirut: Dar Kutub, 2011), 16.

nafkah ataupun tempat tinggal bagi perempuan yang *talak ba'in* (talak tiga) kecuali dalam keadaan hamil. Beliau berpendapat berdasarkan zahir pada Al-Qur'an surat At-Talak ayat 6 yaitu pada kalimat *askinuhunna* yang artinya berikanlah nereka tempat tinggal. Adapun mengenai tidak adanya hak nafkah bagi istri yang dijatuhi talak ba'in adalah karena perintah memberikan nafkah dikaitkan dengan kehamilan sehingga apabila istri sedang dalam keadaan tidak hamil maka ia tidak berhak mendapat nafkah.<sup>44</sup>

Imam Abu Hanifa mengatakan bahwa istri yang ditalak *ba'in* tetap mendapatkan hak nafkah dan tempat tinggal sama seperti perempuan yang ditalak raj'i. Pendapat beliau tersebut didasarkan juga didasarkan pada Al-Qur'an surat Al-Thalaq ayat 6 pada kalimat *askinuhunna* yang artinya berikanlah nereka tempat tinggal. Menurut beliau istri yang tertalak itu harus menghabiskan masa tunggunya (masa *iddah*) di rumah suaminya. Istri yang ditalak *ba'in* tersebut akan tetap berada di rumah suaminya sebab suaminya masih mempunyai hak terhadapnya berupa kepastian ada atau tidaknya keturunan dalam rahim, sehingga wajar apabila istri masih mendapatkan nafkah.<sup>45</sup>

Di Indonesia Dalam Kompilasi Hukum Islam (KHI) pasal 149 dijelaskan bahwa kewajiban dalam menafkahi pasca perceraian hanya ditujukan pada perceraian talak yang diajukan kepada suami. Dalam arti bahwa perceraian yang diajukan oleh pihak perempuan atau cerai gugat suami tidak wajib

<sup>44</sup> Wahbah az-Zuhaili, *Fiqh Islam wa Adillatuhu, Jilid 9* (Jakarta: Gema Insani, 2011),285.

<sup>45</sup> Syams ad-Din As-Sarakhsi, *Al-Mabsut* juz 5 (Beirut: Dar al-Ma'rifah, 1989),201.

memberikan nafkah *iddah* dan *mut'ah*. Akan tetapi, dalam Edaran Mahkamah Agung (SEMA) No. 03 Tahun 2018 poin 3 Hasil Pleno Kamar Agama poin 2 yaitu mengenai Kewajiban suami akibat perceraian terhadap istri yang menyempurnakan rumusan kamaragama dalam SEMA Nomor: 07 Tahun 2012 angka 16 berbunyi: “Hakim dalam menetapkan nafkah *madhiyah*, nafkah *iddah*, *mut'ah*, dan nafkah anak, harus mempertimbangkan rasa keadilan dan kepatutan dengan menggali fakta kemampuan ekonomi suami dan fakta kebutuhan dasar hidup istri dan anak oleh karena itu dalam point 3 Surat Edaran Mahkamah Agung (SEMA) No. 03 Tahun 2018 Hasil Pleno Kamar Agama, mangatakan bahwa istri dalam perkara cerai gugat dapat diberikan nafkah *madhiyah*, nafkah, *iddah*, *mut'ah*, dan nafkah anak selama istri tidak nusyuz’. Maka berdasarkan Perma tersebut istri dapat mengajukan tuntutan atas nafkah *madhiyah*, nafkah, *iddah*, *mut'ah*, dan nafkah anak sepanjang tidak nusyuz.

## **2. Kondisi Psikologi Perempuan Pasca Perceraian**

### **a. Pengertian Psikologi**

Kata psikologi berasal dari bahasa Yunani *Psychology* yaitu gabungan dari kata *psyche* dan *logos*. *Psyche* diartikan sebagai jiwa dan *logos* diartikan sebagai ilmu. Secara harfiah psikologi diartikan sebagai ilmu jiwa. Menurut Wilhelm Wundt psikologi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari pengalaman- pengalaman yang timbul dalam diri manusia, seperti perasaan panca indera, pikiran, merasa (*feeling*) dan kehendak. Sedangkan menurut J. B. Watson yang juga merupakan tokoh pendiri dari Behavioristik mengartikan psikologi sebagai perilaku manusia, menurutnya kajian dari psikologi harus

mengarah pada perilaku yang nampak. Hal yang sama juga dikemukakan oleh Singgih Dirgagunarsa yang merupakan guru besar psikologi di Indonesia, beliau menggambarkan psikologi sebagai ilmu untuk mengkaji perilaku yang nyata, dapat dilihat atau diukur.<sup>46</sup>

Behavior atau perilaku secara luas diartikan sebagai tindakan yang dapat diamati, seperti aktivitas fisik dan berbicara. Namun menurut Muhibbin Syah psikologi juga memberi perhatian pada proses mental yang terjadi walaupun tak dapat diamati secara langsung, seperti orang mempersepsi, berpikir, mengingat, dan merasa. Dari pengertian di atas maka dapat dipahami bahwa psikologi memberi gambaran tentang perilaku yang dapat dilihat maupun tidak dan memberi penjelasan penyebab ataupun akibat dari perilaku.<sup>47</sup>

#### **b. Psikologi Perempuan Muda (Masa Dewasa Awal)**

Pada umumnya perempuan dicitrakan sebagai makhluk yang emosional, mudah menyerah, pasif, subjektif, lemah dalam matematika, mudah terpengaruh, lemah dalam fisik. Mayoritas beranggapan, psikologi perempuan maupun laki-laki mempunyai perbedaan dan selalu dikaitkan dengan karakteristik fisiologis. Namun, menurut pandangan para ahli kontemporer diketahui bahwa perbedaan kepribadian perempuan dan laki-laki banyak dipengaruhi oleh ekspektasi dan sosialisasi dari orangtua daripada oleh faktor fisiologis. Para ahli juga mendefinisikan psikologi perempuan tergantung pada

---

<sup>46</sup> Adnan Achiruddin Saleh, *Pengantar Psikologi*, (Makassar: Aksara Timur, 2018)5-6

<sup>47</sup> Kartini Kartono, *Psikologi Wanita (mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa)*, (Bandung: Mandar Maju, 2006), 2.

perspektif apa yang digunakan oleh peneliti, sehingga tampak berbeda dan bertentangan, atau saling melengkapi satu sama lain.<sup>48</sup>

Perempuan muda atau bisa disebut perempuan pada masa dewasa awal adalah perempuan yang mengalami masa peralihan dari remaja menuju dewasa. Menurut Elizabeth B. Hurlock Masa Dewasa Awal dimulai pada usia 18 sampai 40 tahun berdasarkan pada hukum yang berlaku di Amerika, dengan ditandai oleh perubahan fisik dan psikologi yang telah mencapai kematangan.<sup>49</sup> Di Indonesia batas kedewasaan adalah usia 21 tahun. Masa dewasa awal merupakan periode yang paling panjang dalam masa kehidupan yang dialami sekitar 20 tahun. Menurut Uhbiyati, masa dewasa awal dibagi menjadi dua kategori, yaitu masa *Syabibah* (pemuda) dimulai pada usia 21 tahun sampai 29 tahun dan masa *rujulah* (dewasa) yang dimulai pada usia 30 sampai 42 tahun. Pada masa dewasa awal perempuan mengalami perkembangan baik secara fisik, intelektual, emosional, dan sosial kearah perempuan dewasa.<sup>50</sup>

Masa dewasa awal adalah masa pencarian, penemuan, pemantapan dan masa Reproduksi, dimana seseorang siap berperan dan bertanggung jawab, serta menerima kedudukan dalam masyarakat, masa untuk berkarir dan menjalani kehidupan rumah tangga. Masa ini tanggung jawab dan peran mulai

---

<sup>48</sup> Eti Nurhayati, *Psikologi Perempuan Dalam Berbagai Perspektif*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2012) 30.

<sup>49</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan (Suatu pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan)* Jilid 5, (Jakarta: Erlangga, 2009), 246.

<sup>50</sup> Nur Uhbiyati, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Bandung: Pustaka Setia, 1997), 103.

bertambah besar dan diharuskan mulai melepaskan diri dari ketergantungan terhadap orang lain baik secara sosiologis, ekonomis maupun psikologis.<sup>51</sup>

#### 1) Perkembangan secara fisik

Dalam perkembangannya secara fisik ketika seseorang memasuki usia dewasa awal maka secara jasmani telah dianggap matang dan dapat bekerja secara normal, memiliki daya tahan dan taraf kesehatan yang prima sehingga dapat melakukan berbagai kegiatan dengan energik, cepat, proaktif dan kreatif. Berbeda dengan masa pubertas dimana secara fisik perempuan mengalami pertumbuhan secara pesat, pada usia 20 tahun pertumbuhan relatif stabil dan cenderung pada penyempurnaan bentuk tubuh, dan akan mencapai puncak pada usia 30 tahun. Kemudian pada usia setelahnya pada umumnya seseorang akan merasakan penurunan pada fisiknya seiring dengan bertambahnya usia. Seperti penurunan pada kemampuan salah satu panca indra. Oleh karena itu ahli psikologi John W. Santrock mengatakan masa dewasa awal sebagai puncak dan penurunan individu secara fisik.<sup>52</sup> Masa dewasa awal juga merupakan masa reproduktif, menurut Hurlock pada masa ini alat-alat reproduksi manusia telah mencapai kematangan dan sudah siap melakukan reproduksi.

---

<sup>51</sup> Alifia Fernanda Putri, "Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya", *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, Vol.3 No.2 (2019), 34. <https://jurnal.iicet.org/index.php/schoulid/search>

<sup>52</sup> Alifia Fernanda Putri, "Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya" (t.tp.:t.p., t.t.),36. <https://jurnal.iicet.org/index.php/schoulid/search>.

## 2) Perkembangan secara intelektual

Menurut Hurlock puncak perkembangan intelektual atau kekuatan respon seseorang dimulai saat usia 20 tahun sampai 25 tahun. Perkembangan intelektual ditandai dengan kemampuan berfikir obyektif dan dapat mengambil kesimpulan dari peristiwa atau kenyataan yang ada, banyaknya permasalahan baru dan tuntutan menyelesaikan dan memahaminya dengan cepat menyebabkan seseorang mengalami peningkatan dalam kreatifitas dan kecepatan respon dalam memecahkan sebuah masalah. Hurlock juga mengatakan bahwa fase ini merupakan masa berkomitmen, melakukan pola hidup baru dan memikul tanggung jawab.<sup>53</sup> Dalam hal kreatifitas seorang perempuan dapat dilihat dari kemampuan dan minat perempuan tersebut, misalnya melalui hobi dan pekerjaan mereka.

## 3) Perkembangan secara emosi

Masa dewasa awal merupakan masa yang penuh dengan masalah dan juga merupakan masa ketegangan emosi. Pada awalnya seorang perempuan pada fase ini akan mengalami banyak perasaan khawatir dan takut. Pasalnya usia dewasa awal merupakan usia dimana seseorang mulai mengerjakan tugas-tugas orang dewasa dan dituntut berperan menjadi orang dewasa. Akan tetapi, seiring dengan berjalanya waktu maka akan terjadi kestabilan dalam emosi sebagai hasil dari pengalaman yang telah dilaluinya.<sup>54</sup>

---

<sup>53</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan (Suatu pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan)* Jilid 5, (Jakarta: Erlangga,2009),245.

<sup>54</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (t.tp.: t.p., t.t.), 249.

Pengalaman menghadapi permasalahan yang sulit mampu membuat seseorang mengendalikan ketenangan emosinya. Biasanya mereka sudah mampu menerima kondisi diri sendiri dan orang lain sesuai dengan keadaan sekitarnya. Hal tersebut dikarenakan mereka telah memahami emosi diri sendiri dan mampu menyesuaikan dengan keadaan sekitar. Seseorang yang telah matang dalam hal emosinya tidak bersifat implusif, mereka dapat mengatur pikirannya dengan baik dan bertindak rasional, selain itu mereka memiliki tanggung jawab yang baik, mandiri dan menghadapi masalah dengan bijak.<sup>55</sup>

#### 4) Perkembangan secara sosial

Menurut Erikson perempuan pada masa dewasa awal akan mengalami krisis ketersaingan yaitu kondisi dimana seseorang mengalami keterpencilan sosial akibat pola kehidupan orang dewasa, seperti karier dan kehidupan pernikahan yang menyebabkan hubungan dengan orang-orang sekitar semakin merenggang. John P. Dworetzki menyebutkan bahwa usia dewasa awal merupakan masa timbulnya banyak kesulitan dalam kehidupan sosial. Seorang perempuan harus mengambil sebuah keputusan bijak yang berhubungan dengan kehidupan sosial seperti hubungan dengan teman, lawan jenis, dan kewajiban untuk masyarakat yang harus dilakukan.<sup>56</sup> Masa dewasa awal juga disebut sebagai usia yang belum matang dalam hubungan sosial sehingga masih mengalami perkembangan pada jiwa sosialnya.

---

<sup>55</sup> Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*, (Jogyakarta : Penerbit Andi,2002), 67.

<sup>56</sup> Lailatul Fitriyah dan Muhammad Jauhar, *Pengantar Psikologi Umum*, (Jakarta : Prestasi Pustaka, 2016), 95.

### c. Dampak Perceraian pada Psikologi Perempuan

Menurut penelitian Khan dan Aftab pada tahun 2013 menunjukkan bahwa perceraian memiliki pengaruh yang besar terhadap kehidupan perempuan meliputi kesehatan fisik dan psikis, ekonomi, hak asuh anak, pendidikan, dan masalah sosial. Berdasarkan pada riset pusat data dan informasi Kementerian Kesehatan RI mengenai situasi kesehatan jiwa di Indonesia, Perempuan yang mengalami perceraian beresiko tinggi mengalami Stressor Psikososial, yaitu suatu keadaan atau peristiwa yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga orang tersebut terpaksa mengadakan penyesuaian diri untuk mengurangi tekanan mental yang timbul. Akan tetapi, tidak semua orang mampu melakukan adaptasi dan mengatasinya sehingga menimbulkan gejala gangguan jiwa seperti kecacauan alam pikir atau tidak dapat fokus dalam mengerjakan suatu pekerjaan, gelisah, stres, pasif dan tidak jarang yang mengalami depresi.<sup>57</sup>

#### 1) Stres

Stres adalah tekanan internal maupun eksternal serta kondisi bermasalah lainnya dalam kehidupan. Menurut Charles D. Spielberger, stres adalah tuntutan eksternal yang mengenai seseorang, contohnya objek dalam lingkungan atau stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya. Stres juga bisa diartikan sebagai tekanan dan gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang serta keadaan dimana seseorang tidak mampu mengatasi ancaman pada mental, fisik dan spiritualnya. Stres bersumber dari frustrasi dan konflik yang dialami oleh seseorang yang berasal dari masalah kehidupan salah

<sup>57</sup> Infodatin Informasi Kementerian Kesehatan RI, *Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia*, (Jakarta, 2018) Diakses Tanggal 17 November 2021. <https://Pusdatin.Kemkes.Go.Id> > Download > Infod....

satunya adalah kegagalan dalam rumah tangga.<sup>58</sup> Perempuan yang mengalami perceraian memiliki risiko stres yang lebih tinggi disebabkan oleh faktor kehidupan yang berubah seketika. Menurut Priyoto berdasarkan gejalanya stres dibagi menjadi tiga yaitu:

- a) Stres Ringan, yaitu stress yang biasa dialami oleh setiap orang di kehidupan sehari-hari dan tidak merusak aspek fisiologis, seperti kemacetan lalu lintas, lupa atau mendapat kritikan dari atasan saat bekerja. Stres ringan biasanya hanya berlangsung beberapa menit atau jam saja. Stres ini ditandai dengan semangat yang berlebihan, penglihatan tajam dari biasanya, energi yang meningkat tetapi tanpa disadari cadangan energi juga banyak menurun, hal tersebut menyebabkan rasa letih secara tiba-tiba. Terkadang seseorang juga mengalami gangguan fisik seperti pencernaan, otak, perasaan tidak santai. Walaupun demikian stres ringan dianggap sebagai stres positif karena dapat membuat seseorang berpikir dan berusaha lebih, dalam menghadapi tantangan hidup sehingga tidak membutuhkan penanganan khusus.<sup>59</sup>
- b) Stres Sedang, berlangsung lebih lama daripada stress ringan, biasanya terjadi dalam waktu beberapa jam hingga hari. Stres sedang dapat terjadi karena pekerjaan yang tidak terselesaikan, anggota keluarga yang sakit atau tidak adanya kabar salah satu orang terdekat dalam beberapa hari. Stres tingkat ini biasa ditandai dengan masalah pencernaan seperti maag dan

---

<sup>58</sup> Jenita Doli Tine Donsu, *Psikologi Keperawatan (Aspek-aspek Psikologi, Konsep Dasar Psikologi, Teori Perilaku Manusia)*, (Jogyakarta: Pustaka Baru Press, 2017), 197.

<sup>59</sup> Priyoto, *Konsep Manajemen Stres*, (Jogyakarta: Nuha Medika, 2014), 18.

sakit perut, perubahan siklus menstruasi, daya konsentrasi menurun, gangguan tidur, dan ketegangan pada otot. Cara yang bisa dilakukan untuk mengatasi stress sedang adalah dengan berolahraga, menghabiskan waktu dengan hal yang disukai misalnya dengan berlibur atau melakukan hobi, dan mencoba untuk mengendalikan emosi.<sup>60</sup>

- c) Stres Berat atau stres kronis, yaitu stres yang dirasakan oleh seseorang selama beberapa minggu sampai beberapa bulan. Stres berat dapat disebabkan oleh permasalahan seperti perselisihan dalam kehidupan perkawinan secara terus menerus, kesulitan ekonomi yang berlangsung lama, berpisah dengan keluarga, dan mempunyai penyakit kronis. Respon dari stres ini yaitu gangguan pencernaan yang berat dan sesak nafas, sulit beraktivitas, gangguan hubungan sosial, sulit tidur, perasaan cemas dan takut meningkat, mudah bingung dan panik, kehilangan kepercayaan diri dan lebih menutup diri.<sup>61</sup> Cara mengatasi stres berat bisa dengan melakukan berbagai aktivitas yang disukai seperti berolahraga, berlibur, dan melakukan hobi, menenangkan pikiran dengan relaksasi, dan mengontrol emosi. Kemudian jika gangguan stres tidak kunjung membaik seseorang bisa mendatangi seorang psikiater yang dapat membantu memulihkan kondisi stres berat.<sup>62</sup>

---

<sup>60</sup> Sukadiyanto, "Stres Dan Cara Mengurangnya", *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, no.1, (Februari, 2010), 63. <https://journal.uny.ac.id/>

<sup>61</sup> Priyoto, *Konsep Manajemen Stres*, (t.tp.: t.p., t.t.), 19.

<sup>62</sup> Muhimmatul Hasanah, Stres dan Solusi Dalam Perspektif Psikologi dan Islam, *Jurnal Ummul Qura*, vol. 8 No.1 (Maret, 2019), 113. <http://ejournal.insud.ac.id/>.

Cara menangani stres juga dapat dilakukan dengan menerapkan strategi mendekat (*approach*) dan menghindar (*avoidance*). Strategi mendekati (*approach strategies*) yaitu usaha untuk memahami dan menghadapi penyebab stress tersebut secara langsung. Strategi menghindar (*avoidance strategies*) meliputi usaha kognitif untuk menyangkal atau meminimalisasikan penyebab stres dan usaha yang muncul dalam tingkah laku, untuk menarik atau menghindar dari penyebab stres.<sup>63</sup> Dengan melakukan 2 strategi tersebut seseorang akan dapat mengetahui apa yang harus ia lakukan ketika sedang menghadapi gejala stres.

## 2) Depresi

Depresi merupakan gangguan Mood atau emosi seseorang. Menurut Dr. Jonatan Trisna depresi adalah suatu perasaan sendu atau sedih yang biasanya disertai dengan diperlambatnya gerak dan fungsi tubuh. Depresi biasa terjadi saat stress yang dialami seseorang tidak kunjung mereda disebabkan karena suatu masalah yang baru saja terjadi, contohnya kematian salah satu orang terdekat, kehilangan pekerjaan atau kegagalan dalam rumah tangga. Dengan kata lain depresi merupakan suatu keadaan setelah seseorang merasakan stress berat yang tidak kunjung membaik dalam kurun waktu beberapa bulan. Seseorang yang mengalami depresi pada umumnya menunjukkan gejala psikis, fisik dan sosial.<sup>64</sup>

---

<sup>63</sup> John Santrock, *Adolescence Perkembangan Remaja*, edisi keenam (Jakarta: Erlangga, 2003), 557.

<sup>64</sup> Namora Lumongga Lubis, *Depresi (Tinjauan Psikologi)*, (Jakarta: Kencana, 2009), 5.

Dilihat dari gejala psikis seseorang yang mengalami depresi biasanya akan lebih sensitif seperti mudah tersinggung, perasa dan mudah marah, kehilangan kepercayaan diri, perasaan bersalah dan terbebani. Dari segi fisik yang mudah dideteksi, seseorang akan mengalami gangguan pola tidur, mudah merasa lelah dan menurunnya efisiensi dan produktivitas kerja. Sedangkan pada segi sosial seseorang akan lebih menyendiri dan akan mengurangi interaksi dengan orang sekitarnya.<sup>65</sup>

### 3) Trauma

Menurut Cavanagh dalam Mental Health Channel trauma adalah suatu peristiwa yang luar biasa yang menimbulkan luka dan perasaan sakit. Trauma juga sering diartikan sebagai suatu perasaan yang sakit akibat dari suatu kejadian luar biasa yang dialami seseorang secara langsung atau tidak langsung yang dialami oleh fisik maupun psikis atau kombinasi dari keduanya. Berat ringannya suatu peristiwa dan pengaruh yang dirasakan setiap orang memiliki perbedaan satu sama lain tergantung pada kejadian apa yang dialami, biasanya seseorang yang mengalami trauma akan merasakan takut cemas dan tidak dapat mengontrol emosinya apabila teringat atau bertemu dengan pemicu yang menyebabkan seseorang itu mengalami trauma.<sup>66</sup> Salah satunya adalah perceraian yang dialami seorang perempuan yang termasuk pada golongan trauma situasional. Sebagian besar perempuan yang mengalami kegagalan pada pernikahan akan merasa trauma akan hubungan pernikahan atau trauma terhadap laki-laki. Sehingga

---

<sup>65</sup> Namora Lumongga Lubis, *Depresi (Tinjauan Psikologi)*, (t.tp.: t.p., t.t.), 12-22.

<sup>66</sup> Kusmawati Hatta, *Trauma dan Pemulihannya*, (Bandar Aceh: Dakwah Ar-Raniry Press, 2016), 25.

banyak perempuan yang tidak ingin menikah untuk kedua kalinya dalam waktu yang lama.<sup>67</sup>

Selain gejala diatas menurut gahler, perempuan yang mengalami perceraian seringkali memilih untuk tertutup dalam kehidupan sosialnya, bahkan terkesan menghindar<sup>68</sup> hal itu mereka lakukan untuk beradaptasi dengan kehidupan mereka yang baru, dan membiasakan diri terhadap pandangan masyarakat terhadap dirinya. Menutup diri merupakan salah satu efek yang timbul akibat dari stres, depresi dan trauma. Seseorang yang memilih menutup diri karena stres dan depresi, akan merasa mendapat tuntutan dan tekanan yang tidak bisa mereka selesaikan dari orang-orang sekitar mereka, sehingga mereka akan merasa takut dan cemas untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial.<sup>69</sup> Dan seseorang yang memilih menutup diri dikarenakan trauma akan merasa teringat kembali dengan kejadian buruk dimasa lalu jika bertemu dengan orang yang menyebabkan ia trauma, atau orang-orang yang sekiranya terlibat dengan orang tersebut.<sup>70</sup> Contohnya seperti seorang perempuan korban KDRT yang mengalami trauma, ia akan merasa takut dan mengingat traumanya ketika ia bertemu dengan mantan suaminya, atau orang yang sering berinteraksi dengan mantan suaminya. Sehingga seseorang akan memilih untuk tidak berinteraksi atau bertemu dengan pemicu traumanya dan menjadi lebih menutup diri.

---

<sup>67</sup> Larastyan, Istiqlaliyah Muflikhati, Megawati Simanjuntak, "Pengaruh Religiusitas Dan Tingkat Stres Terhadap Penyesuaian Wanita Bercerai", *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, (2018), 197 <https://journal.ipb.ac.id/>

<sup>68</sup> Larastyan, Istiqlaliyah Muflikhati, Megawati Simanjuntak, "Pengaruh Religiusitas Dan Tingkat Stres Terhadap Penyesuaian Wanita Bercerai", (t.tp.: t.p., t.t.), 194 <https://journal.ipb.ac.id/>

<sup>69</sup> Larastyan, Istiqlaliyah Muflikhati, Megawati Simanjuntak, "Religiusitas, Dukungan Sosial, Stres, Dan Penyesuaian Wanita Bercerai", *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, (September, 2019), 196. <https://journal.ipb.ac.id/>

<sup>70</sup> Kusmawati Hatta, *Trauma dan Pemulihanya*, (Banda Aceh : Dakwah Ar-Raniri Press, 2016), 5.

#### d. Manajemen Stres

Manajemen stres adalah keterampilan yang memungkinkan seseorang untuk mencegah, mengelola dan memulihkan diri dari keadaan atau ancaman stres yang dirasakan oleh orang tersebut.<sup>71</sup> Sebagian besar perempuan yang mengalami perceraian pasti pernah merasakan stres baik itu stres ringan, sedang berat atau sampai pada tahap depresi. Ketika seorang perempuan memilih untuk bercerai maka ia harus dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan barunya, mengelola stresnya dan mengurangi traumanya. Anjuran Allah SWT tentang menghindari dan mengelola stres dan mengurangi trauma dijelaskan dalam surat Imran ayat 139 Yaitu :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya :

“janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”. (QS. Imran : 139)<sup>72</sup>

Menyesuaikan diri dengan kehidupan baru tentunya tidaklah mudah dan membutuhkan waktu yang cukup lama. Akan tetapi, hal tersebut perlu dilakukan agar bisa menjalani hidup dengan lebih baik. Adapun beberapa cara untuk mengurangi dampak stres dan trauma yang diajarkan oleh Islam :

<sup>71</sup> Priyoto, Konsep Manajemen Stress, (Jogjakarta :Nuha Mediak, 2014), 38.

<sup>72</sup> Tim Penerjemah, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung: Cordoba,2016),67.

- 1) Niat ikhlas, Islam sudah mengajarkan agar senantiasa mencoba untuk selalu ikhlas dengan apa yang terjadi dan meyakini bahwa semua peristiwa datangnya dari Allah SWT. Hal tersebut bertujuan agar memberikan ketenangan dan memotivasi diri sendiri untuk mengikhlaskan apa yang sudah terjadi.
- 2) Sabar dan sholat, dengan bersabar maka seseorang akan mampu mengambil sebuah keputusan yang baik dengan tidak mengikuti hawa nafsu atau emosional diberbagai keadaan. Kemudian dengan menjalankan ibadah sholat seseorang akan merasa dekat dengan Allah SWT. Segala masalah, beban fikiran dan emosional dapat ditinggalkan ketika sedang sholat secara khusyuk.<sup>73</sup> Dengan demikian sholat itu sendiri sudah menjadi obat bagi ketakutan dan rasa stres yang muncul.
- 3) Bersyukur dan berserah diri (*tawwakkal*), salah satu cara untuk mengurangi beban stres dan trauma yang dirasakan seseorang yaitu dengan bersyukur dan menerima segala pemberian Allah SWT. Kemudian dengan berserah diri atau *tawwakkal* kita dapat selalu berfikir positif sehingga mengurangi kecemasan dan terhindar dari perasaan serakah dan beban fikiran lain.
- 4) Doa dan dzikir, sebagai seorang muslim doa kepada Allah dan berdzikir merupakan sumber kekuatan disertai dengan usaha, adanya harapan yang disandarkan kepada Allah SWT, Jika seseorang muslim mengalami rasa cemas dan khawatir maka ia senantiasa akan bersandar kepada Allah SWT melalui doa dan dzikir. Dengan berdzikir perasaan akan menjadi lebih tenang

---

<sup>73</sup> Muhimmatul Hasanah, Stres dan Solusi Dalam Perspektif Psikologi Dan Islam, *Jurnal Ummul Qura*, vol. 8 No.1 (Maret, 2019), 111. <http://ejournal.insud.ac.id/>.

dan khusyuk sehingga pikiran menjadi jernih dan emosi menjadi lebih terkendali.<sup>74</sup>

Sedangkan menurut para ahli psikologi barat seperti Pudrovskaja dan Carr mengatakan, tahapan penyesuaian wanita bercerai yaitu mampu mengatasi masalah yang berfokus pada pembentukan emosi positif, komunikasi sosial, keterbukaan diri serta mengatasi kesehatan mental. Selain itu menurut Jang Dan Kim selain tahapan diatas, terdapat faktor yang bisa mempengaruhi penyesuaian wanita bercerai yaitu dengan self efficacy dan dukungan sosial.<sup>75</sup> Dukungan sosial sangat bermanfaat untuk penyesuaian perempuan pasca perceraian, dengan dukungan dari orang-orang terdekat seperti orang tua, saudara dan teman dekat dapat mempercepat adaptasi, meningkatkan kepercayaan dirinya dan bisa sedikit demi sedikit melupakan masalahnya. Menurut Abazari perempuan pada masa penyesuaian pasca perceraian yang mendapatkan dukungan dari keluarga dan orang terdekatnya akan lebih cepat pulih dari stresnya daripada perempuan yang tidak mendapatkannya.

---

<sup>74</sup> Susatyo Yuwono, "Mengelola Stres Dalam Perspektif Islam dan Psikologi", *Psycho Idea*, No.2 (Juli, 2010), 20. <http://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/PSYCHOIDEA/article/view/231>.

<sup>75</sup> Larasatyan, Istiqlaliyah Muflikhati, dan Megawati Simanjuntak, "Religius, Dukungan Sosial, Stres, dan Penyesuaian Wanita Bercerai", (t.tp.: t.p., t.t.), 196. <https://journal.ipb.ac.id/>.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah penelitian lapangan atau bisa disebut dengan metode empiris, yaitu penelitian dengan menggunakan data-data lapangan seperti wawancara dan observasi sebagai sumber data utama.<sup>76</sup> Metode ini bertujuan untuk menemukan data-data spesifik yang ada pada masyarakat berupa sebuah kejadian dan untuk mempelajari dengan cermat mengenai latar belakang dan interaksi suatu lingkungan dalam hal individu, kelompok, sosial dalam masyarakat maupun dalam lembaga. Pada penelitian ini calon peneliti hendak meneliti mengenai Psikologi Perempuan Muda Pasca Perceraian Kabupaten Ngawi

#### **B. Pendekatan Penelitian**

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif yaitu suatu metode yang dilakukan dengan cara meneliti status kelompok manusia, suatu subjek, set kondisi, sistem pemikiran atau pun peristiwa pada masa sekarang yang bertujuan untuk menggambarkan, menjelaskan dan menjawab keadaan sosial secara sistematis.<sup>77</sup> Dikarenakan penelitian ini cenderung menggunakan analisis tentang dampak perceraian

---

<sup>76</sup> Bambang Sunggono, *Metodologi Penelitian Hukum* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2003),43.

<sup>77</sup> Moh. Nasir, *Metode Penelitian*, ( Jakarta, Ghali Indonesia,2005),347.

terhadap psikologi perempuan diusia muda. Serta memerlukan pemahaman yang mendalam, pengembangan teori dan mendeskripsikan kejadian sosial.

### **C. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian yang peneliti ambil berdasarkan pada topik permasalahan calon peneliti yaitu di Kabupaten Ngawi. Alasan peneliti memilih lokasi tersebut adalah berdasarkan pada data tahunan Pengadilan Agama Ngawi masih banyak masyarakat menerapkan pernikahan dini sebab mayoritas penduduknya masih sangat kental dengan adat menikahkan anaknya dibawah umur, serta kelalaian orangtua sehingga anak mereka terjerumus pada pergaulan yang negatif dan menyebabkan angka pernikahan dini meningkat dari tahun-ketahun. Hal tersebut merupakan salah satu faktor meningkatnya perceraian terhadap pasangan muda di Kabupaten Ngawi.

### **D. Sumber Data**

Data merupakan suatu rangkaian peristiwa yang terdiri dari fakta untuk memberikan pandangan yang luas terkait suatu problematika. Berikut beberapa data yang akan digunakan oleh calon peneliti:

#### **1. Sumber Data Primer**

Data primer adalah data informasi yang diperoleh langsung dari sumber aslinya dengan cara wawancara dan melakukan observasi terhadap subjek penelitian. Adapun data wawancara yang akan dicantumkan pada penelitian ini berupa hasil wawancara perempuan yang telah mengalami perceraian pada usia muda di Kabupaten Ngawi.

## **2. Sumber data Sekunder**

Sumber data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber kedua yang bertujuan sebagai pelengkap, sumber data ini bisa diambil dari buku-buku, jurnal dan artikel yang menjadi referensi terhadap penelitian, serta benda lain seperti dokumen berupa catatan yang dapat memperkaya data primer.<sup>78</sup> Data sekunder yang akan peneliti ambil berasal dari arsip dari Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi, serta buku, jurnal dan artikel tentang psikologi perempuan muda, dampak terhadap perceraian dan buku, jurnal dan artikel lainnya yang mendukung penelitian ini.

### **E. Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data adalah suatu proses yang harus dilakukan dan dipersiapkan dengan baik secara sistematis, agar memudahkan peneliti dalam mengumpulkan yang sesuai dengan topik penelitian. Metode pengumpulan data yang dipakai penulis dalam penelitian ini yaitu:

#### **1. Observasi**

Observasi merupakan suatu kegiatan pengamatan terhadap objek sedetail-detailnya, dilakukan secara langsung dan bertujuan untuk menggali informasi yang dilakukan secara sistematis, diamati secara langsung, dan dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya. Tujuan peneliti menggunakan metode ini adalah untuk melihat secara langsung keadaan perempuan muda pasca perceraian. Adapun informasi tersebut berupa data-data yang didapat di Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi serta melihat secara bagaimana keadaan

---

<sup>78</sup> Suharsimi, prosedur penelitian, suatu pendekan praktik,(Jakarta: PT. Asdi Mahasatya: 2013),22.

perempuan muda pasca perceraian setelah putusan dan saat pengambilan akta cerai di Pengadilan Agama Ngawi, kemudian peneliti juga medatangi kediaman salah satu informan secara langsung.

## **2. Wawancara**

Wawancara merupakan sebuah proses interaksi dalam yang dilakukan dua orang atau lebih yang bertujuan untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan antara kedua belah pihak dengan cara mendengarkan secara langsung informasi atau keterangan yang dijelaskan oleh lawan bicara.<sup>79</sup>Tujuan menggunakan metode ini adalah untuk mendapatkan informasi dan data secara langsung dari pihak yang terlibat dalam penelitian ini yaitu perempuan yang bercerai di usia muda atau usia dewasa awal. Dimana peneliti membatasi usia perempuan dewasa awal dari usia 21 tahun sampai usia 24 tahun. Adapun metode wawancara yang digunakan oleh peneliti yaitu wawancara semi terstruktur adalah metode wawancara yang mempunyai pedoman pertanyaan yang telah disiapkan penulis. Akan tetapi, dalam penerapannya tidak bergantung pada pertanyaan tersebut dan disesuaikan berdasarkan situasi dan kondisi saat itu.<sup>80</sup>Dari data yang diberikan oleh Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi, peneliti berhasil mengetahui identitas diri dari para informan. Agar menjaga privasi informan maka peneliti hanya akan mencantumkan nama samaran informan dan informasi yang diperlukan. Adapun Informan yang peneliti wawancarai berjumlah 10 perempuan sebagai berikut:

---

<sup>79</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006), 189.

<sup>80</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2007), 74

**Tabel 2. Informan Peneliti**

| No | Nama Inisial | Umur ketika bercerai | Alamat                       | Pekerjaan           |
|----|--------------|----------------------|------------------------------|---------------------|
| 1  | Rika         | 21                   | Kec. Padas, Kab. Ngawi       | Buruh Pabrik        |
| 2  | Ika          | 21                   | Kec. Pitu, Kab. Ngawi        | Pegawai Counter HP  |
| 3  | Echa         | 21                   | Kec. Walikukun, Kab. Ngawi   | Pengawai Toko       |
| 4  | Lisa         | 22                   | Kec. Ngrambe, Kab. Ngawi     | Pegawai Counter HP  |
| 5  | Fatma        | 22                   | Kec. Sine, Kab. Ngawi        | Pegawai Mini Market |
| 6  | Iis          | 23                   | Kec. Pangkur, Kab. Ngawi     | Buruh Pabrik        |
| 7  | Retno        | 23                   | Kec. Kedunggalar, Kab. Ngawi | Pegawai Toko        |
| 8  | Siska        | 24                   | Kec. Kasrema, Kab. Ngawi     | Wiraswasta          |
| 9  | Mina         | 24                   | Kec. Paron, Kab. Ngawi       | Wiraswasta          |
| 10 | Nanda        | 24                   | Kec. Jogorogo, Kab. Ngawi    | Pegawai Counter HP  |

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi yaitu salah satu cara pencarian data untuk mendukung dan memperkuat penelitian berupa arsip-arsip dan buku-buku dalam bentuk dokumen yang mendukung dalam penelitian. Adapun dokumentasi yang diperlukan calon peneliti yaitu berupa berkas dan laporan, buku dan jurnal serta data pengajuan cerai oleh pasangan yang masih muda, yang sesuai dengan penelitian terkait.

#### F. Metode Pengolahan Data

Setelah data selesai dikumpulkan dan hasil penelitian dianalisis menggunakan metode deskriptif kualitatif maka langkah selanjutnya adalah

teknik pengolahan data. Agar mendapatkan hasil yang akurat metode pengolahan data yang digunakan peneliti yaitu:

### **1. Editing/ Edit**

Editing merupakan tahap pertama yang dilakukan dengan tujuan untuk memeriksa kembali sumber data yang telah didapatkan dengan cara meneliti kembali apakah data-data tersebut sudah mencakupi dan menjawab rumusan masalah yang ada pada penelitian tersebut. Pada tahap ini, peneliti melakukan pemeriksaan pada sumber data yang telah didapat, berupa data wawancara dengan perempuan muda yang mengalami perceraian serta data lain yang berhubungan dengan penelitian ini.

### **2. Klafikasi**

Klasifikasi adalah pengurangan atau penambahan data yang ada, dengan cara mengelompokkan sumber data yang ada secara sistematis, untuk mempermudah dalam memahami pembahasan dan mengelolah data apabila ada suatu kesalahan. Pada tahap ini peneliti akan mengelompokkan dampak psikologi yang dialami perempuan muda akibat dari perceraian berdasarkan tinggi rendahnya dampak psikologi yang dirasakan dan berdasarkan pada usianya.

### **3. Verifikasi**

Verifikasi adalah proses pembuktian keabsahan data untuk melihat data yang telah dikumpulkan sudah benar atau masih terdapat kesalahan, dalam proses ini peneliti akan memeriksa kembali data yang telah diperoleh agar tidak menimbulkan kesalahan.

#### **4. Analisis**

Analisis adalah suatu sistematika mengenai hasil dari data, wawancara dan observasi serta pememikiran yang menghasilkan pendapat baru. Dalam hal ini calon peneliti menggunakan metode analisis deskriptif kualitatif yaitu suatu analisis yang menggambarkan keadaan suatu fakta melalui wawancara dan obeservasi, yang kemudian dihubungkan dengan teori kajian pustaka berdasarkan kategorinya untuk memperoleh kesimpulan data.

#### **5. Kesimpulan**

Kesimpulan merupakan bagian akhir dalam metode pengolahan data yang berisi mengenai jawaban-jawaban yang tercantum dalam rumusan masalah. Dalam hal ini calon peneliti menyimpulkan jawaban dari hasil penelitian yang dilakukan. Yaitu sejauh mana perceraian berdampak pada psikologi perempuan dewasa muda, serta apa usaha yang dilakukan perempuan muda tersebut untuk terlepas atau mengurangi dampak psikologi akibat perceraian yang ia alami.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Gambaran Objek Penelitian

Kabupaten Ngawi merupakan wilayah Propinsi Jawa Timur yang berada paling barat dan berbatasan langsung dengan Propinsi Jawa Tengah. Luas wilayah Kabupaten Ngawi adalah 1.298,58 km<sup>2</sup>. Secara administrasi wilayah Ngawi terbagi menjadi 19 kecamatan dan 217 desa, dimana 4 dari 217 desa adalah kelurahan. Pada awalnya Kabupaten Ngawi hanya terbagi menjadi 17 kecamatan saja, tetapi pada tahun 2004 berdasarkan Peraturan Daerah (Perda) yang baru maka diputuskan bahwa Kabupaten Ngawi dibagi menjadi 19 kecamatan. Dilihat dari segi geografis Kabupaten Ngawi terletak pada posisi 7<sup>o</sup>21'-7<sup>o</sup>31' Lintang Selatan dan 110<sup>o</sup>10'-111<sup>o</sup>40' Bujur Timur. Topografi wilayah Ngawi berupa daratan tinggi dan tanah datar, di mana sekitar 40% atau sekitar 506,6 km<sup>2</sup> dari luas keseluruhan berupa lahan sawah. Terdapat 4 kecamatan yang terletak didaratan tinggi dikaki gunung lawu yaitu kecamatan Sine, Ngarambe, Jogorogo dan Kendal, sedangkan 15 kecamatan lainnya berada ditengah datar. Wilayah Kabupaten Ngawi memiliki banyak sungai, diantaranya adalah sungai Bengawan Solo dan sungai Madiun. Adapun batas wilayah Kabupaten Ngawi adalah sebagai berikut:<sup>81</sup>

---

<sup>81</sup> Portal Resmi Pemerintah Kabupaten Ngawi, "*letak geografis*", Ngawikab.go.id, Diakses tanggal 16 Januari 2022. <https://ngawikab.go.id/letak-geografis/>.

## 1. Keadaan Geografis

Sebelah Utara : Kabupaten Grobogan, Kabupaten Blora (Propinsi Jawa Tengah) dan Kabupaten Bojonegoro.

Sebelah Timur : Kabupaten Madiun

Sebelah Selatan : Kabupaten Madiun dan Kabupaten Magetan.

Sebelah Barat : Kabupaten Karanganyar dan Kabupaten Sragen (Propinsi Jawa Tengah).

## 2. Keadaan Penduduk

Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Ngawi hasil sesus penduduk pada tahun 2020 yang diliris pada tanggal 25 Januari 2021, mencatat bahwa jumlah penduduk Kabupaten Ngawi berjumlah 870.057 jiwa dengan kepadatan penduduk 671,35 jiwa/km<sup>3</sup>. Jumlah tersebut mengalami penambahan sebanyak 52 ribu jiwa dengan kepadatan penduduk 631 jiwa/km<sup>3</sup> dari hasil sensus terakhir pada tahun 2010 yang lalu. Adapun jumlah penduduk terbanyak berada dikecamatan Paron dengan jumlah penduduk mencapai 10,54% dari total penduduk Kabupaten Ngawi, Sedangkan jumlah penduduk yang paling sedikit berada di Kecamatan Kasreman dengan jumlah penduduk sebanyak 2,81% dari total seluruhnya.

Berdasarkan usia, 70,18% penduduk Kabupaten Ngawi berada pada usia produktif yaitu, usia 15 hingga usia 64 Tahun, hal tersebut menandakan bahwa wilayah Kabupaten Ngawi termasuk dalam masa bonus demografi. Mayoritas penduduk Kabupaten Ngawi berada pada kelompok gen X yaitu penduduk yang lahir pada tahun 1965-1980 dengan jumlah 23,77%, kemudian diikuti oleh

kelompok gen Z yang lahir pada tahun 1997-2012 dengan jumlah 22,94%, kelompok gen Milenial yang lahir pada tahun 1981-1996 dengan jumlah 22,29%, kemudian yang terakhir yaitu kelompok Pre Boomer yang lahir pada tahun 1945 dengan jumlah 3,27% sebagian besar penduduk Nagwi berprofesi sebagai petani dan pedagang.<sup>82</sup>

### **3. Keadaan Ekonomi**

Mayoritas penduduk Kabupaten Ngawi berprofesi sebagai petani, baik sebagai pemilik lahan sawah ataupun buruh. Tercatat terdapat 216.690 penduduk yang berprofesi sebagai petani pada tahun 2020, yang rata-rata berusia 15 tahun ke atas. Pertanian merupakan salah satu penghasilan terbesar wilayah Kabupaten Ngawi selain penghasilan dari pariwisata, hal tersebut disebabkan 40% dari wilayah Kabupaten Ngawi merupakan tanah subur yang bisa dijadikan lahan sawah ataupun perkebunan. Kabupaten Ngawi juga memiliki banyak wisata alam dan Industri Mikro dalam berbagai bidang seperti kuliner dan kerajinan. Selain itu mayoritas penduduk Kabupaten bekerja sebagai Pedagang, Manufer dan Jasa Tenaga Kerja.

### **4. Keadaan Pendidikan**

Kabupaten Ngawi menyediakan fasilitas pendidikan untuk masyarakatnya yang dimulai dari jenjang Paud, SD, SMP, SMA dan Perguruan Tinggi. Pada umumnya bidang pendidikan di Kabupaten Ngawi didominasi oleh sekolah negeri

---

<sup>82</sup> Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Ngawi, *Jumlah Penduduk Tahun 2020*, Diakses tanggal 16 Januari 2022. <https://ngawikab.bps.go.id/statictable.html>.

terutama pada tingkat SD Negeri dengan jumlah 524 yang terdapat di setiap desa. Pada tingkat sekolah menengah SMP berjumlah 50 yang berpusat pada kota dan setiap kecamatan. Sedangkan tingkat akhir SMA berjumlah 20 dan hanya terdapat di beberapa kecamatan saja. Dalam hal pendidikan jenjang tinggi setelah SMA, banyak siswa yang memilih tidak melanjutkan ke jenjang berikutnya, serta banyak pula siswa di Kabupaten Ngawi lebih memilih untuk melanjutkan sekolah mereka keluar kota. walaupun demikian di Kabupaten Ngawi juga terdapat perguruan tinggi seperti Universitas Terbuka, PGRI Ngawi, Akademi Keperawatan, dan STAI Ngawi yang sekarang berganti menjadi IAI Ngawi. Selain itu di Kabupaten Ngawi juga terdapat beberapa pondok pesantren, tercatat ada sekitar 158 pondok pesantren pada tahun 2020.<sup>83</sup>

## **B. Penyajian Data**

Data penelitian ini terdiri dari hasil observasi dan wawancara dengan informan secara langsung yaitu perempuan yang pernah bercerai pada usia dewasa awal. Penelitian ini mengambil data dari Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi, karena data mengenai seseorang yang pernah melakukan perceraian lebih lengkap dan memudahkan peneliti untuk mencari informan yang akan diwawancarai dengan bantuan dari pihak Pengadilan Kabupaten Ngawi.

Pada penelitian ini penulis berhasil mewawancarai 10 informan dari kecamatan yang berbeda-beda, dari usia yang telah ditetapkan yaitu 21-24 tahun. Peneliti melakukan wawancara di Pengadilan Agama Ngawi berdasarkan pada

---

<sup>83</sup> Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Ngawi, *Pendidikan*, Diakses tanggal 17 Januari 2022. <https://ngawikab.bps.go.id/statictable.html>.

data panggilan sidang dan pengambilan akta cerai yang telah diatur oleh Pengadilan Agama sebanyak 7 orang. Kemudian peneliti diberikan kesempatan untuk mewawancarai 3 informan melalui video call dan mendatangi salah satu rumah informan secara langsung. Untuk menjaga privasi peneliti menggunakan nama samaran pada setiap informan. Berikut hasil wawancara antara peneliti dengan para informan :

1. Rika<sup>84</sup>

Rika perempuan berusia 21 tahun, dia memulai kehidupan pernikahan saat usianya 18 tahun. Saat ini ia bekerja sebagai Pegawai Counter HP. Saat ini ia tinggal bersama dengan kedua orang tuanya. Alasan Rika memutuskan untuk bercerai adalah karena faktor ekonomi yang menyebabkan mantan suami pergi dari rumah selama 1 tahun sehingga ia tidak pernah mendapatkan nafkah sebagai hak istri. Saat perceraian ia mengalami dampak negatif yang berdampak pada kehidupan sehari-harinya terutama pada psikisnya. Berikut pemaparan Rika saat diwawancarai :

*Sebelum saya bercerai saya sudah merasa kesal dengan mantan suami saya, dia g pernah ada kabar selama 1 tahun dan saya tidak pernah dikasih nafkah, Setelah saya memutuskan untuk bercerai perasaan itu masih ada dan membuat saya kepikiran sampai terkadang saya sulit tidur dan tidak nafsu makan, saya juga enggak bisa fokus sama apa yang saya kerjakan. Keadaan itu saya alami sekitar 2 bulan pertama setelah keputusan saya untuk bercerai. Alhamdulillah selama 2 bulan itu saya tidak sampai merasa sakit tapi sampai sekarang saya masih merasa trauma dengan hubungan yang lebih lanjut dengan laki-laki, kalau hanya teman saja saya masih bisa. Rencana kedepannya saya akan memfokuskan untuk bekerja dan tidak ingin menikah dulu.*

---

<sup>84</sup> Rika , Wawancara, (20 Desember 2022).

Adapun usaha yang dilakukan Rika untuk melupakan permasalahannya.

Berikut pemaparannya:

*Untuk melupakan masalah saya, biasanya saya menghibur diri saya sendiri dengan bertemu teman-teman SMA. Bagi saya bertemu, ngobrol dan pergi kesuatu tempat bersama teman baik saya membuat saya dapat melupakan masalah saya dan bisa memotivasi diri saya sendiri untuk bangkit. Alhamdulillah saya juga mendapat motivasi dan dukungan dari orangtua, saudara dan orang-orang terdekat saya.*

Penuturan Rika diatas, bahwa ia merasakan perasaan kecewa, putus asa dan kesal. Sehingga ia sempat mengalami stress yang ditandai dengan susah tidur, tidak fokus bekerja dan sulit makan, tetapi tidak sampai mengganggu kondisi kesehatannya. Hal tersebut ia rasakan dalam kurun waktu 2 bulan. Selain itu Rika juga mengalami trauma dalam menjalin hubungan dengan laki-laki sehingga ia memutuskan untuk tidak menikah terlebih dahulu dalam beberapa tahun ini. Sedangkan untuk melupakan masalah yang ia hadapi dengan bertemu dan pergi ke suatu tempat dengan teman-temannya sehingga ia dapat memotivasi diri sendiri untuk bangkit. Serta adanya dukungan dan motivasi dari orang sekitarnya yang mampu meringankan beban masalahnya.

## 2. Ika<sup>85</sup>

Ika perempuan yang berusia 22 Tahun, ia memutuskan untuk menikah saat berusia 17 tahun dan bercerai saat usianya 21 tahun pada awal tahun 2021. Saat ini ia bekerja sebagai pegawai counter hp dan harus menghidupi anaknya yang

---

<sup>85</sup> Ika, Wawancara, (21 Desember 2022).

berusia 1 tahun. Saat ini Ika tinggal bersama orangtuanya. Alasan Ika memutuskan untuk mengajukan perceraian karena adanya orang ketiga sehingga menyebabkan kehidupan pernikahannya tidak harmonis. Saat memutuskan untuk bercerai ia masih merasakan rasa sedih akan hubungan pernikahannya. Berikut Pemaparannya:

*Setelah saya memutuskan untuk cerai dengan mantan suami, kadang saya masih merasa sedih dan suka kepikiran masa-masa senang sama mantan suami saya. Tapi saya juga kesal jika mengingat masalah itu. Kata ibu saya, terkadang saya ngelamun terus tiba-tiba menangis sendiri enggak tau karena apa. Saya juga enggak nafsu makan, enggak fokus saat mengerjakan sesuatu dan tidak bisa tidur. Saya juga selalu kepikiran bagaimana masa depan saya sama anak saya nanti, bagaimana saya mengajarkan anak saya biar jadi anak yang baik. Saya juga sering kepikiran apa penghasilan saya cukup buat kehidupan sehari-hari. Karena itu saya stres dan merasa memikul banyak beban. Saya juga merasa bahwa emosi saya sangat sensitif, tetapi saya berusaha untuk menahan emosi saya agar tidak saya lampiaskan pada anak saya. Hal tersebut saya alami sekitar 3-4 bulan awal. Walaupun keadaan saya seperti itu saya tidak sampai jatuh sakit. Saya juga merasa setelah bercerai saya jadi tidak berniat mengobrol dengan tetangga dekat rumah saya, takut kalau saya tambah tertekan karena mereka sering membicarakan keburukan saya, saya juga gak suka ketemu temen-temennya mantan suami saya yang dekat rumah, saya jadi kepikiran sama masalah saya kalau ketemu sama mereka. Kedepannya saya ingin fokus membesarkan anak saya dulu dan tidak ingin menikah sampai anak saya sudah mencapai usia sekolah dasar.*

Agar terlepas dari kesedihan dan perasaan stres akibat masalah yang dialami Ika memutuskan untuk fokus merawat anaknya dan bekerja. Berikut pemaparannya:

*Agar terlepas dari perasaan sedih, saya berusaha untuk meyakinkan diri saya supaya tidak larut dalam kesedihan. Untuk itu saya mencoba untuk bekerja di sebuah counter agar saya bisa lupa masalah saya. Saya juga memikirkan masa depan anak saya, jika saya terlalu lama bersedih siapa yang akan merawat dan mendidik anak saya nanti. Setidaknya saya harus bisa memberikan masa depan yang terbaik untuk anak saya, dari sanalah saya bisa lepas sedikit demi sedikit. Saya juga mendapat dukungan*

*dan nesehat-nasehat dari orangtua dan adik saya yang setia ada saat saya berada pada masa-masa sulit.*

Berdasarkan pernyataan informan diatas bahwasanya Ika mengalami dampak pada psikologinya akibat perceraian. Perasaan sedih dan ingatan masa lalu, perasaan dihianati serta beban yang dia tanggung untuk membesarkan dan memberikan kasih sayang seorang diri menyebabkan dia mengalami stres dalam kurun waktu 3-4 bulan. Ia juga mengaku bahwa pada masa itu ia mengalami gejala susah tidur tidak nafsu makan tidak fokus, merasa sedih dan kecewa secara berlarut, emosi yang tidak stabi, serta menjadi lebih tertutup untuk mengurangi tekanan dari masyarakat sekitar dan melupakan masalahnya. Untuk melupakan masalah yang dihadapinya, Ika memutuskan untuk fokus pada pekerjaannya serta fokus membesarkan dan memberikan kasih sayang kepada anaknya, adanya dukungan dan motivasi dari orang tuanya juga membuat ika melupakan masalahnya.

### 3. Echa<sup>86</sup>

Echa perempuan yang berusia 23 tahun, ia memulai kehidupan pernikahannya pada usia 17 tahun dan memilih untuk bercerai pada usia 21 tahun, saat ini ia bekerja sebagai pegawai di sebuah toko baju. Icha tinggal bersama anaknya yang berusia 3,5 tahun dan kedua orang tuanya. Ia memutuskan untuk bercerai disebabkan karena masalah ekonomi yang menyebabkan pertengkaran terus menerus. Setelah bercerai Echa mengalami berbagai macam dampak negatif

---

<sup>86</sup> Echa, Wawancara, (30 Desember 2022).

akibat dari keputusannya untuk bercerai. Berikut hasil wawancara dengan informan :

*Setelah bercerai saya masih kecewa dengan mantan suami saya yang dulu kenapa saat itu di tidak mau mengerti kebutuhan semakin mahal dan malah menyalahkan saya karena boros, saya tidak tahan bertengkar terus jadi saya memutuskan untuk pulang kerumah orang tua saya. Setelah saya memutuskan untuk bercerai saya ya harus memenuhi kebutuhan saya sendiri terlebih saya punya anak yang masih kecil. Pada saat itu saya tidak bekerja dan terpaksa mengandalkan orang tua saya. Pas itu saya bingung dan kepikiran bagaimana masa depan saya nanti saya gak mungkin terus-terusan minta ke orang tua. Gara-gara memikirkan itu saya tidak makan dengan teratur, jadi saya sering sakit maag. Saya juga beberapa kali tidak bisa tidur nyenyak, jadi pas saya bangun badan saya rasanya lemas dan gak ada tenaga. Gejala tersebut saya alami kira-kira 2 bulan, bahkan pada saat itu saya sempat tidak mengurus anak saya dengan baik karena sibuk mencari pekerjaan.*

Kemudian berikut pernyataan Echa terkait usaha apa yang ia lakukan untuk melupakan masalahnya :

*Saya bisa lupa masalah itu saat saya mulai mendapatkan pekerjaan, dengan bekerja saya jadi mempunyai aktifitas. Saya juga meyakinkan diri saya sendiri kalau saya sedih terus bagaimana masa depan saya, anak saya masih kecil kalau bukan saya yang ngerawat siapa lagi, saya juga tidak bisa selamanya bergantung sama orang tua saya. Hal itu yang bisa buat saya bangkit lagi dan lupa masalah saya. Saya juga bertemu dengan orang-orang baik saat bekerja jadi saya banyak mendapat dukungan dari mereka dan orang tua.*

Berdasarkan pernyataan Echa di atas bahwasanya ia sempat mengalami tekanan dan stres karena masalahnya. Kecemasan akan masa depannya serta beban yang harus ditanggung sebagai single parent membuat Echa mengalami gejala seperti tidak nafsu makan, sulit tidur bahkan sampai mengalami dampak pada kesehatannya seperti maag dan salalu merasa lemas. Hal itu ia alami selama kurang lebih 2 bulan. Kemudian usaha yang Echa lakukan agar bisa melupakan

masalahnya yaitu dengan melakukan aktifitas yang dapat membuatnya tidak mempunyai waktu untuk memikirkan masalahnya. Ia memilih untuk menyibukkan diri dengan bekerja dan fokus mengurus anak, serta adanya dukungan dari orang-orang sekitarnya yang membantunya melupakan masalah tersebut.

#### 4. Lisa<sup>87</sup>

Lisa perempuan yang berusia 24 tahun, ia memutuskan untuk menikah dengan mantan suaminya pada usia 19 tahun dan memutuskan untuk bercerai pada usia 22 Tahun. Saat ini ia bekerja sebagai pegawai counter HP disekitar tempat tinggalnya. Lisa tinggal bersama kedua anak kembarnya yang berusia 4 tahun dan ibunya. Alasan Lisa memutuskan untuk bercerai dikarenakan pertengkaran terus menerus dan terdapat unsur KDRT didalamnya. Disebabkan hal tersebut ia mengalami trauma dengan hubungan pernikahan. Berikut hasil wawancara dikediaman informan :

*Sebenarnya sebelum saya bercerai saya sudah merasa stres terhadap kehidupan pernikahan saya, saya sempat mengalami KDRT saat saya sedang hamil. Karena itu saya masih sangat trauma dengan pernikahan bahkan sampai sekarang. Sesudah perceraian saya tidak terlalu merasakan stres seperti saat pernikahan, tetapi saya juga pernah mengalami perasaan bingung akan masa depan saya nanti, bagaimana anak-anak saya ketika mereka sudah masuk usia sekolah apakah bisa saya membiayai kebutuhan kedua anak saya, apakah anak saya bisa hidup seperti anak-anak lain. Terkadang gara-gara memikirkan itu saya merasa sedih, cemas dan merasa takut g bisa buat anak saya hidup enak. Perasaan saya itu saya rasakan secara tiba-tiba mungkin selama 3 minggu saja. Setelah perceraian saya merasa semakin menutup diri dengan orang lain terutama dengan laki-laki sampai sekarang saya masih merasa sulit untuk*

---

<sup>87</sup> Lisa, Wawancara (Ngawi, 29 Desember 2022)

*berinteraksi dengan laki-laki, walaupun demikian saya tetap bekerja dan beriteraksi seperlunya saja dengan rekan kerja dan pembeli.*

Adapun pernyataannya terkait apa saja yang Lisa lakukan untuk melupakan permasalahannya :

*Agar saya lupa dengan masalah saya, saya memilih untuk melampiaskannya dengan bekerja, karena dengan bekerja saya tidak mempunyai waktu untuk memikirkan masalah saya. Saya juga memilih untuk menghabiskan waktu saya dengan anak-anak saya kayak pergi kesuatu tempat, merawat dan mendidik mereka supaya mereka menjadi anak yang baik dan membantu ibu mengerjakan pekerjaan rumah.*

Berdasarkan pada hasil wawancara diatas bahwa Lisa mengalami dampak pada psikologisnya akibat dari perceraian. Salah satu yang paling membekas sampai sekarang adalah traumanya terhadap pernikahan disebabkan karena KDRT, sehingga membuat ia tidak ingin menikah terlebih dahulu sampai rasa traumanya menghilang. Selain itu Lisa juga sempat merasakan kecemasan akan masa depannya dan anak-anaknya kelak tetapi hal tersebut hanya ia rasakan selama beberapa minggu saja secara tiba-tiba. Lisa juga merasa setelah ia resmi bercerai ia semakin menutup diri dengan orang lain terutama pada laki-laki. Ia mencoba untuk melupakan masalahnya dengan mengerjakan sesuatu seperti bekerja, mengurus anak dan membantu orang tuanya. Baginya dengan mengerjakan suatu hal membuatnya tidak mempunyai waktu untuk memikirkan masalah yang telah lampau.

## 5. Fatma<sup>88</sup>

Fatma wanita yang berusia 25 tahun, ia memulai kehidupan pernikahannya pada usia 20 tahun dan memutuskan untuk bercerai pada usianya 22 tahun. Saat ini ia bekerja sebagai pegawai di sebuah mini market di daerah Ngawi. Alasan fatma memilih untuk bercerai dikarenakan adanya orang ketiga, sehingga menyebabkan hubungan pernikahan mereka tidak harmonis. Setelah memutuskan untuk bercerai perasaan kesal dan kecewa terhadap mantan suaminya masih ia rasakan sehingga ia sempat merasakan dampak pada psikisnya. Berikut pemaparannya :

*Setelah saya memutuskan untuk bercerai perasaan kesal, marah dan kecewa masih saya rasakan, kecemasan saya sama masa depan saya, semua itu membuat saya stres. Saya sering merasa capek, enggak punya tenaga, enggak bisa tidur nyenyak, saya juga tidak bisa fokus saat bekerja. Mungkin selama 3 bulan saya seperti itu. Badan saya dari dulu memang sudah lemah jadi waktu itu saya juga sering sakit, dan berat badan saya turun banyak. Kedepannya saya mungkin akan fokus untuk bekerja dulu dan tidak mau menikah karena saya masih trauma dengan hubungan pernikahan sampai sekarang.*

Adapun pernyataannya terkait apa saja yang ia lakukan untuk melupakan permasalahannya :

*Saya menghilangkan stres saya dengan fokus bekerja dan menghabiskan waktu pergi bersama teman-teman saya kesuatu tempat. Dengan Menyibukkan diri dengan bekerja dan bertemu teman-teman saya saya, bisa lupa sama masalah saya. Pokoknya sebisa mungkin saya melakukan aktivitas supaya tidak kepikiran. Alhamdulillah saya juga mendapatkan motivasi dari orangtua dan saudara-saudara saya yang terus berpihak sama saya.*

---

<sup>88</sup> Fatma, Wawancara (23 Desember 2021).

Setelah Fatma memutuskan untuk bercerai ia masih merasakan perasaan mara dan kecewa terhadap mantan suaminya hal tersebut menyebabkan ia merasakan stres selama 3 bulan setelah bercerai. Adapun gejala yang ia rasakan yaitu, sulit tidur, salalu merasa lemas dan tidak bertenaga, tidak fokus dalam mengerjakan sesuatu, tidak nafsu makan dan mengalami sakit maag. Serta trauma akan hubungan pernikahan yang masih ia rasakan sampai sekarang. Kemudian usaha fatma untuk menghilangkan trauma dan terlepas dari stresnya yaitu dengan bertemu teman-temannya dan pergi kesuatu tempat. Selain itu ia memilih untuk menyibukan diri dengan bekerja dan mengerjakan aktivitas supaya ia tidak mengganggu. Dukungan dan motivasi dari teman-teman, orang tua dan saudara-saudaranya yang membuat keadaannya jauh lebih baik.

#### 6. Iis<sup>89</sup>

Iis perempuan yang berusia 23 tahun. Ia menikah saat usianya 19 tahun. Sekarang ia bekerja sebagai buruh disebuah pabrik rokok di Ngawi. Saat ini ia tinggal bersama dengan anak perempuannya yang berusia 2 tahun. Ia memutuskan untuk bercerai dikarenakan masalah ekonomi sehingga suaminya memutuskan untuk pergi dari rumah dan tidak pernah pulang selama 7 bulan. Setelah memutuskan untuk bercerai Iis mengaku merasakan dampak pada psikologinya. Berikut pemaparannya:

*Pada awal perceraian saya sempat merasakan stress sampai saya tidak nafsu makan dan sering sakit dibagian punggung dan merasa pusing. Saya juga kadang tidak bisa tidur nyenyak, dan cepat marah. keadaan itu saya*

---

<sup>89</sup> Iis Wawancara ( 27 Desember 2021).

*alami kurang lebih selama 2 bulan. Saya juga mengalami trauma terhadap hubungan pernikahan dengan laki-laki. kebanyakan teman-teman saya yang sudah pernah gagal dalam pernikahan biasanya akan sulit menerima orang lain. Hal itu juga terjadi terhadap saya. Meskipun sehari-hari saya berbicara dengan lawan jenis tapi hanya sekedar interaksi biasa. Saya juga memutuskan untuk menutup diri dari tetangga-tetangga, saya takut saya semakin sres ketika melihat respon mereka terhadap keadaan saya.*

Sedangkan untuk melupakan masalah yang Iis alami ia lakukan dengan mengerjakan berbagai kegiatan berikut pemaparannya:

*Biasanya saya menghabiskan waktu bersama anak saya untuk melupakan masalah saya, sebenarnya saya sempat tidak mengurus anak saya dengan benar karena terlarut dalam kesedihan itu. Akan tetapi saya berusaha memotivasi diri sendiri dan berusaha memikirkan masa depan anak saya, makanya sekarang saya bisa menerima keadaan saya sedikit demi sedikit. Saya sering mengajak anak saya berlibur saat saya sedang tidak bekerja untuk melupakan masalah-masalah saya. Saya juga mendapatkan dukungan dari orang tua dan adik-adik saya meskipun mereka tinggal di luar kota.*

Berdasarkan wawancara diatas Iis sempat merasakan stres dalam kurun waktu sekitar 2 bulan. Adapun gejala stres yang ia rasakan seperti kehilangan nafsu makan, susah tidur, emosi yang tidak stabil, mudah marah, nyeri pada bagian punggung dan mengalami trauma dengan hubungan pernikahan. Ia juga memilih untuk menutup diri dengan pergaulan sosial, agar terhindar dari respon buruk atas keadaanya. Sedangkan untuk melupakan permasalahannya dan berusaha untuk lepas dari kesedihannya, Iis menghabiskan waktu dengan anak-anaknya, dengan memikirkan masa depan anaknya ia dapat meyakinkan dirinya sendiri bahwa ia harus bangkit dan lepas dari kesedihan. Setidaknya ia harus membuat anaknya hidup dengan baik dan tidak terlibat dengan masalahnya. Selain itu ia juga berlibur di suatu tempat untuk menenangkan pikirannya. Dukungan dari orang

tua dan saudara-saudara juga merupakan suatu kekuatan baginya untuk bisa lepas dari kesedihan.

#### 7. Retno<sup>90</sup>

Retno wanita yang berusia 24 tahun, ia mulai kehidupan pernikahannya saat usianya 18 tahun dan bercerai pada awal tahun 2021 saat usianya 23 tahun. Saat ini ia bekerja di sebuah toko swalayan dan tinggal bersama dengan ibunya. Alasan Retno memilih untuk bercerai karena mantan suaminya tidak pernah memberi kabar dan tidak menafkahnya selama 3 tahun. Berikut hasil wawancaranya :

*Sampai sekarang saya masih merasa kesal dengan mantan suami saya, dia bilang kalau dia pergi mau cari uang buat keluarga tapi selama 3 tahun dia enggak pernah pulang, enggak bisa dihubungi, dan selama itu juga saya tidak pernah dinafkahi. Sampai sekarang pun saya juga masih kepikiran apa saya buat kesalahan sama dia, saya kadang nangis, enggak nafsu makan. Sampai ibu saya juga sedih melihat saya. Saya juga sempat sakit maag dan sering pusing setelah keputusan saya untuk cerai. Kira-kira selama 1-2 bulan kalau dihitung sejak bercerai kondisi saya seperti itu. Saya juga merasa lebih tertutup dengan orang-orang dekat rumah, saya tidak mempunyai keberanian untuk sekedar menyapa mereka takut mereka mengejek keadaan saya, saya juga takut saya tambah tertekan dengan omongan mereka.*

Untuk melupakan masalah yang Retno alami ia lakukan dengan mengerjakan berbagai kegiatan berikut pemaparannya:

*Saya meyakinkan diri saya sendiri, saya mikir kalau saya sedih terus siapa yang menjaga ibu saya, saya harus kuat demi ibu saya pikiran saya seperti itu. Sehingga saya menyibukan diri saya dengan mencoba bekerja dan menghabiskan waktu libur bersama ibu saya. Dukungan dan motivasi dari ibu saya juga membuat saya bisa melupakan masalah saya sedikit demi sedikit.*

---

<sup>90</sup> Retno Wawancara (27 Desember 2021).

Berdasarkan hasil wawancara diatas, perasaan kesal dengan mantan suami masih Retno rasakan sampai 1-2 bulan setelah memutuskan untuk bercerai. Karena terlalu memikirkan masalahnya ia mengalami gejala stres seperti perasaan bahwa dirinya gagal, susah makan, mudah menangis, emosi yang tidak terkontrol dan mengalami gangguan pada kesehatannya. Ia juga takut untuk bersosialisasi dengan tetangganya karena rasa tidak percaya diri dengan keadaannya, dan takut akan respon negatif. Sedangkan untuk melupakan masalahnya ia mencoba untuk memotivasi diri sendiri, mengabdikan waktu bersama ibunya, dan mencoba untuk lebih giat bekerja. Kemudian ia mengatakan bahwa dukungan dan keberadaan ibunyalah yang membuat ia bisa melupakan masalahnya sedikit demi sedikit.

#### 8. Siska<sup>91</sup>

Siska perempuan berusia 24 tahun. Ia menikah pada usia 20 tahun. Sekarang ia tinggal bersama anak perempuannya yang berusia 3,5 tahun dan kedua orang tuanya. Saat ini ia mengelola sebuah toko sembako bersama dengan ibunya. Alasan Siska memilih untuk bercerai karena adanya orang ketiga di kehidupan pernikahan mereka sehingga menyebabkan pertengkaran. Setelah bercerai ia sempat mengalami stres hingga berdampak pada kesehatannya, berikut hasil wawancaranya :

*Saya sempat stres, sering pusing, dan tidak nafsu makan. Hal itu saya alami bahkan sebelum bercerai. mantan suami saya, berselingkuh sama perempuan lain, saya kecewa dan memutuskan buat pulang kerumah kedua orang tua saya dan selama 1,5 tahun dia tidak berusaha mencari saya dan menafkahi saya. Saya sangat sedih dengan itu, semua orang juga pasti*

---

<sup>91</sup> Siska Wawancara (20 Desember 2021).

*marah dan kepikiran kalau salah satu orang yang dicintai berkhianat. saya sering menangis dan melamun, saya berfikir bagaimana masa depan saya dan anak saya nanti. Saya sempat sensitif dan merasa lebih tertutup terhadap orang lain, dan bahkan berat badan saya turun banyak. Kira-kira saya mulai merasakan gejala-gejala itu sejak saya memutuskan untuk pulang kerumah orang tua saya sampai 2 bulan setelah saya memutuskan untuk bercerai. Sampai sekarang saya masih merasakan trauma dengan hubungan pernikahan dan sebisa mungkin saya tidak mau bertemu dengan mantan suami saya dan orang-orang yang terlibat sama dia, untuk itu saya ingin fokus membesarkan anak saya dulu.*

Adapun pernyataannya terkait apa saja yang Siska lakukan untuk melupakan permasalahannya :

*Saya bisa lupa kejadian-kejadian saya yang dulu, karena saya selalu mencari kesibukan seperti menghabiskan waktu bersama anak saya dan membantu orang tua saya ditoko, jadi sebisa mungkin saya tidak ada waktu untuk memikirkan masalah saya. Sekarang saya juga berusaha mencari pekerjaan tambahan untuk anak saya dan juga untuk membantu ekonomi orang tua. Selain itu, Karena orang tua yang selalu memberi dukungan kepada saya, sekarang keadaan saya jauh lebih baik.*

Berdasarkan wawancara diatas, kerena masalah yang menyebabkan dia bercerai dan kewajiban yang harus dia tanggung sebagai single parent membuat Siska sempat tertekan dan merasa stres. Gejala seperti tidak nafsu makan, sering merasa pusing, merasa gagal dengan kehidupannya dan emosinya yang lebih sensitif, ia alami selama kurang lebih 2 bulan dan membaik seiring dengan berjalanya waktu. Ia juga merasa bahwa ia lebih menutup diri dari orang lain terutama dengan orang-orang yang terlibat dengan mantan suaminya. Selain itu ia juga masih merasakan trauma dengan hubungan pernikahan sampai sekarang sehingga ia tidak berniat untuk menikah sampai traumanya hilang. Cara Siska untuk terlepas dari masa lalunya dan bisa menjadi lebih baik yaitu dengan mencari kesibukan seperti menghabiskan waktu bersama anaknya, dan membantu orang

tuanya mengelola toko. Saat ini dia juga berusaha mencari pekerjaan tambahan untuk masa depannya. Dukungan dari orang tuanya juga membuat ia sedikit demi sedikit menjadi lebih baik dan mulai melupakan masalahnya.

#### 9. Mina<sup>92</sup>

Mina perempuan berusia 24 tahun, ia menikah saat usianya 19 tahun. Sekarang ini ia bekerja sebagai wiraswasta dan tinggal bersama kedua anak perempuannya yang berusia 4 tahun dan 1,5 tahun. Mina memutuskan untuk bercerai dikarenakan pertengkaran terus menerus dan terdapat unsur KDRT. Sampai saat ini ia masih trauma karena mantan suaminya walaupun sempat mengalami stres tapi menurutnya hal tersebut merupakan keputusan yang terbaik. Berikut pernyataannya :

*Dari pada setelah perceraian saya lebih merasakan stres sebelum saya bercerai, karena menurut saya cerai dengan mantan suami saya merupakan hal terbaik. Saya mungkin hanya kepikiran akan masa depan saya dan anak saya saja. Terkadang saya cemas dan bingung tetapi hal itu hanya berlangsung beberapa minggu saja setelah bercerai, mungkin 3-4 minggu. Tetapi trauma akan KDRT itu yang masih ada sampai sekarang sehingga saya tidak punya niatan untuk menikah dulu dalam beberapa tahun, mungkin sampai anak saya sudah besar. Saya juga memilih untuk tertutup dengan orang lain, karena tidak semua orang dapat menerima kondisi saya, saya takut dengan respon mereka saat melihat saya.*

Untuk menghilangkan perasaan cemas dan bingung serta mencoba terlepas dari traumanya ia melakukan beberapa aktifitas. Berikut pernyataannya :

*Biasanya biar saya lupa sama kejadian itu saya pergi berlibur sama anak-anak saya, saya juga menyibukkan diri dengan pekerjaan saya. Saya memotivasi diri saya dan selalu berfikir untuk membahagiakan anak-anak*

---

<sup>92</sup> Mina Wawancara (23 Desember 2021).

*saya, memang sangat sulit untuk melupakan trauma yang saya alami, tapi saya berusaha kuat buat anak-anak saya. saya berfikir kalau saya sedih terus siapa yang akan mengajarkan anak-anak saya.*

Berdasarkan wawancara dengan Mina, ia menjelaskan dari pada setelah bercerai ia lebih merasakan tekanan dan stres saat ia masih menikah. karena masa lalunya dari pada merasa stres ia lebih merasa trauma menjalin hubungan dengan laki-laki bahkan sampai sekarang. sedangkan perasaan stres ia alami dalam beberapa minggu saya disebabkan karena perasaan cemas ketika memikirkan masa depannya dan anaknya kelak, serta kebutuhan yang semakin banyak. Ia juga memilih untuk menutup diri dengan orang lain kerena kehilangan kepercayaan dirinya dan untuk mengurangi gejala stres akibat pendapat negatif dari orang sekitarnya. Ia mulai melupakan masa lalunya dengan pergi bersama anak-anaknya kesuatu tempat untuk menenangkan pikiran. Ia juga mengerjakan aktivitas yang dia suka seperti bekerja serta memotivasi dirinya bahwa ia harus kuat.

#### 10. Nanda<sup>93</sup>

Nanda seorang wanita yang berumur 24 tahun. Ia menikah saat usianya 18 tahun dan memilih untuk bercerai pada awal tahun 2021. Saat ini ia bekerja disebuah counter HP di dekat rumahnya. Ia tinggal bersama 2 anaknya yang berusia 5 tahun dan 3,5 tahun, serta kedua orang tuanya. Alasan Nanda ingin bercerai karena masalah ekonomi sehingga sering terjadi pertengkaran dan ia mengaku mendapatkan kekerasan secara psikisnya. Berikut hasil wawancaranya :

---

<sup>93</sup> Nanda Wawancara (30 Desember 2021).

*Setelah saya memutuskan untuk bercerai saya sempat merasa bingung dan takut dengan masa depan saya, pasalnya saya sudah punya anak dan hak asuhnya menjadi tanggung jawab saya. Pada saat itu saya belum mempunyai pekerjaan, saya terpaksa mengandalkan orangtua saya dan itu membuat saya kepikiran dan sering sulit tidur. Saya juga masih sangat trauma dengan laki-laki dan membuat saya menjadi menutup diri dengan orang sekitar. Karena saya kepikiran akan omongan-omongan suami saya yang membuat saya sakit hati. kadang saya berfikir bagaimana bisa seorang suami berkata demikian terhadap istrinya. Pikiran-pikiran itu yang menyebabkan saya stres, saya sering menangis dan mudah sekali marah. Tetapi sebisa mungkin saya tidak mau anak saya tau masalah saya. Perasaan itu saya rasakan kurang lebih 3 bulan jika dihitung sejak saya bercerai.*

Adapun pernyataannya terkait apa saja yang ia lakukan untuk melupakan permasalahannya :

*Setelah kurang lebih 3,5 bulan bercerai Alhamdulillah saya mendapatkan pekerjaan, dan saya mulai melupakannya sedikit demi sedikit. saya menyibukkan diri saya agar tidak ada waktu untuk saya mengingat Itu walaupun lama tapi hal itu bisa membuat saya terlepas dari kesedihan saya. Saya juga menghabiskan waktu saya dengan anak-anak dan orang tua saya. Dari kejadian itu sayapun mendapat pelajaran bahwa menjadi perempuan tidak boleh hanya sekedar bergantung pada laki-laki apalagi pada masalah ekonomi. Keadaan saya sekarang sudah lebih baik daripada 3 bulan awal setelah saya bercerai.*

Dari hasil wawancara dengan nanda, ditemukan bahwa ia sempat mengalami gejala stres selama kurang lebih 3 bulan pertama setelah bercerai yang disebabkan kewajibannya sebagai single parent. Serta pemikiran seperti Bagaimana dia membiayai dan mengasuh anaknya, serta bagaimana masa depannya kelak. Hal tersebut menimbulkan Nanda mengalami dampak seperti kesulitan tidur, emosi yang tidak stabil dan mudah marah dan perasaan gagal. Selain itu ia juga merasakan trauma akibat dari permasalahannya dengan mantan suaminya, sehingga ia menjadi lebih tertutup dengan orang sekitarnya khususnya dengan laki-laki. Kemudian ia merasa lebih baik saat ia sudah mendapatkan pekerjaan,

dengan bekerja ia tidak mempunyai waktu untuk mengingat masa lalunya, selain itu ia juga menghabiskan waktu dengan anak dan kedua orang tuanya.

### **C. Analisis Data**

#### **1. Pengaruh Perceraian Terhadap Psikologi Perempuan Muda**

Perceraian merupakan putusan terakhir yang dilakukan oleh suami istri yang tidak bisa lagi mempertahankan keharmonisan rumah tangganya. Salah satu penyebab banyaknya perceraian dikalangan perempuan yang masih muda dikarenakan kerana ketidaksiapan pasangan dalam segi emosional, pendidikan dan ekonomi akibat dari pernikahan dini. Sehingga apabila terjadi permasalahan dalam rumah tangga mereka tidak dapat menyelesaikan dan berakhir pada perceraian. Perceraian menimbulkan dampak negatif kesemua pihak yang terkait, terlebih pihak perempuan dan anak.

Dari hasil penelitian melalui wawancara perempuan muda masa dewasa awal yang telah bercerai. Sebagian besar perempuan yang menjadi informan menikah pada usia dibawah 19 tahun yaitu pada masa remaja. Masa remaja merupakan masa perkembangan, masa seseorang mencari jati diri dan masa dimana emosi yang masih sulit untuk dikontrol sehingga masih membutuhkan pendidikan dan pengawasan orang dewasa. Perceraian pada masa dewasa awal merupakan permasalahan yang tidak dialami semua orang dan merupakan suatu yang menimbulkan perhatian. Masa dewasa awal merupakan masa dimana seseorang memiliki banyak masalah yang semakin rumit, dan juga merupakan masa dimana

seseorang harus memilih kehidupan karir atau pernikahan. Pada masa itu sebagian besar perempuan yang memilih menikah baru saja terjun pada kehidupan pernikahan dan sudah lebih siap dari berbagai aspek. Sehingga menurut hasil wawancara perempuan muda yang ada di Kabupaten Ngawi, semua informan mengaku pernah mengalami *stressor psikososial* seperti yang tertera pada riset pusat data dan informasi Kementerian Kesehatan RI mengenai situasi kesehatan jiwa di Indonesia,<sup>94</sup> akan tetapi karena beratnya beban yang ditanggung para informan pasca perceraian, mereka tidak dapat melakukan adaptasi dengan cepat sehingga berpengaruh pada psikologinya. Adapun keadaan psikologi yang dialami oleh perempuan muda pasca perceraian :

a. Stres

Berdasarkan hasil penelitian dari 10 perempuan muda pada masa dewasa muda awal, semua memberikan pernyataan bahwa mereka pernah mengalami keadaan stres pada awal pasca perceraian dalam kurun waktu beberapa minggu sampai beberapa bulan dengan gejala yang berbeda-beda. Hal tersebut selaras dengan pendapat Wilkinson yang mengatakan bahwa perempuan yang pernah bercerai cenderung memiliki potensi mengalami stres tingkat tinggi dari pada perempuan yang belum pernah menikah atau bercerai.<sup>95</sup> Adapun penyebab stres pada perempuan muda disebabkan oleh masalah yang membuat mereka memilih untuk bercerai, kenangan masa lalu bersama dengan mantan suami dan kecemasan

---

<sup>94</sup> Infodatin Informasi Kementerian Kesehatan RI, *Situasi Kesehatan Jiwa Diindonesia*, (Jakarta, 2018)Diakses Tanggal 17 November 2021. <https://Pusdatin.Kemkes.Go.Id> > Download > Infod...

<sup>95</sup> Namora Lumongga Lubis, *Depresi (Tinjauan Psikologi)*, (Jakarta: Kencana,2009), 81.

mereka akan masa depan mereka dan anaknya kelak, kecemasan-kecemasan itu seperti takut akan ekonomi dan takut tidak dapat memberikan kebahagiaan untuk anaknya. Berikut merupakan data hasil wawancara informan berdasarkan umur dan lama seseorang mengalami stres.

**Tabel 3. Waktu Seseorang Mengalami Stres**

| No | Nama Inisial | Umur ketika Menikah | Umur ketika bercerai | Lama Merasakan Stres |
|----|--------------|---------------------|----------------------|----------------------|
| 1  | Rika         | 18                  | 21                   | 2 Bulan              |
| 2  | Ika          | 17                  | 21                   | 3-4 Bulan            |
| 3  | Echa         | 17                  | 21                   | 2 Bulan              |
| 4  | Lisa         | 19                  | 22                   | 3 Minggu             |
| 5  | Fatma        | 20                  | 22                   | 3 Bulan              |
| 6  | Iis          | 19                  | 23                   | 2 Bulan              |
| 7  | Retno        | 18                  | 23                   | 1-2 Bulan            |
| 8  | Siska        | 20                  | 24                   | 2 Bulan              |
| 9  | Mina         | 19                  | 24                   | 4 Minggu             |
| 10 | Nanda        | 19                  | 24                   | 3 Bulan              |

Berdasarkan pada tabel diatas, perempuan muda di Kabupaten Ngawi yang bercerai mengalami stres yang cenderung tergolong dalam kategori stres berat. Hal tersebut berdasarkan pada pendapat Priyoto yang membagi stres menjadi 3 kategori yaitu ringan yang biasanya dialami selama beberapa jam saja, stres sedang yang dialami dalam waktu beberapa hari sampai beberapa minggu, dan stres berat yang biasanya dialami dalam waktu beberapa bulan.<sup>96</sup> Adapun gejala stres yang dialami setiap informan berbeda-beda, namun sebagian besar mengalami kesulitan tidur, tidak nafsu makan, tidak fokus pada pekerjaan, dan emosi yang tidak terkendali seperti mudah marah, cemas, bingung dan mudah

<sup>96</sup> Priyoto, *Konsep Manajemen Stres*, (Jogyakarta: Nuha Medika, 2014),18.

menangis. Kemudian 4 dari 10 perempuan didapati mengalami gangguan pada kesehatanya akibat dari stres tersebut seperti sakit maag, sering merasa pusing, nyeri pada punggung dan merasa lemas dan tidak bertenaga.

b. Trauma

Berdasarkan hasil wawancara diatas sebagian besar informan mengaku merasakan trauma akibat dari peristiwa dan masalah rumah tangga yang mereka hadapi sebelum perceraian, atau sesuatu yang pernah dilakukan oleh mantan suaminya seperti kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Terdapat 8 dari 10 informan yang mengatakan masih merasakan trauma dengan hubungan pernikahan sampai sekarang, sedangkan 2 diantaranya tidak mengatakan secara langsung jika mereka merasakan trauma tetapi mereka mengatakan bahwa setelah perceraian mereka menjadi sulit menerima laki-laki lain. 3 dari informan yang mengalami trauma disebabkan karena kekerasan rumah tangga (KDRT) dari segi fisik dan psikis yang dilakukan oleh mantan suaminya, sedangkan sisanya disebabkan karena perselingkuhan dan pertengkaran terus-menerus. Akibatnya mereka tidak ingin menikah untuk yang kedua kali sampai mereka bisa memulihkan diri dari traumanya, kemudian mereka mejadi sering merasa takut, cemas dan marah apabila bertemu dengan orang yang mempunyai kaitan dengan mantan suaminya, sehingga para informan merasa harus membatasi interaksi dengan orang-orang sekitar terutama laki-laki.

Trauma adalah suatu perasaan yang sakit akibat dari suatu kejadian luar biasa yang dialami seseorang secara langsung atau tidak langsung yang dialami

oleh fisik maupun psikis atau kombinasi dari keduanya.<sup>97</sup> Berat ringannya pengaruh yang dirasakan, serta lama waktu yang dibutuhkan seseorang untuk lepas dari trauma berbeda-beda setiap individu, hal tersebut tergantung pada peristiwa yang dialaminya, dan cara apa yang dilakukan seseorang itu untuk bisa melupakan peristiwa itu sedikit demi sedikit. Sebagian besar perempuan yang mengalami kegagalan pada pernikahan akan merasa trauma akan hubungan pernikahan atau trauma terhadap laki-laki. Sehingga banyak perempuan yang tidak ingin menikah untuk kedua kalinya dalam waktu yang lama.<sup>98</sup>

Selain gejala yang dialami para informan akibat stres berat dan trauma diatas 7 dari 10 orang perempuan merasa lebih menutup diri dari kehidupan sosial mereka dan memilih untuk tidak terlihat oleh penduduk disekitar rumahnya. Hal tersebut dikarenakan dampak pada perceraian yang menyebabkan seseorang sering mengalami perasaan takut dan tidak percaya diri serta merupakan bentuk gejala dari stres dan trauma yang mereka rasakan. Seperti pendapat dari Gahler, perempuan yang mengalami perceraian seringkali memilih untuk tertutup dalam kehidupan sosialnya, bahkan terkesan menghindar dari kehidupan sosial, keputusan tersebut dilakukan untuk beradaptasi dengan kehidupan mereka yang baru.<sup>99</sup> Perempuan yang memilih menutup diri karena stres mereka akan merasa merasa mendapat tuntutan dan tekanan yang tidak bisa mereka selesaikan dari orang-orang sekitar mereka, sehingga mereka akan merasa takut dan cemas untuk

---

<sup>97</sup> Namora Lumongga Lubis, *Depresi (Tinjauan Psikologi)*, (Jakarta: Kencana, 2009), 5.

<sup>98</sup> Larastyan, Istiqlaliyah Muflikhati, Megawati Simanjuntak, "Pengaruh Religiusitas Dan Tingkat Stres Terhadap Penyesuaian Wanita Bercerai", *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, (2018), 197. <https://journal.ipb.ac.id/>.

<sup>99</sup> Larastyan, Istiqlaliyah Muflikhati, Megawati Simanjuntak, "Pengaruh Religiusitas Dan Tingkat Stres Terhadap Penyesuaian Wanita Bercerai", (t.p.: t.p., t.t.), 194. <https://journal.ipb.ac.id/>.

berinteraksi dengan lingkungan sosial.<sup>100</sup> Sedangkan perempuan yang memilih menutup diri dikarenakan trauma akan merasa teringat kembali dengan kejadian buruk dimasa lalu jika bertemu dengan orang yang menyebabkan ia trauma, atau orang-orang yang sekiranya terlibat dengan orang tersebut.<sup>101</sup> Berikut merupakan gejala stres berat yang dirasakan para informan dan kategori dari gangguan psikologi yang menyebabkan para informan mengalami gejala menutup diri.

**Tabel 4. Gejala stres dan trauma, serta penyebab informan menutup diri**

| No | Nama Inisial | Gejala Stres   | Gejala Trauma  | Kategori Penyebab para informan menutup diri |
|----|--------------|--|--|--|
| 1  | Rika         | Merasa perasaan gagal, sulit tidur, tidak nafsu makan, tidak bisa fokus.   | Tidak ingin menjalani kehidupan pernikahan lagi dalam waktu yang lama.   | Tidak mengalami gejala menutup diri.         |
| 2  | Ika          | Sering menangis dan melamun, merasa gagal, tidak nafsu makan, sulit tidur, menjadi sensitif dan mudah marah, menutup diri dari kehidupan sosial. | Tidak ingin menjalani kehidupan pernikahan lagi dalam waktu yang lama.   | Stres dan trauma                             |
| 3  | Echa         | Merasakan sedih, tidak nafsu makan, sulit tidur, lemas dan tidak bertenaga, gejala maag  | Tidak ingin menjalani kehidupan pernikahan lagi dalam waktu yang lama.   | Tidak mengalami gejala menutup diri.         |
| 4  | Lisa         | Merasa cemas dan sedih, selalu merasa takut, kehilangan kepercayaan diri dan memilih menutup diri  | Tidak ingin menjalani kehidupan pernikahan lagi dalam waktu yang lama. Merasa sulit untuk berinteraksi khususnya | Trauma                                       |

<sup>100</sup> Larastyan, Istiqlaliyah Muflikhati, Megawati Simanjuntak, “ Religiusitas, Dukungan Sosial, Stres, Dan Penyesuaian Wanita Bercerai”, *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, (September, 2019),196.<https://journal.ipb.ac.id/> .

<sup>101</sup> Kusmawati Hatta, *Trauma dan Pemulihanya*, (Banda Aceh : Dakwah Ar-Raniri Press,2016),5.

|   |       |  |  |                                     |
|---|-------|--|--|-------------------------------------|
|   |       |  | dengan laki-laki.  |                                     |
| 5 | Fatma | Perasaan kesal, emosi yang tidak terkontrol, mudah marah, sering merasa lelah, tidak nafsu makan, sulit tidur, tidak bisa fokus, kesehatan terganggu, berat badan turun. | Tidak ingin menjalani kehidupan pernikahan lagi dalam waktu yang lama.   | Tidak mengalami gejala menutup diri |
| 6 | Iis   | Tidak nafsu makan, sulit tidur, gejala maag, demam dan sering pusing, menjadi lebih sensitif. Kehilangan rasa percaya diri dan lebih menutup diri.                       | Tidak ingin menjalani kehidupan pernikahan lagi dalam waktu yang lama.   | Stres                               |
| 7 | Retno | Sering menangis, tidak nafsu makan, gejala maag dan sering pusing, kehilangan kepercayaan diri dan memilih menutup diri  | Tidak ingin menjalani kehidupan pernikahan lagi dalam waktu yang lama. dan tidak punya keberanian untuk berinteraksi dengan tetangga.                                      | Stres dan trauma                    |
| 8 | Siska | Sering pusing, tidak nafsu makan, sering menangis dan melamun, menjadi lebih sensitif, merasa cemas dan takut.   | Tidak ingin menjalani kehidupan pernikahan lagi dalam waktu yang lama, merasa kesal dan takut berinteraksi dengan orang-orang yang mempunyai hubungan dengan mantan suami. | Trauma                              |
| 9 | Mina  | Perasaan cemas dan bingung, kehilangan kepercayaan diri dan lebih memilih menutup diri   | Tidak ingin menjalani kehidupan pernikahan lagi dalam waktu yang lama. Tidak mempunyai keberanian untuk berinteraksi dengan laki-laki asing.                               | Stres dan trauma                    |

|    |       |  |  |       |
|----|-------|--|--|-------|
| 10 | Nanda | Perasaan takut dan bingung, sulit tidur, mudah menangis, emosi yang tidak terkontrol dan lebih memilih menutup diri dari kehidupan sosial. | Tidak ingin menjalani kehidupan pernikahan lagi dalam waktu yang lama. | Stres |
|----|-------|--|--|-------|

Berdasarkan uraian diatas peneliti menemukan bahwa semua perempuan yang pernah mengalami perceraian pernah merasakan perasaan stres, dan trauma yang berbeda setiap orangnya. Dilihat dari keadaan mereka yang berubah dalam waktu yang singkat dan begitu berat untuk seorang yang baru beranjak usia dewasa, tidak adanya hak perempuan pascaperceraian yang dijalankan oleh mantan suaminya seperti mendapatkan nafkah *iddah*, *mut'ah* dan *hadlanah*, serta dari hasil penelitian didapati bahwa pada masa stres para informan yang hanya berjarak 2-4 bulan saja tersebut berada pada masa *iddah* mereka yang seharusnya masih memiliki hak mendapatkan nafkah dari mantan suaminya. Akan tetapi tidak didapati adanya depresi pada setiap informan.

Depresi merupakan suatu perasaan sendu atau sedih yang biasanya disertai dengan diperlambatnya gerak dan fungsi tubuh. Depresi biasa terjadi saat stress yang dialami seseorang tidak kunjung mereda dan disebabkan karena suatu masalah yang baru saja terjadi.<sup>102</sup> Hal tersebut mengartikan bahwa depresi terjadi setelah mengalami gejala stres berat yang berkepanjangan. Dalam pendapat Priyanto mengenai tingkat stres memang tidak disebutkan secara spesifik berapa bulan seseorang mengalami stres berat. Tetapi jika dihitung pada saat mereka memutuskan untuk bercerai mereka hanya mengalami keadaan stres dalam kurun

<sup>102</sup> Namora Lumongga Lubis, *Depresi (Tinjauan Psikologi)*, (Jakarta: Kencana, 2009), 5.

waktu 2-4 bulan bahkan ada yang hanya beberapa minggu sehingga peneliti beranggapan bahwa stres yang dialami oleh para informan tidak sampai pada tahap depresi.

## **2. Upaya Perempuan Muda Untuk Memperbaiki Kondisi Psikologinya**

Setiap orang memiliki beban masalah dan menerapkan manajemen stres yang berbeda-beda, begitu pula perempuan dewasa awal yang mengalami perceraian. Manajemen stres adalah keterampilan yang memungkinkan seseorang untuk mencegah, mengelola dan memulihkan diri dari keadaan atau ancaman stres yang dirasakan oleh orang tersebut.<sup>103</sup> Ketika seorang perempuan memilih untuk bercerai maka ia harus dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan barunya. Hal itu tentunya tidaklah mudah dan membutuhkan waktu yang cukup lama. Walaupun demikian manajemen stres dan keadaan yang mereka hadapi membuat mereka lepas dari gangguan stres dalam beberapa bulan dan tidak sampai kepada tahap depresi. Meskipun mereka yang mengalami trauma belum sepenuhnya bisa terlepas sampai sekarang, namun dengan cara dan keadaan yang mereka hadapi membuat mereka menjalani kehidupan yang jauh lebih baik dari masa awal perceraian. Berdasarkan hasil wawancara perempuan muda, mereka menerapkan manajemen stres dan cara mengurangi trauma yang berbeda-beda satu sama lain. Walaupun demikian sebagian besar informan menggunakan cara sebagai berikut :

---

<sup>103</sup> Priyoto, Konsep Manajemen Stress, (Jogjakarta :Nuha Mediak, 2014), 38.

a. *Self efficacy*

*Self Efficacy* adalah keyakinan seseorang atas kemampuan yang mereka miliki untuk melakukan sesuatu atau mengatasi suatu keadaan.<sup>104</sup> Dengan kata lain *self efficacy* merupakan cara seseorang terlepas dari gangguan stres dan trauma dengan memotivasi diri sendiri dan mencoba untuk mengikhlaskan semua yang telah terjadi, ia bisa bangkit dan tidak terlarut oleh kesedihan. Hal tersebut merupakan cara yang dilakukan beberapa informan agar tidak merasakan kesedihan terlalu lama. Pikiran tentang kewajibannya memberi kasih sayang kepada anaknya dan kewajibannya berbakti dan meringankan beban orang tua menjadi motivasi untuk dirinya sendiri untuk bangkit dari kesedihan. Walau membutuhkan waktu yang cukup lama, tetapi pemikiran akan kewajibannya itu yang dapat melupakan masalah dan ingatan-ingatan buruk yang ada dimasa lalu.

b. Melakukan aktivitas

Selain dengan *self efficacy* sebagian besar informan mengatasi stres mereka dengan melakukan berbagai aktivitas seperti menghabiskan waktu bersama anak-anak mereka dengan mencurahkan waktunya untuk mendidik dan memberikan kasih sayang untuk anak-anak mereka. Sebagai single parent memanglah tidak mudah untuk seorang perempuan terlebih lagi pada masa beralih dari fase remaja menjadi orang dewasa, karena keadaan tersebut sebagian informan yang telah mempunyai anak memiliki rasa keibuan yang lebih besar, sehingga mereka

---

<sup>104</sup> Iihan Khari dan Sefni Rama, “ Hubungan Self Efficacy dan Stres Akademik Mahasiswa”, Jurnal Consilium, Vol. 6 No. 2 ( Desember, 2019), 92. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/consilium/article/view/6386>.

memilih untuk membesarkan anak-anak mereka agar bisa hidup dengan baik seperti anak-anak yang lain, mereka lebih memilih membesarkan anak mereka dari pada menikah lagi. Dengan keberadaan seorang anak dan berusaha memfokuskan perhatiannya hanya pada anak, para informan menjadi lupa terhadap masa lalunya secara perlahan.

Kemudian ada beberapa informan yang memilih untuk berpergian untuk menenangkan diri bersama dengan orang tuanya, anak-anak mereka atau dengan teman dekatnya. Walaupun sebagian informan memilih untuk menutup diri dari interaksi sosial, tetapi ada pula yang memilih untuk bertemu dengan teman-teman baiknya untuk lepas dari stres mereka. Menurut hasil penelitian 2 dari 10 orang memilih metode tersebut. Bagi mereka bertemu dengan teman baik, membicarakan hal-hal yang meyenangkan dan pergi kesuatu tempat bisa membuat mereka melupakan masalah mereka sejenak, selain itu menghabiskan waktu bersama orang yang mendukung kita dapat membuat seseorang lepas dari kesedihan dan kecemasannya lebih cepat dari pada seseorang yang memilih untuk menutup diri dari kehidupan sosial.

Selain itu 7 dari 10 informan menggunakan pekerjaannya sebagai cara untuk melupakan masalah dan masa lalunya. Menurut pemaparan informan dengan bekerja mereka menjadi tidak mempunyai waktu senggang untuk memikirkan masalahnya. Mereka sebisa mungkin tidak ingin mempunyai waktu luang agar ingatan-ingatan tentang masa lalu dan masalahnya tidak bisa mereka pikirkan. Seperti pemaparan Lisa saat diwawancara :

*“Agar saya lupa dengan masalah saya, saya memilih untuk melampiaskannya dengan bekerja, karena dengan bekerja saya tidak mempunyai waktu untuk memikirkan masalah saya.”*

Pemaparan diatas membuktikan bahwa dengan melakukan berbagai aktivitas dapat membuat para informan melupakan masalahnya dan memulai adaptasi dengan berinteraksi sosial dan mengendalikan emosi mereka.

c. Dukungan dari orang tua

Dari penelitian ini, penyebab utama yang membuat para informan bisa terlepas dari stresnya dan tidak sampai kepada tahap depresi adalah dukungan dari orang-orang terdekat mereka seperti orang tua, saudara, teman dekat, dan rekan kerja mereka. Seperti pendapat Abazari perempuan pada masa penyesuaian pasca perceraian yang mendapatkan dukungan dari keluarga dan orang terdekatnya akan lebih cepat pulih dari stresnya daripada perempuan yang tidak mendapatkannya.<sup>105</sup>

Hal tersebut juga dialami oleh para informan yang berhasil diwawancarai oleh peneliti. Dari 10 perempuan muda yang menjadi informan semua mengaku mendapatkan kekuatan dari dukungan dan motivasi dari orang-orang terdekatnya. Sehingga peneliti menyadari bahwa dukungan dan keadaan sosial merupakan hal yang sangat membantu penyesuaian perempuan muda pasca perceraian dan dapat menghindarkan seorang perempuan muda korban perceraian dari keadaan depresi. Walaupun beberapa informan memilih untuk tertutup dengan kehidupan sosial.

---

<sup>105</sup> Muhimmatul Hasanah, Stres dan Solusi Dalam Perspektif Psikologi dan Islam, *Jurnal Ummul Qura*, vol. 8 No.1 (Maret, 2019), 111. <http://ejournal.insud.ac.id/>.

Tetapi, karena masih mendapatkan dukungan sosial dari orangtua, dan saudara-saudaranya, sehingga mereka tidak sampai pada tahap depresi.

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat dilihat bahwa seseorang mempunyai cara masing-masing untuk mengurangi beban psikologi yang ada pada mereka dan membuat mereka merasa lebih baik, mereka dapat melewati masa-masa kelam mereka tanpa adanya pemenuhan hak-hak mereka ataupun peran mantan suami sebagai ayah dari anaknya. Jika dikaitkan dengan pendapat hurlock mengenai psikologi dewasa awal. Fase itu merupakan masa dimana masalah semakin rumit dan menuntut seseorang menyelesaikannya dengan cepat. Hurlock juga berpendapat bahwa fase ini merupakan masa kestabilan emosi. Pada awalnya seorang perempuan pada fase ini akan mengalami banyak perasaan khawatir dan takut. Akan tetapi, seiring dengan berjalanya waktu maka akan terjadi kestabilan dalam emosi sebagai hasil dari pengalaman yang telah dilaluinya.<sup>106</sup>

Hal tersebut juga dialami oleh para informan, pada awalnya mereka memang mengalami goncangan pada psikisnya seperti rasa cemas dan perasaan khawatir akan kehidupan barunya, namun para informan dapat membiasakan diri seiring dengan berjalanya waktu. Mereka sudah bisa bertanggung jawab dan menyelesaikan masalah mereka dengan cepat, kreatifitas mereka mengalami perkembangan, bahkan naluri keibuan dari para informan lebih

---

<sup>106</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan (Suatu pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan)* Jilid 5, (Jakarta: Erlangga,2009),249.

berkembang dan mereka lebih cepat sehingga mereka masih bisa berperan sebagai *single parent* tanpa bantuan dari mantan suaminya.

Kemudian dari hasil penelitian ini, peneliti juga menemukan bahwa tidak adanya jaminan dan pengawasan akan hak-hak istri yang seharusnya diberikan oleh suami pasca perceraian, sehingga banyak sekali mantan suami yang melalaikan kewajibannya pasca cerai. Dan para informan kurang mempraktikkan ajaran Islam dalam hal mengelola dan mengurangi stres dan trauma mereka seperti lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan memperbanyak dzikir, berserah diri dan memperbanyak sholat. Dari semua informan yang diwawancarai tidak ada yang mengatakan bahwa mereka lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT saat mereka dalam keadaan stres atau trauma. Hal tersebut menunjukkan bahwa masih kurangnya pemahaman agama yang ada masyarakat Kabupaten Ngawi, terlebih tentang masalah pernikahan.

Berdasarkan hal tersebut seharusnya pemerintah turut andil untuk memberikan dampingan dan bantuan kepada para perempuan dan anak korban perceraian. Dalam undang-undang memang sudah diatur mengenai hak-hak perempuan pasca perceraian seperti pada Undang-undang Perkawinan dan Kompilasi Hukum Islam (KHI) akan tetapi dalam praktiknya masih banyak perempuan yang tidak mendapatkan haknya seperti yang dialami oleh para informan. Dalam Kompilasi Hukum Islam (KHI) hanya mengatur hak perempuan pasca perceraian yang diputuskan secara talak, sedangkan pada Edaran Mahkamah Agung (SEMA) No. 03 Tahun 2018 poin 3 Hasil Pleno Kamar Agama poin 2 dijelaskan bahwa perempuan yang bercerai gugat bisa

mendapatkan hak pasca perceraian apabila ia mengajukan gugatan tentang hak-hak pasca perceraian. Sedangkan di Indonesia Khususnya di Kabupaten Ngawi perceraian didominasi oleh perempuan yang menggugat suaminya di Pengadilan Agama. Berdasarkan pada data tahunan Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi pada tahun 2021 jumlah permohonan cerai gugat sebanyak 1361 sedangkan permohonan cerai talak hanya berjumlah 532.<sup>107</sup> Banyaknya perempuan yang tidak bisa mendapatkan haknya menyebabkan beban yang ditanggung seorang perempuan sangat berat, akibatnya banyak perempuan yang mengalami stres berat hingga kesehatannya terganggu akibat dari beban tersebut.

Lemahnya pengetahuan hukum, tidak adanya pendamping yang bisa mengarahkan, dan keterbatasan dana juga menjadi penghambat seorang perempuan mendapatkan haknya. Berdasarkan hasil wawancara diatas didapati bahwa mereka menikah pada usia yang sangat muda dan seharusnya masih membutuhkan bimbingan dan berdasarkan pekerjaan mereka saat ini dapat disimpulkan bahwa tidak adanya biaya untuk memanggil kuasa hukum untuk mendampingi dan kurangnya pengetahuan, menyebabkan kebanyakan dari mereka tidak bisa berbuat sesuatu untuk memperjuangkan haknya. Selain itu, tidak adanya jaminan dan sanksi yang pasti apabila mantan suami tidak menjalankan kewajibannya, menyebabkan banyaknya pelanggaran yang dilakukan oleh pihak suami seperti tidak memberikan nafkah Mut'ah dan Hadlanah dan mengulur waktu pengucapan talak agar terhidar dari kewajibannya menyerahkan

---

<sup>107</sup> Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi, Laporan Kegiatan Tahun 2020, diakses tanggal 31 Januari 2022. <http://web.pa-ngawi.go.id/en/>.

nafkah Iddah pada istrinya sehingga terjadinya ketidakpastian hukum dan berakhir pada cerai gugat.

Untuk melindungi hak-hak perempuan dan anak pasca perceraian maka diharapkan pemerintah mendirikan lembaga khusus untuk memberikan dampingan dan bantuan kepada perempuan dan anak korban perceraian dalam hal pengawasan terhadap pemenuhan nafkah yang menjadi hak istri dan anak pasca perceraian, konseling Islam dan pendampingan saat proses perceraian di Pengadilan Agama yang bekerja dengan lebih proaktif dan efektif, yang bisa dijangkau oleh semua kalangan masyarakat dan berada di setiap daerah khususnya di Kabupaten Ngawi.

Di negara Malaysia untuk meringankan beban dan menjamin pemenuhan hak-hak perempuan dan anak pasca perceraian pemerintah mendirikan sebuah lembaga khusus dibawah Jabatan Kahakiman Syariah Malaysia (JKSM) pada tahun 2009 atas desakan dari rakyat agar ada lembaga yang lebih proaktif dan efektif bagi masyarakat yang tidak memenuhi tanggungjawab pasca perceraianya, dikarenakan banyaknya mantan suami yang tidak menjalankan apa yang telah diperintahkan oleh Mahkamah, lembaga tersebut bernama Bagian Sokongan Keluarga (BSK). Lembaga ini memiliki peran memastikan putusan nafkah yang dikeluarkan oleh Mahkamah terlaksanakan, menjadi tempat rujukan dan tempat bantuan bagi mereka yang tidak mendapat nafkah kerana kegagalan suami memnuhi perintah Mahkamah, utuk mengatasi masalah keterlambatan manajemen penegakan perintah nafkah, untuk melindungi hak pihak yang seharusnya

menerima nafkah dan memastikan tanggung jawab pihak pemberi nafkah berjalan dengan baik. Lembaga ini juga akan memberikan sanksi kepada pihak yang melanggarnya berupa tindakan penyitaan, pemindahan hutang dan pemaksaan, sehingga lembaga ini berjalan dengan efektif dan bisa mengurangi dampak perceraian pada perempuan.<sup>108</sup> Diharapkan bagi pemerintah Indonesia juga bisa lebih memperhatikan akan masalah jaminan pemenuhan hak-hak perempuan dan anak pasca perceraian agar dapat meringankan beban dan dampak pada psikologi yang ditanggung oleh perempuan pasca perceraian.

---

<sup>108</sup> Agustin Hanafi, “Peran Bahagian Sokongan Keluarga Dalam Masalah Pemenuhan Nafkah Isteri Pasca Perceraian ( Study Kasus Mahkamah Tinggi Syari’ah Kedah, Malaysia)”, *Jurnal Media Syariah* , Vol.20 No.1 (2018),66. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/medsyar/article/view/6501>.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pada penelitian diatas dapat disimpulkan:

1. Semua perempuan yang menjadi informan di Kabupaten Ngawi mengaku pernah merasakan *stressor psikososial* dan tidak seorangpun yang dapat beradaptasi dengan cepat sehingga mereka mengalami gangguan pada psikologinya. Adapun gangguan psikologi yang dialami perempuan masa dewasa awal pasca perceraian yaitu stres berat dan trauma. Walaupun demikian tidak ada yang sampai mengalami tahap depresi.
2. Untuk mengurangi gangguan pada psikologinya para informan menerapkan manajemen stres dan trauma yang berbeda-beda setiap orangnya. Adapun cara yang dilakukan sebagian informan untuk melupakan masalahnya yaitu dengan *self efficacy* atau memotivasi diri sendiri, mencoba untuk ikhlas, melakukan berbagai aktivitas seperti berlibur, bekerja, mengurus anak dan bertemu teman dekat, dan mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekat yang merupakan penyebab seorang perempuan dapat terlepas dari kesedihannya dan tidak sampai menimbulkan negatif. Meskipun trauma masih dirasakan oleh perempuan korban perceraian tersebut namun dengan menggunakan cara-cara tersebut kehidupan mereka perlahan menjadi membaik dan berhasil menyesuaikan diri. Namun demikian seharusnya pemerintah juga harus turut andil untuk meringankan beban yang ditanggung oleh perempuan.

## **B. Saran**

Adapun saran-saran yang ditujukan kepada berbagai pihak terkait dalam penelitian ini yaitu :

1. Kepada perempuan yang hendak bercerai sebaiknya pertimbangkan dulu keputusan yang akan diambil, perceraian memang merupakan keputusan terakhir apabila kehidupan rumah tangga sudah tidak mempunyai harapan. namun perceraian juga menimbulkan lebih banyak dampak negatif dari pada dampak positif yang akan membekas sampai beberapa waktu setelah bercerai.
2. Kepada Masyarakat hendaknya lebih memperhatikan tentang dampak-dampak negatif dari pernikahan dini, serta memberikan pengawasan dan pendidikan yang tepat untuk anak-anak remaja agar perceraian dikalangan pasangan muda dapat berkurang.
3. Kepada Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi, dengan meningkatkan kinerja dan mengoptimalkan pemerisaan perkara, dan lebih menekankan para pihak agar mengikuuuutuu prosese mediasi diharapkan mampu mengurangi perceraian. Serta lebih mengptimalkan dan memperketat perizinan untuk dispensasi nikah dengan harapan dapat mengurangi pernikahan dini dikalangan masyarakat.
4. Kepada Pemerintahan, diharapkan dapat lebih menaruh perhatian terhadap penjaminan hak-hak perempuan dan anak korban perceraian dengan cara mendirikan lembaga khusus untuk mendampingi dan memberikan pertolongan yang lebih proaktif dan efektif, untuk meringankan beban yang ditanggung dan menjadikan generasi selanjutnya menjadi lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

### BUKU

- Albantany, Nur. *Plus Minus Perceraian Wanita dalam Kaca Mata Islam Menurut Al-Quran dan As-Sunnah*. Tangerang Selatan: Sealova Media. 2014
- Asy Safi'I, Muhammad bin Idris. *Al-Umm jilid 10*. Jakarta: Republika. 2008
- Az-Zuhaili, Wahbah. *Fiqh Islam wa Adillatuhu*. Jakarta: Gema Insani. 2011
- Donsu, Jenita Doli Tine. *Psikologi Keperawatan (Aspek-aspek Psikologi, Konsep Dasar Psikologi, Teori Perilaku Manusia)*. Jogyakarta: Pustaka Baru Press.2017
- Fitriyah, Lailatul. Muhammad Jauhar, *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta : Prestasi Pustaka. 2016
- Garawiyani, Banu. *Memahami Gejala Emosi Anak*. Bogor: Cahaya.2003
- Ghazaly, Abd. Rahman. *Fiqh Munakahat*. Jakarta: Prenanda Media. 2003
- Hurlock, B Elizabeth. *Psikologi Perkembangan (Suatu pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan)*. Jakarta: Erlangga. 2009
- Herkutanto. *Kekerasan Terhadap Perempuan dan Sistem Hukum Pidana. Pendekatan dari sudut pandang Kedokteran, dalam T.O. Ihromi, Dick (ed.), Penghapusan Diskriminasi Terhadap Wanita*.Bandung. 2000
- Hatta, Kusmawati. *Trauma dan Pemulihannya*. Bandar Aceh: Dakwah Ar-Raniry Press. 2016
- Kartono, Kartini. *Psikologi Wanita (mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa)*.Bandung: Mandar Maju. 2006

- Lubis, Namora Lumongga. *Depresi (Tinjauan Psikologi)*. (Jakarta: Kencana.2009
- Mugniyah, Muhammad Jawad. *al-Fiqh 'ala al-Mazahib al-Khamsah*. terj. Masykur A.B. Jakarta: Lentera. 2004
- Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2006
- Nasir, Moh. *Metode Penelitian*. Jakarta. Ghali Indonesia.2005
- Nurhayati, Eti. *Psikologi Perempuan Dalam Berbagai Perspektif*. Yogyakarta: Pustaka Belajar. 2012
- Priyoto. *Konsep Manajemen Stres*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2014
- Qudamah,Ibnu. Al-Mugni. Beirut:Dar Kutub. 2011
- Saebani, Beni Ahmad. *Fiqh Munakahat 2*. Bandung: Cv Pustaka Setia. 2016
- Santrock, John. *Adolescence Perkembangan Remaja*. edisi keenam. Jakarta: Erlangga. 2003
- Sulaiman, Rajid. *Fiqh Islam*. Bandung: Sinar Baru Algensindo. 2015
- Saleh, Adnan Achiruddin. *Pengantar Psikologi*. Makassar: Aksara Timur.2018
- Sunggono, Bambang. *Metodologi Penelitian Hukum*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 2003
- Suharsimi. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekan Praktik*. Jakarta: PT. Asd Mahasatya. 2013
- Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2007
- Tim Penerjemah. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Bandung: Cordoba.2016
- Uhbiyati, Nur. *Ilmu Pendidikan Islam*. Bandung: Pustaka Setia. 1997

Walgito, Bimo. *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*. Yogyakarta : Penerbit Andi.2002

Yusuf, Syamsul. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : Remaja Rosda Karya. 2006

## **SKRIPSI**

Aini, Nur Asri. “Faktor Penyebab Perceraian di Pengadilan agama Makassar Pada Masa Pandemi Covid-19 Bulan Maret-Agustus 2020.” Undergraduate Thesis Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.2021.  
<http://etheses.uin-malang.ac.id/26410/>

Humairah, Resty. “Dampak Perceraian Terhadap Kondisi Psikologis Keluarga (Studi Deskriptif Analitis di Kec.Tangan-Tangan Kab.Aceh Barat Daya).”. Universitas Islam Negeri Al-Raniry Darussalam Bandar Aceh. 2016.  
<https://repository.ar-raniry.ac.id/>

Soraya, Nina.“Perilaku Sosial Wanita Muda Pasca Perceraian di Kecamatan Mojoroto Kota Kediri.”.Undergraduate Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. 2013. <http://etheses.uin-malang.ac.id/7180/>

## **JURNAL**

Azizah, Rina Nur. “Dampak Perceraian Orangtua Terhadap Perkembangan Psikologis Anak.” *Jurnal Al-Ibrah Uinversitas Madura*, No.2, (2017).  
<https://ejournal.stital.ac.id/index.php/alibrah/article/view/34>

- Aeni, Nur'. Dwiyantri, Retno. "Dinamika Psikologis Perempuan Yang Bercerai (Studi Tentang Penyebab Dan Status Janda Pada Kasus Perceraian Di Purwokerto)". *Psycho Idea*. No1. (2009) :14. <http://jurnalnasional.ump.ac.id/>
- Asiyah, Siti Nur. Amalia, Risna. "Post Traumatic Growth pada Wanita yang Bercerai". *Jurnal Indonesian Psychological Research*. No 1. (2020) :24. <http://jurnalfpk.uinsby.ac.id/index.php/IPR>
- Hasanah, Muhiyatu. Stres dan Solusi Dalam Perspektif Psikologi Dan Islam. *Jurnal Ummul Qura*. No.1 (2019): 111. <http://ejournal.insud.ac.id/>
- Hanafi, Agustin. "Peran Bahagian Sokongan Keluarga Dalam Masalah Pemenuhan Nafkah Isteri Pasca Perceraian ( Study Kasus Mahkamah Tinggi Syari'ah Kedah, Malaysia)", *Jurnal Media Syariah* . No.1 (2018):66. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/medsyar/article/view/6501>
- Khari, Iihan. Rama, Sefni. " Hubungan Self Efficacy dan Stres Akademik Mahasiswa". *Jurnal Consilium*. No. 2 (2019) : 92. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/consilium/article/view/6386>
- Larastyan, Istiqbaliah Muflikhati, Megawati Simanjuntak. "Pengaruh Religiusitas Dan Tingkat Stres Terhadap Penyesuaian Wanita Bercerai". *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*. (2018): 197. <https://journal.ipb.ac.id/>
- Larastyan, Istiqbaliah Muflikhati, Megawati Simanjuntak. "Religiusitas, Dukungan Sosial, Stres, Dan Penyesuaian Wanita Bercerai". *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*. September. 2019: 196.<https://journal.ipb.ac.id/>

Mubasyaroh, “Analisis Faktor Penyebab Pernikahan Dini Dan Dampaknya Bagi Pelakunya”, *Yudisia*, No.2 (2016) :405.

<https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/Yudisia/article/view/2161/1789>

M.E.I, Akmal. Nurdin,T. M. “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perceraian Dalam Tinjauan Perundang-Undangan Negara”. *Legalite: Jurnal Perundang Undangan dan Hukum Pidana Islam*. No. 01. (2018) :95.

<https://journal.iainlangsa.ac.id/>

Nasution, Muhammad Arsad. “ Perceraian Menurut Kompilasi Hukum Islam (KHI) Dan Fiqh”, *Jurnal El-Qanuny*, No.2 (2018): 157. [http://jurnal.iain-](http://jurnal.iainpadangsidempuan.ac.id/)

[padangsidempuan.ac.id/](http://jurnal.iainpadangsidempuan.ac.id/)

Putri, Alifia Fernanda. “Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya”.*SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*.

No.2 (2019): 34.<https://jurnal.iicet.org/index.php/schoulid/search>

Praptomojati, Ardian. “Dinamika Psikologi Remaja Korban Perceraian: Sebuah Studi Kasus Kenakalan Remaja.” *Jurnal Ilmu Perilaku Universitas Gadjah Mada*. No 1.(2018) <http://jip.fk.unand.ac.id/index.php/jip/article/view/53>

Setyawati.“Sosial Ekonomi, Paritas, Status Dan Perilaku Kesehatan Pada Wanita Yang Menikah Dini Di Indonesia”. *Ahmad Al Yakin*, No. 2. (2013) : 73.

<http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/kespro/article/view/3903>

Sukadiyanto. “Stres Dan Cara Mengurangnya”, *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, no.1. Februari,2010 : 63. <https://journal.uny.ac.id/>

Yuwono, Susatyo. “Mengelola Stres Dalam Perspektif Islam dan Psikologi”, *Psycho Idea*, No.2 (2010): 20. <http://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/>

[PSYCHOIDEA/article/view/231](https://psychoidea.com/article/view/231)

## **WEBSITE**

Abidin, Zainal. “Mayoritas Dipicu Masalah Ekonomi, Kasus Perceraian di Ngawi Capai Ratusan Setiap Bulannya”. Bangsa Online.Com. Ngawi, 1 September,2020. diakses Tanggal 13 Januari 2022.<https://www.bangsaonline.com/berita/79374/mayoritas-dipicu-masalah-ekonomi-kasus-perceraian-di-ngawi-capai-ratusan-setiap-bulannya?page=1>

Fitria, Laela Nur. “Tradisi Jawa dan Tingginya Angka Pernikahan Dini Perempuan”. Murianews.com. 25 Juli 2020. diakses tanggal 9 maret 2022. <https://www.murianews.com/2020/07/25/192436/tradisi-jawa-dan-tingginya-angka-pernikahan-dini-perempuan>

Liputan 6. “Pernikahan Usia Dini di Ngawi Meningkat di Masa Pandemi”, Liputan 6.com. surabaya,24 Maret 2021. diakses tanggal 15 Januari 2022 <https://surabaya.liputan6.com/read/4514050/pernikahan-usia-dini-di-ngawi-meningkat-di-masa-pandemi>

Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi. Laporan Kegiatan Tahun 2020. diakses tanggal 13 dan 15 Januari 2022 <http://web.pa-ngawi.go.id/en/>

Portal Resmi Pemerintah Kabupaten Ngawi. Ngawikab, go.id. Diakses tanggal 16 Januari 2022, <https://ngawikab.go.id/letak-geografis/>

Bandan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Ngawi. Diakses tanggal 16 Januari

2022. <https://ngawikab.bps.go.id/statictable.html>

Infodatin Informasi Kementerian Kesehatan RI, Situasi Kesehatan Jiwa

Diindonesia. Jakarta, 2018. diakses Tanggal 17 November 2021

<https://Pusdatin.Kemkes.Go.Id> > Download > Infod.

## LAMPIRAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
**FAKULTAS SYARIAH**  
Jl. Gajayana 50 Malang 65144 Telepon (0341) 559399 Faksimile (0341)559399  
Website: <http://syariah.uin-malang.ac.id> E-mail: [syariah@uin-malang.ac.id](mailto:syariah@uin-malang.ac.id)

Nomor : B- 2195 /F.Sy.1/TL.01/08/2021  
Hal : **Permohonan Izin Penelitian**

Malang, 13 Desember 2021

Kepada Yth.  
Ketua Pengadilan Agama Kabupaten Ngawi  
Jl. Ir. Soekarno, Ngronggi, Jururejo, Kec. Ngawi, Kabupaten Ngawi, Jawa Timur

*Assalamualaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh*

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir/skripsi mahasiswa kami:

Nama : Salsabila Herlany  
NIM : 18210142  
Program Studi : Hukum Keluarga Islam

mohon diperkenankan untuk mengadakan penelitian dengan judul :  
**Analisis Perceraian Perempuan Dibawah Usia 24 Tahun di Kabupaten Ngawi**, pada  
instansi yang Bapak/Ibu Pimpin.

Demikian, atas perhatian dan perkenan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

*Wassalamualaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh*

Scan Untuk Verifikasi



Tembusan :  
1. Dekan  
2. Ketua Prodi Hukum Keluarga Islam  
3. Kabag. Tata Usaha

**Gambar 1. Surat Izin Penelitian**



## PENGADILAN AGAMA NGAWI

Jln. Ir. Soekarno Telp. (0351) 749160 & Fax. (0351) 745336  
e-mail: [pa.ngawi@gmail.com](mailto:pa.ngawi@gmail.com) & [www.pa-ngawi.go.id](http://www.pa-ngawi.go.id).

NGAWI - 63214

### SURAT KETERANGAN

Nomor : W13-A25/4149/KP.01.0/12/2021

Panitera Pengadilan Agama Ngawi menerangkan, bahwa:

Nama : Salsabila Herlany  
NIM : 18210142  
Progam Studi : Hukum Keluarga Islam  
Judul Penelitian : " Analisis Perceraian Perempuan Dibawah Usia 24 Tahun  
di Kabupaten Ngawi"

Yang bersangkutan **benar telah melaksanakan penelitian/ wawancara** di  
Pengadilan Agama Ngawi Jl. Ir. Soekarno Ngawi tanggal 20 Desember 2021 s/d 29  
Desember 2021.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Ngawi, 31 Desember 2021



Moh. Daroini, S.H., M.H  
NIP. 19690825 1992031003

**Gambar 2. Surat Keterangan Penelitian dari PA Kabupaten Ngawi**



**Gambar 3 dan 4. wawancara Informan tanggal 20 Desember 2021**



**Gambar 5. Wawancara Informan tanggal 21 Desember 2021**



**Gambar 6 dan 7. Wawancara Informan tanggal 23 Desember 2021**



**Gambar 8 dan 9. Wawancara Informan Tanggal 27 Desember 2021**



**Gambar 10. Wawancara dirumah Informan tanggal 29 Desember 2021**



**Gambar 11 dan 12. Wawancara informan melalui videocall tanggal 30 Desember 2021**



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

|   |                   |  |
|---|-------------------|--|
|  | <b>Nama</b>       | Salsabila Herlany  |
|   | <b>Alamat</b>     | Dsn. Pule Rt. 01, Rw. 01, Kec.<br>Ngrambe Kab. Ngawi, Jatim              |
|   | <b>TTL</b>        | 24 November  |
|   | <b>No. Telpon</b> | 082257670120   |
|   | <b>Email</b>      | <a href="mailto:Salsabila24star@gmail.com">Salsabila24star@gmail.com</a> |

### Riwayat Pendidikan Formal

1. SDN Ngrambe 2 2004 - 2010
2. Pondok Modern Darussalam Gontor Putri 1 2010 - 2014
3. MTS Al-Hidayah Ngawi 2014 - 2015
4. MAN 3 Ngawi 2015 - 2018
5. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang 2018 - 2022

### Riwayat Pendidikan Non Formal

1. Pondok Pesantren Al-Hidayah Kendal, Ngawi 2014 - 2015
2. Asrama MAN 3 Ngawi 2015 - 2016