

**DAMPAK PSIKOSOSIAL WANITA PASCA PERCERAIAN DI  
KECAMATAN PEDURUNGAN KOTA SEMARANG (ANALISIS  
BIMBINGAN KONSELING ISLAM)**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
**Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)**

Disusun Oleh :

Lutfi Kharisma Nur Asyifah  
1901016094

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG  
2024**

## NOTA PEMBIMBING

Lamp. : -  
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.  
**Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi**  
UIN Walisongo Semarang  
di Semarang

*Assalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Lutfi Kharisma Nur Asyifah  
NIM : 1901016094  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi  
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam  
Judul : Dampak Psikososial Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)

Dengan ini kami setuju, dan mohon agar segera diujikan. Demikian, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Semarang, 6 Maret 2024  
Pembimbing,



**Ulin Nihayah, M.Pd.I**  
NIP. 198807022018012001

## PENGESAHAN SKRIPSI

**PENGESAHAN SKRIPSI**  
**DAMPAK PSIKOSOSIAL WANITA PASCA PERCERAIAN DI**  
**KECAMATAN PEDURUNGAN KOTA SEMARANG (ANALISIS**  
**BIMBINGAN KONSELING ISLAM)**

Disusun Oleh:  
Lutfi Kharisma Nur Asyifah  
1901016094

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Pada tanggal 26 Maret 2024 dan dinyatakan telah LULUS memenuhi syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

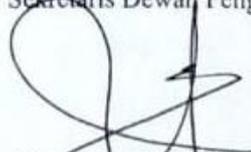
### Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji



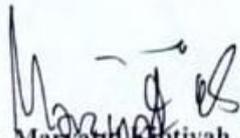
Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd  
NIP. 196909012005012001

Sekretaris Dewan Penguji



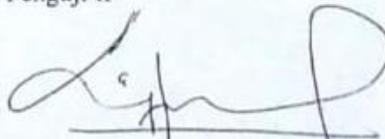
Ulin Nihayah, M.Pd.I  
NIP. 198807022018012001

Penguji I



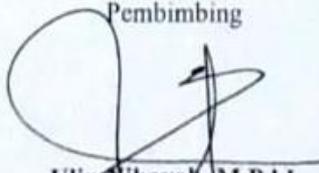
Dra. Mar Yatul Sabtiyah, M.Pd  
NIP. 196801131994032001

Penguji II



Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.i, M.S.I  
NIP. 198203072007102001

Mengetahui,  
Pembimbing

Ulin Nihayah, M.Pd.I  
NIP. 198807022018012001

Disahkan oleh:  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Semarang.

Prof. Dr. Msh. Fauzi, M.Ag  
NIP. 197205171998031003

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Lutfi Kharisma Nur Asyifah

NIM : 1901016094

Fakultas/Jurusan : FDK/Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Judul Skripsi : Dampak Psikososial Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan hanya digunakan sebagai acuan atau kutipan yang sumbernya dijelaskan didalam tulisan dan daftar pustaka sesuai kepenulisan karya ilmiah.



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq, hidayah, serta inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Sholawat serta salam tidak lupa senantiasa penulis hantarkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah memberi jalan terang bagi umat Islam dalam mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Salah satu nikmat dan anugerah dari Allah ialah penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Dampak Psikososial Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)”** sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Strata Satu (SI) pada jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari kerjasama dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya Kepada Yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. H. Nizar, M.Ag., selaku Rektor UIN Walisongo Semarang beserta staf dan jajarannya yang telah memberikan restu kepada peneliti untuk menimba ilmu dan menyelesaikan karya ilmiah ini.
2. Bapak Prof. Dr. Moh. Fauzi, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang beserta Wakil Dekan I, II, dan III yang telah membantu dalam proses belajar di Fakultas Dakwah dan Komunikasi.
3. Ibu Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I., M.S.I., selaku Ketua Jurusan BPI dan Ibu Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd., selaku Sekertaris Jurusan BPI yang telah memberikan izin kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.
4. Ibu Ulin Nihayah, M.Pd.I., selaku Dosen Wali Studi sekaligus Pembimbing yang telah memberikan bantuan secara moril kepada penulis dengan meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing peneliti berupa arahan, nasihat, dan motivasi dalam proses penulisan skripsi sehingga dapat menyelesaikan karya ilmiah ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen dan Tendik serta para staf karyawan di lingkungan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah menyampaikan pengajaran, membantu dalam penyelesaian proses perkuliahan dan lain sebagainya selama penulis menuntut ilmu di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.

6. Bapak Moh. Agus Junaidi, S.Kom., MM., selaku Camat di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang yang telah memberikan izin kepada peneliti dalam proses penelitian sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah ini.
7. Masyarakat di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang yang berperan sebagai informan yang telah membantu memberikan data yang dibutuhkan dalam penulisan skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah ini.
8. Ayahanda dan Ibunda tercinta yaitu Bapak Solikhin dan Ibu Waryuni yang tidak henti-hentinya mendo'akan, menasihati, memotivasi dan memberikan dukungan baik secara materiil dan non materiil kepada penulis untuk meraih hal terbaik.
9. Keluarga besar dan saudara-saudara penulis yang penulis sayangi terutama kakak Achmad Fahrudin (Mas Udin) dan Muhammad Khairon Mashadi Musafak (Mas Safak), serta kakak ipar Dita Ani Purwita (Mbak Dita) dan juga Tutik Maghfiroh (Mbak Firoh) yang juga memberikan motivasi, nasihat dan semangat kepada penulis untuk segera menyelesaikan penulisan skripsi ini.
10. Teman-teman seperjuangan jurusan BPI angkatan 2019, khususnya teman-teman di kelas BPI-C yang selalu memberikan semangat dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
11. Sahabat setia kasih dan tersayang di grup bernama ciwi-ciwi yaitu Malila Safrenti, Aprilia Mayangsari, dan Husnu Rohmah yang selalu menemani baik suda maupun duka serta berbagi canda tawa dan keceriaan tersendiri dengan keunikan kalian.
12. Nur Alifindi Wijaya yang telah memberikan semangat, perhatian serta dukungan kepada penulis.

Semoga apa yang telah penulis peroleh selama kuliah di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang ini dapat bermanfaat bagi pembaca, adik angkatan di Bimbingan dan Penyuluhan Islam, dan khususnya bagi penulis. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan yang masih perlu disempurnakan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dan dapat menjadi masukan demi perbaikan untuk hasil yang lebih baik, sehingga nantinya dapat bermanfaat untuk berbagai pihak.

Semarang, 21 Februari 2024  
Penulis,



Lutfi Kharisma Nur Asyifah  
NIM: 1901016094

## PERSEMBAHAN

Segala puji syukur tiada tara kupanjatkan kepadamu Tuhan yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikan kekuatan, kesabaran, serta membekaliku dengan ilmu sehingga menjadikan aku sebagai manusia yang senantiasa berpikir. Segala karunia serta kemudahan yang Engkau berikan membuat penulis berkesempatan untuk dapat menyelesaikan skripsi ini meskipun masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Tak lupa lantunan Al-Fatihah beriring Sholawat selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad SAW. Kupersembahkan karya sederhana ini kepada:

1. Orang yang sangat kukasihi dan sayangi didunia ini yaitu Ayahanda Solikhin dan Ibundaku tercinta Waryuni, yang tiada henti memberikanku dukungan semangat, do'a, dorongan, nasihat, cinta dan kasih sayang serta pengorbanan baik secara materiil maupun non materiil. Terimakasih engkau telah mendoakanku disetiap sujudmu, engkau telah ikhlas dalam menjagaku, mendidikku dan membimbingku untuk meraih hal yang terbaik.
2. Panutanku, kakak dan kakak iparku yang juga selalu menyemangati dan memotivasiku untuk segera menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih atas segala do'a dan uluran dana darimu sehingga sangat meringankanku dalam proses penyelesaian skripsi ini.

*Terimalah bukti kecil ini sebagai kado keseriusanku  
untuk membalas semua pengorbananmu.*

## MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri”

-(Q.S Ar-Ra'd:11)-

“Nyatakan perasaan, hentikan penyesalan, maafkan kesalahan, tertawakan kenangan, kejar impian. Hidup terlalu singkat untuk dipakai meratap”

-(Fiersa Besari)-

## ABSTRAK

**Lutfi Kharisma Nur Asyifah (1901016094), dengan penelitian berjudul “Dampak Psikososial Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)” Program Strata I Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwan dan Komunikasi Univesitas Islam Negeri Walisongo Semarang.**

Kecamatan Pedurungan merupakan salah satu kecamatan di Kota Semarang yang memiliki permasalahan perceraian cukup tinggi dalam kurun waktu tiga tahun terakhir. Kasus perceraian sering dianggap sebagai peristiwa yang menegangkan dan senantiasa memberikan dampak yang mendalam karena mendatangkan ketegangan berfikir yang memakan waktu lama seperti stres, trauma dan tekanan yang dapat berpengaruh terhadap fisik, psikis maupun sosialnya. Dalam kasus perceraian, biasanya wanita menjadi pihak yang paling dirugikan karena memiliki peran ganda dimana selain harus merawat dan mendidik anak juga harus berupaya untuk mencukupi kebutuhan anaknya. Selain itu, adanya stigma yang kurang baik di masyarakat terkait wanita yang telah bercerai dan menyandang status sebagai janda, kemudian dapat menambah beban pikiran wanita sehingga dapat mempengaruhi kondisi psikologis dan sosialnya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Dampak psikososial wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam). Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Sumber data dalam penelitian ini adalah wanita pasca bercerai, keluarga dari wanita pasca bercerai, serta masyarakat di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perceraian yang terjadi dapat menimbulkan dampak psikososial bagi wanita pasca bercerai, dampak negatifnya seperti mengalami stres, pengalaman traumatis, takut memulai hubungan baru, menutup diri, dan ekonomi menjadi tidak stabil, sementara dampak positif berupa perasaan bahagia setelah bercerai. Bimbingan dan konseling Islam memiliki peran dan fungsi yang sangat strategis dalam menangani dampak negatif psikososial akibat dari perceraian yang dialami oleh wanita pasca bercerai. Adapun fungsi bimbingan konseling Islam befokus pada tindakan pencegahan (*preventif*) dan penanganan masalah (*kuratif*), serta pengembangan (*development*) agar membantu wanita pasca bercerai dalam mengembangkan potensi pada dirinya dan memiliki kemampuan untuk mengatasi setiap permasalahan dalam hidupnya. Dalam bimbingan konseling Islam terdapat beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah maupun menangani dampak psikososial pada wanita pasca bercerai guna memperoleh penyesuaian diri, diantaranya dapat dilakukan melalui bimbingan mental berupa peningkatan *self efficacy*, memperoleh dukungan sosial dari lingkungan dan memperbanyak melakukan berbagai kegiatan positif, serta meningkatkan religiusitas dengan melakukan bimbingan spiritual dengan mendekatkan diri terhadap Allah SWT selain dengan cara memahami dan mengamalkan ajaran agama secara benar serta mengamalkan iman, islam, dan ikhsan dalam kehidupan sehari-hari seperti melaksanakan sholat, puasa, membaca Al-Qur'an, berdzikir, bersholawat, melakukan ibadah sunah, serta menjalin silaturahmi dan berhubungan baik dengan sesama muslim lainnya.

**Kata kunci: Dampak Psikososial, Perceraian, Wanita Pasca Perceraian.**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
NOTA PEMBIMBING .....	ii
PENGESAHAN SKRIPSI .....	iii
PERNYATAAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	v
PERSEMBAHAN .....	vii
MOTTO .....	viii
ABSTRAK .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Tinjauan Pustaka .....	7
F. Metodologi Penelitian .....	10
1. Jenis dan Pendekatan Penelitian .....	10
2. Sumber dan Jenis Data .....	11
3. Teknik Pengumpulan Data .....	12
4. Validasi Keabsahan Data .....	14
5. Teknik Analisis Data .....	15
G. Sistematika Penulisan .....	17
BAB II KERANGKA TEORETIK .....	19
A. Dampak Psikososial Perceraian .....	19
1. Pengertian Dampak Psikososial Perceraian .....	19
2. Macam-macam Dampak Psikososial Perceraian .....	21
B. Wanita Pasca Bercerai .....	35
1. Pengertian Perceraian .....	35
2. Pengertian Wanita .....	40
3. Pengertian Wanita Pasca Bercerai .....	42
4. Wanita Sebagai Janda Dalam Pespektif Gender .....	43
C. Bimbingan Konseling Islam .....	44
1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam .....	44
2. Landasan Bimbingan dan Konseling Islam .....	46

3.	Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam .....	47
4.	Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam.....	49
5.	Tahapan Bimbingan dan Konseling Islam .....	51
D.	Relevansi Bimbingan Konseling Islam Dengan Dampak Psikososial Wanita Pasca Bercerai .....	54
<b>BAB III GAMBARAN UMUM KECAMATAN PEDURUNGAN KOTA SEMARANG DAN HASIL PENELITIAN.....</b>		<b>57</b>
A.	Gambaran Umum Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.....	57
B.	Dampak Psikososial Pada Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.....	61
1.	Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang .....	61
2.	Dampak Psikososial Pada Wanita Pasca Perceraian .....	73
3.	Upaya Penanganan Bimbingan Konseling Islam Terhadap Dampak Psikososial Wanita Pasca Perceraian.....	94
<b>BAB IV ANALISIS.....</b>		<b>102</b>
A.	Dampak Psikososial Pada Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.....	102
B.	Analisis Bimbingan Konseling Islam Terhadap Dampak Psikososial Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.....	114
<b>BAB V PENUTUP .....</b>		<b>136</b>
A.	Kesimpulan .....	136
B.	Saran-saran.....	137
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>138</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>142</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>		<b>150</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Jumlah kependudukan warga Kecamatan Pedurungan Kota Semarang Tahun 2021.....	58
Tabel 2.	Data diri informan wanita wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.....	64
Tabel 3.	Faktor dan dampak dari perceraian pada wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.....	93
Tabel 4.	Upaya penanganan bimbingan konseling islam terhadap dampak psikososial wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.....	101
Tabel 5.	Dampak psikososial wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.....	115
Tabel 6.	Upaya bimbingan mental dalam penyesuaian diri pada wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.....	128
Tabel 7.	Upaya bimbingan spiritual dalam penyesuaian diri pada wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.....	137

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Pedoman Wawancara

Lampiran 2. Surat Keterangan Permohonan Izin Riset

Lampiran 3. Surat Keterangan Pemberian Izin Riset

Lampiran 4. Dokumentasi

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pernikahan dilakukan sebagai suatu proses pembentukan keluarga, didalamnya terdapat prosesi perjanjian yang sakral antara suami dan istri dengan disaksikan oleh wali nikah, dalam agama islam disebut dengan istilah *mistaqan ghalidha* (Soraya, 2013:1). Pernikahan merupakan ikatan yang suci antara seorang laki-laki dan perempuan untuk hidup sebagai sepasang suami istri dalam membangun keluarga atau rumah tangga yang bahagia (Ismiati, 2018:1). Dalam islam, rumah tangga yang bahagia merupakan rumah tangga yang diliputi oleh *sakinah* (ketentraman), *mawaddah* (rasa cinta), dan *rahmah* (kasih sayang) (Humairah, 2016:1).

Menurut Gunarsa (dalam Soraya, 2013:5) keluarga yang bahagia dan ideal merupakan keluarga yang seluruh anggotanya merasa bahagia, ditandai dengan berkurangnya ketegangan, kekerasan dan merasa puas terhadap keadaan pada dirinya (aktualisasi diri) yang meliputi aspek fisik, mental, emosi, dan sosial. Oleh karena itu, umumnya setiap pasangan akan mengharapkan perkawinannya dapat bertahan dan hanya terjadi sekali seumur hidup saja dengan adanya rumah tangga yang harmonis dan utuh. Namun pada kenyataan dilapangan, tidak semua keluarga dapat berhasil dalam melaksanakan fungsinya dengan baik. Karena dalam merealisasikan konsep ideal dalam rumah tangga yang *sakinah mawadah warahmah* bukanlah hal yang mudah untuk dilakukan, mengingat dalam Islam pernikahan merupakan suatu ibadah terlama, sehingga banyak ujian yang akan dilalui.

Tidak sedikit pasangan yang diterpa konflik atau ujian dalam keluarga kemudian memutuskan untuk berpisah, bahkan yang sudah memiliki anak sekalipun. Apabila pasangan suami istri sudah tidak mampu lagi untuk menyelesaikan suatu persoalan rumah tangga yang terjadi dan sudah tidak dapat menjalankan tanggung jawab dalam perkawinan yang semestinya, maka

banyak diantaranya yang memilih untuk berpisah. Suatu pernikahan yang berakhir pada perpisahan ini disebut dengan perceraian (Soraya, 2013:4). Perceraian di Indonesia diatur dalam UU No. 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan Pasal 38, didalamnya menjelaskan bahwa suatu perkawinan dapat putus disebabkan karena adanya kematian, perceraian, dan putusan pengadilan (Pragholapati, 2020:2).

Perceraian (*divorce*) merupakan suatu perpisahan secara resmi antara suami dan istri akibat dari kegagalannya dalam menjalankan perannya masing-masing, sehingga memutuskan untuk tidak bersama-sama lagi dalam menjalankan kehidupan rumah tangganya. Setelah bercerai maka pasangan tersebut sudah tidak berketetapan untuk menjalankan kewajiban sebagai suami-istri lagi (Dariyo, 2004:4). Namun dalam perannya sebagai orang tua, hak dan kewajiban terhadap anak harus tetap ditunaikan. Dalam Islam, perceraian merupakan suatu persoalan yang diperbolehkan, namun perlu diketahui pula bahwa perpisahan merupakan hal yang tidak disukai oleh Allah SWT (Zuhrotunisa, 2019:5).

Kasus angka perceraian yang terjadi di Kota Semarang mengalami kenaikan setiap tahunnya. Data dari Pengadilan Agama menunjukkan adanya kenaikan angka perceraian dari tahun 2020 sampai 2022. Pada tahun 2020 perceraian yang tercatat sebanyak 2.917 perkara, kemudian pada tahun 2021 tercatat sebanyak 3.056 perkara, selanjutnya pada tahun 2022 angka perceraian tercatat sebanyak angka 3.076 perkara. Dari total angka perceraian pada tahun 2022 tersebut didominasi oleh pengajuan cerai dari pihak istri (cerai gugat) sebanyak 2.413 perkara, dan sisanya sebanyak 663 perkara berupa cerai talak dari pihak suami. Sementara dari banyaknya kasus perceraian yang terjadi di Kota Semarang tersebut, terdapat daerah dengan temuan kasus perceraian terbanyak berada di Kecamatan Pedurungan.

Dalam kurun waktu tiga tahun terakhir, Kecamatan Pedurungan berada pada posisi teratas daerah dengan temuan kasus perceraian yang ada di Kota Semarang, yakni pada tahun 2020 berada ditingkat kedua setelah Kecamatan Tembalang dengan selisih 14 perkara, kemudian pada tahun 2021 dan 2022

Kecamatan Pedurungan menjadi peringkat pertama dengan total kasus sebanyak 373 perkara dan 349 perkara (Arsip Pengadilan Agama Kota Semarang). Perceraian tersebut dapat terjadi dilatarbelakangi oleh banyak faktor yang menjadi penyebabnya, mulai dari adanya ketidakcocokan dengan pasangan, masalah komunikasi, penghianatan, perbedaan prinsip, masalah ekonomi, kekerasan dalam rumah tangga dan yang lainnya.

Kasus perceraian sering dianggap sebagai peristiwa menegangkan tersendiri bagi hidup seorang individu dalam keluarga yang mengalaminya. Perceraian yang terjadi dalam keluarga akan senantiasa memberikan dampak yang mendalam seperti stres dan tekanan, serta dapat berpengaruh pada fisik dan psikis (Humairah, 2016:2). Hal tersebut dapat berpengaruh kepada semua anggota baik itu ayah, ibu dan anak. Anak dari hasil pernikahan tersebut juga dapat terdampak dikarenakan dengan adanya perceraian yang terjadi biasanya diakhiri dengan kepergian dari salah satu pihak ibu atau ayah yang kemudian memilih untuk hidup berpisah dengan anak dan pasangannya (Mone, 2019:159). Hal tersebut yang mengakibatkan anak menjadi hanya tinggal dengan salah satu orang tuanya saja.

Akibatnya peran keluarga yang dijalankan dan dibebankan kepada satu pihak saja akan jauh lebih sulit dan memberatkan pihak tersebut apabila dibandingkan tanggung jawab ditanggung oleh dua orang. Dampak kurangnya peran dari orang tua tersebutlah yang kemudian menyebabkan kehidupan anak menjadi dikesampingkan atau tidak diurus dengan baik (Mone, 2019:160). Tasnim (dalam Zuhrotunisa, 2019:6) mengemukakan bahwa apa yang dirasakan oleh anak ketika melihat orang tuanya memutuskan untuk bercerai akan merasa tidak aman, tidak diinginkan dan ditinggalkan sehingga anak akan memiliki dan memendam perasaan sedih, kesepian, marah, kehilangan dan rasa bersalah. Kondisi tersebut seringkali diluapkan dalam bentuk perilaku yang tidak wajar seperti menjadi lebih agresif maupun menjadi pendiam. Hurlock (dalam Zuhrotunisa, 2019:6) menyatakan bahwa rumah tangga yang pecah karena perceraian akan lebih merusak anak dan hubungan keluarga dibanding rumah tangga yang berpisah karena kematian.

Selain berpengaruh besar terhadap anak, tentunya suatu perceraian juga akan berdampak pada suami dan istri sebagai pihak yang menjalankannya, terutama dampak yang dirasakan oleh pihak istri. Karena terdapat anggapan yang beredar di masyarakat bahwa yang menyangga tonggak rumah tangga dapat bertahan atau tidak merupakan berasal dari wanita sebagai istri (Pragholapati, 2020:2). Sehingga apabila rumah tangga menemui sebuah kegagalan biasanya pihak wanita lah yang dianggap kurang bisa menjaga keutuhan rumah tangganya. Hal tersebutlah yang membuat istri atau wanita menjadi memiliki perasaan bersalah yang mendalam sehingga seringkali juga berdampak dan menimbulkan permasalahan psikologis. (Herlany, 2022:8) Adapun permasalahan psikologis yang dialami biasanya berbeda-beda oleh setiap wanita, dapat berupa gejala stres seperti kesulitan tidur, tidak nafsu makan, tidak fokus dalam pekerjaan, dan emosi yang tidak terkendali seperti mudah menangis, marah, cemas, bingung, serta kehilangan kepercayaan diri sehingga sampai memutuskan untuk lebih menutup diri.

Kondisi atau fenomena tersebut juga diperparah dengan stigma yang kurang baik dimasyarakat mengenai wanita yang berstatus “janda”. Janda merupakan istilah bagi wanita yang sudah tidak dalam status perkawinan lagi, atau dengan kata lain sudah berpisah atau bercerai dari suaminya. Fenomena sosial inilah yang kemudian juga akan berpengaruh pada kondisi psikologis dari wanita setelah bercerai. Kondisi tersebut dapat disebut dengan istilah psikososial. Menurut Bellot-Arcis (dalam Bellot-Arcís, Montiel-Company, & Almerich-Silla, 2013:194) psikososial merupakan setiap perubahan dalam kehidupan individu, baik yang bersifat psikologis maupun sosial yang saling mempunyai pengaruh timbal balik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa antara perilaku dan sosial maupun sebaliknya saling berkaitan satu sama lainnya.

Menurut Gahler (dalam Muhammad, Muflikhati, & Simanjuntak, 2019:195) wanita yang telah bercerai akan mengalami perubahan dalam kehidupan sosial dan lebih cenderung tertutup bahkan menghindar dari kehidupan sosialnya. Selanjutnya Johnson dan Wu (dalam Muhammad et al., 2019:195) menjelaskan hal tersebut akan berdampak pada perubahan

kehidupan, kesehatan yang terganggu, tekanan ekonomis, dan perubahan ekonomi. Untuk itu, wanita yang telah bercerai harus dapat melakukan penyesuaian diri untuk menghadapi dan melanjutkan kehidupannya. Pudrovska & Carr (dalam Herlany, 2022:14) menyebutkan bahwa wanita yang telah menyesuaikan diri dapat dilihat dari ciri yaitu mampu dalam mengatasi masalah yang berfokus pada pembentukan emosi positif, komunikasi sosial, keterbukaan diri, serta dapat mengatasi kesehatan mentalnya.

Jang dan Kim (dalam Muhammad et al., 2019:195) menjelaskan dalam proses penyesuaian tersebut terdapat faktor yang mempengaruhi wanita dalam penyesuaiannya seperti *self-efficacy*, dukungan sosial, dan pengelolaan stress yang baik. Untuk itu dapat diketahui bahwa semakin baik pengelolaan dan penyesuaian diri serta adanya dukungan sosial yang baik dari keluarga, lingkungan dan budaya pada wanita pasca bercerai maka akan semakin rendah tingkat stres yang dialaminya. Begitu pula sebaliknya apabila wanita yang telah bercerai mengalami kekurangan dukungan sosial maka dapat memiliki peluang stres yang lebih tinggi.

Dalam menghadapi tekanan dan dampak psikososial yang dialami oleh wanita yang telah bercerai, religiusitas atau keyakinan terhadap nilai agama yang baik akan dapat membantu wanita pasca bercerai dalam proses penyesuaian dirinya. Dalam meningkatkan religiusitas pada wanita pasca bercerai tersebut dapat dilakukan dengan bimbingan dan konseling Islam. Bimbingan dan konseling Islam pada hakikatnya adalah suatu upaya untuk membantu individu agar belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrahnya sebagai seorang manusia yang berlandaskan pada Al-qur'an dan Hadits. Cara mengembangkannya yaitu dengan memberdayakan iman, akal, dan kemauan yang telah dikaruniai oleh Allah SWT kepadanya. Bentuk bantuan yang diberikan oleh konselor dapat berupa pemberian dorongan dan pendampingan kepada wanita pasca bercerai agar dapat memahami dan mengamalkan syari'at islam. (Sutoyo, 2014:22) Dengan adanya upaya bimbingan dan konseling Islam yang dilakukan terhadap wanita pasca bercerai

tersebut, diharapkan dapat membantu dalam proses penyesuaian dirinya untuk menghadapi dan melanjutkan kehidupannya menjadi lebih baik.

Berdasarkan kondisi psikososial yang dialami oleh wanita pasca bercerai, serta tingginya kasus angka perceraian yang berada di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang tersebut, peneliti tertarik untuk membahas lebih lanjut terkait dampak psikososial pada wanita pasca terjadinya perceraian yang ada di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang yang kemudian akan dikaitkan dan dianalisis dengan bimbingan dan konseling islam sebagai upaya penyembuhan dan penyesuaian diri pada wanita pasca bercerai dalam penelitian yang berjudul **Dampak Psikososial Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)**.

#### **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana Dampak Psikososial Pada Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang?
2. Bagaimana Analisis Bimbingan Konseling Islam Terhadap Dampak Psikososial Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang?

#### **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk Mengetahui Dampak Psikososial Pada Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.
2. Untuk mengetahui Analisis Bimbingan Konseling Islam Terhadap Dampak Psikososial Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi seluruh masyarakat baik dalam dunia pendidikan maupun dalam dunia kerja yang bersifat teoretis dan praktis.

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi praktisi akademis dalam bidang bimbingan konseling Islam mengenai dampak psikoosial pada wanita pasca terjadi perceraian.

## 2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan model pengembangan bimbingan konseling Islam terhadap dampak psikososial yang dialami oleh wanita pasca bercerai.

## E. Tinjauan Pustaka

Masalah pokok yang akan dibahas oleh penulis ialah mengenai bagaimana dampak dari perceraian terhadap psikososial yang dialami oleh wanita. Untuk itu, penulis telah membaca literatur yang berhubungan dengan topik yang akan diangkat. Diantaranya yaitu:

*Pertama*, penelitian yang dilakukan oleh Zuhrotunisa (2019) dengan judul: *Dampak Psikologis Perceraian Bagi Anak Dan Istri Di Desa Sentul Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang Dan Solusinya Perspektif Bimbingan Dan Konseling Keluarga Islam*, UIN Walisongo Semarang. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh menyatakan bahwa dampak perceraian berpengaruh pada kondisi psikologis istri dan anak Di Desa Sentul Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang yang menyebabkan perubahan psikologis pada individu (Zuhrotunisa, 2019:147). Dampak psikologis perceraian bagi anak diantaranya: a) perasaan dendam, marah, dan menyalahi orang tua, b) sedih dan menyalahkan diri sendiri, c) perasaan tidak disukai, d) kehilangan rasa aman dan kehangatan, e) bersikap agresif, dan f) marah. Sedangkan dampak psikologis perceraian bagi istri diantaranya: a) masalah ekonomi, b) stres, c) pengalaman traumatis dan ketidakstabilan kehidupan, d) takut memulai hubungan baru, e) hilang kepercayaan diri.

*Kedua*, Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen Institut Pertanian Bogor yang ditulis oleh Larastyan Yang Bogaan Muhammad, Istiqlaliyah Muflikhati, dan Megawati Simanjuntak (2019) dengan judul: *Religiusitas, Dukungan Sosial, Stres, Dan Penyesuaian Wanita Bercerai*. Berdasarkan hasil penelitian

yang dilakukan tersebut menyatakan bahwa religiusitas dalam berperilaku keagamaan dapat berpengaruh terhadap tingkat stres dan penyesuaian wanita bercerai. Peningkatan perilaku keagamaan diharapkan mampu mengurangi tingkat stres dan meningkatkan penyesuaian setelah perceraian (Muhammad et al., 2019:204). Selain itu wanita pada masa penyesuaian pasca perceraian yang mendapatkan dukungan dari keluarga, lingkungan serta budaya, akan memiliki tingkat stres yang rendah dari pada wanita yang tidak mendapatkannya.

**Ketiga**, penelitian yang dilakukan oleh Dyah Santika Sari (2021) dengan judul : *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Dengan Orang Tua Bercerai Literature Review*, STIKES Widyagama Husada Malang. Berdasarkan penelitian tersebut menyatakan bahwa selain pihak suami-istri, anak juga merupakan orang yang secara langsung merasakan dampaknya secara psikologis terutama pada remaja. Untuk itu, struktur keluarga sangat berpengaruh terhadap kontrol diri dan dukungan sosial berfungsi sebagai pecegahan efek buruk dari perceraian orang tua. Selain itu, dengan adanya kontrol emosi dapat membuat individu cepat menerima kenyataan dan juga mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, dukungan yang didapat dari orang terdekat juga dapat mempermudah remaja dalam menerima keadaannya (Sari, 2021:2).

**Keempat**, *Harmoni Sosial: Jurnal Pendidikan IPS Universitas Nusa Cendana* yang dilakukan oleh Harry Ferdinand Mone (2019) yang berjudul: *Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Perkembangan Psikososial Dan Prestasi Belajar*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan tersebut menyatakan bahwa perceraian (cerai hidup) membawa dampak yang negatif terhadap perkembangan psikososial dan prestasi belajar anak (Mone, 2019:162). Hal itu menyebabkan emosi atau perasaan anak sangat mempengaruhi aktivitas belajar di sekolah maupun di rumah, baik perasaan sedih, gembira, aman, marah, cemas, takut dan lain sebagainya. Hal tersebut dapat ditangani dengan adanya komunikasi yang baik antara orang tua dan anak setelah bercerai sehingga dapat memperkecil pengaruh negatif dari perceraian. Selain itu, kasih sayang dari keluarga kedua belah pihak dan bantuan guru dalam mengasuh

anak korban perceraian di rumah dan sekolah, membuat anak kuat dan tegar menghadapi masalah keluarganya.

**Kelima**, Sakina: *Journal Of Family Studies* UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang dilakukan oleh Salsabila Herlany (2022) yang berjudul: *Psikologi Perempuan Dewasa Awal Pasca Perceraian*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan tersebut menyatakan bahwa perempuan muda yang mengalami perceraian menanggung beban berat yang berasal dari tekanan pada saat menikah dini, dan pasca perceraian. Adapun gangguan psikologi yang dialami perempuan masa dewasa awal pasca perceraian yaitu stres berat dan trauma (Herlany, 2022:16). Untuk mengurangi gangguan pada psikologinya perempuan masa dewasa awal pasca perceraian menerapkan manajemen stres dan trauma yang berbeda-beda setiap orangnya. Adapun cara yang dilakukan sebagian perempuan masa dewasa awal untuk melupakan masa lalunya yaitu dengan *self efficacy* atau memotivasi diri sendiri, melakukan berbagai aktivitas seperti berlibur, bekerja, mendidik anak, dan bertemu teman dekat.

**Keenam**, *Journal of Civic Education* Universitas Negeri Padang yang dilakukan oleh Santi Muardini, Alia Azmi, dan Fatmariza (2019) dengan judul: *Dampak Perceraian Pada Perempuan Usia Muda Di Kecamatan Pondok Tinggi Kota Sungai Penuh*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan tersebut menyatakan bahwa dampak perceraian pada perempuan usia muda terhadap kondisi sosial ekonomi adalah janda muda harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup diri sendiri dan anak serta adanya bantuan dari orang tua untuk menambah dalam memenuhi kebutuhan hidup janda muda serta dampak perceraian pada perempuan usia muda terhadap kondisi sosial-kemasyarakatan adalah adanya pandangan dari masyarakat bahwa janda muda berpotensi sebagai perusak hubungan rumah tangga orang lain dan cara berpakaian janda yang dianggap kurang sopan (Muardini, Azmi, & Fatmariza, 2019:9).

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut tentunya terdapat titik kesamaan dengan penelitian yang sedang penulis teliti yakni mengenai dampak perceraian terhadap keluarga. Namun, tentunya terdapat perbedaan

pula didalamnya selain dari pada lokasi penelitian yang sedang penulis teliti. Pada penelitian pertama, perbedaan terletak pada subyek penelitian yakni istri dan anak serta penelitian menggunakan pendekatan psikologis. Kemudian pada penelitian kedua, perbedaan terletak pada variabel yang dibahas dimana pada penelitian tersebut menitikberatkan pada dukungan sosial. Setelah itu, pada penelitian ketiga, perbedaan terletak pada subyek yakni remaja serta variabel yang dibahas mengenai dukungan sosial dan penerimaan diri yang dikaji secara literatur review. Selanjutnya, pada penelitian keempat, variabel yang dibahas mengenai prestasi belajar dengan subyek berupa anak. Sementara pada penelitian kelima, subyek yang diteliti berupa perempuan dewasa awal dan dengan menggunakan pendekatan psikologis. Kemudian yang terakhir pada penelitian keenam, subyek yang diteliti berupa perempuan usia muda. Sehingga dapat diketahui bahwa judul skripsi saya belum pernah dilakukan atau diteliti sebelumnya.

## **F. Metodologi Penelitian**

### **1. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif. Menurut Bogdan dan Taylor (dalam Moleong, 2006:4) mengartikan metodologi kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa suatu kata-kata yang tertulis atau dari lisan orang-orang yang sedang diamati. Namun dalam hal ini tidak perlu mengisolasi individu atau organisasi kedalam variabel atau hipotesis, tapi perlu memandangnya sebagai suatu kesatuan.

Penelitian kualitatif tidak memerlukan statistik, akan tetapi prosesnya melalui pengumpulan data, analisis, lalu kemudian diinterpretasikan. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menekankan pada pemahaman mengenai masalah dalam kehidupan sosial berdasarkan kondisi realitas atau *natural setting* yang holistik, kompleks, dan rinci (Anggito & Setiawan, 2018:9). Sementara deskriptif ialah melakukan analisis hanya sampai pada taraf deskripsi yang dituangkan

dalam tulisan yang bersifat naratif, yaitu menganalisis dan menyajikan fakta secara sistematis sehingga dapat lebih mudah untuk difahami dan disimpulkan. Tujuan dari penelitian deskriptif adalah untuk membuat gambaran secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi atau daerah tertentu (Zuhrotunisa, 2019:16).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini merupakan pendekatan studi kasus, dimana dalam suatu penelitian harus menyelidiki secara cermat pada suatu program, peristiwa, aktivitas pada suatu kelompok atau individu. Untuk itu, dapat dikatakan bahwa studi kasus dilakukan karena memiliki sifat kasus yang unik dan khas (Suharjito, 2019:152). Pada pendekatan studi kasus yang digunakan dalam suatu penelitian hanya memungkinkan untuk kajian pada daerah atau subjek yang sempit serta pada batas waktu tertentu. Untuk itu dalam penelitian ini, penulis ingin menggambarkan serta memaparkan bagaimana dampak psikososial yang dialami oleh wanita pasca bercerai sebagai subjek penelitian, serta bagaimana bimbingan konseling Islam dalam memandang persoalan tersebut.

## **2. Sumber dan Jenis Data**

Dalam penyusunan penelitian ini, data penelitian yang digunakan dibedakan menjadi dua, yaitu data primer dan data sekunder.

### **a) Sumber dan Jenis Data Primer**

Sumber primer adalah sumber data utama yang dapat memberikan data informasi secara langsung, serta sumber data tersebut memiliki hubungan dengan masalah pokok penelitian sebagai bahan informasi yang dicari. Sedangkan data primer adalah informasi yang memiliki hubungan dengan masalah pokok penelitian sebagai bahan informasi yang dicari (Zuhrotunisa, 2019:17). Data primer merupakan data yang diperoleh atau dikumpulkan secara langsung saat dilakukannya penelitian oleh peneliti. Data primer yang dibutuhkan oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu, berasal dari hasil wawancara

dan observasi yang dilakukan terhadap informan. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah wanita pasca bercerai, keluarga dari wanita pasca bercerai, serta tetangga atau masyarakat di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

b) Sumber dan Jenis Data Sekunder

Sumber sekunder adalah data yang dijadikan sebagai pendukung atau data tambahan yang dapat memperkuat data pokok. Sedangkan data sekunder adalah data penunjang dan pelengkap dalam melakukan suatu analisis, data ini disebut juga data tidak langsung atau data tidak asli (Zuhrotunisa, 2019:17). Sumber data sekunder yang dibutuhkan untuk melengkapi data pada penelitian ini diantaranya, data tertulis seperti artikel, jurnal dan buku yang relevan dengan pembahasan penelitian, serta penelitian terdahulu yang sudah pernah dilakukan. Dalam hal ini sumber data sekunder yang digunakan ialah dokumen yang berkaitan dengan tema yang dibahas yaitu dampak psikososial wanita yang telah bercerai serta bimbingan konseling Islam.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Penggunaan teknik pengumpulan data yang tepat dapat memungkinkan diperolehnya data yang objektif. Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh penulis berupa:

a. Wawancara

Pengertian wawancara dapat dikategorikan sebagai percakapan dengan maksud tertentu yang melatarbelakanginya. Percakapan tersebut dilakukan oleh dua pihak, yakni orang yang mengajukan pertanyaan atau pewawancara (*interviewer*), serta orang yang memberikan jawaban atas pertanyaan yang diajukan disebut terwawancara (Moleong, 2006:186). Menurut Haris Herdiansyah, (dalam Zuhrotunisa, 2019:18) wawancara dalam penelitian kualitatif ataupun wawancara lainnya pada umumnya terdiri dari atas tiga

bentuk, yaitu wawancara terstruktur, wawancara semi struktur, dan wawancara tidak struktur.

Jenis wawancara yang akan penulis gunakan adalah jenis wawancara semi struktural. Wawancara semi struktural adalah wawancara yang daftar pertanyaannya dapat dikembangkan dan tidak hanya terpaku pada daftar pertanyaan yang dibawa oleh penulis. Adanya fleksibilitas dalam bertanya akan memudahkan penulis untuk mengembangkan pertanyaan. Metode ini digunakan untuk memperoleh data tentang dampak psikososial pada wanita pasca bercerai di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

Wawancara pada penelitian ini dilakukan untuk mempertanyakan hal-hal yang berkaitan dengan bagaimana dampak psikososial yang dialami oleh wanita pasca bercerai di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang dengan analisis bimbingan konseling islam. Pedoman wawancara dilakukan untuk mengumpulkan data utama, selanjutnya pedoman wawancara dapat dikembangkan untuk memperoleh data yang lebih mendetail.

b. Observasi

Observasi diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap hal yang tampak pada objek penelitian. Menurut Patton (dalam Lubis, 2018:31) tujuan dari observasi adalah untuk mendeskripsikan latar atau tempat yang diobservasi, kegiatan-kegiatan yang ada dan terjadi pada latar tersebut, orang-orang yang ikut berpartisipasi, serta makna latar, kegiatan dan partisipasinya terhadap hal yang diteliti tersebut. Oleh karena itu, observasi yang dilakukan oleh penulis guna mendapatkan data dengan mengamati sejumlah peristiwa dan objek yang terkait dengan profil Kecamatan Pedurungan Kota Semarang, tingkah laku wanita pasca bercerai, kondisi keluarga serta respon masyarakat terkait status sosial yang dimiliki oleh wanita pasca bercerai di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

c. Dokumentasi

Penggunaan teknik dokumentasi dimaksudkan untuk mengungkapkan peristiwa, objek, dan tindakan-tindakan yang dapat menambah pemahaman peneliti terhadap gejala-gejala masalah yang diteliti. Dokumentasi adalah pencarian data yang berupa catatan, transkrip, buku-buku, surat kabar, majalah dan lain sebagainya (Arikunto, 2006:158). Metode ini digunakan untuk mempermudah dalam pemahaman akan konsep teori yang terkait dengan objek dan wawancara sebagai informasi memperoleh data.

#### **4. Validasi Keabsahan Data**

Untuk mengetahui keabsahan data, peneliti menggunakan metode triangulasi. Triangulasi merupakan usaha mengecek kebenaran data atau informasi yang telah diperoleh peneliti dari berbagai sudut pandang yang berbeda dengan cara mengurangi sebanyak mungkin bias yang terjadi pada saat pengumpulan dan analisis data. Triangulasi dapat dilakukan dengan menggunakan teknik yang berbeda yaitu wawancara, observasi dan dokumentasi. Triangulasi data diperlukan selain untuk mengecek kebenaran data, selain itu juga dilakukan untuk memperkaya data. Menurut Nasution (dalam Firdaus & Zamzam, 2018:107) triangulasi juga dapat berguna untuk menyelidiki validitas tafsiran peneliti terhadap data, oleh karena itu triangulasi bersifat reflektif. Selanjutnya Murti (2006) dalam (Firdaus & Zamzam, 2018:109) menyatakan bahwa tujuan umum dari dilakukannya triangulasi merupakan upaya untuk meningkatkan kekuatan teoritis, metodologis, maupun interpretatif dari sebuah penelitian yang dilakukan. Adapun triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu triangulasi sumber dan triangulasi metode sebagai berikut:

##### **a) Triangulasi sumber**

Triangulasi sumber dapat dilakukan dengan cara membandingkan kembali tingkat kesahihan data dan informasi yang telah diambil dari berbagai sumber yang berbeda, yakni dengan cara membandingkan antara hasil wawancara dengan

observasi, antara informasi yang disampaikan dikhalayak umum dengan yang disampaikan secara pribadi, serta membandingkan antara hasil wawancara dengan dokumen yang ada (Firdaus & Zamzam, 2018:110). Dalam hal penelitian ini yakni dengan membandingkan hasil observasi dan wawancara dari sumber yang berbeda, dimana sumber data berasal dari wanita pasca bercerai, keluarga dari korban perceraian, dan masyarakat di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

b) Trianggulasi metode/teknik

Trianggulasi metode merupakan usaha untuk mengecek keabsahan data atau mengecek keabsahan temuan penelitian. Trianggulasi metode dilakukan dengan menggunakan lebih dari satu teknik pengumpulan data untuk mendapatkan data yang sama. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi. Pada tahap pelaksanaan trianggulasi metode dilakukan dengan cara cek dan ricek (Firdaus & Zamzam, 2018:111). Dalam penelitian ini yakni dengan cara membandingkan data hasil dari wawancara yang telah dilakukan terhadap informan dengan data hasil observasi yang telah diamati berkaitan dengan dampak psikososial wanita pasca bercerai di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. Selain itu peneliti juga menggunakan teknik dokumentasi dalam penelitian ini untuk memperoleh data pendukung yakni mengenai bimbingan konseling Islam.

## **5. Teknik Analisis Data**

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan data ke dalam katagori, menjabarkan kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari dan membuat

kesimpulan sehingga mudah difahami oleh diri sendiri maupun orang lain (Sugiyono, 2011:244). Menurut Miles dan Huberman (dalam Zuhrotunisa, 2019:22) bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jelas. Sugiyono (2011:272-274) berpendapat bahwa analisis data diproses melalui beberapa tahapan, diantaranya yaitu :

a. *Data Reduction* (reduksi data)

Mereduksi data dapat diartikan sebagai kegiatan merangkum, memilih hal yang pokok dan memfokuskan dalam hal yang penting baru kemudian dapat mencari tema dan polanya. Penulis menggunakan tahapan ini untuk merangkum data yang ada dan dibutuhkan, sehingga data tersebut nantinya dapat memberikan gambaran yang jelas serta memudahkan penulis dalam mengumpulkan data. Saat mereduksi data, peneliti berfokus pada apa yang diteliti sesuai rumusan masalah yaitu bagaimana dampak psikososial pada wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang (analisis bimbingan konseling Islam).

b. *Data Display* (penyajian data)

Data display atau menyajikan data dapat dilakukan dalam bentuk seperti bagan, gabungan antar kategori, maupun teks naratif. Dengan menyajikan suatu data, maka akan mempermudah memahami topik dan merencanakan hal selanjutnya. Berdasarkan hal tersebut, penulis telah mengumpulkan data secara teliti dan menyajikannya dalam bentuk naratif untuk menggambarkan data dalam penelitian yang dilakukan yang berkaitan dampak psikososial pada wanita pasca bercerai.

c. *Conclusion Drawing* (verifikasi)

*Conclusion Drawing* merupakan langkah untuk menarik suatu kesimpulan dan verifikasi. Pada tahap ini, penulis akan menjelaskan data secara deskripsi mengenai gambaran objek yang awalnya belum lengkap kemudian setelah dilakukan penelitian akan menjadi lebih

jasas. Hal tersebut dapat berupa hubungan kausal atau interaktif, hipotesis maupun teori. Dalam kesimpulan dan verifikasi dilakukan dengan cara meninjau ulang terhadap reduksi data dan penyajian data yang telah diperoleh dari hasil wawancara dan observasi, sehingga kemudian dapat mampu menjawab topik permasalahan yang sedang diteliti. Pada tahap ini diharapkan peneliti mampu menjawab rumusan masalah berkaitan dengan dampak psikososial wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

Berdasarkan tahapan yang telah dipaparkan sebelumnya, maka penulis membuat analisis data dengan melakukan perangkuman hal-hal yang penting guna mencari tema dan polanya (*reduksi*), selanjutnya dilakukan penyajian data dapat dalam bentuk singkat, bagan, maupun teks naratif (*display data*), terakhir yaitu dengan membuat suatu kesimpulan (*verifikasi*) berdasarkan dari hasil penelitian.

#### **G. Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan skripsi terdiri dari lima bab yang masing-masing bab mencerminkan satu kesatuan yang utuh dan tidak terpisahkan. Untuk mempermudah dan memperjelas dalam memahami penelitian ini, adapun sistematika penulisannya sebagai berikut:

**BAB I** : Pada bab ini merupakan pendahuluan yang memuat tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian dan sistematika penulisan.

**BAB II** : Bab ini berisi tentang kerangka teori yang terdiri dari empat sub bab. Sub bab yang pertama membahas tentang dampak psikososial perceraian. Pada sub bab yang kedua membahas mengenai wanita pasca bercerai. Sub bab yang ketiga membahas bimbingan konseling Islam. Dan pada sub bab keempat membahas mengenai relevansi bimbingan

konseling Islam terhadap dampak psikososial wanita pasca bercerai.

**BAB III** : Pada bab ini berisi gambaran umum dampak psikososial wanita pasca bercerai di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. Bab ini terbagi menjadi dua sub bab, yaitu: sub bab pertama berisi terkait gambaran umum pada Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. Sub bab kedua berisi tentang bagaimana dampak psikososial pada wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

**BAB IV** : Pada bab ini berisi analisis terkait dampak psikososial pada wanita pasca bercerai di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. Bab ini terbagi menjadi dua sub bab yaitu, sub bab pertama berupa dampak psikososial wanita paca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. Dan sub bab kedua berisi terkait analisis bimbingan konseling Islam terhadap dampak psikososial wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

**BAB V** : Pada bab kelima berisi terkait kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan dan saran sebagai penutup dari akhir penulisan penelitian ini.

## **BAB II**

### **KERANGKA TEORETIK**

#### **A. Dampak Psikososial Perceraian**

##### **1. Pengertian Dampak Psikososial Perceraian**

Dampak dapat diartikan sebagai pengaruh kuat yang mendatangkan akibat, baik dalam hal negatif maupun positif (Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), 2023). Secara sederhana dampak juga dapat diartikan sebagai pengaruh atau akibat. Gorys (dalam Zuhrotunisa, 2019:26) menyatakan bahwa dampak merupakan pengaruh yang kuat dari seseorang atau kelompok orang dalam menjalankan tugas dan kedudukannya di masyarakat, sehingga akan berakibat terhadap perubahan baik positif maupun negatif. Sedangkan menurut Soemarwoto (1998) dalam (Zuhrotunisa, 2019:26) dampak ialah suatu perubahan yang terjadi akibat dari suatu aktifitas. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dampak adalah suatu perubahan yang terjadi akibat dari adanya suatu aktifitas dan pengaruh yang kuat dari seseorang atau kelompok orang dalam menjalankan tugas dan kedudukannya di masyarakat, sehingga akan berakibat terhadap perubahan baik positif maupun negatif.

Psikososial berasal dari kata psiko (*psyche*) yang artinya jiwa dan kata sosial (*social*). Kata psiko mengacu pada aspek psikologis dari suatu individu yang meliputi pikiran, perasaan dan perilaku, sedangkan kata sosial mengacu pada aspek sosial yaitu hubungan yang terjadi antara individu dengan orang lain disekitarnya. Sehingga psikososial dapat diartikan sebagai suatu kondisi yang terjadi pada individu yang mencakup aspek psikis dan sosial atau sebaliknya. Psikososial menunjuk pada hubungan yang dinamis antara faktor psikis dan sosial, yang saling berinteraksi dan mempengaruhi satu sama lain. Istilah psikososial berarti menyinggung relasi sosial yang mencakup faktor-faktor psikis.

Baron & Byrne menyebutkan bahwa psikososial merupakan ilmu yang berusaha untuk memahami sifat dan penyebab perilaku dan pemikiran

individu dalam situasi sosial (Brown, 2006:6). Menurut Asmadi (2008) (dalam Abdullah, 2019:85-86) psikososial merupakan istilah yang menggambarkan hubungan antara kondisi sosial individu dengan kesehatan mentalnya. Selanjutnya menurut Albert Bandura (dalam Abdullah, 2019:85-86) dalam teori kognitif sosialnya, menyatakan bahwa psikososial didasari dari adanya proses sosial dan proses kognitif individu yang menjadi sentral bagi pemahaman mengenai motivasi, emosi, dan tindakan manusia, sehingga perilaku manusia yang tercipta dipengaruhi oleh situasi lingkungan dan afeksi/emosi pada individu. Sedangkan menurut Bellot Arcis (dalam Bellot-Arcís et al., 2013:194) psikososial juga dapat diartikan sebagai setiap perubahan dalam kehidupan yang dialami oleh individu, baik yang bersifat psikologis maupun sosial yang saling mempunyai pengaruh timbal balik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa psikososial merupakan kondisi dari adanya perubahan yang dialami oleh individu berupa aspek psikologis dan sosial saling mempengaruhi satu sama lainnya terhadap kehidupan individu. Hal tersebut terjadi akibat dari dua aspek yang saling berhubungan.

Psikososial menekankan pada hubungan yang dekat dan dinamis, yakni antara aspek psikologis yang berasal dari pengalaman seseorang (pemikiran, perasaan, tingkah laku) dan aspek sosial yang mengacu pada hubungan eksternal individu dengan orang-orang disekitarnya (hubungan dengan orang lain, tradisi, dan budaya) yang secara terus menerus saling mempengaruhi satu sama lainnya (Rosya, 2019:1-2). Sementara psikososial atau kepribadian menurut islam adalah integrasi sistem kalbu, akal, dan nafsu manusia yang menimbulkan tingkah laku. Aspek nafsani manusia memiliki tiga daya yaitu: (1) qalbu (*fitra ilahiyah*) sebagai aspek supra kesadaran manusia yang memiliki daya emosi atau rasa. (2) akal (*fitrah insaniah*) sebagai aspek kesadaran manusia yang memiliki daya kognisi atau cipta. (3) nafsu (*fitra hayawaniyah*) sebagai aspek pra atau bawah kesadaran manusia yang memiliki daya konasi atau karsa. Dari sudut fungsinya, kepribadian merupakan integrasi dari daya-daya emosi,

kognisi dan konasi, yang terwujud dalam tingkah laku luar (berjalan, berbicara, dan sebagainya) maupun tingkah laku dalam (pikiran, perasaan, dan sebagainya) (Emiliza, 2019:14-15).

Perceraian secara istilah merupakan lepasnya ikatan perkawinan atau bubarnya suatu hubungan perkawinan antara suami dan istri. Perceraian (*divorce*) merupakan suatu perpisahan secara resmi antara suami dan istri akibat dari kegagalannya dalam menjalankan perannya masing-masing, sehingga memutuskan untuk tidak bersama-sama lagi dalam menjalankan kehidupan rumah tangganya. Setelah bercerai maka pasangan tersebut sudah tidak berketetapan untuk menjalankan kewajiban sebagai suami-istri lagi (Dariyo, 2004:4). Menurut Hurlock (1996) perceraian merupakan kulminasi dari penyesuaian perkawinan yang buruk, dan terjadi apabila antara suami istri sudah tidak mampu lagi mencari cara penyelesaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak, sehingga putusnya hubungan pernikahan (Zuhrotunisa, 2019:28).

Sehingga dapat disimpulkan bahwa perceraian adalah lepasnya ikatan perkawinan secara resmi akibat dari kegagalan dalam menjalankan peran antara suami dan istri sehingga tidak mampu lagi mencari cara penyelesaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak. Sementara dampak psikososial perceraian adalah akibat yang ditimbulkan pasca terjadinya perceraian dan menimbulkan pengaruh terhadap kondisi dari adanya perubahan yang dialami oleh individu berupa aspek psikologis dan sosial.

## **2. Macam-macam Dampak Psikososial Perceraian**

Dampak yang ditimbulkan dari perceraian bukan hanya berpengaruh kepada anak hasil pernikahan saja, melainkan juga bagi pelaku yang melakukan perceraianya, yakni ayah dan ibu. Namun, dampak akan lebih dirasakan biasanya pada pihak wanita. Perceraian akan membawa dampak pada pelakunya terutama pihak perempuan untuk siap dengan segala perubahan yang terjadi ketika mereka sudah berubah status dari

memiliki suami menjadi tidak bersuami atau dapat disebut dengan istilah janda. Kesiapan tersebut harus didahului dengan proses untuk menuju ke penerimaan diri secara lapang dada. Dampak yang ditimbulkan dari terjadinya perceraian pada wanita pasca bercerai dapat berupa perubahan baik ke arah positif maupun negatif. Berikut macam-macam dampak yang ditimbulkan dari adanya perceraian terhadap wanita pasca bercerai:

#### 1) Dampak Negatif Perceraian

Tidak dipungkiri pandangan atau persepsi pada sebagian masyarakat mengenai adanya suatu peristiwa perceraian memanglah suatu hal yang masih dianggap tabu dan tidak sepatutnya dilakukan. Oleh karena itu masih banyak orang yang menganggap perceraian merupakan suatu hal yang memalukan dan merupakan suatu aib bagi keluarga, karenanya masyarakat beranggapan sebisa mungkin untuk menghindarinya. Namun bagi sebagian masyarakat juga tidak dapat memungkiri apabila perceraian itu harus terjadi, sehingga pada umumnya masyarakat akan bersikap menerima terjadinya perceraian dilingkungan mereka (Soraya, 2013:37-38).

Adapun dampak negatif perceraian tersebut dapat dibedakan menurut psikologis, sosial, dan psikososial sebagai berikut:

##### a) Dampak Psikologis Perceraian

Perceraian yang terjadi dalam keluarga merupakan suatu peristiwa yang menegangkan bagi individu yang mengalaminya, perceraian dapat membuat dampak yang besar dan berpengaruh pada kondisi psikologis pada seluruh anggota keluarga yang bercerai, terutama pada wanita. Karena wanita sering kali disebut orang yang bertanggungjawab dalam gagalnya suatu rumah tangga, sehingga hal tersebut menimbulkan dampak psikologis pada diri wanita pasca bercerai.

Adapun dampak psikologis yang dialami seorang wanita pasca bercerai diantaranya sebagai berikut (Zuhrotunisa, 2019:42-45):

1) Hilang kepercayaan diri

Bagi seorang wanita yang mengalami perceraian, sebagian besar dari mereka akan mengalami hilang percaya diri sehingga membuat mereka sangat rendah diri di masyarakat maupun dihadapan teman dan keluarga.

2) Trauma

Meskipun banyak wanita yang terlihat kuat dan tegar, namun seorang istri yang mengalami perceraian akan merasakan trauma secara psikologis dalam waktu yang cukup lama.

3) Kesepian

Setelah terjadi perceraian, seorang istri akan merasakan dampak langsung berupa rasa kesepian yang harus hadapi. Seorang wanita yang telah terbiasa hidup berdua dengan sang suami pasti akan merasakan dampak yang sangat besar dan merasa kesepian ketika kemudian harus hidup seorang diri tanpa suami.

4) Banyak tekanan dari keluarga

Tanpa disadari akan ada banyak tekanan yang datang kepada wanita yang baru saja bercerai. Tekanan terbesar biasanya justru datang dari keluarga besar wanita. Akan ada banyak kerabat yang kemudian mempertanyakan mengenai alasan bercerai kemudian akan cenderung akan mempersalahkan pihak wanita yang memutuskan untuk bercerai.

5) Takut memulai hubungan baru

Setelah gagal dalam berumah tangga, banyak wanita yang kemudian malas dan tidak berani untuk memulai hubungan baru dengan orang lain. Hal tersebut menyebabkan wanita menjadi membatasi interaksi dengan orang lain terutama laki-laki.

6) Bingung menghadapi kenyataan

Setelah seorang wanita menghadapi perceraian, wanita akan menjadi sangat bingung untuk menghadapi kenyataan dalam hidupnya. Tidak jarang pihak wanita menjadi sangat bingung untuk melanjutkan hidupnya dan menanggung rasa sakit yang dialami.

7) Diliputi rasa bersalah terhadap anak dan keluarga

Pasca perceraian, seorang wanita yang telah memiliki anak akan merasa diliputi perasaan bersalah terhadap anaknya. Lebih parahnya lagi, perasaan bersalah tersebut juga akan merasakan dengan keluarganya karena telah membuat keluarganya bersedia dan bingung karena perceraian di rumah tangganya.

8) Menjadi sangat sensitif

Tentu saja sebuah perceraian merupakan sebuah kejadian besar dalam kehidupan seseorang. Kejadian tersebut membuat wanita menjadi sangat sensitif terhadap berbagai macam hal yang ada di sekitar wanita tersebut. Hal ini cukup wajar terjadi mengingat para wanita korban perceraian telah mengalami berbagai macam hal yang membuat hati dan batinnya terluka.

Selain itu, dampak psikologis lain yang diakibatkan setelah bercerai yaitu:

a. Stress

Stress merupakan respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari, setiap orang mengalaminya. Stress memberikan dampak secara total pada individu yaitu terhadap fisik, psikologis, intelektual, sosial dan spiritual, stress juga dapat mengancam keseimbangan psikologis. Stress emosi dapat

menimbulkan perasaan negatif atau destruktif terhadap diri sendiri dan orang lain. Sementara stress intelektual akan mengganggu persepsi dan kemampuan seseorang dalam menyelesaikan masalah. Sedangkan stress sosial akan mengganggu hubungan individu terhadap kehidupan (Rasmun, 2004:9).

b. Gangguan emosi

Terkadang pasangan yang telah bercerai masih memiliki perasaan terhadap mantan pasangan. Namun pada kenyataannya impian dan harapan untuk hidup sampai tua bersama pasangan menjadi kandas, hal ini dapat menyebabkan perasaan kecewa yang sangat besar yang menyakitkan. Rasa takut jika tidak ada orang yang akan mencintai lagi atau perasaan takut ditinggalkan lagi di kemudian hari. Perasaan lain yang mungkin dialami adalah perasaan terhina atau perasaan marah dan kesal akibat buruk pasangan. Merasa kesepian karena sudah tidak ada lagi tempat berbagi cerita, tempat mencurahkan dan mendapatkan bentuk kasih sayang. Serangkaian problem kesehatan juga bisa disebabkan akibat depresi karena bercerai (Humairah, 2016:22).

c. Pengalaman traumatis pada salah satu pasangan hidup dan ketidakstabilan kehidupan

Setelah mengalami pereraian yang sebelumnya tidak pernah dibayangkan dalam menjalankan suatu pernikahan, inividu seringkali akan mengalami dampak psikologis yang tidak stabil. Ketidakstabilan psikologis ditandai dengan kesedihan, kekecewaan, frustasi, tidak nyaman, tidak tenteram, tidak bahagia, stres, depresi, takut dan khawatir dalam diri individu. Sehingga sering kali individu tersebut akan memiliki sikap dendam, benci, marah, kehilangan kepercayaan diri, serta menyalahkan diri sendiri atau orang lain. Hal tersebut tidak

jarang dapat menyebabkan individu menjadi kesulitan tidur, sulit berkonsentrasi dalam pekerjaan, tidak berdaya dan mudah putus asa (Dariyo, 2003:168).

d. Ketidaktabilan kehidupan dalam pekerjaan

Ketidakstabilan individu dalam kehidupan, tentunya juga akan berdampak pada ketidakstabilan pekerjaannya. Hal tersebut dikarenakan kondisi psikologis yang tidak stabil akan membuat kualitas hidup menjadi menurun sehingga hal tersebut menyebabkan prestasi kerja juga menurun. Sehingga dampak psikologis tidak hanya mengenai pengalaman traumatis yang dialami oleh individu sehingga menyebabkan ketidakstabilan kehidupan saja, melainkan juga akan berpengaruh terhadap pekerjaan (Basyier & Umar, 2012:307)

Pada intinya, dampak perceraian akan menimbulkan efek psikologis yang dapat dirasakan bagi seluruh anggota keluarga, terutama bagi pihak istri atau wanita pasca bercerai. Hal tersebut dikarenakan pihak wanita harus siap dengan segala perubahan yang terjadi ketika sudah berubah status dari memiliki suami menjadi tidak bersuami dan kemudian menyandang status sebagai janda. Selain itu juga perubahan yang terjadi dapat menimbulkan pengalaman traumatis yang mendalam serta ketidakstabilan kehidupan yang dirasakan setelah perceraian.

b) Dampak Sosial Perceraian

Tidak dipungkiri pandangan atau persepsi pada sebagian masyarakat mengenai adanya suatu peristiwa perceraian memanglah suatu hal yang masih dianggap tabu dan tidak sepatasnya dilakukan. Oleh karena itu masih banyak orang yang menganggap perceraian merupakan suatu hal yang memalukan dan merupakan suatu aib bagi keluarga, karenanya masyarakat beranggapan sebisa mungkin untuk menghindarinya. Namun bagi

sebagian masyarakat juga tidak dapat memungkiri apabila perceraian itu harus terjadi, sehingga pada umumnya masyarakat akan bersikap menerima terjadinya perceraian dilingkungan mereka (Soraya, 2013:37-38). Berikut merupakan beberapa dampak sosial yang ditimbulkan dari adanya suatu perceraian, yaitu:

1. Anak menjadi korban

Runtuhnya keluarga merupakan pukulan yang berat yang akan mempengaruhi dan menghancurkan mental anak dari hasil pernikahan. Perceraian yang terjadi pada orang tua akan merampas perlindungan dan ketentraman yang seharusnya didapatkan oleh anaknya. Anak akan menjadi kehilangan arah sehingga masa depannya dipertaruhkan karena merasa tidak jelas kemana harus melangkah. Umumnya hal tersebut akan menyebabkan malapetaka berupa penyelewengan moral yang dilakukan anak karena disebabkan oleh perceraian orang tua.

2. Komunikasi yang terjalin menjadi kurang baik

Komunikasi yang terjalin menjadi kurang baik diakibatkan dari kegagalan rumah tangga yang terjadi, yang semula baik antara pasangan yang pernah hidup bersama yang kemudian memilih untuk berpisah, tentunya akan menciptakan rasa canggung dan benci apabila saat bertemu kembali. Selain berpengaruh terhadap mantan pasangan, perceraian yang terjadi juga dapat mempengaruhi komunikasi antara anak dengan salah satu orang tua dikarenakan sudah tidak tinggal secara bersama. Sehingga hal tersebut dapat menghambat dan komunikasi akan menjadi jarang terjadi.

3. Timbulnya perselisihan dan permusuhan

Hubungan rumah tangga yang terputus karena perceraian, umumnya akan terjadi perselisihan sehingga menyebabkan permusuhan antara mantan pasangan suami istri.

Hal tersebut dapat terjadi akibat dari masalah yang cukup sulit untuk diselesaikan saat bercerai, seperti misalnya perebutan hak asuh anak dan harta gono gini (Humairah, 2016:19-20).

Selain itu, dampak lainnya akibat dari adanya suatu perceraian terhadap wanita pasca perceraian diantaranya yaitu:

- 1) Dampak perceraian pada wanita pasca bercerai terhadap kondisi sosial-ekonomi
  - a) Ekonomi menjadi tidak stabil

Terjadinya perceraian, tentu juga akan berdampak terhadap kehidupan sosial-ekonomi. Terlebih pada wanita, yang ketika setelah bercerai maka sudah tidak ada lagi yang memberi nafkah, namun di lain sisi terdapat tanggung jawab sebagai orang tua untuk merwat dan membesarkan anak yang harus dipenuhi. Untuk itu, perlu adanya pengoptimalan perekonomian yang harus dilakukan oleh wanita pasca bercerai. Terdapat dua strategi yang dapat dilakukan oleh wanita, yaitu *pertama*, kembali ke rumah orang tua, dan *kedua*, menambah sumber pendapatan (bekerja). Dapat diartikan bahwa wanita pasca bercerai perlu bekerja guna memenuhi kebutuhan hidup diri dan anaknya.

- b) Keluarga kembali berperan dalam membantu kebutuhan hidup sebagai wanita pasca bercerai

Tinggal kembali dirumah orang tua merupakan sebuah pilihan karena desakan ekonomi untuk bekerja dan menghasilkan uang. Dengan cara tersebut, maka anak tidak akan ditinggal sendirian ketika wanita pasca bercerai pergi untuk bekerja, sehingga anak tetap masih dalam pengawasan keluarga terdekat (Muardini et al., 2019:4-5).

- 2) Dampak perceraian pada wanita pasca bercerai terhadap

kondisi sosial-kemasyarakatan

Banyak pro dan kontra bermunculan mengenai persepsi terhadap status wanita yang menjadi janda di tengah masyarakat. Secara sosial-kemasyarakatan, masyarakat umumnya masih memandang wanita yang berstatus janda dengan pandangan negatif. Sebutan janda, tanpa memandang kelas sosial merupakan dianggap suatu aib. Adapun hal yang menyebabkan status janda masih memiliki tempat yang kecil di masyarakat ialah diantaranya (Karvistina, 2011:19):

a) Stigma negatif pada janda di masyarakat

Beragam stigma yang cenderung negatif diberikan kepadanya oleh masyarakat yang menganggap tempat perempuan yang terbaik ialah bersama dan di samping suami. Bersamaan dengan beban sosial yang ditimpakan, janda karena perceraian atau ditinggal mati, memiliki beban sosial yang sama beratnya. Masyarakat tanpa ingin lebih tau berbagai faktor yang menjadi penyebab atau memungkinkan kondisi wanita menjadi janda, masyarakat malah cenderung menghakimi dan memberi label buruk serta kejam terhadap wanita yang menjanda.

b) Patriarkhi yang masih tinggi

Sebagian besar struktur masyarakat di Indonesia yang masih menganut budaya *patriarkhi*, yaitu konsep dimana laki-laki memegang kekuasaan atas semua peran penting dalam masyarakat sehingga membuat peran wanita menjadi dikesampingkan. Kurangnya pemahaman masyarakat akan gender serta masih adanya budaya *patriarkhi* yang hanya berpusat pada laki-laki menjadi dasar masih terjadinya perilaku bias gender, dimana perilaku tersebut menempatkan wanita pada posisi yang subordinatif (posisi selalu dibawah dan tidak berdata) dan

marjinal (kondisi terpinggirkan).

Akibat dari adanya hambatan sosial tersebut, maka dampak sosial lainnya yang dialami oleh wanita pasca bercerai atau janda ialah: *pertama*, kurangnya bersosialisasi dengan lingkungan sekitar diakibatkan oleh stigma negatif yang diterima. Akibat yang ditimbulkan dari adanya persepsi maupun stigma negatif dari masyarakat menyebabkan wanita menjadi kesulitan untuk bersosialisasi dan memilih untuk percaya dan bergantung pada diri sendiri sehingga mengurangi interaksi dengan lingkungan sekitar. *Kedua*, kurangnya bersosialisasi dengan lingkungan sekitar diakibatkan oleh kesibukan bekerja. Setelah bercerai, tentunya perempuan tidak lagi dinafkahi oleh suaminya kembali, sedangkan tuntutan kebutuhan hidup yang tidak sedikit tersebut mengharuskan wanita pasca bercerai harus bekerja guna memenuhi kebutuhan hidupnya sendiri dan anaknya (Riskika & Indrawati, 2014:10). Hal inilah yang menjadi faktor jarang nya adanya komunikasi yang baik terhadap masyarakat sekitar dikarenakan adanya tuntutan untuk bekerja.

#### c) Dampak Psikososial Perceraian

Psikososial menekankan pada hubungan yang dekat dan dinamis, yakni antara aspek psikologis yang berasal dari pengalaman seseorang (pemikiran, perasaan, tingkah laku) dan aspek sosial yang mengacu pada hubungan eksternal individu dengan orang-orang disekitarnya (hubungan dengan orang lain, tradisi, dan budaya) yang secara terus menerus saling mempengaruhi satu sama lainnya (Rosya, 2019:1-2). Istilah psikososial berarti menyinggung relasi sosial yang mencakup faktor-faktor psikis.

Menurut Herlany (2022:8-9), berikut dampak psikososial yang dialami oleh wanita pasca perceraian diantaranya yaitu:

## 1. Gejala stres

Wanita yang memutuskan untuk bercerai akan mengalami gejala stres yang berbeda menurut tingkatannya, baik itu stres ringan, stres sedang, maupun stres berat. Adapun penyebab stres yang dialami oleh wanita pasca bercerai diantaranya sebagian besar dikarenakan ingatan terhadap masalah yang menjadi penyebab perceraian, kenangan masa lalu bersama mantan suami, kecemasan terhadap masa depan kehidupannya, masalah ekonomi dan nafkah yang harus ditanggung sendiri, serta tekanan yang didapatkan dari keluarga dan masyarakat sekitar.

Gejala stres yang dirasakan oleh masing-masing wanita pasca bercerai berbeda-beda oleh setiap individunya, namun biasanya berupa gejala kesulitan tidur, tidak nafsu makan, kehilangan fokus dalam bekerja, serta emosi yang tidak terkendali seperti mudah marah, cemas, bingung, dan mudah menangis (Herlany, 2022:8). Sehingga banyak dari wanita pasca bercerai yang mengalami gejala stres tersebut mengalami kehilangan kepercayaan diri kemudian memutuskan untuk lebih menutup diri dari lingkungan sosialnya.

## 2. Pengalaman traumatis

Sebagian besar wanita pasca bercerai mengalami pengalaman traumatis setelah bercerai. Hal tersebut dikarenakan adanya peristiwa menegangkan masalah rumah tangga yang dialami sebelumnya. Seperti sesuatu yang pernah dilakukan oleh mantan suami yaitu kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dan perselingkuhan. Dengan adanya pengalaman traumatis tersebut akhirnya menyebabkan wanita pasca perceraian menjadi sering merasa cemas, takut, dan mudah marah apabila bertemu dan berhubungan dengan mantan suaminya lagi (Herlany, 2022:8-9). Selain itu, pengalaman traumatis menyebabkan wanita pasca

bercerai menjadi takut untuk memulai hubungan baru kembali sehingga membatasi diri untuk berinteraksi dengan laki-laki lain.

### 3. Menutup diri

Dampak perceraian menyebabkan wanita pasca bercerai mengalami perasaan cemas, takut, dan tidak percaya diri lagi. Hal tersebut yang menyebabkan wanita pasca bercerai menjadi lebih menutup diri dari kehidupan sosial dan membatasi interaksi dengan masyarakat sekitar. Menutup diri merupakan dampak atau gejala yang terbentuk dari stres dan pengalaman trauma yang dirasakan sebelumnya. Wanita pasca perceraian yang mengalami gejala menutup diri akibat dari stres ditandai dengan perasaan terbebani oleh tuntutan dan tekanan, serta respon negatif yang didapat dari lingkungan sekitarnya (Herlany, 2022:9). Hal tersebut mengakibatkan wanita pasca bercerai menjadi takut dan cemas untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial. Keputusan menutup diri tersebut dilakukan untuk beradaptasi terlebih dahulu dengan kehidupan barunya setelah bercerai.

### 2) Dampak Positif Perceraian

Perceraian bagi sebagian besar masyarakat masih dianggap sebagai suatu hal yang memalukan dan tabu untuk dilakukan. Tampaknya hal tersebut dikarenakan mayoritas masyarakat memeluk agama islam, sehingga masyarakat dapat dikatakan mendasari pandangan terhadap perceraian melalui pemahaman tentang ajaran agama islam itu sendiri, dimana perceraian merupakan suatu perbuatan yang dibenci oleh Allah SWT. Namun demikian sebenarnya Allah SWT memperbolehkan perceraian terjadi apabila jika sudah tidak ada alternatif lain dan perceraian merupakan jalan keluar bagi perkawinan yang sudah tidak mungkin lagi dipertahankan (Soraya, 2013:39).

Gorys (1998) dalam (Zuhrotunisa, 2019:26) menyatakan bahwa dampak merupakan pengaruh yang kuat dari seseorang atau kelompok orang dalam menjalankan tugas dan kedudukannya di masyarakat, sehingga akan berakibat terhadap perubahan baik positif maupun negatif. Sehingga dampak yang ditimbulkan dari adanya perceraian tidak selamanya negatif, bisa saja dengan adanya perceraian merupakan jalan keluar atau solusi terbaik dari adanya masalah yang dihadapi oleh suatu pasangan sehingga pilihan tersebut diambil untuk sedikit dapat melegakan dan menyelamatkan dari kebathilan. Seperti dalam firman Allah SWT yang berada dalam surah Al-Baqarah ayat 227, yaitu:

وَأِنْ عَزَمُوا الطَّلَاقَ فَإِنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ عَلِيمٌ

Artinya: *“Dan jika mereka berketetapan hati untuk bercerai, maka sesungguhnya Allah Maha Mendengar, lagi Maha Mengetahui.”* (QS. Al-Baqarah ayat 227).

Hal tersebut dimaksudkan apabila pernikahan masih dipertahankan maka akan lebih banyak menimbulkan mudhorot yang diterima karena adanya saling sakit hati sehingga dalam menjalankan rumah tangga menjadi tidak ikhlas atau ridho. Sehingga dapat disimpulkan bahwa keputusan untuk bercerai dapat diambil apabila pernikahan sudah tidak membawa suami istri ke arah keberkahan dan lebih banyak menimbulkan kerusakan. Hal tersebut misalnya seperti korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), korban perselingkuhan, korban penipuan dan penelantaran dari pasangannya. Dampak positif dari adanya perceraian, diantaranya yaitu:

a) Kebaikan bagi perkembangan mental anak

Anak yang berada dalam kondisi keluarga yang tidak harmonis seringkali akan melihat pertengkaran yang terjadi diantara kedua orang tuanya. Hal tersebut tentunya akan membuat anak menjadi tidak nyaman sehingga berpengaruh terhadap kondisi mental anak seperti mudah stress, memendam rasa marah dan

kecewa terhadap orang tuanya. Hal tersebut kemudian juga akan berdampak pada perilaku yang ditampilkan anak seperti memberontak, tidak patuh terhadap orang tua dan kelekatan terhadap orang tua memudar. Oleh karena itu, pertikaian yang terjadi antara orang tua hendaknya tidak dilakukan dihadapan anaknya.

b) Menghindari kekerasan dalam rumah tangga

Dampak positif perceraian dapat menghindarkan kekerasan dalam rumah tangga. Banyak pasangan yang tidak mampu untuk mengendalikan emosi saat sedang bertengkar. Perbedaan pendapat merupakan salah satu alasan mengapa pasangan tidak mampu hidup dalam keharmonisan. Pasangan yang sudah tidak menemukan kecocokan dalam pernikahannya lebih disarankan sebaiknya untuk berpisah. Meskipun menyakitkan, pemaksaan di dalam sebuah hubungan pernikahan akan menuai hal-hal yang beresiko saling memberatkan. Ketidaksesuaian harapan dalam hubungan dapat menimbulkan kekerasan dalam rumah tangga sehingga menyakiti secara mental maupun fisik. Banyak ditemukan kasus kekerasan dalam rumah tangga yang membuat luka berat hingga mengakibatkan pada kehilangan nyawa.

c) Memperbaiki perekonomian

Dampak positif selanjutnya yaitu dapat memperbaiki perekonomian. Ada beberapa kasus rumah tangga yang bercerai akibat pengelolaan anggaran rumah tangga yang buruk. Perceraian tidak hanya terjadi pada keluarga yang kurang mampu namun juga mapan. Hal ini menjadi evaluasi untuk keluarga agar mengelola dana secara transparan dan efisien. Hal tersebut dikarenakan banyak pasangan yang sering kali memiliki gaya hidup yang tidak sesuai dengan pendapatan. Untuk itu, setelah bercerai individu dapat mengevaluasi diri terkait pengelolaan uang dan dapat mengatur pendapatan secara lebih bijak.

d) Memulai hidup lebih bahagia

Sebuah pernikahan adalah sebuah ikatan yang didalamnya ada kasih sayang dan saling menghormati. Namun saat diantara pasangan suami istri sudah tidak lagi memegang hal tersebut, maka akan sulit untuk membuat ikatan pernikahan menjadi utuh. Hal yang harus dipahami yakni sebuah ikatan tidak akan pernah bisa terjalin tanpa komitmen. Pasangan juga adalah manusia yang tidak akan pernah sempurna. Jadi jangan pernah mengharapkan hanya kebahagiaan saat dilangsungkan pernikahan (Zuhrotunisa, 2019:47-49).

## B. Wanita Pasca Bercerai

### 1. Pengertian Perceraian

Cerai atau talak berasal dari bahasa Arab yakni *Thalaaq* yang berarti bercerai atau menceraikan. Menurut bahasa, kata *thalaaq* artinya melepas (*irsaal*) dan membebaskan (Humairah, 2016:10). Sedangkan secara istilah dalam agama, perceraian merupakan lepasnya ikatan perkawinan atau bubarnya suatu hubungan perkawinan antara suami dan istri. Sehingga dapat dikatakan bahwa apabila perkawinan merupakan awal hidup bersama sebagai suami dan istri, maka perceraian merupakan sebagai akhir antara suami dan istri (Priyana, 2011:13). Dengan hilangnya suatu ikatan pernikahan karena perceraian, maka istri tidak lagi halal bagi suaminya, begitu pula sebaliknya suami tidak lagi halal bagi istrinya.

Perceraian (*divorce*) merupakan suatu perpisahan secara resmi antara suami dan istri akibat dari kegagalannya dalam menjalankan perannya masing-masing, sehingga memutuskan untuk tidak bersama-sama lagi dalam menjalankan kehidupan rumah tangganya. Setelah bercerai maka pasangan tersebut sudah tidak berketetapan untuk menjalankan kewajiban sebagai suami-istri lagi (Dariyo, 2004:4). Putusnya suatu perkawinan antara suami dan istri dapat berlangsung dalam waktu tertentu atau selamanya. Allah Subhanahu Wa Ta'ala berfirman dalam surah Al-Baqarah Ayat 229:

الطَّلُقَ مَرَّتَانِ ۖ فَإِمْسَاكَ بِمَعْرُوفٍ أَوْ تَسْرِيحٍ بِإِحْسَنِ ۖ وَلَا يَجِلُّ لَكُمْ أَنْ تَأْخُذُوا بِمَا  
 ءَاتَيْتُمُوهُنَّ شَيْئًا إِلَّا أَنْ يَخَافَا أَلَّا يُقِيمَا حُدُودَ اللَّهِ ۖ فَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا يُقِيمَا حُدُودَ اللَّهِ فَلَا  
 جُنَاحَ عَلَيْهِمَا فِيمَا افْتَدَتْ بِهِ ۖ تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلَا تَعْتَدُوهَا ۚ وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ  
 فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

Artinya: "Talak (yang dapat dirujuk) itu dua kali. (Setelah itu suami dapat) menahan dengan baik atau melepaskan dengan baik. Tidak halal bagi kamu mengambil kembali sesuatu yang telah kamu berikan kepada mereka, kecuali keduanya (suami dan istri) khawatir tidak mampu menjalankan hukum-hukum Allah. Jika kamu (wali) khawatir bahwa keduanya tidak mampu menjalankan hukum-hukum Allah, maka keduanya tidak berdosa atas bayaran yang (harus) diberikan (oleh istri) untuk menebus dirinya. Itulah hukum-hukum Allah, maka janganlah kamu melanggarnya. Barang siapa melanggar hukum-hukum Allah, mereka itulah orang-orang zalim." (QS. Al-Baqarah 2: Ayat 229)

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa perceraian yang telah dilakukan dapat kembali dalam ikatan pernikahan apabila telah rujuk dan dapat dilakukan sebanyak dua kali. Kemudian apabila thalaq dilakukan untuk yang ketiga kalinya, maka akan haram suami istri tersebut bercampur kembali, kecuali pihak istri telah melakukan pernikahan yang lain sesudahnya. Hal tersebut merupakan hukum-hukum yang telah ditetapkan oleh Allah SWT. Sebagai orang yang beriman hendaknya menaati segala Aturan dan menjauhi larangan-Nya. Untuk itu, hendaknya kita lebih bijak dalam mengambil keputusan dan tidak menganggap perceraian sebagai hal yang dapat dipertanyakan. Seperti yang diketahui thalaaq memang diperbolehkan dalam Islam, namun perbuatan tersebut sangat dibenci dan dimurkai oleh Allah, sebagaimana sabda Rasulullah:

عَنِ ابْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: أَبْغَضُ الْحَالِلِ إِلَى اللَّهِ  
 الطَّلَاقُ. رَوَاهُ أَبُو دَاوُدَ وَابْنُ مَاجَهَ وَصَحَّحَهُ الْحَاكِمُ

Artinya: Dari Ibnu Umar, sesungguhnya Rasulullah bersabda: "perbuatan halal yang paling dimurkai Allah adalah thalaaq" (HR. Abu Daud dan Hakim)

Menurut Hurlock (dalam Zuhrotunisa, 2019:28) perceraian merupakan kulminasi dari penyesuaian perkawinan yang buruk, dan terjadi apabila antara suami istri sudah tidak mampu lagi mencari cara penyelesaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak, sehingga putusya hubungan pernikahan. Sedangkan menurut undang-undang tentang perkawinan, perceraian terjadi antara pihak suami istri yang sudah merasakan adanya ketidakcocokan dalam menjalani rumah tangga sehingga tidak bisa melanjutkan rumah tangganya. Artinya perceraian yang dilakukan harus berdasarkan alasan tertentu yang dianggap dapat menyebabkan mudharat atau tidak memberikan manfaat apabila rumah tangga diteruskan. Alasan perceraian tersebut diantaranya seperti yang termuat dalam Undang-undang Perkawinan No. 1 Tahun 1974, yaitu:

- a. Salah satu pihak berbuat zina atau menjadi pemabuk, pematik penjudi dan sebagainya yang sukar untuk disembuhkan.
- b. Salah satu pihak meninggalkan pihak lain dalam jangka waktu 2 tahun secara terus menerus tanpa adanya alasan yang sah.
- c. Salah satu pihak mendapatkan pidana 5 tahun penjara atau hukuman lain yang lebih berat.
- d. Salah satu pihak melakukan kekejaman yang membahayakan keselamatan anggota keluarga.
- e. Salah satu pihak tidak dapat menjalankan kewajiban baik sebagai suami atau istri akibat penyakit atau cacat badan.
- f. Terus menerus terjadi peselisihan atau pertengkaran antara kedua belah pihak sehingga sulit untuk hidup harmonis (Priyana, 2011:19).

Pada dasarnya faktor yang menyebabkan terjadinya perceraian pada masing-masing keluarga memiliki alasan yang kompleks dan berbeda-beda satu sama lainnya. Adapun faktor-faktor yang menjadi penyebab perceraian diantaranya yaitu:

1. Faktor pendidikan

Pola pikir seseorang dapat mempengaruhi sikap seseorang dalam mengambil suatu keputusan, salah satunya yaitu termasuk memutuskan untuk bercerai atau tidak. Pola pikir pada seseorang tersebut dapat dibentuk melalui pendidikan dan latihan, sehingga demikian orang yang memiliki tingkat pendidikan tinggi akan memiliki pola pemikiran lebih baik karena lebih mengedepankan rasionalitas dibanding dengan orang dengan pendidikan rendah karena cenderung memiliki pola pikir yang lebih mementingkan hal yang bersifat emosional.

## 2. Faktor usia dalam perkawinan

Hukum yang sebelumnya mengatur batas usia minimal seseorang diperbolehkan untuk menikah yaitu Undang-undang Perkawinan No. 1 Tahun 1974 pasal 7 ayat (1) kemudian diubah dalam Undang-undang No. 16 Tahun 2019 yang mengatur tentang usia minimal menikah adalah 19 tahun baik untuk pria maupun wanita. Pernikahan yang terjadi di usia kurang dari 19 tahun diperbolehkan apabila dengan izin/dispensasi dari pengadilan agama, namun lazimnya disebut dengan pernikahan dini. Semakin dini usia seseorang dalam memutuskan untuk menikah maka akan memperbesar resiko perceraian dikarenakan emosi yang masih belum stabil.

## 3. Faktor ekonomi

Tinggi rendahnya kemampuan ekonomi pada seseorang akan berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan dalam suatu keluarga. Kondisi tersebut tidak dapat dipungkiri juga akan berpengaruh terhadap kesejahteraan dalam keluarga. Kurangnya pemenuhan kebutuhan ekonomi dikarenakan penghasilan yang rendah maupun tidak terpenuhinya hak nafkah oleh suami dapat menimbulkan percekocokan dan

perselisihan dalam rumah tangga yang kemudian bisa mengarah pada suatu perceraian.

4. Faktor perselingkuhan

Dalam kehidupan berumah tangga, kebutuhan seks antara suami dan istri merupakan hal yang sensitif. Apabila salah satu dari pihak antara suami dan istri merasa kebutuhan seksuannya tidak terpenuhi, maka tidak jarang akan membuat pihak tersebut mencari kepuasan dengan pihak lain (selingkuh). Hal ini dapat terjadi dikarenakan adanya ketidakterbukaan dan kurangnya dalam berkomunikasi antara suami dan istri. Hal tersebutlah yang kemudian dapat menyebabkan terjadinya suatu perceraian.

5. Faktor campur tangan keluarga

Campur tangan keluarga biasanya dapat terjadi pada keluarga yang baru saja menikah namun belum memiliki hunian sendiri sehingga terpaksa memilih untuk tinggal bersama kerabat dirumah orang tua. Untuk itu, tidak dipungkiri bahwa ketika tinggal bersama dengan orang tua akan ada perasaan tidak bebas dikarenakan adanya campur tangan dari orang tua dalam setiap pengambilan keputusan rumah tangga. Hal tersebutlah yang kemudian membuat salah satu pihak menjadi tidak betah sehingga sering terjadi percekcoakan dan perselisihan hingga dapat berujung pada perceraian.

6. Faktor perbedaan prinsip, ideologi, dan keyakinan

Pasangan yang memutuskan untuk menikah, kebanyakan belum terlalu memikirkan secara mendalam terkait perbedaan prinsip, ideologi, dan keyakinan. Adanya kemungkinan perbedaan dapat menjadi gerbang terjadinya perselisihan dalam pernikahan. Seperti perbedaan penerapan pola asuh terhadap anak dan ketidasepakatan dalam penerapan kedisiplinan pada anak. Perbedaan dari segi prinsip, ideologi

dan keyakinan akan membuat pasangan suami istri menjadi tidak satu visi dan misi sehingga akan menghambat dalam menjalankan rumah tangga.

#### 7. Faktor perselisihan atau pertengkaran (KDRT)

Dalam hubungan rumah tangga, adanya perselisihan paham menjadi hal yang lumrah dan bisa terjadi kapan saja. Namun apabila perselisihan tersebut berujung pada tindak kekerasan fisik seperti pemukulan dan penganiayaan sehingga menyebabkan luka baik secara fisik maupun batin, maka pernikahan akan sulit untuk diteruskan dan dapat berujung pada perceraian (Priyana, 2011:24-27).

Setelah terjadi perceraian, tentunya akan memberikan dampak yang besar terhadap mantan pasangan suami istri dan terlebih kepada anak hasil dari pernikahan tersebut. Pasca terjadinya perceraian, tentunya memberikan perubahan status dari yang awalnya suami istri yang sebelumnya menjalankan kehidupan secara bersama-sama kemudian menjadi mantan suami istri yang kemudian berpisah dan menjalankan kehidupannya masing-masing. Namun berbeda dengan status anak dari hasil perkawinan tersebut, karena tidak ada yang bernama mantan anak (Priyana, 2011:42).

## 2. Pengertian Wanita

Secara umum, istilah wanita digunakan untuk menyebutkan dan menggambarkan perempuan yang telah dewasa. Arti secara biologis dari wanita sama halnya dengan perempuan yaitu bangsa manusia yang halus kulitnya, lemah sendi tulangnya, dan memiliki bentuk yang berlainan dari susunan tubuh laki-laki (Sarlito, 2012:123). Sementara secara fisiologis pada wanita atau perempuan dari sejak lahir umumnya akan dipengaruhi dan diperkuat oleh struktur kebudayaan yang ada, seperti adat-istiadat, sistem sosial-ekonomi, dan pengaruh-pengaruh pendidikan yang didapat (Kartono, 2006:4). Sementara itu feminisme memandang wanita

merupakan istilah untuk konstruksi sosial yang identitasnya ditetapkan dan dikonstruksi melalui penggambaran (Subhan, 2004:1).

Menurut Hurlock (dalam Wayan, 1985:145) istilah wanita diberikan kepada perempuan yang telah mencapai usia tertentu pada masa perkembangannya yaitu saat mencapai tahap perkembangan dewasa yakni usia 20-40 tahun. Sedangkan istilah gadis disematkan kepada perempuan yang masih berusia dibawah 20 tahun dan belum dapat dikatakan sebagai wanita (dewasa) tetapi disebut sebagai anak remaja. Sedangkan menurut Backer (1993) istilah wanita ditunjukkan untuk menyatakan seorang perempuan yang telah matang secara emosi dan afeksi serta telah memiliki kebebasan untuk menentukan cita-cita dan tujuan hidupnya. Maka dapat disimpulkan bahwa wanita merupakan perempuan yang telah memasuki tahap perkembangan yang dewasa serta telah matang secara emosi dan afeksi dalam dirinya sehingga dapat menentukan pilihan dan tujuan hidupnya sendiri.

Menurut Kartono (1992) (dalam Soraya, 2013:24) bahwa seorang wanita harus memiliki beberapa sifat khas kewanitaannya yang banyak dituntut dan disorot oleh masyarakat luas antara lain seperti keindahan, kerendahan, dan memelihara. Karakter seorang wanita memang dikenal dengan kelembutan dalam perbuatan, tutur kata serta dalam tugasnya menjadi seorang anak, wanita, istri, ibu dan status sosial di masyarakat lainnya. Untuk itu menjadi seorang wanita banyak dituntut untuk memiliki sifat yang lemah lembut, perhatian dan menjadi penurut. Apabila wanita tidak memiliki sifat tersebut maka akan dianggap sebagai wanita yang kasar dan pembangkang, sehingga dianggap tidak layak untuk dimiliki atau dijadikan sebagai pasangan.

Dalam Islam terdapat sosok wanita istimewa yakni *Mar'atus salehah*. Karenanya salehah dianggap sebagai wanita terbaik. Karakter wanita salehah terdapat dalam firman Allah yakni QS. An-Nisa' ayat 34 : "*Maka wanita salehah adalah wanita yang taat beribadah kepada Allah dan taat kepada suaminya sebagaimana Allah telah menjaga dirinya.*" (QS.

An-Nisa':34).

Berdasarkan ayat tersebut, terdapat dua karakter utama dalam menjadi wanita salehah, yaitu: *Pertama*, taat kepada Allah dan rasulnya, dengan selalu berusaha memenuhi perintah dan menjauhi larangan-Nya. *Kedua*, taat kepada suami sebagai pemimpin rumah tangganya (Noormindhawati, 2013:46-47). Dari kedua karakter tersebut, apabila dapat terwujud pada diri wanita muslimah, maka dapat disebut wanita salehah. Menjadi wanita salehah merupakan suatu puncak prestasi bagi setiap muslimah.

### **3. Pengertian Wanita Pasca Bercerai**

Wanita pasca bercerai merupakan perempuan yang sudah tidak bersuami lagi, baik itu dikarenakan proses cerai maupun ditinggal mati oleh suaminya (Karvistina, 2011:37). Setelah melakukan perceraian, seorang istri berubah status menjadi seorang janda. Janda merupakan istilah penyebutan bagi wanita yang telah bercerai dengan suaminya, sementara laki-laki yang telah bercerai disebut dengan istilah duda. Menurut Munir (2009) dalam (Karvistina, 2011:37) janda berarti perempuan yang tidak memiliki pasangan karena telah berpisah dengan suami setelah dikumpuli, baik berpisah karena perceraian maupun karena ditinggal mati. Pria maupun wanita yang telah menikah dan telah bercampur kemudian berpisah, yang disebabkan oleh perceraian maupun kematian adalah berstatus sama.

Dalam agama islam menyebutkan bahwa wanita pasca bercerai atau janda merupakan perempuan mukalaf yang pernah menikah, tapi karena ditakdirkan oleh Allah SWT harus menanggung hidup dan kehidupannya tanpa suami, kemudian setelah melewati masa iddah bisa menentukan hidupnya sendiri dalam hal mengurus dan mengatur anak keturunannya (Imron, 2012:2). Namun pada sosial masyarakat, status janda yang disandang pada wanita pasca bercerai mendapat lebih banyak perhatian karena kondisinya yang dianggap malang, kurang beruntung, serta tidak

berdaya sehingga patut untuk dikasihani.

Menjadi seorang janda harus dapat menjaga harkat dan martabat dirinya sendiri ditengah-tengah masyarakat sebagai perempuan yang pernah bersuami namun sudah tidak bersama kembali, sehingga nasib yang dipandang kurang beruntung tersebut harus mampu bertahan ditengah-tengah kehidupan tanpa adanya pria yang mendampingi dan mengayominya lagi (Karvistina, 2011:38). Wanita pasca bercerai dengan suaminya sudah tidak lagi memiliki hak dan kewajiban lagi sebagai seorang istri untuk melayani dan mengurus mantan suaminya. Namun kewajiban pengasuhan sebagai orang tua terhadap anaknya akan tetap ada dan tidak akan pernah hilang, karena tidak ada yang bernama mantan anak.

Berdasarkan pengertian tersebut, dapat dipahami bahwa wanita pasca bercerai adalah kondisi dimana seorang perempuan pernah melakukan pernikahan dan telah bercampur dengan suaminya, namun kemudian berpisah dikarenakan kondisi tertentu yaitu sebab perceraian maupun kematian pasangan. Sehingga untuk menyebut wanita yang sudah tidak bersuami kembali disebut dengan istilah janda. Status janda yang disandang oleh wanita tersebut dianggap kurang menguntungkan oleh sebagian besar masyarakat, karena sudah tidak mamiliki sosok pria yang menjaga dan mengayominya lagi.

#### **4. Wanita Sebagai Janda Dalam Pespektif Gender**

Perspektif gender merupakan sudut pandang yang berfungsi untuk memahami gejala sosial budaya, dengan asumsi bahwa dalam masyarakat terdapat perbedaan menurut jenis kelamin. Gender sejatinya merupakan hasil atau akibat dari perbedaan jenis kelamin (*sexual differentiation*) (Imron, 2012:7). Perbedaan gender kemudian melahirkan ketidakadilan antara kaum laki-laki dan kaum wanita. Pemahaman mengenai perbedaan gender yang kemudian menyebabkan ketidakadilan gender ini dapat dilihat melalui manifestasi ketidakadilan yang ada, diantaranya yaitu marginalisasi, subordinasi, pembentukan stereotipe melalui pelabelan

negatif, kekerasan (*violence*), dan beban kerja (*burden*). Manifestasi ketidakadilan gender tersebut saling berkaitan dan berhubungan, serta saling mempengaruhi satu sama lainnya sehingga memunculkan adanya gerakan feminisme (Karvistina, 2011:42).

Gender merupakan bentukan sosial budaya yang berkembang dimasyarakat dipengaruhi oleh nilai-nilai, norma-norma, dan pandangan-pandangan yang berlaku di masyarakat mengenai hubungan antara wanita dan laki-laki. Seperti pada sebagian besar masyarakat yang masih menganut sistem *patriarkhi*, dimana nilai-nilai dan norma mendefinisikan wanita lebih rendah dari pada laki-laki. Hal tersebut yang nantinya akan menyebabkan laki-laki mempunyai kontrol yang besar terhadap wanita. Seperti yang biasa ditemukan di lingkungan pergaulan, baik dalam lingkup keluarga, pergaulan sosial, agama, hukum, pendidikan, pekerjaan, dan lain sebagainya (Karvistina, 2011:43).

Pendefinisian laki-laki dan wanita dalam konteks ini dapat disebut sebagai duda dan janda yang berkembang dan dilakukan oleh masyarakat patriarkhi. Perbedaan citra antara status janda dengan duda sebenarnya bukan menjadi masalah bagi kebanyakan orang. Namun, perbedaan tersebut dapat menjadi masalah ketika menghasilkan ketidaksetaraan dimana laki-laki yang menjadi duda memperoleh dan mendapatkan kedudukan yang lebih baik dan lebih menguntungkan daripada wanita yang berstatus sebagai janda. Pencitraan terhadap wanita yang menyandang status sebagai janda merupakan contoh ketidakadilan gender yang selama ini mungkin tidak atau kurang disadari oleh sebagian besar masyarakat, baik itu oleh laki-laki maupun wanita sendiri (Imron, 2012:11). Untuk itu diperlukan adanya upaya untuk menyadarkan baik laki-laki maupun wanita yang ada dimasyarakat untuk tidak melakukan ketidakadilan terkait gender.

## **C. Bimbingan Konseling Islam**

### **1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam**

Dalam bahasa Arab kata bimbingan disebut *Attaujih*, sementara

pada kata konseling disebut *Al-Irsyad* atau *Al-Istisyarah*. Dengan demikian dalam bahasa Arab kata bimbingan dan konseling dibahasakan menjadi *At-taujih wa al-Irsyad* atau *At-taujih wa al-Istisyarah*. Secara etimologi kata *irsyad* artinya petunjuk, sedangkan kata *istisyarah* berarti meminta nasihat/konsultasi (Anwar, 2019:15).

Menurut Anwar Sutoyo (dalam Mahmudah, 2015:15) bimbingan dan konseling Islam merupakan suatu proses untuk membantu individu yang bermasalah saat bimbingan dan konseling agar kembali kepada fitrah dengan cara mendasarkan agama Islam guna mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Sementara Samsul Munir Amin (dalam Mahmudah, 2015:15) menjelaskan bimbingan konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan yang terarah, kontinu, dan sistematis kepada individu yang sedang bermasalah agar nantinya dapat mengembangkan potensi serta fitrah beragama secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terdapat dalam Al-Qur'an dan Hadits.

Bimbingan dan konseling Islam pada hakikatnya adalah suatu upaya untuk membantu individu agar belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrahnya sebagai seorang manusia. Cara mengembangkannya yaitu dengan memberdayakan iman, akal, dan kemauan yang telah dikaruniai oleh Allah SWT kepadanya. Hal tersebut dilakukan agar fitrah sebagai individu dapat berkembang dengan benar dan kukuh sesuai dengan tuntunan Allah SWT.

Bimbingan konseling Islami merupakan aktifitas yang bersifat untuk “membantu” individu, konselor sebagai pihak yang membantu individu harus memiliki kompetensi dan pemahaman yang mendalam terkait tuntunan maupun larangan Allah serta dapat menaatinya. Bentuk bantuan yang diberikan oleh konselor dapat berupa pemberian dorongan dan pendampingan kepada individu agar dapat memahami dan mengamalkan syari'at Islam. Sehingga nantinya individu (konseli) diharapkan dapat mengembangkan potensi diri serta fitrah beragama secara optimal (Sutoyo, 2014:22).

Berdasarkan beberapa pengertian terkait bimbingan dan konseling Islami tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling Islam tak ubahnya memiliki tata cara yang sama seperti bimbingan konseling pada umumnya, yakni memberikan bantuan yang terarah, sistematis dan berkelanjutan pada konseli yang bermasalah. Hanya saja pada bimbingan dan konseling Islam lebih menitikberatkan pada ajaran agama Islam yang berlandaskan pada Al-Qur'an dan Hadits, agar konseli mampu mengembangkan potensi dan menyelesaikan masalah serta dapat kembali pada keadaan yang fitrah sehingga mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

## 2. Landasan Bimbingan dan Konseling Islam

Landasan utama bimbingan konseling Islam merupakan Al-Qur'an dan As-sunnah. Hal tersebut karena keduanya merupakan sumber dari segala sumber pedoman hidup bagi umat Islam. Seperti pada kutipan hadis berikut bahwa: *“aku tinggalkan sesuatu bagi kalian semua yang jika kalian selalu berpegang teguh kepadanya niscaya selama-lamanya tidak akan pernah salah langkah dan tersesat di jalan, sesuatu itu yakni Kitabullah dan Sunnah Rasul-Nya.”* (HR Ibnu Majah).

Al-Qur'an dan Sunnah Rasul dapat diistilahkan sebagai landasan yang ideal dan konseptual bagi bimbingan dan konseling Islam. Dari kedua sumber tersebutlah suatu gagasan, tujuan, dan konsep-konsep seperti pengertian dan makna hakiki bimbingan dan konseling Islam berumber (Anwar, 2019:83-84). Seperti dalam firman Allah surat al-Isra' ayat 82 yang menerangkan bahwa:

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۖ وَلَا يَرْيَدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Artinya: *“Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian”* (Surat Al-Isra Ayat 82).

Menurut Tafsir Tematik Cahaya Al-Qur'an, Al-Qur'an merupakan mukjizat yang diterima oleh Nabi Muhammad Saw yang abadi, yang

diturunkan oleh Allah sebagai cahaya dan petunjuk. Dimana didalamnya terdapat obat bagi jiwa yang sakit karena penyakit hati dan penyakit kemasyarakatan, seperti akidah yang sesat dan menyingkap harti yang masih tertutup, sehingga menjadi obat bagi hati, seperti layaknya obat-obatan bagi kesehatan. Jika suatu kaum ingin mengambil petunjuk darinya, mereka akan mendapatkan kemenangan dan kebahagiaan, sebaliknya jika mereka tidak mau menerimanya, maka akan menyesal dan sengsara (Tanjung, 2021:45). Selanjutnya dalam surah al-Baqarah ayat 2 juga menerangkan bahwa:

ذٰلِكَ الْكِتٰبُ لَا رَيْبَ فِيْهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِيْنَ

*Artinya: “Kitab (Al Quran) ini tidak ada keraguan padanya; petunjuk bagi mereka yang bertakwa” (Surah Al-Baqarah Ayat 2).*

Dalam Tafsir al-Muyassar, Al-Qur’an itu merupakan kitab yang agung yang tidak ada keraguan bahwasanya ia datang dari sisi Allah, maka tidak benar bila ada seseorang yang ragu-ragu terhadap nya karena begitu jelasnya Al-Qur’an itu. Dimana orang-orang yang bertaqwa dapat mengambil manfaat dengannya berupa ilmu yang bermanfaat dan amal sholeh dan mereka itu adalah orang-orang yang takut kepada Allah dan mengikuti hukum-hukum-Nya.

### 3. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling secara umum memiliki berbagai fungsi, diantaranya yakni (Anwar, 2019:10-13):

#### 1) Fungsi pemahaman

Fungsi bimbingan dan konseling membantu konseli agar nantinya dapat memahami diri dan potensi yang ada pada dirinya, serta dapat beradaptasi dengan lingkungannya.

#### 2) Fungsi fasilitasi

Bimbingan dan konseling memberikan kemudahan bagi konseli dalam mencapai perkembangan yang optimal, serasi, selaras, dan seimbang yang mencakup seluruh aspek dalam diri konseli.

3) Fungsi penyesuaian

Bimbingan dan konseling berupaya membantu konseli dalam membantu menyesuaikan dirinya dengan diri sendiri dan lingkungannya secara dinamis dan konstruktif.

4) Fungsi penyaluran

Bimbingan dan konseling berupaya membantu konseli untuk memilih program atau kegiatan yang sesuai dengan keinginan dan bakat minat konseli, misalnya ekstrakurikuler, jurusan atau prodi, dan karir. Dalam hal ini, konselor perlu bekerjasama dengan pendidik lainnya baik didalam maupun diluar lembaga pendidikan.

5) Fungsi pencegahan (*preventif*)

Fungsi bimbingan dan konseling ini berkaitan dengan upaya konselor untuk melakukan antisipasi atau pencegahan terhadap masalah yang mungkin terjadi. Hal ini dimaksudkan dalam rangka agar konseli dapat menghindari tingkah laku yang tidak diharapkan.

6) Fungsi perbaikan

Membantu konseli dalam memperbaiki kekeliruan dalam cara berpikir, berperasaan, dan bertindak (berkehendak). Konselor melakukan intervensi terhadap konseli agar memiliki pola pikir yang sehat, rasional dan memiliki perasaan yang tepat sehingga dapat mengantarkan konseli terhadap tindakan yang produktif dan normatif.

7) Fungsi penyembuhan

Fungsi bimbingan dan konseling ini berkaitan dengan upaya pemberian bantuan kepada konseli yang telah mengalami masalah.

8) Fungsi pemeliharaan

Fungsi ini membantu konseli untuk mempertahankan situasi kondusif yang telah tercipta dalam dirinya, serta menghindarkan konseli dari kondisi-kondisi yang dapat menurunkan produktivitas diri.

Secara umum fungsi dari bimbingan dan konseling ialah sebagai fasilitator dan motivator untuk konseli dalam upaya mengatasi dan memecahkan problem kehidupan yang sedang dialaminya dengan

menggunakan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri. Fungsi tersebut dapat diuraikan kedalam tugas kegiatan yang bersifat *preventif* (pencegahan) terhadap segala macam hal yang dapat mengganggu kesehatan mental dan spiritual dari kehidupan individu serta fungsi kegiatan pelayanan yang bersifat *kuratif* (penyembuhan) terhadap individu yang memiliki masalah terkait kesehatan mental, spiritual maupun fisik yang dapat dilakukan dengan cara referal (pelimpahan) (Amin, 2010:44).

Sementara fungsi utama dari bimbingan dan konseling Islam yang erat kaitannya dengan kejiwaan, maka tidak akan terlepas dari masalah-masalah spiritual (keyakinan). Bimbingan konseling Islam berfungsi agar individu dapat kembali pada bimbingan Al-qur'an dan As-sunnah. Dalam pelaksanaannya, bimbingan dan konseling Islam berfungsi untuk memberikan bimbingan terhadap individu yang memiliki gangguan mental dengan cara merubah sikap dan cara berpikir atau menilai suatu hal dalam menyikapi problem yang sedang dialami dalam hidupnya.

Menurut Samsul Munir Amin (2010:51) bimbingan konseling Islam selain berfokus kepada pemberian perbaikan dan penyembuhan pada tahap mental, spiritual atau kejiwaan, dan emosional, juga berfokus kepada perbaikan kualitas dari materi bimbingan konseling Islam yang disampaikan guna mengembangkan dan menanamkan nilai-nilai dan wahyu sebagai pedoman hidup, maka individu akan memperoleh wacana-wacana ilahiah tentang bagaimana mengatasi berbagai masalah, kecemasan dan kegelisahan dengan melakukan komunikasi yang baik, baik secara vertikal maupun horizontal. Apabila individu telah dapat memahami pesan-pesan Al-Qur'an dan As-sunnah secara baik, maka individu tersebut akan lebih bijak dalam berfikir dan bersikap secara penuh dengan kewaspadaan agar tidak menyimpang dari tuntunan kebenaran-Nya.

#### **4. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam**

Bimbingan merupakan pemberian bantuan kepada individu

maupun kelompok dalam menentukan pilihan secara bijak dalam penyesuaian diri terhadap tuntunan hidup. Dengan adanya bantuan tersebut, diharapkan pada masa mendatang individu dapat mengatasi kesulitannya sendiri (Amin, 2010:38). Tujuan yang ingin dicapai melalui bimbingan dan konseling Islam ialah agar fitrah yang telah dikaruniakan oleh Allah SWT kepada individu dapat berkembang dan berfungsi secara baik, sehingga individu memiliki pribadi yang *kaffah*, dan kemudian secara bertahap dapat mampu mengaktualisasikan apa yang diimaninya dalam kehidupan sehari-hari, yakni dengan patuh terhadap hukum-hukum Allah serta dapat taat dalam menjalankan ibadah dengan mematuhi segala perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya (Sutoyo, 2014:207).

Secara sederhana tujuan dari bimbingan dan konseling Islam ialah untuk menyeru berbuat baik dan mencegah perbuatan munkar. Selanjutnya secara singkat tujuan dari bimbingan dan konseling Islam dapat dirumuskan sebagai berikut, yaitu (Anwar, 2019:88):

1) Tujuan umum

Membantu individu untuk mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

2) Tujuan khusus

- a) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah,
- b) Membantu individu mengatasi masalah yang dihadapinya,
- c) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang lebih baik.

Sementara menurut Erhamwilda (dalam Anwar, 2019:88) tujuan dari bimbingan dan konseling Islam dapat dibedakan menjadi dua yakni tujuan jangka pendek dan tujuan jangka panjang. Tujuan jangka pendek dari bimbingan dan konseling Islam adalah untuk membantu individu dalam mengatasi masalahnya dengan cara mengubah sikap dan perilaku menjadi lebih baik sesuai dengan tuntunan ajaran agama Islam. Sedangkan tujuan jangka panjangnya yaitu dapat memperoleh kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa tujuan dari bimbingan konseling Islam yaitu agar individu dapat mengentaskan permasalahannya dan dapat melakukan penyesuaian diri dengan cara kembali kepada fitrah sebagai manusia yaitu mengamalkan iman, islam, dan ikhsan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga nantinya diharapkan dapat tercipta perubahan perilaku pada individu menjadi lebih baik yang sesuai dengan tuntutan ajaran agama islam agar diperoleh kebahagiaan di dunia dan akhirat.

## **5. Tahapan Bimbingan dan Konseling Islam**

Bimbingan konseling Islam dapat dilakukan dengan tahap-tahap sebagai berikut, yaitu (Sutoyo, 2014:214-217):

1. Meyakinkan individu tentang hal-hal sebagai berikut (sesuai kebutuhan).
  - a) Posisi manusia sebagai makhluk ciptaan Allah, dimana terdapat hukum-hukum atau ketentuan Allah yang berlaku bagi semua manusia.
  - b) Status manusia sebagai hamba Allah yang harus selalu tunduk dan patuh terhadap segala perintah dan larangan-Nya.
  - c) Tujuan diciptakannya manusia oleh Allah ialah agar manusia melaksanakan amanah dalam bidang keahlian masing-masing sesuai ketentuan Allah dan untuk beribadah kepada-Nya.
  - d) Terdapat fitrah yang dikaruniakan Allah kepada manusia berupa fitrah iman dan taat kepada-Nya, dimana tugas manusia ialah harus tetap memelihara, mengembangkan dan kembali kepada fitrah-Nya.
  - e) Kebenaran iman sangat penting bagi keselamatan hidupnya di dunia dan akhirat.
  - f) Terdapat hikmah yang selalu ada dibalik musibah yang telah ditetapkan oleh Allah untuk manusia.

- g) Menanamkan aqidah yang benar pada diri sejak dini dapat menjauhkan dari perbuatan syirik dan dapat melaksanakan ibadah secara benar dan istiqmah.
  - h) Adanya setan yang selalu berupaya untuk menyesatkan manusia dari jalan Allah SWT. Karenanya, agar terhindar Allah telah memberikan potensi berupa akal pikiran, perasaan dan tuntunan agama kepada manusia.
  - i) Manusia berhak untuk berikhtiar dan berusaha semaksimal mungkin, namun tetap penentu keberhasilan masih tergantung atas izin Allah SWT.
  - j) Tugas dari konselor hanya untuk membantu, namun nantinya individu sendiri yang harus berupaya untuk hidup secara lebih mandiri sesuai dengan tuntunan agama.
2. Mendorong dan membantu individu memahami dan mengamalkan ajaran agama secara benar.

Pada tahap ini konselor dapat mengingatkan individu bahwa: *pertama*, individu harus mengamalkan ajaran agama sebagai pedoman hidup dalam setiap langkahnya, agar nantinya dapat selamat dunia dan akhirat. *Kedua*, mengingat ajaran agama itu sangat luas, maka diperlukan waktu dan tenaga untuk mempelajarinya.

Disini konselor berperan sebagai pendorong dan sekaligus pendamping bagi individu dalam mempelajari dan mengamalkan ajaran agama, sebelum nantinya individu diharapkan mampu untuk membimbing dirinya sendiri. Oleh karenanya, maka konselor harus terlebih dahulu memahami dan sebisa mungkin telah mengamalkan apa yang dipahaminya dalam ajaran agama sebelum nantinya disampaikan kepada individu.

3. Mendorong dan membantu individu memahami dan mengamalkan iman, islam, dan ikhsan.

Apa yang dimaksud dengan iman bukanlah hanya sebatas

diucapkan saja, melainkan juga harus diaktualisasikan ke dalam kehidupan sehari-hari dalam bentuk ibadah. Maka konselor perlu membantu dan mendorong individu dalam memahami hal-hal sebagai berikut:

- 1) Aktualisasi rukun iman dalam kehidupan sehari-hari;
  - a) Hanya menyembah dan beribadah kepada Allah SWT semata
  - b) Beribadah dengan niat yang tulus semata-mata karena Allah
  - c) Menyerahkan segala hasil usaha kepada Allah
  - d) Yakin dan percaya akan adanya makhluk ghaib berupa malaikat
  - e) Mematuhi dan mengamalkan apa yang diajarkan Allah dalam Al-qur'an
  - f) Mematuhi ajaran yang telah disebarkan oleh Rasulullah
  - g) Ikhlas dalam menerima ketentuan Allah atas dirinya
  - h) Yakin adanya hari akhir dan setiap manusia akan mendapatkan balasan dari apa yang telah dilakukan saat di dunia.
- 2) Aktualisasi rukun islam dalam kehidupan sehari-hari;
  - a) Meninggalkan dan menjauhi segala macam bentuk syirik
  - b) Mengamalkan syari'at yang dibawa oleh Rasulullah
  - c) Mendirikan shalat wajib dan sunah secara benar
  - d) Ikhlas mengeluarkan sebagian harta untuk infaq, zakat, dan shadaqah
  - e) Melaksanakan puasa wajib dan sunah secara benar
  - f) Menunaikan ibadah haji (apabila mampu).
- 3) Aktualisasi ikhsan dalam kehidupan sehari-hari;
  - a) Selalu menjaga lisan dengan selalu berbicara dengan baik dan bermanfaat serta tidak berdusta
  - b) Menghindari dari penyakit hati dengan tidak berburuk sangka, iri, sombong, dendam dan riya'

- c) Menjauhkan diri dari perbuatan yang membahayakan seperti melakukan kejahatan
- d) Selalu menjaga kesehatan baik fisik maupun mental
- e) Berbuat baik terhadap sesama muslim
- f) Berbuat baik terhadap kedua orang tua.

#### **D. Relevansi Bimbingan Konseling Islam Dengan Dampak Psikososial Wanita Pasca Bercerai**

Perceraian merupakan akhir dari ketidakstabilan perkawinan yang sebelumnya dibina oleh suami istri dan kemudian memilih untuk hidup terpisah. Dariyo (dalam Muhammad et al., 2019:195) menyebutkan bahwa cara dalam memaknai pernikahan dan perceraian dapat dipengaruhi oleh nilai-nilai dalam keluarga (kepercayaan agama), norma budaya (pandangan dan harapan tentang pernikahan), dan pengalaman pribadi yang dilalui (gagasan tentang pernikahan). Terjadinya perceraian tentunya akan berdampak kepada keluarga yang mengalaminya. Runtuhnya perkawinan akan berpengaruh terhadap kondisi psikososial terutama pada wanita pasca bercerai.

Wanita yang memilih untuk bercerai berpeluang memiliki gangguan psikologis dan sosial yang cukup tinggi. Untuk itu, wanita pasca bercerai harus dapat melakukan penyesuaian diri dalam menghadapi kehidupannya. Dampak yang akan terjadi setelah wanita pasca bercerai mampu melakukan penyesuaian diri diantaranya yaitu mampu dalam mengatasi masalah yang berfokus pada pembentukan emosi positif, komunikasi sosial yang baik, keterbukaan diri, serta dapat mengatasi kesehatan mentalnya (Muhammad et al., 2019:195). Namun tentunya sebelum mencapai penyesuaian diri tersebut, wanita pasca bercerai memerlukan upaya dalam mengatasi pemasalahannya.

Dalam menghadapi tekanan dan dampak psikososial yang dialami oleh wanita yang telah bercerai, religiusitas atau keyakinan terhadap nilai agama yang baik akan dapat membantu wanita pasca bercerai dalam proses penyesuaian dirinya. Dalam meningkatkan religiusitas pada wanita pasca bercerai tersebut dapat dilakukan dengan bimbingan dan konseling islam.

Bimbingan dan konseling Islam pada hakikatnya adalah suatu upaya untuk membantu individu agar belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrahnya sebagai seorang manusia yang berlandaskan pada Al-Qur'an dan Hadits. Cara mengembangkannya yaitu dengan memberdayakan iman, akal, dan kemauan yang telah dikaruniai oleh Allah SWT kepadanya. Bentuk bantuan yang diberikan oleh konselor dapat berupa pemberian dorongan dan pendampingan kepada wanita pasca bercerai agar dapat memahami dan mengamalkan syari'at Islam. (Sutoyo, 2014:22) Dengan adanya upaya bimbingan dan konseling Islam yang dilakukan terhadap wanita pasca bercerai tersebut, diharapkan dapat membantu dalam proses penyesuaian dirinya untuk menghadapi dan melanjutkan kehidupannya menjadi lebih baik.

Bimbingan konseling Islam digunakan sebagai salah satu aktifitas yang berfokus pada tindakan pencegahan dan penanganan masalah, serta peningkatan kondisi pada wanita pasca bercerai agar memiliki kemampuan untuk mengatasi setiap permasalahan hidupnya. Peran atau fungsi strategis bimbingan konseling Islam inilah yang diharapkan dapat mengarahkan dan menangani setiap permasalahan hidup umat, terutama pada wanita pasca bercerai yang mengalami tekanan psikososial, sehingga nantinya akan berdampak pada peningkatan intelektual, emosional, dan spiritualnya (Alimuddin & Rahmi, 2021:100). Dalam hal ini terdapat beberapa upaya yang dapat dilakukan bimbingan konseling Islam dalam menangani dampak psikososial wanita pasca bercerai, diantaranya yaitu:

a) Bimbingan mental

Bimbingan mental dimaksudkan untuk menumbuhkan dan mengembangkan kondisi mental pada wanita pasca bercerai, seperti rasa percaya diri, harga diri, budi pekerti, serta sikap hidup menjadi lebih baik (Aini, 2015:31). Dalam pelaksanaannya, bimbingan dan konseling Islam berfungsi untuk memberikan bimbingan terhadap individu yang memiliki gangguan mental dengan cara merubah sikap dan cara berpikir atau menilai suatu hal dalam menyikapi problem yang sedang dialami dalam hidupnya.

b) Bimbingan spiritual

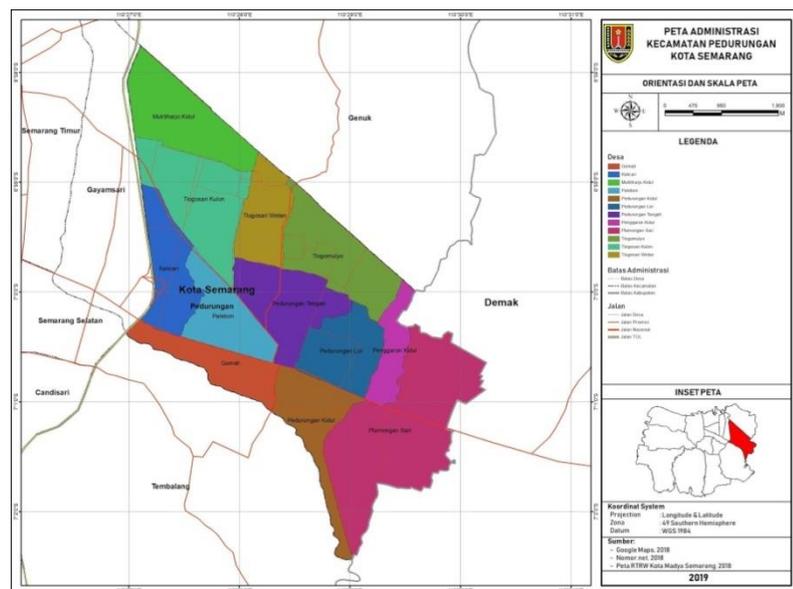
Bimbingan spiritual dimaksudkan untuk memberikan kesadaran terhadap wanita paca bercerai akan kewajiban yang harus dilakukan sebagai seorang muslim. Spiritual merupakan media untuk membersihkan dan menjernihkan hati, untuk itu spiritual digunakan sebagai kesadaran akan tanggung jawab dan kewajiban sebagai seorang muslim (Aini, 2015:32). Dalam hal ini, bimbingan konseling islam dimaksudkan untuk mendorong dan membantu wanita pasca bercerai untuk lebih memahami dan mengamalkan iman, islam, dan ikhsan.

### BAB III

## GAMBARAN UMUM KECAMATAN PEDURUNGAN KOTA SEMARANG DAN HASIL PENELITIAN

### A. Gambaran Umum Kecamatan Pedurungan Kota Semarang

#### 1. Letak Geografis



Sumber: *Peta Administrasi Kecamatan Pedurungan Kota Semarang*

Kecamatan Pedurungan merupakan salah satu kecamatan yang berada di Kota Semarang Provinsi Jawa Tengah. Secara administratif, luas wilayah Kecamatan Pedurungan ialah 21,11 km<sup>2</sup> dan terbagi atas 12 Kelurahan (BPS Kota Semarang, 2022: 4). Kelurahan yang berada di Kecamatan Pedurungan diantaranya yaitu Gemah, Pedurungan Kidul, Plamongan Sari, Penggaron Kidul, Pedurungan Lor, Tlogomulyo, Pedurungan Tengah, Palebon, Kalicari, Tlogosari Kulon, Tlogosari Wetan, dan Muktiharjo Kidul. Adapun batas wilayah Kecamatan Pedurungan adalah sebagai berikut:

- a. Sebelah Utara : Kecamatan Genuk
- b. Sebelah Timur : Kabupaten Demak
- c. Sebelah Selatan : Kecamatan Tembalang
- d. Sebelah Barat : Kecamatan Gayamsari

## 2. Kependudukan

Jumlah penduduk Kecamatan Pedurungan pada tahun 2021 menurut Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kota Semarang tercatat sebanyak 197.059 jiwa, dengan memiliki rata-rata kepadatan penduduk 9.335 per km<sup>2</sup>. Wilayah dengan kepadatan penduduk terbesar berada di Kelurahan Muktiharjo dengan 16.430 jiwa per km<sup>2</sup>. Sedangkan wilayah dengan kepadatan penduduk terendah berada di Kelurahan Penggaron Kidul dengan 3.227 jiwa per km<sup>2</sup> (BPS Kota Semarang, 2022: 20). Sementara jumlah penduduk Kecamatan Pedurungan menurut jenis kelamin yaitu terdiri dari 97.802 laki-laki dan 99.257 perempuan, dengan memiliki rasio jenis kelamin sebesar 98,53.

Tabel 1. Jumlah kependudukan warga Kecamatan Pedurungan Kota Semarang Tahun 2021.

Kelurahan	Laki-laki	Perempuan	Jumlah	Kepadatan Penduduk (per km <sup>2</sup> )
Gemah	8.008	8.020	16.028	13.017
Pedurungan Kidul	7.305	7.384	14.689	10.372
Plamongan sari	7.432	7.445	14.877	5.898
Penggaron Kidul	3.836	3.789	7.625	3.227
Pedurungan Lor	4.983	5.011	9.994	6.977
Tlogomulyo	8.228	8.247	16.475	8.203
Pedurungan Tengah	8.056	8.342	16.398	9.114
Palebon	7.458	7.709	15.167	11.322
Kalicari	4.873	4.906	9.779	7.077
Tlogosari Kulon	16.166	16.697	32.863	13.967
Tlogosari Wetan	4.665	4.645	9.310	7.746
Muktiharjo Kidul	16.792	17.062	33.854	16.430
<b>Pedurungan</b>	<b>97.802</b>	<b>99.257</b>	<b>197.059</b>	<b>9.335</b>

Sumber: Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kota Semarang.

## 3. Sosial dan Kesejahteraan Rakyat

a. Pendidikan

Keberhasilan pendidikan sangat dipengaruhi oleh tersedianya sarana dan prasarana pendidikan seperti sekolah dan tenaga pendidik yang memadai. Fasilitas pendidikan di Kecamatan Pedurungan dapat dinilai lengkap karena terdiri dari tingkat dasar hingga perguruan tinggi. Pada tahun 2021 tercatat terdapat 180 fasilitas pendidikan negeri maupun swasta dengan jenjang pendidikan TK/RA sebanyak 95 sekolah, SD/MI sebanyak 62 sekolah, SMP/MTs sebanyak 22 sekolah, SMA/MA/SMK sebanyak 17 sekolah, dan 8 perguruan tinggi baik Universitas, Politeknik maupun Akademi (BPS Kota Semarang, 2022: 30). Sementara itu, jumlah tenaga pendidik di Kecamatan Pedurungan pada tahun 2021 tercatat sebanyak 2.162.

b. Kesehatan

Fasilitas kesehatan merupakan sarana penunjang yang sangat penting bagi masyarakat yang tinggal pada suatu wilayah, hal ini untuk menunjang akan kebutuhan akan pelayanan kesehatan. Dari 12 kelurahan yang terdapat di Kecamatan Pedurungan, terdapat sebanyak 2 kelurahan yang memiliki fasilitas rumah sakit, 9 kelurahan memiliki fasilitas poliklinik, 1 kelurahan memiliki fasilitas puskesmas, dan 11 kelurahan memiliki fasilitas apotek (BPS Kota Semarang, 2022: 30).

c. Kepercayaan

Penduduk yang berada di Kecamatan Pedurungan memiliki beragam kepercayaan agama yang dianut. Kepercayaan agama yang dianut oleh mayoritas penduduk di Kecamatan Pedurungan yaitu agama Islam yang berjumlah 169.347 jiwa. Sedangkan kepercayaan agama lainnya yaitu agama Kristen sebanyak 16.734 jiwa, Katolik sebanyak

10.499 jiwa, Hindu sebanyak 124 jiwa, Budha sebanyak 955 jiwa, dan Konghuchu sebanyak 19 jiwa. Fasilitas tempat untuk beribadah penting dimiliki guna memudahkan masyarakat dalam beribadah. Pada tahun 2021 tempat peribadatan yang berada di Kecamatan Pedurungan tercatat sebanyak 156 Masjid, 203 Mushola, 13 Gereja Protestan, 7 Gereja Katholik, 1 Pura, dan 1 Vihara (BPS Kota Semarang, 2022: 45).

d. Ekonomi

Kegiatan ekonomi merupakan kegiatan yang dilakukan oleh individu atau kelompok untuk memperoleh barang dan jasa guna memenuhi kebutuhan hidupnya. Dalam kegiatan ekonomi diperlukan sarana prasarana untuk menunjang kegiatan ekonomi. Pada tahun 2021 tercatat sarana kegiatan ekonomi di kecamatan pedurungan diantaranya terdapat 5 pasar permanen tradisional, 30 kelompok pertokoan, 83 minimarket, dan 33 restoran/ rumah makan (BPS Kota Semarang, 2022: 85).

e. Pekerjaan

Berdasarkan data yang diperoleh sampai bulan Juni tahun 2023, penduduk di Kecamatan Pedurungan memiliki beragam pekerjaan yang digeluti diantaranya yaitu nelayan sebanyak 32 orang, pedagang sebanyak 81 orang, wiraswasta sebanyak 9.728 orang, guru sebanyak 2.211 orang, perawat sebanyak 446 orang, pengacara sebanyak 29 orang, mengurus rumah tangga sebanyak 22.438 orang, pelajar dan mahasiswa sebanyak 26.306 orang, belum/tidak bekerja sebanyak 57.540 orang, dan pekerjaan lainnya sebanyak 10 orang (Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kementerian Dalam Negeri).

4. Data Perceraian

Jumlah perceraian di Kecamatan Pedurungan menurut Pengadilan Agama Kota Semarang pada tahun 2020 tercatat sebanyak 340 perkara, kemudian pada tahun 2021 angka perceraian meningkat menjadi 373 perkara, dan pada tahun 2022 angka perceraian menurun menjadi 349 perkara kasus perceraian. Perceraian yang terjadi di Kecamatan Pedurungan sebagian besar berasal dari cerai gugat yang diajukan oleh pihak istri. Pada tahun 2021 dan 2022 Kecamatan Pedurungan berada di peringkat pertama wilayah kecamatan dengan temuan kasus perceraian terbanyak di Kota Semarang (Arsip Pengadilan Agama Kota Semarang).

## **B. Dampak Psikososial Pada Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang**

### **1. Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang**

Wanita pasca bercerai merupakan perempuan yang sudah tidak memiliki suami lagi, baik itu dikarenakan proses cerai maupun kematian dari pasangannya. Wanita yang sudah tidak bersuami lagi dikenal dengan sebutan janda. Status janda yang disandang oleh wanita tersebut dianggap kurang menguntungkan oleh sebagian besar masyarakat, hal tersebut dikarenakan wanita pasca bercerai sudah tidak memiliki sosok pria yang menjaga dan mengayominya kembali.

Pada penelitian ini, penulis melakukan penelitian terhadap informan yaitu wanita pasca bercerai dengan klasifikasi sebagai berikut: (1) wanita yang bercerai saat berusia 20-40 tahun, (2) wanita pasca bercerai yang bertempat tinggal di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang, (3) wanita pasca bercerai yang terdampak psikososial dalam kehidupannya. Hal tersebut ditandai dengan adanya dampak psikologis dan sosial yang saling berpengaruh dan berkaitan satu sama lainnya, yang kemudian dapat disebut dengan psikososial. Berikut data diri wanita pasca bercerai di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang sebagai informan dalam penelitian, diantaranya yaitu:

a. Ibu E

Ibu E yang kini merupakan salah satu wanita pasca bercerai yang tinggal di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. Ibu E bercerai saat berumur 33 tahun dan kini terhitung sudah 3 tahun lamanya Ibu E telah bercerai. Dalam pernikahannya terdahulu, Ibu E belum dikaruniai anak. Hingga sekarang Ibu E tidak memiliki pekerjaan secara tetap, sehingga dapat dikatakan Ibu E belum mandiri secara finansial. Dalam kesehariannya Ibu E hanya membantu mengurus usaha toko klontong milik orang tuanya yang bernama Ibu SM. Alasan Ibu E memutuskan untuk bercerai dikarenakan mantan suaminya tidak mau bekerja untuk mencari nafkah sehingga jarang menafkahi. Sementara disisi lain Ibu E mendapat banyak tuntutan yang berasal dari mantan suami dan keluarga mantan suaminya untuk bisa melakukan banyak hal dalam rumah tangga. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa mantan suami dari Ibu E tidak bertanggung jawab dan belum mandiri secara ekonomi. Hingga saat ini, Ibu E memutuskan untuk belum menikah kembali (Hasil wawancara dengan Ibu E pada tanggal 23/12/2023).

b. Ibu Y

Ibu Y merupakan salah satu wanita pasca bercerai yang tinggal di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang dan memiliki orang tua yang bernama Ibu TM. Ibu Y mengalami perceraian saat berusia 30 tahun disaat usia pernikahan menginjak 7 tahun lamanya. Selama menikah tersebut, Ibu Y pernah dinyatakan hamil namun mengalami keguguran sehingga saat ini sudah tidak memiliki anak kembali. Dalam kesehariannya, Ibu Y berprofesi sebagai guru Taman Kanak-kanak (TK) dari dahulu saat menikah hingga saat ini. Meskipun sudah bekerja dan mandiri secara ekonomi, Ibu Y mengaku kerap kesulitan secara ekonomi dikarenakan sudah tidak ada yang menafkahi sehingga harus mencukupi kebutuhannya sendiri. Meskipun begitu, Ibu Y belum memutuskan untuk menikah kembali hingga kini. Ibu Y bercerai dari mantan suami dikarenakan adanya perbedaan prinsip dan budaya, serta

adanya tindak kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dan perselingkuhan yang terjadi oleh mantan suami. Namun meskipun begitu, Ibu Y mengaku sudah ditalak terlebih dahulu oleh mantan suami sebelum akhirnya Ibu Y mengurus gugatan cerai ke meja hijau pengadilan agama (Hasil wawancara dengan Ibu Y pada tanggal 29/12/2023).

c. Ibu A

Ibu A juga merupakan wanita pasca bercerai yang berkediaman di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang dan mengalami perceraian pada saat berusia 33 tahun. Dari pernikahan tersebut Ibu A telah dikaruniai 3 orang anak. Dahulu saat masih menikah dan kemudian bercerai, Ibu A bekerja sebagai penjual nasi uduk dan rames setiap pagi, namun saat ini Ibu A sudah tidak berjualan dan memilih untuk bekerja sebagai tukang pijit panggilan dari rumah ke rumah. Saat Ibu A sedang bekerja, biasanya menitipkan anaknya untuk diasuh orang tuanya yang bernama Ibu S. Meskipun Ibu A memiliki penghasilan sendiri, namun Ibu A masih kerap kesulitan dalam memenuhi kebutuhan hidup sehingga masih kerap dibantu oleh orang tua dalam hal ekonomi. Perceraian terjadi dikarenakan adanya tindak kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dan perselingkuhan oleh pihak mantan suami. Sebenarnya Ibu A sudah sempat menikah kembali setelah bercerai, namun pernikahan kedua tersebut juga mengalami kegagalan dikarenakan tidak diberi nafkah dan adanya ketidakakuran antara suami dengan anak-anak Ibu A (Hasil wawancara dengan Ibu A pada tanggal 30/12/2023).

d. Ibu LA

Ibu LA merupakan salah satu wanita pasca perceraian yang juga bermukim di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. Ibu LA bercerai saat berusia 25 tahun setelah menjalani usia pernikahan sekitar 2 tahun lamanya. Dalam pernikahan tersebut Ibu LA dikaruniai 1 orang anak. Dalam kesehariannya guna memenuhi kebutuhan hidup,

Ibu LA berprofesi sebagai penjual nasi rames yang berlokasi di rumahnya sejak dari sebelum bercerai hingga saat ini. Ibu LA masih tinggal dengan orang tuanya sehingga dalam pengasuhan anak dibantu oleh orang tuanya yang bernama Ibu ST. Ibu LA memutuskan untuk bercerai dikarenakan kurangnya restu dari pihak mertua sehingga mertua banyak ikut andil dan campur tangan dalam mengambil keputusan rumah tangga. Selain itu, kurangnya tanggung jawab dari mantan suami seperti tidak memberi nafkah dan sering berjudi juga menjadi alasan yang memperkuat Ibu LA dalam mengajukan perceraian. Hal tersebut kemudian membuat hubungan tidak terjalin secara baik dan Ibu LA mengaku tidak pernah menjalin komunikasi kembali setelah perceraian. Hingga saat ini Ibu LA belum memutuskan untuk menikah kembali (Hasil wawancara dengan Ibu LA pada tanggal 17/4/2024).

Adapun data diri informan wanita wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang, lebih lanjut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Data diri informan wanita wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

Wanita pasca bercerai	Usia saat cerai	Jumlah anak	Menikah lagi	Pekejaan	Orang tua	Faktor perceraian
Ibu E	33	–	–	–	Ibu SM	Ekonomi dan campur tangan orang tua.
Ibu Y	30	–	–	Guru TK	Ibu TM	KDRT, Perselingkuhan, dan Perbedaan Prinsip.
Ibu A	33	3	Pernah	Tukang Pijit	Ibu S	KDRT, dan Perselingkuhan.
Ibu LA	25	1	–	Penjual Nasi	Ibu ST	Ekonomi, Campur

				Rames		tangan orang tua, dan Perjudian.
--	--	--	--	-------	--	----------------------------------

Sumber : Hasil wawancara dengan wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

Perceraian menjadi suatu hal yang dapat ditempuh bagi pasangan suami istri yang mengalami permasalahan dalam rumah tangga yang sudah tidak dapat diselesaikan secara baik kembali. Perceraian bukanlah tujuan akhir dari adanya pernikahan, akan tetapi perceraian dapat mengakhiri suatu pernikahan sehingga kemudian dapat disebut bencana dalam maghligai rumah tangga dan dapat berdampak kepada pasangan yang bercerai. Penyebab dari terjadinya perceraian umumnya berasal dari tingkah laku, sifat, dan akhlak buruk yang dilakukan oleh pihak suami, istri, atau bahkan keduanya. Hal tersebut yang nantinya dapat memicu konflik dalam rumah tangga antar anggota keluarga. Beberapa faktor yang menjadi penyebab terjadinya perceraian diantaranya sebagai berikut:

a) Ketidaksetiaan pada pasangan hidup (perselingkuhan)

Perselingkuhan dapat terjadi salah satunya dikarenakan oleh faktor komunikasi yang kurang baik antar pasangan serta ketidakpuasan secara emosional dan seksual yang diterima dari pasangan. Apabila diantara kedua pihak pasangan suami istri tidak menemukan kata sepakat untuk menyelesaikan permasalahan dan saling memaafkan, maka perceraian dapat menjadi jalan terakhir bagi pernikahan tersebut. Seperti halnya yang dialami oleh Ibu Y dan Ibu A yang mengalami perceraian diakibatkan adanya perselingkuhan yang dilakukan oleh mantan suami (Hasil wawancara dengan Ibu Y dan Ibu A pada tanggal 29/12/2023 dan 30/12/2023).

b) Masalah ekonomi

Sudah menjadi kewajiban bagi seorang suami untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga. Namun, nafkah yang

diberikan oleh suami terkadang kurang untuk memenuhi kebutuhan hidup, sehingga tak jarang hal tersebut menimbulkan perselisihan atau cekcok dengan pasangan. Untuk menyelesaikan permasalahan tersebut, istri dapat sepakat untuk tetap bersama dan membantu suami atau memutuskan untuk berpisah. Dalam kasus Ibu E dan Ibu LA yang tidak menerima nafkah secara layak dari pasangan sehingga menyebabkan kekurangan dalam ekonomi, kemudian membuat Ibu E dan Ibu LA memutuskan untuk berpisah (Hasil wawancara dengan Ibu E dan Ibu LA pada tanggal 23/12/2023 dan 1/4/2024).

c) Penganiayaan/kekerasan dalam rumah tangga (KDRT)

Adanya kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) tidak hanya dapat meninggalkan luka pada fisik saja, melainkan juga pada psikis individu yang menjadi korbannya. Oleh karena itu, KDRT kerap menjadi alasan yang sering digunakan untuk menuntut perceraian. Seperti yang dialami oleh Ibu A dan Ibu Y yang juga mengalami tindak kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) berupa penganiayaan secara fisik dan verbal, sehingga membuat keduanya yakin untuk berpisah (Hasil wawancara dengan Ibu A dan Ibu Y pada tanggal 30/12/2023 dan 29/12/2023).

d) Perbedaan prinsip, ideologi dan keyakinan

Pasangan yang memutuskan untuk menikah, kebanyakan belum terlalu memikirkan secara mendalam terkait perbedaan prinsip, ideologi, dan keyakinan. Adanya kemungkinan perbedaan dapat menjadi gerbang terjadinya perselisihan dalam pernikahan. Seperti perbedaan penerapan pola asuh terhadap anak dan ketidasepakatan dalam penerapan kedisiplinan pada anak. Sementara dalam kasus Ibu Y yang mengalami perbedaan prinsip dengan mantan suami berupa Ibu Y yang berkeinginan untuk memiliki anak sedangkan mantan suami tidak, serta mantan suami yang menganggap ringan tangan yang dilakukannya hanya sebagai

bentuk bercanda sedangkan menurut Ibu Y tidak demikian. Dengan adanya perbedaan prinsip tersebut jugalah yang melandasi berakhirnya hubungan Ibu Y dengan mantan suami (Hasil wawancara dengan Ibu Y pada tanggal 29/12/2023).

e) Campur tangan keluarga

Dalam setiap hubungan pernikahan tentunya akan menemui permasalahan masing-masing. Apabila masalah-masalah tersebut tidak terselesaikan secara baik akibat dari adanya keterlibatan dan turut campur dari pihak lain, maka akan membuat pasangan menjadi tidak mandiri dan timbul permasalahan baru yang akan semakin besar. Sehingga hal tersebut dapat memperburuk hubungan rumah tangga pada suami dan istri. Seperti yang dialami oleh Ibu E yang mendapatkan tekanan dan campur tangan dari pihak keluarga mantan suaminya dimana Ibu E mengaku dituntut untuk bisa melakukan banyak hal dalam rumah tangga. Sementara pada Ibu LA yang kurang menerima restu dari pihak mertua sehingga menyebabkan mertua banyak ikut andil dan campur tangan dalam mengambil keputusan rumah tangga. Hal tersebut juga yang kemudian mendorong Ibu E dan Ibu LA untuk yakin dalam berpisah (Hasil wawancara dengan Ibu E dan Ibu LA pada tanggal 23/12/2023 dan 17/4/2024).

Permasalahan-pemmasalahan yang muncul dalam kehidupan berumah tangga apabila tidak terselesaikan secara baik antara pasangan suami istri, maka akan menimbulkan masalah lain yang semakin besar sehingga dapat membuat hubungan pernikahan menjadi sulit untuk dipertahankan. Kurangnya komunikasi antara pasangan serta terlalu mengedepankan ego masing-masing juga dapat memperparah hubungan sehingga dapat berujung pada perceraian.

Adapun beberapa akibat dari perceraian secara umum yang dirasakan oleh pasangan yang memilih untuk bercerai, diantaranya yaitu:

a. Anak menjadi korban

Anak menjadi korban akibat dari perceraian yang dilakukan oleh orang tuanya. Hal tersebut dikarenakan perceraian orang tua menyebabkan terampasnya hak perlindungan dan ketentraman anak-anak. Seperti pengakuan oleh Ibu A yang memiliki 3 orang anak, yang menyampaikan bahwa anak juga menjadi korban perceraian yang dilakukan olehnya sebagai orang tua.

*“Kalau ditanya anak ikut terdampak apa nggak, ya terdampak mbak pasti. Semenjak bercerai kan anak ikutnya sama saya, jadi mereka jarang bertemu sama bapaknya. Mereka juga jarang dikasih uang jajan kalau nggak minta”* (Hasil wawancara dengan Ibu A pada tanggal 30/12/2023).

Dampak perceraian yang dirasakan oleh anak menurut penuturan Ibu A tersebut yaitu anaknya menjadi jarang bertemu dan sulit berinteraksi dengan bapaknya. Pernyataan tersebut juga dibenarkan oleh Ibu S, yaitu:

*“Iya mbak, setelah orang tuanya udah pisah memang (anak-anak Ibu A) jadi jarang ketemu bapaknya. Udah pindah rumah, jadi paling ketemunya kalo lebaran aja mbak”* (Hasil wawancara dengan Ibu S pada tanggal 30/12/2023).

Dalam kesaksiannya, Ibu S juga membenarkan bahwa semenjak Ibu A bercerai dengan mantan suaminya, cucu atau anak-anak dari Ibu A menjadi jarang bertemu dengan bapaknya. Pertemuan biasanya terjadi ketika terdapat momen atau acara tertentu seperti lebaran atau hari raya tiba. Sementara hal yang berbeda dirasakan oleh Ibu LA, meskipun anak dari hasil pernikahan sama-sama menjadi korban perceraian namun yang berbeda dengan Ibu A yaitu anak dari Ibu LA sama sekali belum pernah bertemu dan merasakan kehangatan dari ayahnya.

*“Kalau anak saya dibilang korban perceraian iya mbak, kadang itu saya sering ngerasa bersalah gitu sama anak saya, dia dari kecil sudah tidak diperhatikan sama ayahnya, bahkan pas lahiranpun saat itu ayahnya anak saya tidak hadir mbak, jadi ya sedih gitu dia belum pernah*

*ketemu ayahnya” (Hasil wawancara dengan Ibu LA pada tanggal 17/4/2024).*

Dalam penuturannya, Ibu LA menyampaikan bahwa akibat dari perceraian yang terjadi anak dari hasil pernikahan tersebut sama sekali belum pernah merasakan kehangatan dari seorang ayah bahkan dari saat dilahirkan. Hal tersebut juga dibenarkan oleh Ibu ST selaku orang tuanya, yang menyampaikan bahwa:

*“Iya memang betul putu (cucu) saya belum ketemu bapaknya mbak. Itu kan memang awalnya anak saya kurang diterima sama keluarga yang sana (mertua) jadi tinggalnya disini sama saya. Terus setelah itu kan melahirkan baru ngurus cerainya itu tadi” (Hasil wawancara dengan Ibu ST pada tanggal 17/4/24).*

Dalam kesaksiannya, Ibu ST membenarkan bahwa cucunya atau anak dari Ibu LA belum pernah bertemu ayahnya dari semenjak dilahirkan akibat dari adanya konflik yang terjadi dengan pihak mertua.

b. Komunikasi yang terjalin menjadi kurang baik

Komunikasi yang terjalin menjadi kurang baik diakibatkan dari kegagalan rumah tangga yang terjadi, yang semula baik antara pasangan yang pernah hidup bersama yang kemudian memilih untuk berpisah, tentunya akan menciptakan rasa canggung dan benci apabila saat bertemu kembali. Seperti menurut penjelasan diatas mengenai hubungan antara Ibu A dengan suaminya yang menjadi jarang bertemu setelah bercerai. Hal tersebut juga mengindikasikan bahwa komunikasi yang dilakukan antara Ibu A dengan mantan suaminya tidak begitu terjalin secara baik (Hasil wawancara dengan Ibu A pada tanggal 30/12/2023).

Kemudian berdasarkan uraian sebelumnya yang terjadi pada Ibu LA, dapat diketahui bahwa hubungan yang terjalin antara Ibu LA dengan pihak mantan suami maupun dengan pihak mertua mengalami komunikasi yang tidak baik bahkan dari sebelum

terjadi perceraian. Hal tersebut dapat diketahui dari pengakuan Ibu LA mengenai perilaku mantan suami yang tidak memperdulikan dia dan anaknya saat dilahirkan. Bahkan dari kejadian tersebut pihak mantan suami tidak pernah menemui anaknya lagi, artinya komunikasi yang terjalin tidak terjadi dengan baik (Hasil wawancara dengan Ibu LA pada tanggal 17/4/2024).

Selain itu, juga terdapat Ibu Y yang mengalami komunikasi tidak baik setelah terjadi perceraian dengan mantan suaminya. Hal tersebut dapat terjadi dikarenakan adanya rasa trauma yang dirasakan Ibu Y saat dalam pernikahan mendapatkan perlakuan tidak menyenangkan, tindak kekerasan, dan juga perselingkuhan yang diterima dari mantan suaminya.

*“Kalau trauma iya, karena kan dia keturunan orang batak, orang batak itu kan keras ya, yang paling saya nggak suka itu kalau main tangan, tiba-tiba dia main tangan yang seolah-olah main tangannya itu dianggap bercanda. Kan beda, dia dari suku batak ke sini suku jawa kan beda, disini itu kan bukan hal yang biasa. Jadi berpisah karena adanya beberapa perbedaan prinsip, seperti saya ingin punya anak sedangkan dia tidak, terus juga ada KDRT dan ada pihak ketiga (perselingkuhan) juga”* (Hasil wawancara dengan Ibu Y pada tanggal 29/12/2023).

Terdapat perlakuan tidak menyenangkan yang diterima Ibu Y dari mantan suaminya, seperti suka main tangan dan juga adanya perselingkuhan. Sehingga hal tersebut menjadi alasan yang mendasari Ibu Y untuk memutuskan berpisah. Pernyataan tersebut diperkuat oleh penuturan dari Ibu TM bahwa:

*“Pas awal-awal (bercerai) itu mbak, dia (Ibu Y) tidak mau menemui mantan suaminya. Katanya belum siap kalau untuk bertemu lagi. Dan itu berlangsung lumayan lama sampai tidak pernah komunikasi lagi”* (Hasil wawancara dengan Ibu TM pada tanggal 29/12/2023).

Dalam penuturan Ibu TM menjelaskan bahwa setelah Ibu Y mengalami tindak kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dan perselingkuhan menyebabkan ia menjadi trauma untuk bertemu

dan berkomunikasi lagi dengan mantan suaminya. Hal tersebut juga yang akhirnya membuat komunikasi antara Ibu Y dan mantan suaminya menjadi terjalin tidak baik.

c. Timbulnya perselisihan atau permusuhan

Timbulnya perselisihan atau permusuhan, hal tersebut dikarenakan kebanyakan pasangan yang bercerai umumnya diawali oleh perselisihan dan permusuhan. Seperti dalam pengakuan Ibu A yang anak-anaknya menjadi memiliki rasa dendam dan benci terhadap mantan suaminya, setelah anak beranjak dewasa dan menjadi paham terkait perpisahan yang terjadi antara orang tuanya.

*“Sekarang anak udah pada gede jadi udah pada paham to mbak. Orang tuanya kenapa dan karena apa. Jadi dari situ anak jadi punya rasa benci dan dendam sama bapaknya”* (Hasil wawancara dengan Ibu A pada tanggal 30/12/2023).

Rasa dendam dan benci yang muncul dari anak-anak Ibu A disebabkan karena anak yang beranjak dewasa menjadi semakin paham dengan keadaan yang terjadi dan menimpa keluarganya. Pernyataan tersebut juga dibenarkan oleh ibunya, yaitu Ibu S.

*“Ya cucu semua kan udah pada besar mbak, jadi sekarang sudah paham apa yang terjadi sama orang tuanya. Rasa tidak terima ibunya diperlakukan tidak baik membuatnya jadi tidak menyukai bapaknya”* (Hasil wawancara dengan Ibu S pada tanggal 30/12/2023).

Dalam penjelasan tersebut, Ibu S menyampaikan bahwa cucunya atau anak-anak dari Ibu A setelah beranjak dewasa dan mengetahui perceraian yang terjadi, kemudian menjadi memiliki rasa tidak menyukai bapaknya.

d. Perceraian menyebabkan terjadinya stres

Perceraian merupakan masalah yang sangat rumit baik untuk pasangan yang bercerai maupun anak-anaknya. Perceraian dapat menyebabkan pasangan menjadi stres dan depresi. Seperti halnya yang dialami oleh sebagian informan dalam penelitian ini, yaitu Ibu E, Ibu A dan Ibu Y. Dimana ketiganya mengalami gejala

stres, namun dengan tingkat stres yang berbeda-beda setiap individunya. Pernyataan dari ketiga informan tersebut mengenai stres yang dialaminya dapat dilihat pada penjelasan dampak psikososial perceraian dibawah.

e. Perceraian dapat menimbulkan trauma

Perceraian dapat menimbulkan trauma pada pasangan bercerai. Kegagalan rumah tangga dapat menghambat seseorang untuk kembali menikah dengan orang lain. Seperti yang dialami oleh Ibu E, Ibu Y, dan Ibu LA dimana ketiganya mengaku mengalami trauma yang diakibatkan oleh mantan pasangannya. Trauma tersebut menjadikan wanita pasca bercerai menjadi takut untuk bertemu dan berhubungan kembali dengan mantan suami. Hingga hal tersebut juga berpengaruh dan membuat keduanya memilih untuk belum memiliki pasangan hingga saat ini.

*“Masih takut saya mbak (memiliki pasangan baru). Masih belum bisa percaya sama laki-laki lagi. Tapi kalau misal kedepannya saya masih ada jodoh lagi yang mampu meyakinkan saya, insyaallah saya mau (menikah kembali). Tapi tidak dalam waktu dekat ini”* (Hasil wawancara dengan Ibu E pada tanggal 23/12/2023).

Dalam penuturannya, Ibu E menjelaskan bahwa masih terdapat rasa takut dan belum bisa percaya kembali terhadap laki-laki lain untuk dijadikan pasangan. Hal tersebut menandakan bahwa Ibu E masih memerlukan waktu untuk dapat kembali percaya terhadap laki-laki baru yang akan menjadi pasangannya dikemudian hari. Sejalan dengan hal tersebut, Ibu SM selaku orang tua Ibu E menambahkan bahwa:

*“Sebenarnya kemarin sudah ada laki-laki yang berniat serius untuk menikahinya lagi. Tapi dia (Ibu E) bilang dia belum siap dan masih memerlukan waktu untuk memikirkannya terlebih dahulu katanya”* (Hasil wawancara dengan Ibu SM pada tanggal 23/12/2023).

Menurut penuturan dari Ibu SM tersebut, membuktikan bahwa saat ini Ibu E masih mengalami ketakutan untuk memulai hubungan dengan laki-laki lain. Hal tersebut dikarenakan Ibu E masih belum bisa percaya dengan laki-laki kembali. Bayangan rumah tangga yang gagal sebelumnya membuatnya menjadi ragu untuk memulai hubungan dengan orang yang baru.

Berdasarkan beberapa dampak perceraian tersebut dapat diketahui bahwa perceraian tidak hanya berdampak kepada pasangan bercerai saja, melainkan pada seluruh anggota keluarga termasuk anak. Dampak dari terjadinya perceraian kemudian dapat diklasifikasikan berdasarkan psikologis, sosial, maupun psikososial. Dampak psikososial dipengaruhi oleh dampak psikologis dan sosial yang saling berkaitan dan mempengaruhi satu sama lain.

## **2. Dampak Psikososial Pada Wanita Pasca Perceraian**

Psikososial menekankan pada hubungan yang dekat dan dinamis, yakni antara aspek psikologis yang berasal dari pengalaman seseorang berupa pemikiran, perasaan, dan tingkah laku, serta aspek sosial yang mengacu pada hubungan eksternal individu dengan orang-orang disekitarnya berupa hubungan dengan orang lain, tradisi dan budaya yang secara terus menerus saling mempengaruhi satu sama lainnya. Dampak psikososial perceraian adalah akibat yang ditimbulkan pasca terjadinya perceraian dan menimbulkan pengaruh terhadap kondisi dari adanya perubahan yang dialami oleh individu berupa aspek psikologis dan sosial.

Perceraian akan membawa dampak pada pelakunya terutama pada pihak perempuan untuk siap dengan segala perubahan yang terjadi ketika mereka sudah berubah status dari memiliki suami menjadi tidak memiliki suami atau dapat disebut dengan istilah janda. Dengan terjadinya perceraian yang dialami serta berbagai respon masyarakat yang ada tentunya akan membawa dampak bagi wanita pasca bercerai. Dampak yang ditimbulkan dari terjadinya perceraian pada wanita pasca bercerai

dapat berupa perubahan baik ke arah negatif maupun positif. Adapun beberapa dampak psikososial wanita pasca bercerai, diantaranya yaitu:

a. Stres

Perceraian bukanlah suatu hal yang diinginkan dan direncanakan oleh pasangan yang melakukan pernikahan. Oleh karena itu perceraian sering kali menimbulkan stres karena kesedihan yang mendalam akibat dari gagalnya rumah tangga yang dibina. Stres yang dialami tersebut dapat diakibatkan karena adanya beban pikiran yang berlebih seperti belum dapat menerima kenyataan telah berpisah, kenangan masa lalu bersama mantan suami, ingatan terhadap masalah yang menjadi penyebab perceraian, masalah ekonomi dan nafkah yang harus ditanggung sendiri, serta tekanan yang didapatkan dari keluarga maupun masyarakat sekitar.

Gejala stres yang dirasakan dan dialami oleh wanita pasca bercerai berbeda-beda setiap individunya. Oleh karena itu stres dibedakan menjadi beberapa kategori yaitu stres ringan, stres sedang dan stres berat. Indikasi seseorang sedang mengalami stres biasanya ditandai dengan beberapa gejala yaitu mengalami kesulitan tidur, tidak nafsu makan, kehilangan fokus saat bekerja, serta emosi yang tidak terkendali seperti mudah marah, cemas, bingung, dan mudah menangis.

Seperti yang dialami oleh Ibu E yang mengalami stres, namun masih dalam kategori stres ringan. Seperti dalam penuturan Ibu E yang hanya mengalami beberapa gejala stres saja, yaitu:

*“Karena saya pisahnya baik-baik ya mbak, kita sepakat untuk berpisah, jadi saya tidak terlalu mengambil hati, paling cuma sesekali menangis saja karena masih teringat (momen) saat bersama”* (Hasil wawancara dengan Ibu E pada tanggal 23/12/2023).

Dalam penuturan Ibu E tersebut menyebutkan bahwa gejala stres yang dialaminya hanya berupa masih sesekali menangis ketika saat mengingat kebersamaan dahulu bersama mantan suaminya. Hal

tersebut dikarenakan Ibu E mengalami perceraian berdasarkan kesepakatan bersama dengan mantan suami dikarenakan faktor tidak kecocokan dan ekonomi. Hal selaras juga disampaikan Ibu SM selaku orang tua, yang menyatakan bahwa Ibu E hanya mengalami stres ringan.

*“Tidak mbak, dia (Ibu E) tidak mengalami perubahan yang gimana-gimana. Karena kan memang pisahnya itu baik-baik ya, berdasarkan kesepakatan bersama, mungkin sempat kepikiran ya mbak tapi saya tidak tau. Karena kan pas proses cerai juga dia kan sempat mengalami sakit tyfus ya mbak, jadi fokus ke kesembuhannya dulu, harus banyak makan biar cepet sembuh”* (Hasil wawancara dengan Ibu SM pada tanggal 23/12/2023).

Ibu SM menuturkan bahwa Ibu E tidak terlalu mengalami gejala stres yang berarti. Hal tersebut dikarenakan pada saat proses bercerai Ibu E sempat mengalami sakit, sehingga dianjurkan untuk makan dan istirahat yang cukup guna memulihkan kesehatannya terlebih dahulu. Sedangkan hal yang berbeda dialami oleh Ibu Y yang mengalami stres dalam kategori berat, yaitu :

*“Awal-awalnya iya mbak, tidak nafsu makan, tidak bisa tidur, bawaannya itu sedih terus mbak. Jadi sering menangis dan sampai mudah terbawa emosi. Dulu itu sampai berat badan saya kecil banget mbak, gak bisa naik berat badannya cuma sekitar 37-39 kilo aja pas itu, karena saking stresnya sering di KDRT. Tapi untuk sekarang sudah tidak”* (Hasil wawancara dengan Ibu Y pada tanggal 29/12/2023).

Berbeda dengan Ibu E yang mengalami stres ringan, Ibu Y mengalami stres dalam kategori berat. Hal tersebut dikarenakan gejala stres yang dialami oleh Ibu Y lebih banyak dan lebih beragam, diantaranya seperti tidak nafsu makan, kesulitan tidur, mudah menangis sampai mudah terbawa emosi dan memiliki berat badan yang kecil. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Ibu TM selaku orang tua dari Ibu Y, yaitu:

*“Sebenarnya dia (Ibu Y) tidak pernah cerita apa-apa kalau punya masalah dalam rumah tangga mbak. Tinggalnya juga*

*dirumah yang berbeda, jadi tidak terlalu terlihat. Tapi memang pada saat bercerai itu berat badannya kecil sekali untuk ukuran orang dewasa, wajahnya juga sering terlihat lesu dan tidak bersemangat. Pernah juga beberapa kali terbawa emosi kalau saya tanyai” (Hasil wawancara dengan Ibu TM pada tanggal 29/12/2023).*

Berdasarkan penuturan dari Ibu TM semakin membuktikan bahwa pada saat mengalami perceraian Ibu Y mengalami gejala stres berat ditandai dengan adanya berat badan yang kecil, ekspresi yang terlihat murung dan memiliki emosi yang tidak stabil. Selain Ibu E dan Ibu Y, terdapat Ibu A yang juga mengalami beberapa gejala stres dan dapat dikategorikan mengalami stres sedang, dimana dalam penuturannya yaitu:

*“Ya iya mbak, sempat mengalami kesulitan tidur, tidak nafsu makan juga, karena kan kepikiran terus pas itu. Jadi pekerjaannya juga terpengaruh karena gak fokus” (Hasil wawancara dengan Ibu A pada tanggal 30/12/2023).*

Dalam penuturannya tersebut, Ibu A mengaku saat bercerai mengalami kesulitan tidur, tidak nafsu makan dan kehilangan fokus saat bekerja yang saat itu Ibu A bekerja sebagai penjual nasi uduk. Kondisi stres yang dialami oleh Ibu Y dan Ibu A menjadi cukup berat dikarenakan perceraian dilatar belakangi adanya KDRT dan perselingkuhan oleh pihak mantan suaminya. Hal tersebut juga dibenarkan oleh Ibu S selaku orang tua dar Ibu A, yaitu:

*“Pada saat ingin bercerai itu dia (Ibu A) tanya dulu ke saya boleh atau tidak, ya saya jawab tidak masalah kalau kamu sudah tidak kuat gitu. Tapi karena memang sudah punya anak banyak ya mbak ada tiga, jadi itu yang kemudian membuatnya banyak pikiran. Meskipun kalo dia kerja anaknya saya yang jaga, tapi tetap saja banyak pikiran. Mikirin gimana mencukupi kebutuhan hidup, gimana nanti biaya sekolahnya, apakah nanti mantan suaminya mau membantu biaya sekolah apa tidak kan mbak ya” (Hasil wawancara dengan Ibu S pada tanggal 30/12/2023).*

Dalam penuturan tersebut, Ibu S secara tidak langsung juga membenarkan pernyataan dari Ibu A bahwa ia mengalami banyak

kekhawatiran yang terus terpikirkan sehingga mempengaruhi kondisi tubuh seperti kesulitan tidur, kesulitan makan dan bahkan kehilangan fokus saat bekerja setelah mengalami perceraian.

Dalam tanggapan dan pandangan masyarakat tentunya terdapat pro dan kontra dalam menyikapi perceraian yang terjadi. Namun sebagian besar masyarakat menanggapi bahwa sangat menyayangkan perceraian tersebut terjadi. Hal tersebut dikarenakan masyarakat menganggap sosok istri akan lebih pantas apabila tetap bersanding dan memiliki suami. Seperti pada tanggapan Ibu Narsiah yang menuturkan bahwa:

*“Ya kalau bisa jangan sampai terjadi seperti itu mbak (bercerai). Kalau dari saya ya harusnya masih bisa diselesaikan secara baik-baik. Setiap keluarga kan pastinya memiliki permasalahannya sendiri ya, ya jangan dipikir berat-berat. Misalnya ada yang menuntut cerai karna ekonomi ya, ya jangan seperti itu rejeki masih bisa dicari bersama”* (Hasil wawancara dengan Ibu Narsiah sebagai masyarakat pada tanggal 6/12/2023).

Seperti tanggapan dari Ibu Narsiah sebagai masyarakat, menurutnya perceraian masih bisa terhindarkan selama masih bisa dikomunikasikan dengan baik. Karena sejatinya dalam pernikahan pasti akan menemui titik permasalahannya masing-masing. Oleh karena itu, perceraian sebaiknya tidak dilakukan selama masih bisa diusahakan untuk tetap bersama dan mencari solusi yang terbaik.

#### b. Pengalaman traumatis

Kegagalan rumah tangga yang dialami oleh wanita pasca bercerai, tidak jarang mengakibatkan adanya rasa traumatis yang tertinggal, baik itu kepada mantan suami maupun saat menjalani hubungan baru dengan laki-laki lain. Adanya pengalaman traumatis tersebut dapat membuat wanita pasca bercerai menjadi cemas, takut, dan mudah emosi apabila bertemu dan berhubungan dengan mantan suaminya lagi. Seperti yang dirasakan oleh Ibu Y yang mengalami pengalaman traumatis disebabkan oleh mantan suaminya:

*“Kalau trauma iya, karena kan dia keturunan orang batak, orang batak itu kan keras ya, yang paling saya nggak suka itu kalau main tangan, tiba-tiba dia main tangan yang seolah-olah main tangannya itu dianggap bercanda. Kan beda, dia dari suku batak ke sini suku jawa kan beda, disini itu kan bukan hal yang biasa. Jadi berpisah karena adanya beberapa perbedaan prinsip, seperti saya ingin punya anak sedangkan dia tidak, terus juga ada KDRT dan ada pihak ketiga (perselingkuhan) juga”* (Hasil wawancara dengan Ibu Y pada tanggal 29/12/2023).

Dalam penuturannya Ibu Y menjabarkan bahwa terdapat perlakuan tidak menyenangkan yang diterima dari mantan suaminya, seperti suka main tangan dan juga adanya perselingkuhan. Sehingga hal tersebut menjadi alasan yang mendasari Ibu Y untuk memutuskan berpisah. Pernyataan tersebut diperkuat oleh penuturan dari Ibu TM bahwa:

*“Pas awal-awal (bercerai) itu mbak, dia (Ibu Y) tidak mau menemui mantan suaminya. Katanya belum siap kalau untuk bertemu lagi. Dan itu berlangsung lumayan lama sampai tidak pernah komunikasi lagi”* (Hasil wawancara dengan Ibu TM pada tanggal 29/12/2023).

Bedasarkan penuturan dan kesaksian dari Ibu TM selaku orang tua dari Ibu Y menjelaskan bahwa Ibu Y setelah mengalami pengalaman traumatis berupa KDRT dan perselingkuhan menyebabkan ia menjadi trauma untuk bertemu dan berkomunikasi lagi dengan mantan suaminya. Selain itu, juga terdapat Ibu A yang juga mengalami pengalaman traumatis.

*“Setelah gagal untuk yang ke dua ini sekarang saya udah kapok untuk nikah lagi mbak. Saya sudah nggak percaya laki-laki lagi. Dua kali menikah tapi saya tidak menemukan apa itu kebahagiaan, yang ada saya disakiti terus. Sekarang lebih baik fokus hidup bahagia dengan keluarga dan anak saja”* (Hasil wawancara dengan Ibu A pada tanggal 30/12/2023).

Dalam penuturan Ibu A mengaku sudah tidak ingin menjalin kasih atau menikah kembali dengan laki-laki lain setelah pernikahannya yang kedua juga mengalami kegagalan. Hal tersebut

mengindikasikan bahwa Ibu A mengalami trauma akibat kegagalan rumah tangga yang berujung pada perceraian untuk kedua kalinya. Hal tersebut juga didukung oleh pernyataan dari Ibu S, yaitu:

*“Ya pesan dari saya sebagai orang tua juga menyarankan untuk sudah cukup saja, tidak perlu dekat dengan laki-laki lain lagi. Kegagalan yang kemarin cukup untuk dijadikan pelajaran saja. Sekarang kalau saya lihat dia (Ibu A) sudah tidak tertarik lagi sama laki-laki. Kalau dekat ya hanya sebagai teman saja”* (Hasil wawancara dengan Ibu S pada tanggal 30/12/2023).

Selain Ibu A yang mengalami trauma terhadap kegagalan rumah tangga, tentunya Ibu S selaku orang tua juga sedih melihat anaknya mengalami kegagalan rumah tangga untuk kedua kalinya. Sehingga Ibu S menyarankan Ibu A untuk tidak perlu mencari laki-laki kembali. Kegagalan yang pernah terjadi harus dijadikan pelajaran untuk tidak mudah percaya kepada laki-laki lagi. Sementara pada Ibu LA juga mengalami pengalaman traumatis dikarenakan:

*“Kalau dari saya rasa trauma itu bukan hanya muncul dari pihak mantan suami saja mbak, tapi juga dari keluarganya. Jadi karena saya pernah pengalaman tidak direstui kemudian juga diperlakukan secara tidak baik, diabaikan dan ditelantarkan, selain itu juga mantan suami sering berjudi jadi sering minta uang ke saya mbak. Itu kemudian membuat saya takut untuk bertemu dan berkomunikasi lagi sama mantan suami dan mertua”* (Hasil wawancara dengan Ibu LA pada tanggal 17/4/2024).

Ibu LA mengaku mengalami trauma setelah adanya konflik dengan keluarga mantan mertua dan mantan suaminya. Pengalamannya ditelantarkan membuatnya menjadi takut untuk bertemu atau berkomunikasi kembali. Kemudian pernyataan dari Ibu ST selaku orang tua dari Ibu LA juga mendukung pernyataan tersebut, yaitu:

*“Sampai sekarang udah gak mau lagi dia (Ibu LA) ketemu lagi sama pihak yang sana mbak (mantan suami dan mertua). Sama cucu saya aja dia (mantan suami Ibu LA) nggak inget, jadi yaudah dibiarin aja”* (Hasil wawancara dengan Ibu ST pada tanggal 17/4/2024).

Dalam pernyataannya, Ibu ST menambahkan bahwa Ibu LA sudah enggan untuk bertemu dengan mantan suami dan mertua kembali diakibatkan dari adanya konflik yang terjadi. Selanjutnya Ibu ST juga menambahkan bahwa ia sudah tidak peduli kembali dengan mantan menantunya tersebut.

Namun dalam kehidupan bermasyarakat, kebanyakan merasa menyayangkan adanya sikap dan komunikasi yang terjalin tidak baik antara mantan suami dan wanita pasca bercerai setelah mengalami perceraian. Hal tersebut dikarenakan masyarakat menganggap tindakan tersebut sebagai hal yang dapat memutus tali silaturahmi. Terlebih kembali bagi pasangan yang sudah memiliki anak dari hasil pernikahan tersebut, hubungan yang tidak terjalin dengan baik tentunya akan berengaruh pada sulitnya melakukan komunikasi antara orang tua dan anaknya. Seperti dalam tanggapan Ibu Widya, yaitu:

*“Ya kalau bisa meskipun sudah tidak bersama (bercerai) tapi komunikasi dan hubungan antar sesama manusia itu tetap terjalin dengan baik ya mbak. Kan kasihan juga bagi yang udah punya anak tapi karna orang tuanya masih egois akhirnya nggak memperbolehkan ketemu nanti kan jadi nggak bisa komunikasi lagi sama orang tuanya. Siapa tau juga kan nanti dikemudian hari masih sama-sama membutuhkan, misal anaknya sakit apa mau menikah gitu kan gampang kalau mau minta bantuan mbak”* (Hasil wawancara dengan Ibu Widya sebagai masyarakat pada tanggal 3/4/2024).

Dalam tanggapan tersebut, Ibu Widya menyoroti sikap yang dipilih wanita pasca bercerai yang memilih untuk membatasi komunikasi dengan mantan suaminya. Keputusan tersebut disayangkan oleh Ibu Widya karena dianggap telah memutus tali silaturahmi antar sesama manusia. Terlebih kembali bagi pasangan bercerai yang sudah memiliki anak juga akan terdampak karena menjadi sulit berkomunikasi dengan orang tuanya. Selain itu, kemungkinan masih membutuhkan peran dikemudian hari juga masih bisa terjadi misalnya

seperti anak sedang sakit maupun saat menikah nanti, maka akan memerlukan peran dan bantuan satu sama lain.

c. Takut memulai hubungan baru

Takut memulai hubungan baru merupakan salah satu dampak psikososial yang dialami oleh wanita pasca bercerai yang diakibatkan dari adanya rasa trauma masa lalu mengenai kegagalan komitmen pernikahan dan kesalahan memilih pasangan sehingga berujung pada perceraian. Hal tersebut mengakibatkan wanita pasca bercerai menjadi lebih berhati-hati dalam memilih dan membuka hati untuk laki-laki lain. Seperti yang dialami oleh Ibu LA yang sampai saat ini masih memilih sendiri dan belum memiliki pasangan kembali.

*“Belum dulu lah mbak (memiliki pasangan kembali), saya masih takut nanti kalau ketemu mertua yang nggak bisa menerima saya apa adanya. Apalagi ditambah status saya yang sekarang kan mbak (janda beranak satu). Jadi yaudah fokus sama anak dulu aja sekarang mbak”* (Hasil wawancara dengan Ibu LA pada tanggal 17/4/2024).

Dalam penyampaian tersebut, Ibu LA menuturkan bahwa ia belum siap untuk memulai hubungan dengan orang lain kembali. Pengalaman tidak direstui terdahulu oleh keluarga mantan suami membuat Ibu LA takut mengalami hal serupa. Apalagi ditambah dengan statusnya sekarang yang sudah menjadi janda yang mempunyai 1 anak membuat kemungkinan tidak diterima dikeluarga pasangan semakin besar. Selanjutnya Ibu ST menambahkan, bahwa:

*“Kalau saya lihat belum kepikiran dia (Ibu LA) mbak (mau mulai hubungan baru). Karena kan masih ada ketakutan nanti kalau nggak direstui lagi gitu gimana nah jadinya gitu masih belum berani”* (Hasil wawancara dengan Ibu ST pada tanggal 17/4/2024).

Ibu ST menambahkan bahwa Ibu LA belum terpikirkan kembali untuk memulai hubungan serius dengan laki-laki lain. Hal tersebut tentunya karena didorong oleh ketakutan tidak diterima dan direstui oleh keluarga pasangan seperti hubungannya yang

sebelumnya. Selanjutnya ketakutan untuk memulai hubungan dengan orang baru juga dialami oleh Ibu Y.

*“Dulu saya sempat takut untuk berkomitmen lagi mbak. Takut kalau dapetnya gak jauh beda dari mantan suami. Kalau untuk saat ini dibilang takut sudah enggak ya mbak, tapi belum menemukan yang tepat saja jadi belum (menikah). Tapi kalau misal ada yang serius, ya syaratnya itu harus bisa saling mengerti, sefrekuensi, nah itu baru (berani menikah kembali). Tapi kalau serius tapi kesannya tidak sefrekuensi, ya tidak dulu”* (Hasil wawancara dengan Ibu Y pada tanggal 29/12/2023).

Menurut penuturan yang disampaikan oleh Ibu Y, beliau saat ini sudah tidak takut apabila memulai hubungan baru dengan laki-laki lain. Hanya saja terdapat beberapa persyaratan sebelum memutuskan untuk menikah kembali, hal tersebut merupakan cara Ibu Y agar lebih selektif dan tidak salah pilih lagi dalam memilih pasangan. Hal selaras juga disampaikan oleh orang tuanya, yaitu Ibu TM.

*“Iya mbak, sampai sekarang belum ada tanda kedekatan dengan laki-laki lagi. Masih suka berteman aja katanya. Tapi kalau misal dia sudah ada calonnya insyaallah saya merestui”* (Hasil wawancara dengan Ibu TM pada tanggal 29/12/2023).

Dalam penuturan tersebut, Ibu TM menyampaikan bahwa sampai saat ini Ibu Y belum tertarik untuk menikah kembali dan masih nyaman untuk berteman saja dengan laki-laki lain. Hal tersebut menunjukkan bahwa Ibu Y belum menemukan calon pendamping yang sesuai seperti kriteria yang disebutkan sebelumnya. Selain itu, terdapat pendapat lain yang disampaikan oleh Ibu E, yaitu:

*“Masih takut saya mbak (memiliki pasangan baru). Masih belum bisa percaya sama laki-laki lagi. Tapi kalau misal kedepannya saya masih ada jodoh lagi yang mampu meyakinkan saya, insyaallah saya mau (menikah kembali). Tapi tidak dalam waktu dekat ini”* (Hasil wawancara dengan Ibu E pada tanggal 23/12/2023).

Dalam penuturannya, Ibu E menjelaskan bahwa masih terdapat rasa takut dan belum bisa percaya kembali terhadap laki-laki lain untuk

dijadikan pasangan. Namun sejalan dengan Ibu Y, Ibu E menambahkan bahwa kedepannya apabila kembali dipertemukan laki-laki yang mampu meyakinkannya kembali, maka ia mau untuk menikah kembali. Hal tersebut menandakan bahwa Ibu E masih memerlukan waktu untuk dapat kembali percaya terhadap laki-laki baru yang akan menjadi pasangannya dikemudian hari. Sejalan dengan hal tersebut, Ibu SM selaku orang tua Ibu E menambahkan bahwa:

*“Sebenarnya kemarin sudah ada laki-laki yang berniat serius untuk menikahinya lagi. Tapi dia (Ibu E) bilang dia belum siap dan masih memerlukan waktu untuk memikirkannya terlebih dahulu katanya”* (Hasil wawancara dengan Ibu SM pada tanggal 23/12/2023).

Berdasarkan penuturan dari Ibu SM tersebut, membuktikan bahwa saat ini Ibu E masih mengalami ketakutan untuk memulai hubungan dengan laki-laki lain. Hal tersebut dikarenakan Ibu E masih belum bisa percaya dengan laki-laki kembali. Bayangan rumah tangga yang gagal sebelumnya membuatnya menjadi ragu untuk memulai hubungan dengan orang yang baru.

Meskipun pada kenyataannya wanita pasca bercerai mempunyai ketakutan sehingga mengalami kesulitan untuk percaya dan membangun hubungan dengan orang yang baru. Sebagian masyarakat menganggap bahwa tempat terbaik wanita ialah berada dalam lindungan suami. Sehingga kebanyakan masyarakat akan senang apabila wanita pasca bercerai memutuskan untuk menikah kembali. Seperti dalam penuturanh Ibu Santi yang berpendapat bahwa wanita pasca bercerai dapat menjadi sejahtera apabila menikah dan memiliki pasangan hidup kembali :

*“Saya setuju apabila janda menikah kembali, karena nantinya akan ada yang bertanggung jawab kembali. Selain karena sudah ada yang menafkahi lagi, juga janda akan jadi lebih aman dan terhindar dari fitnah”* (Hasil wawancara dengan Ibu Santi sebagai masyarakat pada tanggal 6/12/2023).

Menjadi sejahtera menurut Ibu Santi bukan hanya tentang ekonomi saja, melainkan juga status sosial yang berada dimasyarakat. Dengan menikah dan memiliki suami kembali maka akan membuat wanita pasca bercerai menjadi istri dan memiliki keluarga yang utuh kembali. Hal tersebut tentunya akan membuat wanita pasca bercerai menjadi lebih aman karena ada yang melindungi serta akan terhindar dari fitnah atau stigma negatif yang berkembang dimasyarakat karena menjadi janda.

d. Menutup diri

Menutup diri merupakan dampak yang terbentuk dari stres dan pengalaman trauma yang dirasakan sebelumnya. Wanita pasca bercerai yang memilih menutup diri diakibatkan stres yang berawal dari tuntutan, tekanan dan respon negatif dari lingkungan sekitar. Hal tersebut mengakibatkan wanita pasca bercerai menjadi cemas, takut dan kehilangan percaya diri sehingga memilih untuk lebih menutup diri dari kehidupan sosial dan membatasi interaksi dengan masyarakat sekitar. Seperti hal yang sempat terjadi pada Ibu A setelah bercerai, yaitu:

*“Dulu sempat minder pas awal pisah mbak. Saking malunya sama orang-orang (masyarakat) saya jadi banyak pikiran, akhirnya bikin nggak fokus saat kerja. Kan dulu saya jualan nasi mbak, akhirnya milih buat berhenti jualan terus abis itu saya jadi tukang pijet aja sekarang. Sebenarnya sih saya gak pernah denger diomongin gimana-gimana sama tetangga, tapi pas itu saya malu sama minder aja karena bercerai”* (Hasil wawancara dengan Ibu A pada tanggal 30/12/2023).

Dalam penyampaian tersebut, setelah bercerai Ibu A mengaku sempat malu dan mengalami kehilangan percaya diri untuk bertemu dengan masyarakat sekitar. Hal tersebut yang kemudian membuat Ibu A mengalami tidak fokus dalam bekerja, sehingga membuatnya memilih untuk berganti profesi dari berjualan nasi menjadi tukang pijit panggilan. Hal tersebut mengindikasikan bahwa Ibu A sempat

menutup diri dari lingkungan masyarakat sekitar. Hal tersebut juga dibenarkan oleh Ibu S.

*“Iya itu to mbak dulu (Ibu A) sempet takut ketemu orang. Katanya malu karna udah pisah. Abis itu gak mau jualan lagi terus milih jadi tukang pijit itu sampe sekarang. Tapi sekarang udah nggak malu lagi sama orang (masyarakat), udah bisa srawung lagi”* (Hasil wawancara dengan Ibu S pada tanggal 30/12/2023).

Berdasarkan penuturan Ibu S tersebut, terbukti bahwa Ibu A sempat menutup diri dari lingkungan masyarakat akibat mengalami kehilangan percaya diri dan malu terhadap orang lain karena perceraian yang terjadi. Namun, Ibu S juga menambahkan bahwa saat ini Ibu A sudah tidak malu lagi terhadap masyarakat, bahkan sudah terbiasa untuk berinteraksi dan berkumpul dengan masyarakat sekitar lagi.

Tidak dipungkiri masyarakat secara umum masih memandang wanita yang berstatus sebagai janda dengan pandangan negatif dan menganggapnya sebagai aib. Hal tersebut dikarenakan masyarakat memandang janda sebagai keluarga yang timpang dan tidak utuh, dimana tidak adanya sosok laki-laki yang berperan sebagai suami dan kepala keluarganya. Seperti tanggapan yang diutarakan oleh Pak Sumanto Toha sebagai masyarakat dalam memandang status janda, yakni:

*“Menurut saya itu aib, karena dalam sosial kemasyarakatan menjadi kurang (berkontribusi). Contohnya itu ketika ada iuran warga, janda tersebut belum tentu bisa ikut memberi karena sudah tidak ada yang menafkahi, kalau bekerja uangnya hanya cukup untuk kebutuhan sehari-hari dia dan anaknya. Apalagi kalau itu janda muda tapi belum punya anak dan tidak bekerja, biasanya hanya bisa cari muka ke orang lainnya terutama laki-laki biar dicukupi kebutuhannya. Nah itu sudah aib sekali itu”* (Hasil wawancara dengan Pak Sumanto Toha sebagai masyarakat pada tanggal 6/12/2023).

Dalam penuturan Pak Sumanto Toha tersebut menjelaskan mengenai kekurangan sebagai janda, bahwa wanita yang berstatus

sebagai janda memiliki kekurangan dalam berkontribusi dalam kemasyarakatan. Seperti pada contoh tersebut, wanita pasca bercerai menjadi tidak bisa berkontribusi dalam hal iuran dikarenakan dalam rumah tangganya sudah tidak ada yang menafkahnya, hal tersebut tentunya akan memberatkan ekonomi wanita pasca bercerai tersebut karena masih perlu untuk mencukupi kebutuhan hidupnya sendiri dan anaknya. Selain itu, berikut tanggapan Ibu Narsiah mengenai wanita yang berstatus sebagai janda merupakan suatu aib, yaitu :

*“Ya dibilang aib ya aib, dibilang tidak ya tidak ya mbak. Karena kan tergantung dari pribadinya (wanita pasca bercerai) bermasalah atau tidak. Kalau bersikap baik kan tidak ada masalah, yang masalah itu kan kalau dia bersikap tidak baik”* (Hasil wawancara dengan Ibu Narsiah sebagai masyarakat pada tanggal 6/12/2023).

Berbeda dengan tanggapan Pak Sumanto Toha sebelumnya, Ibu Narsiah berpendapat bahwa status janda pada wanita dianggap aib atau tidak tergantung dari kepribadian yang ditampilkan dari wanita pasca bercerai tersebut. Semakin baik perilaku yang ditampilkan oleh wanita pasca bercerai maka masyarakat akan mudah menerima dan memaklumi, begitu sebaliknya apabila wanita pasca bercerai menampilkan perilaku yang tidak pantas maka dapat disebut sebagai aib baik bagi keluarga maupun masyarakat.

e. Ekonomi menjadi tidak stabil

Permasalahan ekonomi menjadi persoalan yang dihadapi oleh wanita pasca bercerai, hal tersebut karena sudah tidak ada tulang punggung untuk menafkahnya kembali. Karenanya, persoalan ekonomi menjadi beban pikiran yang ditanggung oleh wanita pasca bercerai guna mencukupi kebutuhan sehari-hari dan menghidupi anaknya dengan cara bekerja. Seperti yang terjadi kepada Ibu A yang memiliki 3 orang anak.

*“Terjadi penurunan ekonomi ya jelas mbak, karena kan sudah tidak ada yang menafkahi. Buat mencukupi kebutuhan saya dan anak ya saya bekerja semampunya, dulu jualan nasi uduk*

*kalau pagi, sekarang jadi tukang pijit panggilan, sekarang sudah tidak jualan. Mantan suami terkadang masih membantu memberi nafkah ke anaknya, tapi tetap saja belum menutup (kebutuhan ekonom). Itupun diberi kalau anak yang meminta” (Hasil wawancara dengan Ibu A pada tanggal 30/12/2023).*

Ibu A menyampaikan bahwa dalam mencukupi kebutuhan sehari-hari dan menghidupi anak-anaknya, beliau mengupayakan melakukan pekerjaan apapun sesuai kemampuannya. Seperti dahulu pernah berjualan nasi uduk setiap pagi, namun sekarang berprofesi sebagai tukang pijat yan dipanggil dari rumah-kerumah. Ibu A juga menambahkan bahwa mantan suami terkadang masih memberikan nafkah untuk anaknya, namun nafkah tersebut tidak membantu secara penuh dalam mencukupi kebutuhan ekonominya. Sehingga hal tersebut tidak jarang membuat Ibu S juga ikut membantu Ibu A secara finansial.

*“Namanya udah pisah ya pasti udah nggak dikasih nafkah ya mbak, ya paling bapak putuku (cucuku) sesekali ngasih buat anak tapi nggak seberapa uangnya. Meskipun dia (Ibu A) udah bekerja juga, tapi hasilnya juga nggak seberapa, jadi ya saya kadang bantu ngasih uang juga buat bantu kebutuhan hidup dia sama anaknya” (Hasil wawancara dengan Ibu S pada tanggal 30/12/2023).*

Dalam penuturan Ibu S tersebut, mengindikasikan bahwa perekonomian Ibu A menjadi tidak stabil setelah mengalami perceraian. Ibu A masih perlu bekerja keras guna memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari dan anaknya. Hingga terkadang masih memerlukan uluran bantuan dari orang tuanya yaitu Ibu S. Selain Ibu A, hal yang sama juga harus dirasakan oleh Ibu LA dimana harus mencukupi kebutuhan anaknya dengan cara bekerja.

*“Dari masih menikah juga sudah diuji masalah ekonomi saya mbak. Kan dulu malah mantan suami yang suka minta uang ke saya, uangnya itu dibuat judi mbak. Kalau nggak dikasih suka marah, padahal saya juga perlu untuk biaya persalinan kan mbak. Sekarang udah psah sayakerja semamppu saya, karena kan ada anak yang perlu diikash makan setiap hari ya. Jadi*

*saya buka ini usaha jualan nasi rames di depan rumah” (Hasil wawancara dengan Ibu LA pada tanggal 17/4/2024).*

Dalam penuturan tersebut, Ibu LA menyampaikan bahwa ia sudah memiliki masalah perekonomian yang tidak stabil sejak masih menikah. Hal tersebut dikarenakan mantan suaminya memiliki kebiasaan buruk yakni suka berjudi, sehingga membuatnya sering meminta uang dari Ibu LA. Setelah bercerai, guna menyambung hidup dan memenuhi kebutuhan anak, Ibu LA memilih untuk membuka warung nasi rames di depan rumahnya. Selanjutnya dalam kesaksian Ibu ST, bahwa:

*“Saya kadang kasihan sama anak saya mbak (Ibu LA). Suaminya dulu nggak pinter nafkahi malah sering minta uangnya dibuat judi. Sekarang juga gak pernah ngasih nafkah blas (sama sekali) ke anaknya, ketemu aja nggak mbak. Jadinya ya itu dia (Ibu LA) kerja sebisanya yang penting bisa cukup buat sehari-hari” (Hasil wawancara dengan Ibu ST pada tanggal 17/4/2024).*

Ibu ST selaku orang tua dari Ibu LA mengaku sedih dengan takdir yang dialami oleh anaknya karena tidak beruntung dalam pernikahan. Tidak dinafkahi dan ditelantarkan membuat Ibu LA berjuang sendiri dalam memenuhi kebutuhan hidupnya yaitu dengan cara bekerja. Selain itu ekonomi yang tidak stabil juga dialami oleh Ibu E, dimana dalam pernyataannya yaitu:

*“Saya memang dari dulu sebelum bercerai sampai sekarang tidak bekerja mbak. Jadi untuk kebutuhan sehari-hari masih ikut orang tua” (Hasil wawancara dengan Ibu E pada tanggal 23/12/2023).*

Sedangkan Ibu E mengaku tidak bekerja dari sebelum bercerai sampai sekarang. Sehingga sebagian besar kebutuhan hidup masih ditanggung oleh orang tuanya yaitu Ibu SM. Selanjutnya Ibu SM menambahkan bahwa:

*“Iya betul, memang dari dulu (Ibu E) tidak bekerja. Jadi kebutuhan hidup gitu masih ikut saya. Kayak kebutuhan masak terus makan, itu saya semua. Kalau dia karna dirumah terus ya*

*kesehariannya bantuin saya jaga warung klontong ini mbak kecil-kecilan” (Hasil wawancara dengan Ibu SM pada tanggal 23/12/2023).*

Dalam kesaksian Ibu SM menjelaskan bahwa Ibu E kesehariannya hanya membantu menjaga dan mengurus toko klontong miliknya. Sedangkan untuk kebutuhan sehari-hari Ibu E sebagian besar masih ditanggung oleh Ibu SM. Sehingga dapat dikatakan bahwa Ibu E tidak memiliki ekonomi yang stabil dan belum mandiri secara finansial.

Dalam tanggapan masyarakat tentunya sangat mendukung wanita pasca bercerai dapat mandiri secara finansial sehingga kebutuhan ekonominya dapat terpenuhi. Bentuk dukungan yang diberikan oleh masyarakat terhadap wanita pasca bercerai selain dengan tetap berteman agar tidak merasa kesepian yaitu dengan mendukung wanita pasca bercerai tersebut menjadi lebih berdaya agar mampu mencukupi kebutuhannya sendiri dalam kata lain yaitu mandiri secara ekonomi. Hal tersebut dikarenakan sudah tidak ada pihak yang menanggung nafkahnya kembali. Hal tersebut sesuai seperti tanggapan dari Pak Sumanto Toha, yaitu:

*“Mendukung mbak, pokoknya entah bekerja apa saja yang penting halal, yang masih bisa menggunakan tenaga ya silahkan, yang tidak kuat lalu menjual barang ya silahkan. Misalnya kalau yang tenaga itu jadi tukang cuci gosok keliling, atau jadi rewang (pembantu), atau jadi tukang momong balita juga bisa. Kalau tidak bisa (bekerja menggunakan tenaga) berjualan atau berdagang sembako juga bisa. Nah bentuk dukungannya itu kita dengan cara menggunakan jasa mereka tadi, atau kalau yang jualan ya dilarisi (dibeli) gitu” (Hasil wawancara dengan Pak Sumanto Toha sebagai masyarakat pada tanggal 6/12/2023).*

Dalam penuturan Pak Sumanto Toha tersebut menyebutkan bahwa masyarakat sangat mendukung wanita pasca bercerai menjadi lebih mandiri secara ekonomi guna memenuhi kebutuhan sehari-hari. Bantuan dengan cara memberikan lowongan pekerjaan, memakai jasa

atau membeli dagangan yang dijual dirasa masyarakat cukup untuk membantu wanita pasca bercerai.

f. Perasaan bahagia setelah bercerai

Perceraian memang bukanlah hal yang direncanakan bagi pasangan yang memutuskan untuk menikah. Akan tetapi, bagi sebagian orang perceraian merupakan sebuah solusi yang diambil ketika sudah tidak ada lagi solusi lain yang dapat diambil guna memperbaiki atau memertahankan rumah tangga yang terjalin. Keputusan untuk bercerai biasanya diambil ketika salah satu dari pasangan merasa dirugikan akibat dari pasangan yang tidak menjalankan peran dan fungsinya secara baik. Seperti tidak memberikan nafkah lahir maupun batin, tidak mau mendidik anak, dan tidak mau membantu mengurus keperluan rumah tangga. Oleh karena itu, perceraian dianggap sebagian orang menjadi solusi terakhir yang dapat diambil untuk menyelesaikan masalah keluarganya.

Tidak jarang orang yang memilih berpisah tersebut lebih dapat merasakan kebahagiaan dibanding saat masih bersama pasangan. Hal tersebut dikarenakan adanya perasaan lega yang dirasakan setelah lepas dari pernikahan yang tidak harmonis. Seperti yang dirasakan oleh Ibu E ketika ditanya perasaannya setelah bercerai, yaitu :

*“Ya, jauh lebih bahagia sekarang ya mbak. Karena kan dulu saat masih punya suami jarang dinafkahi tapi selalu dituntut untuk ini itu terus. Sekarang sudah pisah meskipun tidak ada yang menafkahi lagi tapi lebih bahagia karena sudah tidak punya tanggung jawab lagi (menjadi istri), jadi bisa lebih bebas sendiri”* (Hasil wawancara dengan Ibu E pada tanggal 23/12/2023).

Dalam penuturannya, Ibu E menyampaikan bahwa ia merasa lebih bahagia saat setelah bercerai. Hal itu dikarenakan dalam rumah tangga yang dijalannya berjalan tidak harmonis karena mantan suami hanya menafkahnya kurang dari jumlah kebutuhan rumah tangganya, sedangkan Ibu E dituntut untuk bisa dalam segala hal. Hal tersebut juga yang menyebabkan Ibu E merasa bahagia setelah bercerai karena

merasa sudah lepas dari tanggung jawab dan tuntutan sebagai istri.

Penyataan tersebut diperkuat oleh penuturan dari Ibu SM, yaitu:

*“Saya rasa iya mbak (lebih bahagia), dulu kan dia sering cekcok sama mantan suami saat masih menikah, jadi sering murung, kalau ditanya mudah marah. Sekarang sudah tidak, jadi lebih enak kalau diajak ngobrol”* (Hasil wawancara dengan Ibu SM pada tanggal 29/12/2023).

Berdasarkan penuturan Ibu SM tersebut, Ibu E jauh terlihat bahagia setelah bercerai dengan mantan suaminya. Hal tersebut dikarenakan sudah tidak terjadi cekcok atau perselisihan yang biasa terjadi dengan mantan suami. Sehingga hal tersebut berpengaruh terhadap perasaan Ibu E menjadi lebih baik. Senada dengan perasaan tersebut, Ibu Y menyampaikan bahwa:

*“Iya (lebih bahagia), karena sudah lepas beban, mau apa dan ngapain aja bisa, sudah terbebas dari bayang-bayang KDRT, dan sekarang saya juga bisa lebih fokus terhadap diri sendiri”* (Hasil wawancara dengan Ibu Y pada tanggal 29/12/2023).

Perasaan yang dirasakan Ibu Y setelah bercerai kini lebih bahagia karena beliau merasa sudah lepas dari bayang-bayang KDRT, sehingga sekarang dapat lebih fokus dalam membahagiakan diri sendiri. Hal tersebut turut didukung oleh pernyataan dari Ibu TM, yaitu:

*“Iya dia (Ibu Y) lebih kelihatan bahagia sekarang mbak. Berat badannya sudah naik dan lebih ideal dibanding dulu saat menikah. Pokoknya ya kehidupannya jauh terlihat lebih positif yang sekarang lah mbak, kalau dulu kan kelihatannya sedih dan murung terus mbak, sekarang udah nggak”* (Hasil wawancara dengan Ibu TM pada tanggal 29/12/2023).

Dalam kesaksiannya, Ibu TM mengakui bahwa Ibu Y jauh lebih bahagia sekarang dibanding dahulu saat masih menikah dan awal perceraian. Hal tersebut ditandai dengan meningkatnya berat badan Ibu Y menjadi lebih ideal dibanding yang mulanya diambang bawah ideal atau dalam arti berat badan kecil atau kurang. Selain itu, ditandai dengan terjadinya peningkatan pola kehidupan yang jauh lebih positif

dibanding yang dahulu juga menandakan bahwa kini Ibu Y sudah berdamai dan bahagia dengan hidupnya.

Perasaan bahagia yang dirasakan oleh wanita pasca bercerai tentunya juga tidak terlepas dari adanya dukungan dari keluarga dan lingkungan ditempat tinggalnya. Dengan diterimanya wanita pasca bercerai ditengah keluarga dan masyarakat, maka akan meningkatkan perasaan bahagia sehingga bisa memulai hidup baru menjadi lebih baik. Seperti dalam wawancara, Ibu Narsiah menyampaikan bahwa :

*“Biasa saja mbak, dalam bertetangga ya biasa ngobrol-ngobrol aja tidak ada membedakan, karena kan kasihan sudah cerai tidak ada suaminya lagi”* (Hasil wawancara dengan Ibu Narsiah sebagai masyarakat pada tanggal 6/12/2023).

Menurut Ibu Narsiah dalam bertetangga tidak perlu membedakan apapun statusnya. Menurut Ibu Narsiah wanita pasca bercerai justru perlu ditemani untuk berbicara dan bercerita karena sudah tidak memiliki pasangan hidup lagi. Begitu pula penuturan dari Ibu Santi yang menyebutkan bahwa masyarakat setempat tidak membedakan wanita yang berstatus janda maupun tidak, yaitu:

*“Sama saja, tetap srawung (mengajak untuk bersama) tetap berteman. Ya masak udah gak punya suami terus kita gak mau berteman, nanti merasa sendiri ya kasihan”* (Hasil wawancara dengan Ibu Santi sebagai masyarakat pada tanggal 6/12/2023).

Ibu Santi juga berpendapat hal yang sama seperti ibu Narsiah bahwa wanita berstatus janda harus tetap ditemani dan tidak perlu dibeda-bedakan karena sudah tidak memiliki suami, sehingga rentan mengalami kesepian dalam hidupnya. Hal tersebut sekiranya dapat cukup membantu wanita berstatus janda dalam melewati hari-hari sulit setelah bercerai karena merasa ditemani dan tidak merasa sendiri.

Adapun berbagai faktor dan dampak dari perceraian yang dialami oleh wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang, lebih lanjut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Faktor dan dampak dari perceraian pada wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

<b>Wanita Pasca Bercerai</b>	<b>Faktor Perceraian</b>	<b>Akibat Perceraian</b>	<b>Dampak Psikososial</b>
Ibu E	Ekonomi dan campur tangan keluarga.	Mengalami stres dan timbulnya perasaan trauma.	Stres dalam kategori ringan, takut memulai hubungan baru, ekonomi menjadi tidak stabil, dan dampak positifnya berupa perasaan bahagia setelah bercerai.
Ibu Y	KDRT, peselingkuhan, dan perbedaan prinsip.	Timbulnya perasaan trauma dan mengalami stres.	Stres dalam kategori berat, mengalami pengalaman traumatis, takut memulai hubungan baru, dan dampak positifnya berupa perasaan bahagia setelah bercerai.
Ibu A	KDRT dan perselingkuhan	Anak menjadi korban perceraian, terjadi perselisihan atau permusuhan, komunikasi yang terjalin menjadi kurang baik, dan mengalami stres.	Stres dalam kategori sedang, mengalami pengalaman traumatis, menutup diri, dan ekonomi menjadi tidak stabil.
Ibu LA	Ekonomi, campur tangan keluarga, dan perjudian.	Komunikasi yang terjalin menjadi kurang baik, anak menjadi korban perceraian, dan timbulnya perasaan trauma.	Mengalami pengalaman traumatis, takut memulai hubungan baru, dan ekonomi menjadi tidak stabil.

Sumber : Hasil wawancara dengan wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

### **3. Upaya Penanganan Bimbingan Konseling Islam Terhadap Dampak Psikososial Wanita Pasca Perceraian**

Wanita yang memilih untuk bercerai berpeluang memiliki gangguan psikologis dan sosial yang cukup tinggi. Dalam menghadapi tekanan dan dampak psikososial yang dialami oleh wanita yang telah bercerai, religiusitas atau keyakinan terhadap nilai agama yang baik akan dapat membantu wanita pasca bercerai dalam proses penyesuaian dirinya. Dalam meningkatkan religiusitas pada wanita pasca bercerai tersebut dapat dilakukan dengan bimbingan dan konseling Islam. Bimbingan dan konseling Islam pada hakikatnya adalah suatu upaya untuk membantu individu agar belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrahnya sebagai seorang manusia yang berlandaskan pada Al-Qur'an dan Hadits.

Dalam hal ini terdapat beberapa upaya yang dapat dilakukan bimbingan konseling Islam dalam menangani dampak psikososial wanita pasca bercerai, diantaranya yaitu:

#### a) Bimbingan mental

Bimbingan mental dimaksudkan untuk menumbuhkan dan mengembangkan kondisi mental pada wanita pasca bercerai, seperti rasa percaya diri, harga diri, budi pekerti, serta sikap hidup menjadi lebih baik. Dalam pelaksanaannya, bimbingan dan konseling Islam berfungsi untuk memberikan bimbingan terhadap individu yang memiliki gangguan mental dengan cara merubah sikap dan cara berpikir atau menilai suatu hal dalam menyikapi problem yang sedang dialami dalam hidupnya. Bentuk bimbingan mental dapat berupa dukungan dari lingkungan keluarga, teman dan masyarakat sekitar.

Seperti pada Ibu Y yang kini memiliki kesehatan mental jauh lebih baik dibanding ketika baru awal perceraian. Hal tersebut dikarenakan banyak pihak yang mendukung Ibu Y agar dapat melewati masa sulitnya perceraian dengan baik. Dalam penuturannya yaitu:

*“Saya jauh lebih baik sekarang dibanding dulu saat baru*

*bercerai. Dulu itu saya sering kepikian tentang perceraian, tapi karena banyak dukungan dan nasehat dari teman dan keluarga, itu yang kemudian menguatkan saya untuk bisa bangkit lagi. Sekarang saya sudah banyak kegiatan dirumah, jadi kesibukan saya sekarang selain mengajar TK juga mengikuti berbagai kegiatan yang ada di masyarakat”* (Hasil wawancara dengan Ibu Y pada tanggal 29/12/2023).

Berdasarkan penuturan Ibu Y tersebut, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental Ibu Y yang sekarang sudah lebih baik dibanding dulu saat awal bercerai. Hal tersebut dibuktikan dengan pengakuannya yang dahulu sering merasa sedih, stres dan mudah menangis, hal tersebut kini sudah tidak dirasakan kembali setelah mendapatkan dukungan dan nasihat dari keluarga dan teman-temannya. Hal tersebut juga sejalan dengan penuturan dari Ibu TM yang menyampaikan bahwa:

*“Kalau saya lihat dia (Ibu Y) sudah bisa menerima keadaan dengan statusnya sekarang, udah bisa bahagia lah intinya mbak. Sekarang dia udah sering aktif di kegiatan kemasyarakatan mbak, kayak PKK, pengajian, atau arisan apa gitu dia ikut, sering diajak ibu-ibu sekitar juga sih ya mbak”* (Hasil wawancara dengan Ibu TM pada tanggal 29/12/2023).

Dalam penuturan Ibu TM tersebut, juga menjelaskan bahwa kondisi mental yang dialami Ibu Y sudah memiliki perkembangan menjadi lebih baik. Hal tersebut dapat dilihat dari banyaknya kegiatan masyarakat yang diikuti oleh Ibu Y. Selain Ibu Y terdapat Ibu A yang juga mengalami perkembangan mental menjadi lebih baik.

*“Saya kan dulu sempat malu dan minder sama orang sekitar kan mbak, nah sekarang sudah nggak. Sudah bisa berbaur dan ikut bermasyarakat kayak biasanya lagi. Itu alhamdulillah berkat nasihat dari orang tua saya dan dorongan dari anak-anak saya mbak. Tanya ke saya kok ibuk sekarang udah gak ikut arisan lagi gitu, jadi habis itu saya ikut bermasyarakat lagi dan bisa bangkit lagi mbak”* (Hasil wawancara dengan Ibu A pada tanggal 30/12/2023).

Ibu A menyampaikan bahwa berkat nasihat dan dukungan yang diterima dari keluarga dan anak-anaknya, menjadikannya lebih percaya

diri lagi dan bisa bangkit dengan kembali ikut serta dalam bermasyarakat seperti sebelumnya. Hal tersebut juga diperkuat dengan pernyataan dari Ibu S, yaitu:

*“Iya itu (Ibu A) dulu takut diomongin yang macem-macem sama tetangga jadinya malah takut ketemu orang. Habis itu saya nashati buat nggak berburuk sangka sama orang, kalau ada orang bilang apa gak usah didengerin, yang penting tetep fokus sama diri sendiri dan anaknya aja. Jadi jangan memutus tali silaturahmi sama orang lain gitu. Akhirnya pelan-pelan dia mau berbaur dan gabung lagi sama orang lain mbak”* (Hasil wawancara dengan Ibu S pada tanggal 30/12/2023).

Berdasarkan penuturan dari Ibu S, dapat dilihat bahwa peran dan dukungan dari orang terdekat seperti keluarga sangat penting dan dibutuhkan oleh wanita pasca bercerai. Hal tersebut dikarenakan dukungan yang diterima tersebut dapat mendorong wanita pasca bercerai menjadi lebih percaya diri dan lebih baik dalam menjalani kehidupannya.

Selain dengan adanya dukungan yang diterima dari keluarga, dukungan dari pihak lain seperti dari teman maupun masyarakat di lingkungan sekitar juga dapat meningkatkan percaya diri dan menjaga mental dari wanita pasca perceraian agar menjadi lebih baik. Seperti dalam penuturan Ibu Santi yang menyebutkan bahwa masyarakat setempat tidak membeda-bedakan wanita yang berstatus janda maupun tidak, yaitu:

*“Sama saja, tetap srawung (mengajak untuk bersama) tetap berteman. Ya masak udah gak punya suami terus kita gak mau berteman, nanti merasa sendiri ya kasihan”* (Hasil wawancara dengan Ibu Santi sebagai masyarakat pada tanggal 6/12/2023).

Ibu Santi berpendapat bahwa wanita berstatus janda harus tetap ditemani dan tidak perlu dibeda-bedakan karena sudah tidak memiliki suami, sehingga rentan mengalami kesepian dalam hidupnya. Hal tersebut sekiranya dapat cukup membantu wanita berstatus janda dalam melewati hari-hari sulit setelah bercerai karena merasa ditemani dan tidak merasa sendiri.

b) Bimbingan spiritual

Bimbingan spiritual dimaksudkan untuk memberikan kesadaran terhadap wanita paca bercerai akan kewajiban yang harus dilakukan sebagai seorang muslim. Spiritual merupakan media untuk membersihkan dan menjernihkan hati, untuk itu spiritual digunakan sebagai kesadaran akan tanggung jawab dan kewajiban sebagai seorang muslim. Dalam hal ini, bimbingan dan konseling Islam berfungsi untuk mendorong dan membantu wanita pasca bercerai untuk lebih memahami dan mengamalkan iman, islam, dan ikhsan.

Religiusitas atau keyakinan terhadap nilai agama yang baik dapat membantu wanita pasca bercerai untuk mampu melakukan penyesuaian diri dengan tetap berpegang teguh terhadap pedoman hidup yaitu Al-qur'an dan Hadits. Seperti dalam penuturan Ibu Y yang mengalami perkembangan spiritual setelah mengalami perceraian, yaitu:

*“Setelah tertimpa musibah (perceraian) tentunya saya mendekatkan diri dengan banyak-banyak berdoa mbak. Tapi dulu pas awal itu ya sebatas menjalankan kewajiban aja mbak. Kalau sekarang alhamdulillah sudah lebih baik lagi karna saya selain menjalankan yang wajib, pelan-pelan juga mulai menjalankan yang sunah juga, seperti berdzikir, berpuasa sunah, dan sholat yang sunah juga. Itu mulai rutin semenjak saya sering diajak ikut pengajian sama teman saya mbak”* (Hasil wawancara dengan Ibu Y pada tanggal 29/12/2023).

Dalam penuturannya tersebut, Ibu Y mengaku mengalami peningkatan spiritual dan religiusitas dengan cara semakin mendekatkan diri kepada Allah. Cara yang dilakukan Ibu Y dalam meningkatkan religiusitas tersebut yaitu selain menjalankan perintah Allah yang wajib, Ibu Y juga mulai menjalankan perintah Allah yang sunah juga seperti berdzikir, berpuasa sunah, dan juga melakukan sholat sunah. Hal yang sama juga disampaikan oleh Ibu TM.

*“Sudah beberapa waktu belakangan ini kan dia (Ibu Y) sering ikut pengajian. Nah alhamdulillah semenjak itu udah mulai melakukan ibadah yang sunnah juga. Kalau saya lihat itu dia*

*sering puasa senin kamis gitu mbak. Kepribadiannya yang sekarang juga lebih tenang, tidak mudah cemas kayak dulu lagi”* (Hasil wawancara dengan Ibu TM pada tanggal 29/12/2023).

Berdasarkan hal yang disampaikan Ibu TM tersebut, dapat diketahui bahwa memang benar Ibu Y mengalami peningkatan spiritual setelah rutin mengikuti pengajian yang dihadapinya. Hal yang serupa juga disampaikan oleh Ibu LA yang mengaku lebih mendeatkan diri kepada Allah SWT dengan cara menghadiri pengajian di sekitar kediamannya.

*“Alhamdulillah mbak, sekarang saya sudah terbiasa berangkat pengajian rutin seminggu sekali bareng sama Ibu-ibu di sini sekalian bawa anak biar nggak dirumah terus. Kalo dirumah pas lagi jualan kadang biar nggak sepi saya suka dengerin sholawat gitu lewat Youtube. Sekarang saya lagi biasain diri buat dzikir kayak baca tahlil gitu setelah sholat, sekalian ngirim do’a buat keluarga yang udah gak ada”* (Hasil wawancara dengan Ibu LA pada tanggal 17/4/2024).

Dalam penyampaianya, Ibu LA mengaku bahwa kini sudah mulai terbiasa menghadiri pengajian bersama Ibu-ibu di lingkungan sekitar. Selain itu, Ibu LA juga menyampaikan bahwa ia gemar memutar audio sholawat melalui platform Youtube untuk menemaninya saat tengah berjualan. Kemudian tidak lupa Ibu LA kini kerap menyempatkan diri untuk melantunkan dzikir setelah sholat untuk mengirim do’a kepada keluarga yang telah berpulang terlebih dahulu. Hal tersebut mengindikasikan bahwa kini Ibu LA telah mengalami peningkatan spiritual melalui kegiatan yang positif seperti menghadiri pengajian, bersholawat dan berdzikir. Pernyataan tersebut didukung oleh sebagaimana kesaksian Ibu ST yaitu:

*“Semenjak dari diberi ujian rumah tangga sama Allah, sekarang dia (Ibu LA) malah lebih baik mbak. Suka ikut pengajian rutin, terus suka muter sholawatan juga dirumah. Ya itu sekarang anaknya jadi pinter sholawatan juga mbak, kadang tiba-tiba nyeletuk nyanyi gitu, jan nyenengke kae nek liat mbak”* (Hasil wawancara dengan Ibu ST pada tanggal 17/4/2024).

Menurut kesaksian dari Ibu ST, ia membenarkan anaknya sekarang rutin mengikuti pengajian dan kerap memutar sholawatan sehingga cucunya menjadi mudah hafal dan sering ikut menyanyikannya. Ia mengaku senang ketika melihat cucunya tumbuh dengan pintar dan gemar bersholawat. Selain itu, terdapat Ibu E yang juga sedang berusaha untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah.

*“Saya sampai sekarang masih berusaha untuk terus istiqomah mendekatkan diri kepada Allah mbak, caranya ya dengan mengerjakan apa yang diperintahkan di agama. Seperti sekarang ini saya lagi membiasakan diri untuk selalu membaca Al-qur’an setelah selesai sholat maghrib. Selain itu ya kalau lagi sedih gitu nggak lupa banyak-banyak berdoa kepada Allah agar diberi ketabahan”* (Hasil wawancara dengan Ibu E pada tanggal 23/12/2023).

Ibu E menyampaikan bahwa sampai saat ini ia masih berusaha untuk tetap istiqomah dalam menjalankan kewajiban sebagai seorang muslim dan sesuai yang diperintahkan dalam agama islam. Seperti mengerjakan sholat dan membaca Al-qur’an yang berfungsi sebagai pedoman bagi umat muslim. Hal tersebut juga sama seperti dalam kesaksian Ibu SM berikut.

*“Kalau saya lihat dia sekarang semakin rajin mengerjakan ibadah mbak. Kalau malam setelah maghrib itu saya sering dengar dia sedang membaca Al-qur’an. Saya senang melihatnya mbak alhamdulillah”* (Hasil wawancara dengan Ibu SM pada tanggal 23/12/2023).

Dalam penyampaian Ibu SM tersebut, dapat diketahui bahwa memang benar Ibu E sedang berusaha untuk terus mendekatkan diri kepada Allah dengan cara tetap istiqomah mengerjakan sholat wajib dan membaca Al-Qur’an setelahnya. Sebagai seorang muslim hal tersebut merupakan salah satu upaya untuk terus mendekatkan diri kepada Allah yaitu dengan mengamalkan iman, islam, dan ikhsan.

Dalam pandangan masyarakat tentunya mendukung penuh apabila wanita pasca bercerai mengalami perkembangan mental dan

spiritual menjadi lebih baik. Mengingat bahwa masyarakat memandang status wanita pasca bercerai tergantung dari perilaku yang ditampilkannya. Artinya semakin baik dan religius wanita pasca bercerai, maka masyarakat akan semakin mendukung dan menghormatinya dibanding wanita pasca bercerai yang berperilaku tidak baik, seperti suka membawa pulang dan mengizinkan masuk laki-laki yang bukan suaminya. Seperti dalam penuturan Ibu Widya berikut:

*“Saya senang mbak kalau melihat mereka (janda) itu berperilaku baik. Saya juga senang ngajak mereka buat ikut kegiatan dimasyarakat kayak ikut pengajian, arisan, PKK, sama tahlilan gitu. Semakin aktif kegiatan di masyarakat kan berarti semakin baik mbak, dari pada kalau nggak dirangkul nanti malah melakukan hal yang aneh-aneh nani kan gak baik diliatnya mbak”* (Hasil wawancara dengan Ibu Widya sebagai masyarakat pada tanggal 3/4/2024).

Dalam penuturannya, Ibu Widya menyampaikan bahwa ia mendukung dan merasa senang apabila wanita pasca bercerai memiliki perilaku yang baik dengan gemar melakukan hal yang positif. Dengan adanya religiusitas dan spiritual yang baik pada wanita pasca bercerai, maka akan menghindarkan dan mencegahnya dari perilaku yang tidak baik, baik dari segi norma agama, sosial, dan kesopanan dimasyarakat.

Adapun upaya penanganan bimbingan konseling Islam terhadap dampak psikososial wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang, lebih lanjut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Upaya penanganan bimbingan konseling islam terhadap dampak psikososial wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

<b>Bimbingan Konseling Islam</b>	<b>Wanita pasca bercerai</b>	<b>Upaya yang dilakukan</b>	<b>Keterangan</b>
Bimbingan Mental	Ibu Y dan Ibu A	<i>Self efficacy</i> , memperoleh dukungan sosial, dan mempergunakan	Dengan memotivasi diri sendiri dan memperoleh dukungan dari lingkungan sosial

		n waktu dengan melakukan hal yang positif.	disekitar seperti keluarga, teman serta tetap menjaga hubungan baik dengan lingkungan masyarakat sekitar maka akan membantu wanita pasca bercerai tetap memiliki mental dan pemikiran yang positif sehingga dapat terhindar dari stres.
Bimbingan Spiritual	Ibu Y, Ibu LA, dan Ibu E	Meningkatkan spiritual dan religiustitas dengan memahami ajaran agama Islam dengan baik serta mengamalkan iman, islam dan ikhsan dalam kehidupan sehari-hari.	Dengan lebih mendekatkan diri terhadap Allah SWT yaitu dengan cara memahami dan mengamalkan ajaran agama secara benar serta mengamalkan iman, islam, dan ikhsan dalam kehidupan sehari-hari seperti melaksanakan sholat, puasa, membaca Al-Qur'an, berdzikir, melakukan ibadah sunah, serta menjalin silaturahmi dan berhubungan baik dengan sesama muslim lainnya, maka akan dapat mempertebal rasa syukur, iklas dan ketabahan dalam menjalani ujian hidup dari Allah berupa perceraian.

Sumber : Hasil wawancara dengan wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

## **BAB IV**

### **ANALISIS**

#### **A. Dampak Psikososial Pada Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang**

Dalam setiap hubungan antara individu dengan individu lain, tidak jarang akan menemui konflik yang selalu muncul, tidak terkecuali dalam hubungan pernikahan dan keluarga. Adanya konflik yang terjadi tidak jarang menimbulkan perselisihan dan membuat hubungan menjadi tidak berjalan dengan baik (Lestari, 2012:99). Seberapa besar tingkat baik buruknya suatu konflik yang terjadi antar anggota keluarga akan berdampak dalam rumah tangga sehingga dapat menjuruskan kepada kehancuran dan perceraian. Terdapat banyak faktor yang dapat menyebabkan terjadinya keretakan rumah tangga sehingga berujung pada perceraian (Zuhrotunisa, 2019:108). Faktor tersebut diantaranya seperti kurangnya peran sebagai suami atau istri maupun sebagai orang tua, perselingkuhan, KDRT, ekonomi, campur tangan pihak lain dan perbedaan prinsip yang ada.

Perceraian sering dianggap sebagai peristiwa menegangkan tersendiri bagi individu dan keluarga yang mengalaminya. Peristiwa perceraian yang terjadi dalam keluarga akan senantiasa memberikan dampak yang mendalam karena mendatangkan ketidaktenangan berfikir yang memakan waktu yang lama seperti stres dan tekanan yang dapat berpengaruh terhadap fisik dan psikis (Humairah, 2016:2). Keadaan tersebut dapat berpengaruh kepada semua anggota keluarga, terutama pada istri yang kemudian menyandang status sebagai seorang janda. Hal tersebut dikarenakan status janda yang disandang oleh wanita pasca bercerai, pada strata sosial masyarakat dianggap sebagai kondisi yang malang, kurang beruntung, serta tidak berdaya.

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara di lapangan, dampak perceraian yang sangat besar dapat dialami oleh wanita pasca bercerai baik berupa fisik, psikis, maupun sosial. Beberapa aspek tersebut kemudian saling mempengaruhi satu sama lain sehingga dapat disebut dengan istilah

psikososial. Psikososial menekankan pada hubungan yang dekat dan dinamis antara aspek psikologis yang berasal dari pengalaman seseorang (pemikiran, perasaan, dan tingkah laku) dan aspek sosial yang mengacu pada hubungan eksternal individu dengan orang-orang disekitarnya (hubungan dengan orang lain, tradisi, dan budaya) yang secara terus-menerus saling mempengaruhi satu sama lainnya (Rosya, 2019:1-2).

Dampak psikososial tersebut juga dirasakan oleh wanita pasca bercerai yang berada di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang akibat dari perceraian yang dialaminya. Perceraian yang terjadi dapat menimbulkan dampak psikososial bagi wanita pasca bercerai seperti mengalami stres, pengalaman traumatis, takut memulai hubungan baru, menutup diri, ekonomi menjadi tidak stabil, dan juga perasaan bahagia setelah bercerai. Dampak psikososial tersebut berdasarkan observasi yang dilakukan oleh penulis. Dampak psikososial yang dialami oleh wanita pasca bercerai di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang, diantaranya yaitu:

1. Stres

Adanya pernikahan yang mengalami kegagalan dan berujung pada perceraian bukanlah hal yang diinginkan oleh suatu keluarga. Oleh karena itu perceraian dianggap sebagai peristiwa menegangkan dan sering kali menimbulkan stres karena kesedihan yang mendalam akibat dari gagalnya rumah tangga yang dibina. Selain itu, adanya konflik dalam rumah tangga juga menyebabkan tekanan pada pasangan yang mengalami perceraian. Perceraian merupakan masalah yang rumit bagi pasangan yang bercerai, terutama wanita pasca bercerai dan menyandang status sebagai janda. Perceraian dapat membuat wanita pasca bercerai menjadi stres dan depresi.

Stres merupakan respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, serta stres merupakan suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan setiap orang pasti pernah mengalaminya. Stres dapat memberikan dampak secara total pada individu baik secara fisik, psikologis, intelektual, sosial, spiritual, serta

stres juga dapat mengancam keseimbangan psikologis (Rasmun, 2004:9). Gejala stres yang dirasakan dan dialami oleh wanita pasca bercerai berbeda-beda setiap individunya. Oleh karena itu stres dibedakan menjadi beberapa kategori yaitu stres ringan, stres sedang dan stres berat. Indikasi seseorang sedang mengalami stres biasanya ditandai dengan beberapa gejala yaitu mengalami kesulitan tidur, tidak nafsu makan, kehilangan fokus saat bekerja, serta emosi yang tidak terkendali seperti mudah marah, cemas, bingung, dan mudah menangis (Herlany, 2022:8).

Stres yang dialami tersebut dapat diakibatkan karena adanya beban pikiran yang berlebih seperti belum dapat menerima kenyataan telah berpisah, kenangan masa lalu bersama mantan suami, ingatan terhadap masalah yang menjadi penyebab perceraian, masalah ekonomi dan nafkah yang harus ditanggung sendiri, serta tekanan yang didapatkan dari keluarga maupun masyarakat sekitar. Selain itu, tantangan menjadi orang tua tunggal dan memerankan dua peran sekaligus sebagai ibu dan ayah juga bukanlah hal yang mudah dilakukan, sehingga terkadang hal tersebut menjadi sebagian problem yang dialami oleh wanita pasca bercerai.

Hal tersebut dibuktikan dengan hasil wawancara pada Bab III yang menyatakan bahwa ketiga informan yaitu Ibu A, Ibu E dan Ibu Y mengalami stres. Akan tetapi gejala stres dan tingkat keparahan stres yang dialami oleh wanita pasca bercerai setiap individu memiliki perbedaannya masing-masing. Seperti stres yang dialami oleh Ibu A yang dapat dikategorikan kedalam stres sedang dikarenakan Ibu A mengalami gejala stres seperti kesulitan tidur dan tidak nafsu makan, sehingga hal tersebut kemudian berpengaruh terhadap fokus saat sedang bekerja. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa kondisi psikologis yang tidak stabil akan membuat kualitas hidup menjadi menurun, sehingga hal tersebut dapat berpengaruh terhadap kondisi sosial dan menyebabkan prestasi kerja juga menjadi menurun.

Sementara itu, terdapat Ibu Y yang mengalami stres kategori berat. Hal tersebut ditandai dengan gejala stres yang dialami oleh Ibu Y yaitu

tidak nafsu makan, tidak bisa tidur, serta menjadi mudah dan sering menangis. Akibat dari banyaknya tekanan dan banyak hal yang dipikirkan oleh Ibu Y, kemudian menyebabkan Ibu Y mengalami penurunan berat badan yang signifikan dan berada dibawah ambang batas normal berat badan yang ideal sehingga dapat dikatakan Ibu Y memiliki berat badan yang kurus. Selain itu, gejala stres yang dialami Ibu Y juga menyebabkannya menjadi mudah terbawa emosi. Dari hal tersebut dapat diketahui bahwa kondisi psikologis yang tidak stabil juga dapat menyebabkan penurunan pada kesehatan dan juga mempengaruhi kondisi sosial seperti saat sedang berinteraksi dengan orang lain.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa perceraian dapat menimbulkan stres bagi wanita pasca bercerai. Wanita yang mengalami stres setelah bercerai dengan pasangannya akan mengalami kondisi psikologis yang menurun dan tidak stabil, sehingga hal tersebut kemudian menyebabkan munculnya masalah terhadap kondisi sosial seperti mempengaruhi pekerjaan dan interaksi dengan orang lain disekitar. Gejala stres yang dialami biasanya berupa tidak nafsu makan, kesulitan tidur, kehilangan fokus saat bekerja, emosi yang tidak terkendali dan kehilangan percaya diri. Namun gejala dan tingkat stres yang dirasakan oleh wanita pasca bercerai masing-masing berbeda setiap individunya.

## 2. Pengalaman traumatis

Perceraian dianggap sebagai peristiwa menegangkan yang terjadi dalam rumah tangga. Dengan adanya peristiwa menegangkan yang melatarbelakangi terjadinya perceraian, tidak jarang membuat wanita pasca bercerai menjadi memiliki rasa trauma tersendiri. Pengalaman traumatis dapat muncul akibat dari perlakuan tidak menyenangkan yang diterima dari mantan suami seperti kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), perselingkuhan, penelantaran, dan lain sebagainya.

Pengalaman traumatis dapat membuat wanita pasca bercerai mengalami ketidakstabilan psikologis dalam kehidupan yang ditandai

dengan kesedihan, kekecewaan, frustrasi, tidak nyaman, stres, depresi, takut dan khawatir dalam diri individu. Sehingga sering kali menyebabkan wanita pasca bercerai memiliki sikap dendam, benci, marah, kehilangan kepercayaan diri, sulit percaya terhadap orang lain, serta menyalahkan diri sendiri dan orang lain. Hal tersebut tidak jarang menyebabkan individu menjadi tegang, kesulitan berkonsentrasi, tidak berdaya, dan mudah putus asa (Dariyo, 2003:168). Dampak dari adanya pengalaman traumatis yang dialami oleh wanita pasca bercerai yaitu menjadi merasa cemas, takut dan mudah marah apabila bertemu dan berhubungan dengan mantan suaminya lagi (Herlany, 2022:8-9).

Hal tersebut dibuktikan dengan hasil wawancara terhadap informan yang bernama Ibu Y, Ibu A, dan Ibu LA pada Bab III yang menyatakan bahwa keduanya mengalami pengalaman traumatis akibat dari kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dan perselingkuhan yang dilakukan oleh mantan suaminya. Pengalaman traumatis tersebut menyebabkan Ibu Y mengalami ketakutan dan mengaku belum siap untuk bertemu lagi dengan mantan suaminya. Sementara pada Ibu A yang sempat menikah kembali setelah bercerai namun mengalami kegagalan rumah tangga lagi untuk yang kedua kalinya, kini mengaku sudah trauma untuk menikah kembali. Hal tersebut dikarenakan Ibu A sudah tidak percaya kembali dengan laki-laki dan sekarang lebih memilih fokus untuk membesarkan dan membahagiakan anak.

Sedangkan pada Ibu LA yang mengaku mengalami trauma akibat kurang direstui oleh keluarga mantan suami sehingga mendapatkan perilaku tidak menyenangkan bahkan tindakan penelantaran. Oleh karena hal tersebut, kemudian menyebabkan trauma bagi Ibu LA sehingga hubungan dan komunikasi yang terjalin dengan keluarga mantan suami menjadi tidak baik. Alasan tersebut pula yang kemudian menghambat Ibu LA dalam menjalin hubungan baru dengan laki-laki lain karena adanya ketakutan dan kecemasan akan tidak direstui kembali.

Penjelasan tersebut kemudian dapat disimpulkan bahwa adanya tindak kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), perselingkuhan dan penelantaran yang dilakukan oleh mantan suami menyebabkan wanita pasca bercerai mengalami trauma. Pengalaman traumatis membuat wanita pasca bercerai mengalami ketidakstabilan psikologis dalam kehidupan ditandai dengan kesedihan, kekecewaan, frustrasi, tidak nyaman, stres, depresi, takut dan khawatir dalam diri individu. Sehingga sering kali berdampak terhadap psikososial wanita pasca bercerai dan menyebabkan adanya sikap dendam, benci, marah, kehilangan kepercayaan diri, sulit percaya terhadap orang lain, serta menyalahkan diri sendiri dan orang lain.

### 3. Takut memulai hubungan baru

Takut memulai hubungan baru merupakan salah satu dampak psikososial yang dialami oleh wanita pasca bercerai yang diakibatkan dari adanya rasa trauma masa lalu mengenai kegagalan komitmen pernikahan dan kesalahan memilih pasangan sehingga berujung pada perceraian. Hal tersebut mengakibatkan wanita pasca bercerai menjadi lebih berhati-hati dalam memilih dan membuka hati untuk laki-laki lain. Selain itu, rasa trauma juga dapat menyebabkan wanita pasca bercerai menjadi takut untuk memulai hubungan baru kembali sehingga memilih untuk membatasi diri dalam berinteraksi dengan laki-laki lain.

Dengan adanya kegagalan rumah tangga yang dialami oleh wanita pasca bercerai, kemudian membuatnya menjadi malas dan tidak berani untuk memulai hubungan baru dengan orang lain. Hal tersebut sebenarnya bukan karena sudah tidak tertarik kembali dengan laki-laki lain, melainkan disebabkan karena adanya rasa trauma pada sebuah hubungan yang berakhir pada perceraian sehingga takut mengalami kesalahan dan kegagalan kembali (Zuhrotunisa, 2019:129).

Hal tersebut juga diperkuat dengan hasil wawancara pada Bab III yaitu kepada informan yang bernama Ibu LA, Ibu Y dan Ibu E yang sampai saat ini masih memilih untuk sendiri dan belum menikah kembali meskipun perceraian yang dialami sudah cukup lama berlalu. Keputusan

yang diambil oleh Ibu LA, Ibu Y dan Ibu E tersebut diakibatkan oleh dorongan rasa trauma akibat kegagalan rumah tangga yang pernah terjadi sebelumnya, sehingga hal tersebut menyebabkan wanita pasca bercerai menjadi belum siap untuk menikah dan kembali percaya dengan laki-laki lain. Akan tetapi ketiganya mengaku masih membuka peluang apabila kedepannya mendapatkan jodoh kembali, hanya saja masih memerlukan waktu yang cukup sebelum memutuskan untuk menikah kembali. Terjadinya perceraian juga membuat wanita pasca bercerai menjadi lebih selektif dan berhati-hati dalam memilih pasangan agar bayang-bayang kegagalan rumah tangga tidak terulang kembali.

Dari penjelasan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa kegagalan rumah tangga menyebabkan wanita pasca bercerai menjadi memiliki trauma tersendiri sehingga menyebabkannya tidak lantas menikah kembali dalam waktu yang dekat. Hal tersebut dikarenakan wanita pasca bercerai memerlukan waktu untuk menghilangkan rasa takut akan kegagalan rumah tangga dan kembali percaya dengan laki-laki lain. Selain itu, kegagalan sebelumnya juga membuat wanita pasca bercerai menjadi lebih berhati-hati dalam memilih dan mencari pendamping hidup yang baru.

#### 4. Menutup diri

Menutup diri merupakan dampak yang terbentuk dari stres dan pengalaman trauma yang dirasakan oleh wanita pasca bercerai sebelumnya. Wanita pasca bercerai yang memilih menutup diri diakibatkan stres yang berawal dari tuntutan, tekanan dan respon negatif dari lingkungan sekitarnya (Herlany, 2022:9). Hal tersebut mengakibatkan wanita pasca bercerai menjadi cemas, takut, dan kehilangan percaya diri sehingga memilih untuk lebih menutup diri dari kehidupan sosial dan membatasi interaksi dengan masyarakat sekitar.

Keputusan wanita pasca bercerai untuk lebih menutup diri tersebut, tidak jarang juga digunakan sebagai cara untuk beradaptasi terlebih dahulu dengan kehidupan dan status barunya setelah bercerai. Hal tersebut dikarenakan perubahan status yang sebelumnya tidak diinginkan yaitu

bercerai dan menjadi janda, tentunya akan menyulitkan wanita pasca bercerai dalam menjalankan kehidupan setelahnya. Dengan adanya stres yang dialami serta respon negatif yang diterima dari lingkungan sekitar, kemudian yang menyebabkan wanita pasca bercerai menjadi cemas, takut, dan kehilangan percaya diri. Hal tersebut kemudian menyebabkan wanita pasca bercerai mengalami kesulitan untuk berkomunikasi sehingga kemudian memilih untuk membatasi interaksi dengan orang lain disekitar terlebih dahulu sampai Ia dapat berdamai dengan status baru yang disandangnya setelah bercerai.

Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara pada Bab III yaitu pada informan yang bernama Ibu A yang sempat mengalami menutup diri setelah bercerai dikarenakan rasa malu dan tidak percaya diri atas status sebagai janda dan kegagalan rumah tangga yang dijalaninya. Bahkan hal tersebut sampai berpengaruh dan menyebabkannya menjadi tidak fokus saat bekerja. Sampai kemudian Ibu A memutuskan untuk beralih profesi yang sebelumnya menjadi penjual nasi kemudian memilih beralih menjadi tukang pijit panggilan. Hal tersebut mengindikasikan bahwa Ibu A sempat mengalami stres sehingga kemudian memilih untuk lebih menutup diri dari lingkungan masyarakat sekitar. Keputusan Ibu A untuk lebih menutup diri tersebut berlangsung hingga beberapa saat, sampai akhirnya kemudian Ibu A sudah tidak malu lagi untuk berinteraksi terhadap masyarakat sekitar setelah diberi nasehat dan dukungan oleh keluarga dan anak-anaknya. Sehingga untuk saat ini, Ibu A sudah terbiasa untuk berinteraksi dan berkumpul dengan masyarakat sekitar lagi.

Berdasarkan hasil penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa wanita pasca bercerai yang mengalami stres yang diakibatkan dari kegagalan rumah tangga yang terjadi serta tanggapan atau respon negatif dari orang lain, dapat menyebabkannya menjadi malu, cemas, takut, dan kehilangan percaya diri sehingga kemudian memilih untuk lebih menutup diri dari lingkungan sekitar. Namun tidak jarang keputusan untuk menutup diri yang diambil oleh wanita pasca bercerai tersebut digunakan sebagai

cara untuk beradaptasi terlebih dahulu dengan kehidupan dan status barunya setelah bercerai. Hal tersebut dapat terjadi sampai wanita pasca bercerai merasa sudah mempunyai waktu yang cukup untuk menyiapkan diri dan merasa siap untuk dapat berinteraksi dengan lingkungan masyarakat sekitar kembali.

5. Ekonomi menjadi tidak stabil

Terjadinya perceraian, tentunya juga akan berdampak terhadap kehidupan ekonomi wanita pasca bercerai. Permasalahan ekonomi menjadi persoalan yang sering dihadapi oleh wanita pasca bercerai dikarenakan sudah tidak adanya peran tulang punggung dalam keluarga yang menafkahi kembali. Terutama hal tersebut dirasakan bagi wanita yang sebelumnya hanya menjadi ibu rumah tangga dan bergantung penuh pada suaminya. Persoalan ekonomi kemudian menjadi beban pikiran yang ditanggung oleh wanita pasca bercerai guna mencukupi kebutuhan sehari-hari dan menghidupi anaknya. Hal tersebut dikarenakan terdapat tanggung jawab sebagai orang tua untuk merawat dan membesarkan anak yang harus terpenuhi.

Pemberian nafkah dari mantan suami untuk anak terkadang akan sedikit membantu meringankan, namun tidak akan cukup untuk memenuhi kebutuhan anak dan sehari-hari terutama dalam jangka waktu yang panjang. Untuk itu, perlu adanya pengoptimalan perekonomian yang harus dilakukan oleh wanita pasca bercerai. Diantaranya terdapat dua strategi yang dapat dilakukan oleh wanita pasca bercerai guna memenuhi kebutuhan hidup, yaitu *pertama*, kembali ke rumah orang tua, dan *kedua*, menambah sumber pendapatan dengan cara bekerja (Muardini, Azmi, & Fatmariza, 2019:4).

Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara terhadap informan yang bernama Ibu A, Ibu LA dan Ibu E pada Bab III yang menyatakan bahwa perceraian yang terjadi juga berpengaruh terhadap kelangsungan ekonomi dan memberikan dampak menjadi tidak stabil. Terutama seperti pada kondisi Ibu A yang memiliki tiga orang anak yang menjadi tanggung

jawabnya. Peran ganda yang dimiliki oleh Ibu A sebagai orang tua yaitu sebagai ibu sekaligus ayah, memaksanya untuk terus mencari cara agar kebutuhan hidup dapat tercukupi, yaitu dengan cara bekerja. Seperti dahulu pernah menyambung hidup dengan berjualan nasi uduk setiap pagi dan sekarang beralih berprofesi sebagai tukang pijit yang dipanggil dari rumah-ke rumah. Namun tidak jarang pendapatan yang diperolehnya belum mencukupi kebutuhan hidup, sehingga sesekali masih memerlukan uluran bantuan materi dari orang tuanya yaitu Ibu S.

Sementara pada kondisi Ibu LA yang tidak jauh berbeda dengan Ibu A, dimana Ia juga memiliki seorang anak hasil dari pernikahan tersebut yang kemudian menjadi tanggung jawabnya. Pengalaman tidak dinafkahi dan penelantaran yang terjadi membuat Ibu LA harus banting tulang sendiri demi memenuhi kebutuhan hidupnya dan anaknya sendiri. Ibu LA memilih untuk memperoleh penghasilan dengan cara berjualan nasi rames didepan rumahnya. Bekerja dengan cara tersebut sedikit banyak telah membantu Ibu LA dalam berupaya untuk mencukupi kebutuhan hidupnya.

Sedangkan disisi lain pada kondisi Ibu E yang setelah bercerai namun belum memiliki pekerjaan, Ia kemudian kembali bergantung kepada orang tua. Dalam kesehariannya, Ibu E hanya membantu mengelola toko klontong yang dimiliki oleh orang tuanya. Dalam hal ini, dapat dikatakan bahwa Ibu E setelah bercerai kemudian kembali kepada orang tuanya. Sehingga dapat dikatakan bahwa Ibu E masih belum mandiri secara ekonomi, sehingga orang tua masih membantu dalam segi finansial untuk memenuhi kebutuhan pokoknya.

Bedasarkan hasil penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa wanita pasca bercerai mengalami permasalahan ekonomi menjadi tidak stabil akibat dari terjadinya perceraian. Hal tersebut dikarenakan sudah tidak adanya kepala rumah tangga yang menjadi tulang punggung keluarga dan bertugas untuk menafkahnya. Selanjutnya terdapat dua cara bagi wanita pasca bercerai untuk mengoptimalkan perekonomiannya, yaitu

dengan cara kembali kepada orang tua dan mencari sumber pendapatan dengan cara bekerja. Dalam mencukupi kebutuhan hidup, wanita pasca bercerai terutama yang sudah memiliki anak akan melakukan berbagai upaya untuk memenuhinya, yaitu dengan cara bekerja keras sesuai dengan kemampuannya.

6. Perasaan bahagia setelah bercerai

Perceraian memang bukanlah hal yang direncanakan bagi pasangan yang memutuskan untuk menikah. Akan tetapi, bagi sebagian orang perceraian merupakan sebuah solusi yang diambil ketika sudah tidak ada lagi solusi lain yang dapat diambil guna memperbaiki atau memertahankan rumah tangga yang terjalin. Keputusan untuk bercerai biasanya diambil ketika salah satu dari pasangan merasa dirugikan akibat dari pasangan yang tidak menjalankan peran dan fungsinya secara baik. Seperti tidak memberikan nafkah lahir maupun batin, tidak mau mendidik anak, dan tidak mau membantu mengurus keperluan rumah tangga. Oleh karena itu, perceraian dianggap sebagian orang menjadi solusi terakhir yang dapat diambil untuk menyelesaikan masalah keluarganya.

Dampak positif dari perceraian dapat dilihat dari keluarga yang berhasil bangkit kembali setelah terjadinya perceraian, baik itu wanita pasca bercerai yang berperan sebagai orang tua tunggal maupun kemudian sebagai keluarga yang dibentuk kembali. Selanjutnya perasaan bahagia dapat dilihat dari meningkatnya kualitas kehidupan wanita pasca bercerai dan anaknya. Perasaan bahagia dapat muncul pada wanita pasca bercerai karena hidup dengan konflik telah terselesaikan serta terjalinnya hubungan yang lebih baik terhadap orang di masa lalunya (Surya, 2003:183).

Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara pada Bab III yang menyatakan bahwa informan yang bernama Ibu Y dan Ibu E mengaku memiliki perasaan bahagia setelah bercerai. Hal tersebut dirasakan oleh Ibu E dikarenakan sudah tidak terjadi cekcok atau perselisihan yang sebelumnya biasa terjadi dengan mantan suami. Selain itu, perasaan bahagia yang sama juga dirasakan oleh Ibu Y setelah bercerai, saat ini ia

mengaku lebih bahagia karena merasa sudah lepas dari bayang-bayang KDRT, sehingga sekarang dapat lebih fokus dalam membahagiakan diri sendiri.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat ditarik kesimpulan bahwa perceraian juga dapat berdampak positif bagi wanita pasca bercerai. Hal tersebut dikarenakan adanya perasaan lega yang dirasakan setelah lepas dari pernikahan yang tidak harmonis. Perasaan bahagia dapat muncul pada wanita pasca bercerai karena hidup dengan konflik telah terselesaikan serta terjadinya peningkatan kualitas hidup yang dirasakan setelah terjadinya perceraian.

Adapun berbagai dampak psikososial yang dialami oleh wanita pasca bercerai di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang, lebih lanjut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Dampak psikososial wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

<b>Dampak Psikososial</b>	<b>Wanita Pasca Perceraian</b>	<b>Keterangan</b>
Stres	Ibu E, Ibu Y, Ibu A	Wanita pasca bercerai mengalami gejala stres yang berbeda-beda seperti tidak nafsu makan, kesulitan tidur, kehilangan fokus saat bekerja, emosi yang tidak terkendali dan kehilangan percaya diri. Kondisi psikologis yang menurun dan tidak stabil tersebut kemudian menyebabkan munculnya masalah terhadap kondisi sosial seperti mempengaruhi pekerjaan dan interaksi dengan orang lain disekitar.
Pengalaman traumatis	Ibu Y, Ibu A dan Ibu LA	Adanya tindak kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dan perselingkuhan yang dilakukan oleh mantan suami menyebabkan wanita pasca bercerai mengalami trauma. Pengalaman traumatis dapat menyebabkan adanya sikap dendam, benci, marah, kehilangan kepercayaan diri, sulit percaya terhadap orang lain, serta menyalahkan diri sendiri dan orang lain.
Takut memulai hubungan	Ibu LA, Ibu Y dan Ibu E	Kegagalan rumah tangga menyebabkan wanita pasca bercerai menjadi memiliki trauma tersendiri sehingga menyebabkannya tidak

baru		lantas menikah kembali dalam waktu yang dekat. Hal tersebut dikarenakan wanita menjadi sulit untuk percaya terhadap laki-laki lain. Kegagalan rumah tangga juga membuat wanita pasca bercerai menjadi lebih berhati-hati dalam memilih dan mencari pendamping hidup yang baru.
Menutup diri	Ibu A	Wanita pasca bercerai yang mengalami stres yang diakibatkan dari kegagalan rumah tangga yang terjadi serta tanggapan atau respon negatif dari orang lain, dapat menyebabkannya menjadi malu, cemas, takut, dan kehilangan percaya diri sehingga kemudian memilih untuk lebih menutup diri dari lingkungan sekitar. Namun tidak jarang keputusan untuk menutup diri tersebut digunakan sebagai cara untuk beradaptasi terlebih dahulu dengan kehidupan dan status barunya setelah bercerai.
Ekonomi menjadi tidak stabil	Ibu A, Ibu LA dan Ibu E	Tidak adanya kepala rumah tangga yang menjadi tulang punggung keluarga dan bertugas untuk menafkahi wanita pasca bercerai menyebabkannya mengalami permasalahan ekonomi menjadi tidak stabil. Guna memenuhi kebutuhan sehari-hari terdapat dua cara bagi wanita pasca bercerai untuk mengoptimalkan perekonomiannya, yaitu dengan cara kembali kepada orang tua dan mencari sumber pendapatan dengan cara bekerja.
Perasaan bahagia setelah bercerai	Ibu E dan Ibu Y	Perceraian juga dapat berdampak positif bagi wanita pasca bercerai dikarenakan adanya perasaan lega yang dirasakan setelah lepas dari pernikahan yang tidak harmonis. Perasaan bahagia dapat muncul karena menganggap konflik telah terselesaikan serta terjadi peningkatan kualitas hidup yang dirasakan wanita setelah terjadinya perceraian.

Sumber : Hasil wawancara pada bab III oleh wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

## **B. Analisis Bimbingan Konseling Islam Terhadap Dampak Psikososial Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang**

Perceraian merupakan akhir dari ketidakstabilan perkawinan yang sebelumnya dibina oleh pasangan suami istri yang kemudian memilih untuk

hidup terpisah. Runtuhnya perkawinan tersebut tentunya akan berpengaruh terhadap kondisi psikososial terutama pada wanita pasca bercerai. Wanita yang memilih untuk bercerai sangat berpeluang memiliki gangguan tekanan psikologis dan hal tersebut dapat berpengaruh terhadap kondisi sosial dalam kehidupannya. Oleh karena itu, wanita pasca bercerai harus dapat melakukan penyesuaian diri dalam menghadapi kehidupan setelah perceraian. Sebagaimana dalam firman Allah SWT yang menyebutkan bahwa sesulit apapun ujian hidup yang dijalani manusia akan selalu ada jalan untuk melaluinya, yakni tertuang dalam surah Al-Insyirah ayat 5:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾

Artinya: *“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan,”* (QS. Al-Insyirah ayat 5).

Dariyo (dalam Muhammad et al., 2019:195) menyebutkan bahwa cara dalam memaknai pernikahan dan perceraian dapat dipengaruhi oleh nilai-nilai dalam keluarga (kepercayaan agama), norma budaya (pandangan dan harapan tentang pernikahan), dan pengalaman pribadi yang dilalui (gagasan tentang pernikahan). Hal tersebutlah yang kemudian mempengaruhi pemikiran dan tindakan wanita pasca bercerai dalam memaknai dan menghadapi kehidupan setelah perceraian. Akan tetapi wanita pasca bercerai tidak serta-merta langsung mencapai penyesuaian diri dalam menghadapi kehidupan setelah terjadi perceraian.

Elizabeth B. Hurlock (2002:309-310) menjelaskan bahwa terdapat lima tahap kesulitan dan kerumitan yang dialami oleh wanita pasca bercerai dalam melakukan penyesuaian diri setelah terjadi perceraian, diantaranya yaitu: (1) Menyangkal bahwa terjadi perceraian, (2) Timbul kemarahan pada masing-masing individu dan tidak ingin saling terlibat, (3) Dengan alasan anak, wanita atau istri berusaha untuk tidak bercerai, (4) Wanita mengalami depresi mental ketika mereka tahu akibat menyeluruh dari terjadinya perceraian terhadap keluarga, dan (5) Akhirnya wanita atau istri setuju untuk bercerai.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi wanita pasca bercerai dalam melakukan penyesuaian diri seperti *self-efficacy*, dukungan sosial dan pengelolaan stres sesuai dengan tahap kelangsungan penyesuaian diri pada wanita (Muhammad et al., 2019:195). Selain itu, terdapat beberapa penyesuaian pada wanita setelah mengalami perceraian. Adapun penyesuaian setelah perceraian, diantaranya yaitu: (1) Penyesuaian terhadap pengetahuan bahwa perceraian dapat terjadi, (2) Penyesuaian terhadap perceraian yang terjadi, (3) Penyesuaian ketika menjadi orang tua tunggal bagi anak, (4) Penyesuaian terhadap perilaku kelompok usia sebaya, (5) Penyesuaian terhadap perubahan perasaan, (6) Penyesuaian untuk kembali hidup dengan orang tua, (7) Penyesuaian untuk menikah kembali, dan (8) Penyesuaian untuk memahami kegagalan rumah tangga (Hurlock, 2002:310).

Menurut Maslow (dalam Sari, 2021:12) penyesuaian diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengesampingkan kesalahan, kekurangan dan rasa malu pada diri sendiri yang berpotensi dapat merusak dan membuat seseorang menjadi memiliki kecemasan secara berlebih. Dampak yang akan terjadi setelah wanita pasca bercerai mampu melakukan penyesuaian diri diantaranya yaitu mampu dalam mengatasi masalah yang berfokus pada pembentukan emosi positif, komunikasi sosial yang baik, keterbukaan diri, serta dapat mengatasi kesehatan mentalnya (Muhammad et al., 2019:195). Namun tentunya sebelum mencapai penyesuaian diri tersebut, wanita pasca bercerai memerlukan upaya dalam mengatasi pemasalahannya.

Dalam menghadapi tekanan dan dampak psikososial yang dialami oleh wanita yang telah bercerai, religiusitas atau keyakinan terhadap nilai agama yang baik akan dapat membantu wanita pasca bercerai dalam proses penyesuaian dirinya. Religiusitas merupakan perilaku, emosi, dan pikiran yang berasal dari keyakinan yang sakral yang berkaitan dengan nilai agama dan pengalaman pribadi pada individu. Religiusitas dan pemahaman nilai agama yang baik secara signifikan dapat mempengaruhi penyesuaian diri pada individu yang mengalami stres (Muhammad et al., 2019:195). Dalam meningkatkan religiusitas pada wanita pasca bercerai tersebut salah satu

caranya yaitu dapat dilakukan dengan memaksimalkan peran dari bimbingan dan konseling islam, sehingga nantinya bimbingan dan konseling Islam dapat berfungsi dalam membantu wanita pasca bercerai memperoleh penyesuaian diri setelah perceraian.

Menurut Achmad Mubarak (dalam Prasetya, 2014:418) bimbingan dan konseling Islam ialah usaha memberikan bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan baik lahir maupun batin dalam menjalankan tugas dan perannya dalam menjalani kehidupan dengan menggunakan pendekatan agama, yaitu dengan membangkitkan kekuatan getaran batin dalam dirinya untuk mendorong dan mengatasi masalah yang sedang dihadapinya. Agama dalam hal ini Islam mempunyai peranan yang cukup tinggi sebagai sumber berlandung dan berteduh bagi orang yang sedang memerlukan pertolongan dari gangguan mental, spirirual bahkan fisikal (Prihatiningtyas, 2019:237). Bimbingan dan konseling Islam pada hakikatnya adalah suatu upaya untuk membantu individu agar belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrahnya sebagai seorang manusia yang berlandaskan pada Al-Qur'an dan Hadits. Cara mengembangkannya yaitu dengan memberdayakan iman, akal, dan kemauan yang telah dikaruniai oleh Allah SWT kepadanya. Bentuk bantuan yang diberikan oleh konselor dapat berupa pemberian dorongan dan pendampingan kepada wanita pasca bercerai agar dapat memahami dan mengamalkan syari'at Islam (Sutoyo, 2014:22). Sebagaimana dalam hadits berikut mengenai balasan bagi orang yang mau membantu sesama muslim lainnya saat dalam kesusahan, yakni:

مَنْ نَفَّسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرَابِ الدُّنْيَا نَفَسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرَابِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ  
وَمَنْ يَسَّرَ عَلَى مُعْسِرٍ يَسَّرَ اللَّهُ عَلَيْهِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا سَتَرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا  
وَالْآخِرَةِ وَاللَّهُ فِي عَوْنِ الْعَبْدِ مَا كَانَ الْعَبْدُ فِي عَوْنِ أَخِيهِ. رَوَاهُ مُسْلِمٌ

Artinya: "Barang siapa melapangkan seorang mukmin dari satu kesusahan dunia, Allah akan melapangkannya dari salah satu kesusahan di hari kiamat. Barang siapa meringankan penderitaan seseorang, Allah akan meringankan penderitaannya di dunia dan akhirat. Barang siapa menutupi (aib) seorang muslim, Allah akan

*menutupi (aib)nya di dunia dan akhirat. Allah akan menolong seorang hamba selama hamba itu mau menolong saudaranya." (HR. Muslim).*

Tujuan yang ingin dicapai melalui bimbingan dan konseling Islam ialah agar fitrah yang telah dikaruniakan oleh Allah SWT kepada individu dapat berkembang dan berfungsi secara baik, sehingga individu memiliki pribadi yang *kaffah*, dan kemudian secara bertahap dapat mampu mengaktualisasikan apa yang diimaninya dalam kehidupan sehari-hari, yakni dengan patuh terhadap hukum-hukum Allah serta dapat taat dalam menjalankan ibadah dengan mematuhi segala perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya (Sutoyo, 2014:207). Dengan adanya upaya bimbingan dan konseling Islam yang dilakukan terhadap wanita pasca bercerai tersebut, diharapkan dapat membantu dalam proses penyesuaian dirinya untuk menghadapi dan melanjutkan kehidupannya menjadi lebih baik yang sesuai dengan tuntutan ajaran agama islam agar diperoleh kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Adapun fungsi bimbingan dan konseling Islam dalam menangani wanita pasca bercerai tersebut diantaranya dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Fungsi pencegahan (*preventif*)

Fungsi pencegahan (*preventif*), yaitu pencegahan terhadap segala macam yang dapat mengganggu kesehatan mental dan spiritual dari wanita pasca bercerai agar terhindar dari tingkah laku yang tidak diharapkan.

b. Fungsi penyembuhan (*kuratif*)

Fungsi penyembuhan (*kuratif*), yaitu berupa penyembuhan atau penanganan terhadap wanita pasca bercerai yang memiliki masalah kesehatan mental, spiritual maupun fisik kemudian dapat dilakukan secara *referral* (pelimpahan) terhadap pihak yang lebih berwenang terhadap kondisi dan kebutuhan dari wanita pasca berecerai.

c. Fungsi perbaikan

Fungsi perbaikan, yaitu upaya intervensi yang dilakukan kepada wanita pasca bercerai dengan cara memperbaiki kekeliruan dalam cara berpikir, berperasaan, dan bertindak agar memiliki pola pikir yang sehat,

rasional dan juga memiliki perasaan yang tepat sehingga dapat mengantarkan wanita pasca bercerai dalam bertindak menjadi lebih produktif dan normatif.

d. Fungsi penyesuaian

Fungsi penyesuaian, yaitu merupakan upaya untuk membantu wanita pasca bercerai dalam menyesuaikan dirinya dengan didorong oleh potensi yang ada pada diri sendiri serta dukungan yang diterima dari lingkungannya secara dinamis dan konstruktif setelah mengalami perceraian.

e. Fungsi pengembangan (*Development*)

Pada fungsi pengembangan (*Development*), yakni upaya untuk membantu wanita pasca bercerai dalam mengembangkan berbagai hal yang menjadi potensi pada dirinya sendiri, dimana hal tersebut sekiranya dapat bermanfaat bagi masa depan.

Sehingga dapat diartikan bahwa bimbingan dan konseling Islam digunakan sebagai salah satu aktifitas yang berfokus pada tindakan pencegahan dan penanganan masalah, serta peningkatan kondisi pada wanita pasca bercerai agar memiliki kemampuan untuk mengatasi setiap permasalahan dalam hidupnya. Peran atau fungsi strategis bimbingan konseling Islam inilah yang diharapkan dapat mengarahkan dan menangani setiap permasalahan hidup umat, terutama pada wanita pasca bercerai yang mengalami tekanan psikososial, sehingga nantinya akan berdampak pada peningkatan intelektual, emosional, dan spiritualnya (Alimuddin & Rahmi, 2021:100).

Dalam hal ini terdapat beberapa upaya yang dapat dilakukan bimbingan konseling Islam dalam menangani dampak psikososial wanita pasca bercerai, diantaranya yaitu:

a) Bimbingan mental

Bimbingan mental dimaksudkan untuk menumbuhkan dan mengembangkan kondisi mental pada wanita pasca bercerai, seperti rasa percaya diri, harga diri, budi pekerti, serta sikap hidup

menjadi lebih baik (Aini, 2015:31). Dalam pelaksanaannya, bimbingan dan konseling Islam berfungsi untuk memberikan bimbingan terhadap individu yang memiliki gangguan mental dengan cara merubah sikap dan cara berpikir atau menilai suatu hal dalam menyikapi problem yang sedang dialami dalam hidupnya.

Berdasarkan hasil wawancara pada Bab III terhadap informan yaitu wanita pasca bercerai, terdapat beberapa cara yang dapat digunakan dalam melakukan bimbingan mental dan membantu wanita pasca bercerai mencapai penyesuaian diri sehingga dapat meredakan gejala stres dan trauma yang dirasakan, diantaranya yaitu *self efficacy*, dukungan sosial dan melakukan kegiatan positif.

#### 1) *Self efficacy*

*Self efficacy* merupakan keyakinan seseorang atas kemampuan dimiliki untuk melakukan sesuatu atau mengatasi suatu keadaan (Siregar & Putri, 2019:92). *Self efficacy* juga dapat diartikan sebagai cara orang untuk terlepas dari gangguan atau gejala stres dan trauma yang dirasakannya dengan cara memotivasi diri sendiri serta mencoba untuk mengikhlaskan semua hal yang telah terjadi (Herlany, 2022:12). Sehingga dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* merupakan upaya penyembuhan seseorang dari kondisi tertentu yang berasal dari memampukan diri sendiri dengan cara memotivasi diri serta dorongan keyakinan untuk mampu mengatasi suatu keadaan tersebut. Seperti yang tertuang dalam firman Allah SWT berikut:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: “Dan janganlah kamu (merasa) lemah dan jangan (pula) bersedih hati, padahal kamu paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang-orang mukmin.” (QS. Ali 'Imran ayat 139).

Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara pada Bab III terhadap informan yaitu pada Ibu A dan Ibu Y yang mengalami perkembangan psikologis setelah sebelumnya mengalami gejala stres dan trauma akibat perceraian yang terjadi. Seperti yang diketahui bahwa sebelumnya Ibu A mengalami gejala stres hingga menyebabkannya menutup diri dari lingkungan sosial. Hal tersebut sebelumnya sampai membuat Ibu A beralih profesi yang sebelumnya bekerja sebagai penjual nasi kemudian berganti menjadi tukang pijat keliling. Namun dikarenakan Ibu A memiliki tiga anak yang ditanggung dari hasil pernikahan sebelumnya, membuat Ibu A menjadi bangkit kembali dan tidak menutup diri kembali ditandai dengan mulai bisa bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya lagi.

Sementara pada Ibu Y yang diketahui juga sebelumnya mengalami gejala stres dan trauma akibat perceraian serta kekerasan fisik dan psikis yang diteima dari mantan suami kemudian menyebabkannya memiliki berat badan yang kecil atau kurus. Setelah perceraian, meskipun membutuhkan waktu yang tidak sebentar akhirnya Ibu Y dapat melalui keadaan tersebut ditandai dengan naiknya berat badannya menjadi lebih ideal serta kondisi mental yang lebih bahagia.

Dari penjelasan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa *self efficacy* yang baik dapat membantu wanita pasca bercerai dalam upaya untuk melakukan penyesuaian diri setelah bercerai. Pemikiran tentang kewajiban untuk memberi kasih sayang, perlindungan, dan tanggung jawab terhadap anak serta kewajiban untuk berbakti dan meringankan beban orang tua juga dapat membantu wanita

pasca bercerai dalam memotivasi diri agar bisa bangkit dari keterpurukan.

## 2) Dukungan sosial

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi penyesuaian diri pada wanita pasca bercerai adalah dukungan sosial. Dukungan sosial menurut Sarason & Pierced (dalam Hafni, 2020:39) merupakan kenyamanan fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain. Sementara menurut Gottlieb (dalam Hafni, 2020:39) dukungan sosial adalah informasi baik verbal maupun non verbal, berupa nasihat dan bantuan nyata atau perilaku yang diberikan oleh orang lain di lingkungan sosialnya sehingga berdampak positif pada keadaan emosi yang menerima dukungan tersebut.

Efek dari dirasakannya dukungan sosial terhadap penerima dukungan tersebut, terutama dampak yang dirasakan secara emosional yaitu berupa keyakinan dicintai, merasa diperdulikan, didukung dan dipahami sehingga meningkatkan nilai dan harga diri orang yang menerima dukungan tersebut (Thoits, 1995:65). Dukungan sosial dapat meningkatkan keyakinan atau persepsi pada diri orang yang didukung sehingga menjadi pengaruh yang lebih baik terhadap kesehatan mental dibanding dengan orang yang tidak mendapatkannya. Hal tersebut dikarenakan dukungan sosial merupakan kebutuhan mendasar bagi setiap individu untuk melanjutkan hubungan antar sosialnya.

Selain itu, dukungan sosial juga berguna bagi individu untuk mengatasi kesepian dalam hidup yang kemudian dapat mempermudah beradaptasi dengan masyarakat, sehingga nantinya individu dapat mempertahankan keadaan psikologis secara stabil

(Muhammad et al., 2019:196). Dukungan sosial dapat membantu wanita pasca bercerai dalam penyesuaian diri karena hal tersebut dapat membuatnya merasa bahwa dirinya dipercaya, dihormati, dihargai dan dicintai (Sari, 2021:10). Oleh karena itu, dukungan sosial sangat berperan dalam penyesuaian diri pada wanita pasca bercerai karena dapat bermanfaat dalam mempengaruhi kondisi mentalnya.

Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara pada Bab III terhadap informan yaitu pada Ibu Y dan Ibu A yang menerima dukungan sosial baik dari orang tua, anak, serta orang terdekat lain seperti temannya. Seperti pada Ibu Y yang menerima dukungan sosial dari teman dan keluarganya berupa dukungan, nasihat serta motivasi yang kemudian dapat menguatkan Ibu Y kembali sehingga bisa bangkit dari keterpurukannya. Berkat dukungan sosial yang diterima Ibu Y, kini membuatnya bisa lebih percaya diri ditandai dengan beragam kegiatan sosial yang diikutinya.

Sementara pada Ibu A yang sebelumnya sempat mengalami menutup diri dari lingkungan sosial akibat kehilangan percaya diri setelah bercerai, berkat dukungan sosial yang diterima dari keluarga berupa nasihat dan motivasi dari orang tua, serta dengan dorongan dari anak kemudian menguatkannya untuk bisa bangkit kembali. Hal tersebut dapat dilihat dari Ibu A yang dapat fokus bekerja kembali serta mulai bisa bersosialisasi dengan orang di lingkungan sekitarnya kembali.

Berdasarkan dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dapat membantu serta berpengaruh terhadap penyesuaian diri pada wanita pasca bercerai. Hal tersebut dikarenakan dukungan sosial merupakan kebutuhan mendasar bagi setiap individu untuk

melanjutkan hubungan antar sosialnya. Selain itu, dukungan sosial juga dapat membuat wanita pasca bercerai merasa bahwa dirinya dipercaya, dihormati, dihargai dan dicintai.

### 3) Melakukan kegiatan positif

Dalam mengatasi stres juga dapat ditempuh dengan cara melakukan berbagai aktivitas seperti menghabiskan waktu bersama keluarga dan mencurahkan kasih sayang dan tenaganya untuk mendidik anak (Herlany, 2022:12). Setelah bercerai, wanita pasca bercerai menjadi memiliki peluang dan waktu untuk memikirkan kebahagiaan diri sendiri. Cara yang dapat dilakukan oleh wanita pasca bercerai yaitu dengan fokus pada apa yang dimiliki saat ini, hal tersebut akan mempermudah wanita pasca bercerai menjadi lebih mengenali diri sendiri sehingga tercipta adanya penyesuaian diri yang baik setelah bercerai. Dengan meninggalkan segala pikiran negatif tentang kesendirian setelah perceraian dan mulai berlatih untuk merasa nyaman dengan diri sendiri juga merupakan cara yang dapat dilakukan wanita pasca bercerai guna mencapai penyesuaian diri.

Hal tersebut sesuai dengan hasil wawancara pada Bab III pada seluruh informan yaitu Ibu E, Ibu A, Ibu Y dan Ibu LA dalam upaya penyesuaian diri dengan cara melakukan berbagai kegiatan positif dengan caranya masing-masing. Seperti pada Ibu E yang memilih untuk kembali menghabiskan waktu dan tenaganya bersama orang tuanya setelah bercerai. Hal tersebut dapat dilihat dari kegiatan Ibu E sehari-hari yaitu membantu mengurus dan mengelola usaha toko klontong milik orang tuanya. Sedangkan pada Ibu A yang memiliki tiga orang anak,

tentunya terdapat tanggung jawab yang lebih untuk merawat dan mendidik anak-anaknya. Hal tersebut dapat dilihat dari usahanya sebagai orang tua untuk mencukupi kebutuhan anaknya dengan cara bekerja tanpa lelah dan pamrih semata guna memenuhi kebutuhannya sehari-hari.

Sementara pada Ibu Y selain diketahui menghabiskan waktunya untuk bekerja juga menyempatkan waktunya untuk aktif mengikuti kegiatan sosial di masyarakat seperti PKK, arisan, maupun kegiatan keagamaan seperti pengajian. Sama halnya dengan Ibu Y, Ibu LA juga aktif dalam mengikuti kegiatan sosial dan keagamaan seperti rutin menghadiri pengajian. Selain itu, kegiatan positif yang dilakukan Ibu LA lainnya yakni dengan berdagang dan menghabiskan waktu untuk merawat dan bermain dengan anaknya.

Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa dengan melakukan kegiatan positif seperti berkumpul dengan keluarga dan anak, bekerja dan mengikuti kegiatan sosial masyarakat juga dapat membantu wanita pasca bercerai dalam proses penyesuaian diri setelah bercerai. Hal tersebut dikerenakan dengan melakukan kegiatan positif akan membuat wanita pasca bercerai meninggalkan pikiran negatif tentang kesendirian setelah perceraian sehingga wanita pasca bercerai memiliki peluang untuk fokus mengenali diri sehingga tercipta perasaan merasa nyaman pada diri sendiri.

Upaya yang dilakukan dalam bimbingan mental dalam memperoleh penyesuaian diri pada wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang, lebih lanjut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6. Upaya bimbingan mental dalam penyesuaian diri pada wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

<b>Bimbingan mental</b>	<b>Wanita pasca bercerai</b>	<b>Upaya yang dilakukan</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Self efficacy</i>	Ibu A dan Ibu Y	Memotivasi diri sendiri dengan didorong oleh keyakinan untuk mampu mengatasi suatu keadaan serta mencoba untuk mengikhlaskan semua hal yang telah terjadi.	Pemikiran tentang kewajiban untuk memberi kasih sayang, perlindungan, dan tanggung jawab terhadap anak serta kewajiban untuk berbakti dan meringankan beban orang tua juga dapat membantu wanita pasca bercerai dalam memotivasi diri agar bisa bangkit dari keterpurukan.
Dukungan sosial	Ibu Y dan Ibu A	Dukungan sosial diperoleh berasal dari lingkungan terdekat seperti keluarga, orang tua, anak, dan teman berupa dukungan emosional, nasihat dan motivasi.	Dukungan sosial merupakan kebutuhan mendasar bagi setiap individu untuk melanjutkan hubungan antar sosialnya. Selain itu, dukungan sosial juga dapat membuat wanita pasca bercerai merasa bahwa dirinya dipercaya, dihormati, dihargai dan dicintai.
Melakukan kegiatan positif	Ibu E, Ibu A, Ibu Y dan Ibu LA	Melakukan kegiatan positif seperti berkumpul	Melakukan kegiatan positif akan membuat wanita pasca

		dengan keluarga dan anak, bekerja, dan mengikuti kegiatan sosial di masyarakat.	bercerai meninggalkan pikiran negatif tentang kesendirian setelah perceraian sehingga wanita pasca bercerai memiliki peluang untuk fokus mengenali diri sehingga tercipta perasaan merasa nyaman pada diri sendiri.
--	--	---	---

Sumber: Hasil wawancara pada bab III oleh wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

#### b) Bimbingan spiritual

Bimbingan spiritual dimaksudkan untuk memberikan kesadaran terhadap wanita paca bercerai akan kewajiban yang harus dilakukan sebagai seorang muslim. Spiritual merupakan media untuk membersihkan dan menjernihkan hati, untuk itu spiritual digunakan sebagai kesadaran akan tanggung jawab dan kewajiban sebagai seorang muslim (Aini, 2015:32). Dalam hal ini, bimbingan konseling Islam dimaksudkan untuk mendorong dan membantu wanita pasca bercerai untuk lebih memahami dan mengamalkan iman, islam, dan ikhsan.

Menurut Kasberger (dalam Muhammad et al., 2019:202) menyampaikan bahwa individu yang memiliki hubungan langsung dan dekat dengan tuhan akan merasakan pengaruh yang lebih positif dalam menanggapi stres pada kehidupan, dibanding dengan individu yang tidak memiliki rasa religiusitas dan spiritual dekat dengan tuhan. Hal tersebut mengindikasikan bahwa spiritual dapat membantu wanita pasca bercerai untuk mengurangi stres akibat dari permasalahan perceraian yang terjadi. Kondisi ini dapat terjadi pada wanita pasca bercerai yang memiliki tingkat kepercayaan

yang tinggi terhadap Tuhan serta memiliki rasa keikhlasan dan kesabaran ketika sedang menghadapi permasalahan maka hal tersebut dapat mengurangi tingkat stres yang dirasakan.

Religiusitas atau keyakinan terhadap nilai agama yang baik juga dapat membantu wanita pasca bercerai untuk mampu melakukan penyesuaian diri dengan tetap berpegang teguh terhadap pedoman hidup yaitu Al-Qur'an dan Hadits. Kondisi ini dapat berarti bahwa apabila ketika wanita pasca bercerai mengalami stres namun kemudian didorong oleh kemampuan religiusitas dan spiritual yang baik maka hal tersebut akan mempermudah wanita pasca bercerai dalam melakukan adaptasi sehingga dapat tercapai penyesuaian diri. Sebagaimana dalam firman Allah SWT berikut mengenai kewajiban seseorang untuk tetap tabah dan sabar dalam menjalani ujian kehidupan, yaitu:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ  
 وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ۝١٥٥ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ  
 رَاجِعُونَ ۝١٥٦ ط

Artinya: “Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata "Innā lillāhi wa innā ilaihi rāji'ūn" (sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nyalah kami kembali).” (QS. Al-Baqarah ayat 155-156).

Hal tersebut dikarenakan dengan adanya keyakinan terhadap religiusitas dan spritual yang baik kemudian dapat berpengaruh terhadap hal yang positif, seperti menumbuhkan kembali harapan, optimisme, kepercayaan diri, kesejahteraan, serta perasaan bahwa hidup memiliki makna dan terdapat hikmah yang dapat diambilnya sehingga membuat wanita pasca bercerai dapat mengoptimalkan penyesuaian pada dirinya.

Penyesuaian diri tersebut dapat diperoleh sesuai dengan tahapan-tahapan yang dapat dilakukan dalam bimbingan dan konseling Islam guna meningkatkan bimbingan spiritual pada wanita pasca bercerai, diantaranya yaitu:

- 1) Memahami dan mengamalkan ajaran agama secara benar.

Sebagai seorang yang beragama, tentunya harus meyakini agama yang dianut serta harus mengamalkan ajaran agama tersebut sebagai pedoman hidup dalam menjalani setiap langkah dalam kehidupannya agar nantinya dapat selamat dunia dan akhirat (Sutoyo, 2014:214-217). Status manusia sebagai hamba Allah tersebut kemudian menuntutnya untuk selalu tunduk dan patuh terhadap segala perintah maupun larangan-Nya. Oleh karena itu, wanita pasca bercerai perlu untuk lebih memahami ajaran agamanya secara benar agar kemudian dapat diamalkan dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam memperoleh pengetahuan agama secara benar tersebut, wanita pasca bercerai dapat bertanya atau konsultasi secara langsung kepada pihak yang lebih ahli seperti konselor agama, ustadz, dan da'i. Ulama atau da'i dapat dikatakan sebagai seorang pembimbing dan penyuluh (konselor) agama yang tugasnya sebagai juru penerang, pemberi petunjuk kejalan arah kebenaran juga sebagai juru pengingat (*muzakkir*) juru penghibur hati yang duka serta sebagai mubaligh (penyampai pesan-pesan agama) yang perilaku sehari-harinya mencerminkan sebagai *uswatun hasanah* (contoh teladan yang baik) di tengah umatnya (Prihatiningtyas, 2019:237). Selain itu, dalam memahami ajaran agama wanita pasca bercerai juga dapat berkumpul pada lingkungan dengan orang-orang yang bersinggungan langsung dengan kegiatan keagamaan seperti di pondok

pesantren, majelis ilmu agama, kajian keagamaan, maupun dapat aktif secara langsung dengan bergabung dalam kegiatan organisasi keagamaan tertentu.

Hal tersebut sesuai dengan hasil wawancara pada Bab III terhadap informan yaitu Ibu Y dan Ibu LA yang mengaku mengalami peningkatan spiritual dan religiusitas setelah sebelumnya rutin datang ke pengajian keagamaan. Peningkatan spiritual tersebut dapat dilihat dari Ibu Y yang sebelumnya hanya mengerjakan ibadah wajib saja, kini juga mulai menjalankan ibadah sunah, seperti berdzikir, berpuasa sunah, dan juga melakukan ibadah solat sunah lainnya. Ibu Y mengaku mulai rutin menjalankan ibadah sunah tersebut setelah sering menghadiri kajian keagamaan yang berawal dari ajakan temannya.

Sementara pada Ibu LA yang meningkatkan religiusitas dan spiritual dengan cara rutin menghadiri pengajian dilingkungan sekitar dengan mengajak anaknya. Selain itu, Ibu LA juga gemar memperdengarkan lagu-lagu sholawat dirumah ketika saat sedang berjualan melalui kanal Youtube dan mulai membiasakan diri untuk bedzikir setelah selesai menunaikan ibadah sholat.

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa lingkungan dari wanita pasca bercerai juga dapat berpengaruh pada aspek pemahaman dan peningkatan spiritualnya. Dengan kata lain, wanita pasca bercerai yang memiliki lingkungan keagamaan yang baik maka kemudian dapat berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan agama secara benar. Dengan cara lebih mendekatkan diri terhadap Allah SWT tersebut, maka diharapkan wanita pasca bercerai menjadi lebih tabah dan ikhlas dalam

menjalani takdir perceraianya, sehingga dapat tercipta penyesuaian pada dirinya.

- 2) Memahami dan mengamalkan iman, islam, dan ikhsan dalam kehidupan sehari-hari.

Apa yang dimaksud dengan iman bukanlah hanya sebatas diucapkan saja, melainkan juga harus diaktualisasikan ke dalam kehidupan sehari-hari dalam bentuk ibadah. Hal tersebut dilakukan dengan cara menanamkan aqidah agama yang benar serta melaksanakan ibadah secara benar dan istiqomah, sehingga nantinya dapat menjauhkan diri dari perbuatan syirik yang dilarang oleh Allah SWT. Hal tersebut dikarenakan terdapat fitrah yang dikaruniakan oleh Allah kepada manusia berupa fitrah iman dan taat kepada-Nya, untuk itu tugas dari manusia ialah harus tetap memelihara, mengembangkan serta kembali kepada fitrah-Nya (Sutoyo, 2014:214-217).

Dalam unsur agama (*Ad-Din*) iman, islam dan ikhsan merupakan satu kesatuan yang tidak bisa dipisahkan satu sama lainnya. Hal tersebut dikarenakan iman merupakan keyakinan yang menjadi dasar aqidah. Keyakinan tersebut kemudian diwujudkan melalui pelaksanaan kelima rukun islam. Sementara dalam pelaksanaan rukun islam harus disertai dengan ikhsan sebagai upaya mendekatkan diri kepada Allah SWT. Untuk itu, wanita pasca bercerai perlu mengamalkan iman, islam dan ikhsan dalam kehidupan sehari-hari agar tercipta kebahagiaan dan keselamatan hidup baik di dunia maupun akhirat.

Hal tersebut sesuai dengan hasil wawancara pada Bab III terhadap informan yaitu Ibu E, Ibu LA, dan Ibu Y yang mengaku bahwa setelah mengalami peningkatan

spiritual dan religiusitas dengan cara lebih mendekatkan diri terhadap Allah SWT, keduanya mengaku dapat lebih ikhlas, tabah, dan bahagia dalam menjalani kehidupan. Hal tersebut dikarenakan setelah mengalami perceraian keduanya mengaku mengalami stres dan trauma, namun dengan adanya keyakinan terhadap nilai agama yang baik kemudian membuatnya lebih bisa menerima keadaan setelah bercerai.

Seperti pada Ibu E cara yang dilakukan guna mendekatkan diri kepada Allah SWT yaitu dengan terus membiasakan diri untuk istiqomah membaca Al-Qur'an selesai mengerjakan solat. Selain itu, Ibu E juga mengaku memperbanyak dalam berdo'a agar senantiasa diberikan ketabahan dan keikhlasan agar dapat memperoleh kebahagiaan dalam hidup. Selain itu pada Ibu LA yang mendekatkan diri terhadap Allah SWT dengan cara lebih memahami dan mengamalkan segala hal yang diperintahkan dalam agama dan menjauhi larangan-Nya. Guna memperoleh pengahuan tersebut, Ibu LA rutin menghadiri kajian keagamaan atau pengajian. Selain itu, disela waktu saat bekerja, Ibu LA kerap memperdengarkan sholawat. Kemudian setelah melaksanakan sholat, Ibu LA kerap menyempatkan untuk berdzikir dan mengirimkan do'a bagi sanak-saudara yang telah berpulang terlebih dahulu.

Sementara pada Ibu Y yang mengaku setelah memperbaiki ibadahnya dengan cara mengerjakan sholat wajib beserta sunnah, melaksanakan puasa sunah serta rutin melantunkan dzikir kemudian membuatnya menjadi lebih ikhlas dan tabah dalam menjalani takdir yang ada pada dirinya. Selain itu, Ibu Y juga berupaya untuk terus

bersilaturahmi dan berhubungan baik dengan sesama muslim dibuktikan dengan cara aktif dalam menghadiri kajian keagamaan.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa dengan semakin mendekati diri terhadap Allah SWT, maka akan tercipta rasa religiusitas dan spiritual yang baik pada diri wanita pasca bercerai. Kemudian hal tersebut dapat membantu wanita pasca bercerai dalam mengurangi stres akibat dari permasalahan perceraian yang terjadi serta akan mempermudah wanita pasca bercerai dalam melakukan adaptasi sehingga dapat tercapai penyesuaian diri. Upaya yang dapat dilakukan dalam bimbingan konseling Islam meningkatkan religiusitas dan spiritual guna mendekatkan diri terhadap Allah SWT yaitu dengan cara memahami dan mengamalkan ajaran agama secara benar serta mengamalkan iman, islam, dan ikhsan dalam kehidupan sehari-hari seperti melaksanakan sholat, puasa, membaca Al-Qur'an, berdzikir, melakukan ibadah sunah, serta menjalin silaturahmi dan berhubungan baik dengan sesama muslim lainnya.

Adapun upaya yang dilakukan dalam bimbingan spiritual guna memperoleh penyesuaian diri pada wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang, lebih lanjut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 7. Upaya bimbingan spiritual dalam penyesuaian diri pada wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

<b>Bimbingan Spiritual</b>	<b>Wanita pasca bercerai</b>	<b>Upaya yang dilakukan</b>	<b>Keterangan</b>
Memahami dan	Ibu Y dan Ibu	Rutin mengikuti	Sebagai seorang yang beragama,

mengamalkan ajaran agama secara benar	LA	kajian keagamaan (pengajian)	kita harus meyakini dan mematuhi terhadap segala perintah maupun larangannya. Oleh karena itu, wanita pasca bercerai perlu untuk lebih memahami ajaran agamanya secara benar agar kemudian dapat diamalkan dalam kehidupan sehari-hari.
Memahami dan mengamalkan iman, islam, dan ikhsan dalam kehidupan sehari-hari	Ibu E, Ibu LA, dan Ibu Y	Melaksanakan sholat, puasa, membaca Al-Qur'an, berdzikir, melakukan ibadah sunah, serta menjalin silaturahmi dan berhubungan baik dengan sesama muslim lainnya.	Dengan semakin mendekatkan diri terhadap Allah SWT, maka akan tercipta rasa religiusitas dan spiritual yang baik pada diri wanita pasca bercerai. Hal tersebut dapat membantu wanita pasca bercerai dalam mengurangi stres akibat dari permasalahan perceraian dan mempermudah wanita pasca bercerai dalam melakukan adaptasi sehingga dapat tercapai penyesuaian diri.

Sumber: Hasil wawancara pada bab III oleh wanita pasca perceraian di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.

Apabila upaya bimbingan konseling Islam tersebut dilakukan maka akan mendorong dan membantu wanita pasca bercerai menjadi lebih memahami ajaran agama secara benar dan

mengamalkan iman, islam, dan ikhsan sehingga dapat tercapai penyesuaian diri. Hal tersebut dapat terjadi dikarenakan religiusitas dan spiritual yang baik pada wanita pasca bercerai membuatnya percaya adanya hikmah yang selalu ada dibalik musibah, sehingga hal tersebut membuat wanita pasca bercerai menjadi lebih ikhlas dan tabah dalam menjalani takdir perceraian yang ada pada dirinya.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil uraian dan analisis penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa peristiwa perceraian yang terjadi dalam keluarga akan senantiasa memberikan dampak yang mendalam karena mendatangkan ketidaktenangan berfikir yang memakan waktu yang lama seperti stres, trauma dan tekanan yang dapat berpengaruh terhadap fisik, psikis, maupun sosialnya. Perceraian yang terjadi dapat menimbulkan dampak psikososial bagi wanita pasca bercerai, dampak negatifnya yaitu mengalami gejala stres seperti tidak nafsu makan, kesulitan tidur, kehilangan fokus saat bekerja, emosi yang tidak terkendali dan kehilangan percaya diri, kemudian pengalaman traumatis yang diakibatkan dari adanya tindak kekerasan maupun perlakuan tidak menyenangkan yang didapat dari mantan suami, selanjutnya takut memulai hubungan baru akibat dari trauma mengalami kegagalan rumah tangga sebelumnya, lalu menutup diri dikarenakan adanya tanggapan atau respon negatif dari orang lain, serta terjadinya ekonomi menjadi tidak stabil akibat dari tidak adanya kepala rumah tangga yang menjadi tulang punggung keluarga dan bertugas untuk menafkahi, sementara dampak positif berupa perasaan bahagia setelah bercerai dikarenakan adanya perasaan lega yang dirasakan setelah lepas dari pernikahan yang tidak harmonis.

Bimbingan dan konseling Islam memiliki peran dan fungsi yang sangat strategis dalam menangani dampak negatif psikososial akibat dari perceraian yang dialami oleh wanita pasca bercerai. Adapun fungsi bimbingan dan konseling Islam dalam menangani wanita pasca bercerai tersebut diantaranya diuraikan seperti fungsi pencegahan (*preventif*) agar wanita pasca bercerai terhindar dari tingkah laku yang tidak diharapkan, fungsi penyembuhan (*kuratif*) berupa penanganan terhadap masalah kesehatan mental dan spiritual, fungsi perbaikan dengan cara memperbaiki kekeliruan dalam cara berpikir dan bertindak, fungsi penyesuaian agar membantu wanita pasca bercerai dalam menyesuaikan dirinya, dan fungsi pengembangan (*development*) untuk

membantu wanita pasca bercerai dalam mengembangkan potensi pada dirinya. Beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah maupun menangani dampak psikososial pada wanita pasca bercerai guna memperoleh penyesuaian diri, diantaranya dapat dilakukan melalui bimbingan mental berupa peningkatan *self efficacy*, memperoleh dukungan sosial dari lingkungannya dan memperbanyak melakukan berbagai kegiatan positif, serta meningkatkan religiusitas dengan melakukan bimbingan spiritual dengan mendekatkan diri terhadap Allah SWT selain dengan cara memahami dan mengamalkan ajaran agama secara benar serta mengamalkan iman, islam, dan ikhsan dalam kehidupan sehari-hari seperti melaksanakan sholat, puasa, membaca Al-Qur'an, berdzikir, bersholawat, melakukan ibadah sunah, serta menjalin silaturahmi dan berhubungan baik dengan sesama muslim lainnya.

## **B. Saran-saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini maka terdapat beberapa saran yang dapat penulis rumuskan, yaitu:

1. Bagi pasangan yang hendak bercerai, sebaiknya mempertimbangkan terlebih dahulu keputusan yang akan diambil dengan memperhatikan terlebih dahulu dampak positif dan negatif dari perceraian. Jangan sampai perceraian mengakibatkan kerugian pada seluruh anggota keluarga.
2. Bagi wanita pasca bercerai, hendaknya dapat lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT guna meningkatkan religiusitas dan spiritualitas, serta meningkatkan *self efficacy* pada diri, memperbaiki komunikasi agar memperoleh dukungan sosial, dan memperbanyak melakukan kegiatan yang positif seperti berkumpul dengan keluarga, memperoleh penghasilan dengan bekerja dan juga mengikuti kegiatan sosial kemasyarakatan agar terjadi pengoptimalan penyesuaian diri setelah bercerai.
3. Bagi masyarakat, hendaknya lebih memperhatikan terlebih dahulu faktor-faktor yang menyebabkan perceraian pada wanita pasca bercerai. Selain itu, masyarakat juga perlu mempertimbangkan segala sesuatu baik ucapan dan perbuatan agar tidak ada yang merasa dirugikan atau disakiti.

### DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S. M. (2019). *Social Cognitive Theory: Albert Bandura Thought Review Published In 1982-2012*. *Psikodimensia*, 18(1).
- Aini, N. (2015). *Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Menangani Dampak Psikologis Remaja Akibat Perceraian Orang Tua [Studi Kasus di Panti Sosial Marsudi Putra (PSMP) Paramita Mataram]*. *Al-Tazkiah*, 7(1).
- Alimuddin, N., & Rahmi, S. (2021). *Peran Bimbingan Konseling Islam (BKI) Dalam Menangani Dampak Psikologis Remaja Akibat Perceraian*. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda , Bermakna , Mulia*, 7(3).
- Amin, S. M. (2010). *Bimbingan Dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak.
- Anwar, M. F. (2019). *Landasan Bimbingan Dan Konseling Islam*. Yogyakarta: Deepublish Publisher.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Basyier, & Umar, A. (2012). *Mengapa Harus Bercerai?* Surabaya: Shafira Publika.
- Bellot-Arcís, C., Montiel-Company, J. M., & Almerich-Silla, J. M. (2013). *Psychosocial Impact Of Malocclusion In Spanish Adolescents*. *Korean Journal of Orthodontics*, 43(4).
- BPS Kota Semarang. (2022). *Kecamatan Pedurungan Dalam Angka Tahun 2022*. (B. K. Semarang, Ed.). Semarang: CV Syauqi.
- Brown, C. (2006). *Social Psychology*. London: Sage Publications.
- Dariyo, A. (2003). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: Grasindo.
- Dariyo, A. (2004). *Memahami Psikologi Perceraian dalam Kehidupan Keluarga*. *Jurnal Psikologi*, 2(2).
- Emiliza, T. (2019). *Konsep Psikososial Menurut Teori Erik H.Erikson Terhadap Pendidikan Anak Usia Dini Dalam Tinjauan Pendidikan Islam*. IAIN Bengkulu.
- Firdaus, & Zamzam, F. (2018). *Aplikasi Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Deepublish.
- Hafni, M. (2020). *Effectiveness of social support with adolescent ' s self-acceptance in post- divorce parents*. *Jurnal Inspira*, 1(2), 38–42.

- Herlany, S. (2022). *Psikologi Perempuan Dewasa Awal Pasca Perceraian. Sakina: Journal Of Family Studies*, 6(2).
- Humairah, R. (2016). *Dampak Perceraian Terhadap Kondisi Psikologis Keluarga (Studi Deskriptif Analitis di Kec.Tangan-Tangan Kab.Aceh Barat Daya). Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar. UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh.*
- Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Imron, A. A. (2012). *Pencitraan Perempuan Pasca Perceraian Dalam Perspektif Gender. Egalita*, (1).
- Ismiati. (2018). *Perceraian Orangtua Dan Problem Psikologis Anak. At-Taujih : Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(1).
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). (2023). *Dampak*. Diambil Juli 26, Pukul 19.45, dari <https://kbbi.web.id/dampak>
- Kartono, K. (2006). *Psikologi Wanita (Jilid 1) Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*. Bandung: Mandar Maju.
- Karvistina, L. (2011). *Persepsi Masyarakat terhadap Status Janda. Universitas Negeri Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta.*
- Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*. Jakarta: Kencana.
- Lubis, M. S. (2018). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Deepublish.
- Mahmudah. (2015). *Bimbingan & Konseling Keluarga Perspektif Islam*. Semarang: CV. Karya Abadi Jaya.
- Moleong, L. J. (2006). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mone, H. F. (2019). *Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Perkembangan Psikososial Dan Prestasi Belajar. Harmoni Sosial: Jurnal Pendidikan IPS*, 6(2).
- Muardini, S., Azmi, A., & Fatmariza, F. (2019). *Dampak Perceraian Pada Perempuan Usia Muda Di Kecamatan Pondok Tinggi Kota Sungai Penuh. Journal of Civic Education*, 2(1).
- Muhammad, L. Y. B., Muflikhati, I., & Simanjuntak, M. (2019). *Religiusitas, Dukungan Sosial, Stres, Dan Penyesuaian Wanita Bercerai. Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 12(3).
- Noormindhawati, L. (2013). *Islam Memuliakanmu, Saudariku*. Jakarta: PT. Elex

Media Komputindo.

- Pragholapati, A. (2020). *Dampak Perceraian Di Indonesia : Systematic Literature Review*. *Stikes PKU Muhammadiyah*, 15(2).
- Prasetya, M. A. (2014). *Korelasi Antara Bimbingan Konseling Islam dan Dakwah*. *Addin*, 8(2), 409–424.
- Prihatiningtyas, S. (2019). *Dakwah Islam Dengan Pendekatan Bimbingan Dan Konseling*. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 38(2), 230.
- Priyana, D. (2011). *Dampak Perceraian Terhadap Kondisi Psikologis Dan Ekonomis Anak (Studi Pada Keluarga Yang Bercerai Di Desa Logede Kec. Sumber Kab. Rembang)*. *Phys. Rev. E*. Universitas Negeri Semarang.
- QS. Al-Baqarah 2: Ayat 229. (2023). Diambil Juli 25, Pukul 21.33, dari <https://tafsirweb.com/871-surat-al-baqarah-ayat-229.html>
- QS. Al-Baqarah Ayat 155-156. (2024). Diambil April 25, Pukul 15.35, dari <https://kalam.sindonews.com/ayatquran/2/155/156/al-baqarah-ayat-155-156>
- Rasmun. (2004). *Stress, Koping dan Adaptasi*. Jakarta: Sagung Seto.
- Riskika, J., & Indrawati. (2014). *Kehidupan Sosial-Ekonomi Janda Di Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar. Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*.
- Rosya, E. (2019). *Modul Psikososial dan Budaya dalam Keperawatan*. Universitas Esa Unggul.
- Sari, D. S. (2021). *Hubungan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada remaja dengan orang tua bercerai literature review*. Sekolah Ilmu Tinggi Kesehatan Widyagama Husada Malang.
- Sarlito, S. (2012). *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali Press.
- Siregar, I. K., & Putri, S. R. (2019). Hubungan Self Efficacy dan Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Consilium*, 6(2).
- Soraya, N. (2013). *Perilaku sosial wanita muda pasca perceraian di Kecamatan Mojojoto Kota Kediri*. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Subhan, Z. (2004). *Qodrat Perempuan Taqdir atau Mitos*. Yogyakarta: Pustaka Pesantren.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharjito, D. (2019). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Bogor: IPB Press.
- Surah Al-Baqarah Ayat 2. (2023). Diambil Juli 19, Pukul 22.10, dari

<https://tafsirweb.com/37565-surat-al-baqarah-ayat-1-10.html>

Surah Al-Baqarah Ayat 227. (2024). Diambil April 24, Pukul 16.10, dari <https://quran.nu.or.id/al-baqarah/227>

Surah Al-Insyirah Ayat 5. (2024). Diambil April 24, Pukul 15.45, dari <https://quran.nu.or.id/al-insyirah/5>

Surat al-Isra' ayat 82. (2023). Diambil Juli 19, Pukul 22.23, dari <https://tafsirweb.com/4686-surat-al-isra-ayat-82.html>

Surat Ali 'Imran Ayat 139. (2024). Diambil April 24, Pukul 09.40, dari <https://tafsirweb.com/1271-surat-ali-imran-ayat-139.html>

Surya, M. (2003). *Bina Keluarga*. Semarang: Aneka Ilmu.

Sutoyo, A. (2014). *Bimbingan & Konseling Islami (Teori dan Praktik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Tanjung, S. (2021). *Bimbingan Konseling Islami Di Pesantren*. Medan: UMSU Pess.

Thoits, P. A. (1995). *Stress, Coping, and Social Processes: Where Are We? What Next? Journal of Health and Social Behaviour*.

Wayan, A. (1985). *Pokok-pokok Ilmu Jiwa Umum*. Surabaya: Usaha Nasional.

Zuhrotunisa. (2019). *Dampak Psikologis Perceraian Bagi Anak Dan Istri Di Desa Sentul Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang Dan Solusinya Perspektif Bimbingan Dan Konseling Keluarga Islam*. UIN Walisongo Semarang.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 Pedoman Wawancara

1. Draft Wawancara Terhadap Wanita Pasca Bercerai Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang
  - 1) Apakah anda mengalami kesulitan tidur setelah bercerai?
  - 2) Apakah anda mengalami tidak nafsu makan setelah bercerai?
  - 3) Apakah anda mengalami kehilangan fokus saat bekerja setelah mengalami perceraian?
  - 4) Apakah anda mengalami emosi yang tidak terkendali seperti mudah marah, cemas, dan mudah menangis setelah bercerai?
  - 5) Apakah anda menjadi kehilangan percaya diri setelah mengalami perceraian?
  - 6) Apakah anda memiliki rasa trauma terhadap mantan suami anda?
  - 7) Apakah anda mengalami perubahan sikap dan perilaku yang mengarah pada gejala stres setelah bercerai?
  - 8) Bagaimana respon anda apabila bertemu lagi dengan mantan suami anda?
  - 9) Bagaimana hubungan dan komunikasi yang terjalin antara anda dengan mantan suami anda sekarang?
  - 10) Setelah bercerai apakah timbul perselisihan dan permusuhan antara anda dengan mantan suami?
  - 11) Setelah bercerai apakah anda membatasi diri dengan laki-laki lain?
  - 12) Bagaimana pandangan anda kedepannya terhadap hubungan yang baru dengan laki-laki yang lain?
  - 13) Apakah anda merasa terbebani dengan status anda sebagai janda?
  - 14) Bagaimana respon keluarga terhadap keputusan anda saat bercerai?
  - 15) Bagaimana respon masyarakat terhadap status anda sekarang sebagai janda?
  - 16) Apakah anda pernah menerima perlakuan tidak menyenangkan dari masyarakat sekitar?

- 17) Bagaimana dukungan yang diberikan oleh keluarga dan lingkungan sekitar anda setelah bercerai?
  - 18) Apakah anda pernah mengalami peristiwa kurang menyenangkan dari keluarga dan masyarakat terkait status anda sebagai seorang janda?
  - 19) Apakah anda merasa terbebani dengan tuntutan kebutuhan finansial/ekonomi sekarang?
  - 20) Setelah bercerai apakah anda memutuskan untuk bekerja?
  - 21) Apa pekerjaan anda setelah bercerai?
  - 22) Apakah anak anda juga ikut terdampak setelah perceraian terjadi?
  - 23) Bagaimana perkembangan mental anak anda setelah bercerai?
  - 24) Bagaimana respon anak anda setelah mengetahui terjadinya perceraian pada orang tuanya?
  - 25) Faktor apa yang menyebabkan anda memilih untuk bercerai?
  - 26) Apakah dengan adanya perceraian dapat menghindarkan anda dari pertikaian dan kekerasan dalam rumah tangga?
  - 27) Apakah perekonomian anda menjadi lebih baik setelah bercerai?
  - 28) Apakah dengan adanya perceraian menjadikan hidup anda menjadi lebih tenang dan bahagia?
2. Draft Wawancara Terhadap Keluarga Dari Wanita Pasca Bercerai Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang
- 1) Bagaimana tanggapan anda saat mengetahui anggota keluarga anda akan bercerai?
  - 2) Menurut anda, bagaimana kondisi mental yang dialami anggota keluarga saat mengalami perceraian?
  - 3) Apakah terjadi perubahan sikap dan perilaku yang mengarah pada gejala stres atau depresi pada wanita pasca bercerai?
  - 4) Apakah wanita pasca bercerai di keluarga anda mengalami kehilangan percaya diri setelah perceraian?

- 5) Menurut anda bagaimana hubungan dan komunikasi yang terjalin antara wanita pasca bercerai di keluarga anda dengan mantan suaminya setelah bercerai?
- 6) Menurut anda bagaimana respon dari anak wanita pasca bercerai di keluarga anda setelah mengetahui perceraian yang terjadi pada orang tuanya?
- 7) Apakah anak wanita pasca bercerai tersebut juga ikut terdampak dan menjadi korban akibat dari perceraian orang tuanya?
- 8) Apakah anda memberikaan dukungan semangat terhadap wanita pasca bercerai?
- 9) Bagaimana cara anda untuk memberikan dukungan terhadap wanita pasca bercerai?
- 10) Apa saja kontribusi anda dalam membantu anggota keluarga yang berstatus sebagai janda?
- 11) Apakah anda ikut membantu secara finansial wanita pasca bercerai guna memenuhi kebutuhan ekonominya?
- 12) Menurut anda apakah wanita pasca bercerai di keluarga anda mengalami trauma dengan pernikahan?
- 13) Menurut anda apakah wanita pasca bercerai di keluarga anda sudah siap untuk menjalin hubungan dengan orang baru?
- 14) Bagaimana tanggapan anda apabila keluarga anda yang menjanda kemudian memutuskan untuk menikah kembali?
- 15) Apakah menurut anda memiliki keluarga sebagai seorang janda merupakan sebuah aib bagi keluarga?
- 16) Apakah anda keberatan dengan status sosial anggota keluarga anda sebagai janda?
- 17) Bagaimana respon masyarakat sekitar dalam menanggapi wanita pasca bercerai dan berstatus sebagai janda?
- 18) Menurut anda apakah wanita pasca bercerai di keluarga anda menjadi lebih bahagia setelah bercerai?

3. Draft Wawancara Terhadap Masyarakat Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang

- 1) Bagaimana tanggapan anda mengenai wanita yang menyandang status sebagai janda?
- 2) Apakah memiliki ketakutan apabila pasangan anda tertarik terhadap seorang janda?
- 3) Apakah menurut anda menjadi seorang janda merupakan sebuah aib bagi tatanan sosial pada keluarga dan masyarakat?
- 4) Apakah anda memperlakukan wanita yang memiliki status janda berbeda dengan wanita lain pada umumnya?
- 5) Apakah anda memberikaan dukungan semangat terhadap wanita pasca bercerai?
- 6) Bagaimana cara anda untuk memberikan dukungan terhadap wanita pasca bercerai?
- 7) Bagaimana tanggapan anda apabila wanita yang menjanda kemudian menikah kembali?
- 8) Menurut anda, apabila terdapat seorang perjaka yang menikahi wanita yang menjanda apakah dianggap suatu hal yang memalukan?
- 9) Apakah anda pernah memiliki konflik terhadap wanita yang berstatus janda?
- 10) Menurut anda, apakah terdapat perilaku yang kurang baik yang pernah ditampilkan oleh wanita yang berstatus janda?

## Lampiran 2 Surat Keterangan Permohonan Izin Riset



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Prof. Dr. H. Hamka Semarang 50185  
Telepon (024) 7606405, Faksimili (024) 7606405, Website : [www.fakdakom.walisongo.ac.id](http://www.fakdakom.walisongo.ac.id)

Nomor : 1230/Un.10.4/K/KM.05.01/09/2023  
Hal : **Permohonan Ijin Riset**

Semarang, 28/09/2023

Kepada Yth.  
Kepala Kecamatan Pedurungan  
di Tempat

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

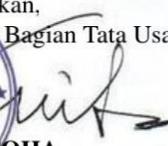
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang menerangkan bahwa dalam rangka penyusunan skripsi, mahasiswa berikut:

Nama : Lutfi Kharisma Nur Asyifah  
NIM : 1901016094  
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam  
Lokasi Penelitian : Kecamatan Pedurungan Kota Semarang  
Judul Skripsi : Dampak Psikososial Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)

Bermaksud melakukan Riset penggalan data di tempat penelitian pada instansi yang Bapak/Ibu pimpin. Sehubungan dengan itu kami mohonkan ijin bagi yang bersangkutan untuk melakukan kegiatan dimaksud.

Demikian atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

An. Dekan,  
Kepala Bagian Tata Usaha  
  
MUNTOHA



Tembusan Yth. :  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang

**Lampiran 3 Surat Keterangan Pemberian Izin Riset**



**PEMERINTAH KOTA SEMARANG  
KECAMATAN PEDURUNGAN**

Jl. Brigjend Sudiarto No. 367 Telp. (024) 6715382 Fax. (024) 6723080 Semarang 50191

Nomor : B/974/070/X/2023  
Lampiran : -  
Perihal : Pemberian Ijin

Semarang, 4 Oktober 2023

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan  
Komunikasi UIN Walisongo Semarang  
di  
Semarang

Dasar : 1. Surat Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang Nomor 1230/Un.10.4/K/KM.05.01/09/2023 tertanggal 28 September 2023 perihal Permohonan Ijin Riset.

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, dengan ini kami sampaikan bahwa:

Nama : Lutfi Kharisma Nur Asyifah  
NIM : 1901016094  
Program Studi : Bimbingan dan Penyuluhan Islam  
No Telp. : 08886870556

Kami terima dan kami berikan ijin untuk melakukan riset/penelitian pada Kecamatan Pedurungan guna penyusunan skripsi dengan judul "Dampak Psikososial Wanita Pasca Perceraian Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam)"

Demikian surat ini disampaikan untuk digunakan seperlunya.



Moh. Agus Sunaidi, S.Kom, MM

Tembusan:

1. Pertinggal.

**Lampiran 4 Dokumentasi**

**Wanita Pasca Perceraian**



**Keluarga Wanita Pasca Perceraian**





**Masyarakat di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang**



**DAFTAR RIWAYAT HIDUP****A. Identitas Diri**

Nama : Lutfi Kharisma Nur Asyifah  
Tempat Tanggal Lahir : Semarang, 11 Desember 1999  
NIM : 1901016094  
Alamat : Jl. Gondang, Jatisari RT 06 RW 02 No. 005,  
Kecamatan Mijen, Kota Semarang  
Instagram : lutfikna\_  
E-mail : lutfikharisma11@gmail.com

**B. Riwayat Pendidikan**

1. SD/MI : SD Negeri Tambangan 02
2. SMP/MTS : SMP Muhammadiyah 08 Semarang
3. SMA/MA : SMA Negeri 13 Semarang
4. Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang