

Divorce Decision for Women: In Terms of Biopsychosocial***Devi Puspitasari¹, Jatie K. Pudjibudojo², Hartanti³***Universitas Surabaya¹²³

devipuspitasari31@gmail.com

Abstract: The purpose of this study is to explain the divorce decision-making process in women in terms of a biopsychosocial approach. This study uses a qualitative case study method with in-depth interview techniques. Respondent is a 32-year-old woman who was divorced from her husband due to economic dishonesty and infidelity. The results showed that even though the decision to divorce was made on its own initiative and with a strong determination to file for divorce, it still had an impact on the biopsychosocial aspect. The dominance of the problem is in the social aspect which has an impact on the biological and psychological aspects. Subject always think about the status of widows and also the response of the family who blamed the subject for the occurrence of divorce. By the social response to, it causes biological impacts including insomnia and decreased appetite, resulting in significant weight loss. Psychological aspects that arise are cognitive, affective, and behavioral symptoms. The coping stress used is self-control, positive and realistic thinking and using strategic planning, so that it will no longer sink in the future.

Keywords: Biopsychosocial, Divorce Decision Making, Women

Abstrak: Tujuan dari penelitian menjelaskan proses pengambilan keputusan perceraian pada perempuan ditinjau dari pendekatan biopsikososial. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif studi kasus dengan teknik *in depth interview*. Responden penelitian adalah perempuan usia 32 tahun yang telah bercerai karena ketidakjujuran ekonomi dan perselingkuhan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa walaupun pengambilan keputusan perceraian dilakukan atas inisiatif sendiri dan sudah dengan tekad yang kuat untuk mengajukan gugat cerai, tetapi ternyata tetap berdampak pada aspek biopsikososial. Dominansi problem ada pada aspek sosial yang selanjutnya berdampak pada aspek biologis dan psikologis. Subjek selalu memikirkan kekhawatiran dengan status janda dan juga tanggapan keluarga yang menyalahkan subjek atas terjadinya perceraian. Dengan respon sosial ini menimbulkan dampak biologis di antaranya insomnia dan nafsu makan menurun, sehingga subjek kehilangan berat badan secara signifikan. Aspek psikologis yang muncul adalah gejala kognitif, afektif, dan perilaku. *Copingstress* yang digunakan adalah mengontrol diri, berpikir positif dan realistis serta menggunakan *strategic planning*, agar tidak lagi terpuruk di masa depan.

Kata kunci : Biopsikososial, Pengambilan Keputusan Perceraian, Perempuan

PENDAHULUAN

Perceraian dalam perkawinan memberikan dampak negatif terhadap kelangsungan hidup tiap pasangan yang bercerai khususnya bagi istri. Walaupun beberapa pasangan berpendapat bahwa perceraian dapat menghasilkan efek positif pada kesejahteraan mereka. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Damota (2019) pada beberapa pasangan di Ethiopia yang menunjukkan bahwa sebagian dari mereka menganjurkan pembubaran perkawinan dengan alasan bahwa hal itu menghasilkan berbagai efek positif pada kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Walaupun harapan tiap pasangan suami istri memiliki perkawinan harmonis dan langgeng,

tetapi dalam kenyataannya banyak perkawinan yang berjalan tidak sesuai dengan yang diharapkan. Perbedaan-perbedaan yang terdapat pada pasangan suami istri termasuk latar belakang, pengalaman-pengalaman, nilai-nilai yang dianut sebelum perkawinan dapat memengaruhi kehidupan perkawinan (Dewi & Basti, 2011). Perbedaan-perbedaan yang tidak dapat dihindari tersebut dapat menyebabkan konflik perkawinan. Apabila pasangan suami istri selalu dihadapkan pada konflik perkawinan dan tidak mampu bekerjasama sebagai tim maka mereka akan kesulitan dalam mengatasi permasalahan perkawinan yang lebih kompleks. Kegagalan pasangan suami istri dalam menyelesaikan konflik perkawinan dapat menyebabkan terjadinya perceraian (Hikmah, 2018).

Perkawinan dan membentuk suatu keluarga adalah peristiwa penting dalam kehidupan manusia. Becker dalam Ghoroghi, Hasan & Baba (2015) mendefinisikan perkawinan sebagai perjanjian jangka panjang yang dituliskan dan diucapkan secara resmi atau tradisi antara seorang pria dan seorang wanita untuk memproduksi anak-anak, makanan dan komoditas lainnya dalam konteks domestik. Dalam perkawinan yang erat, pasangan suami istri berbagi makna yang mendalam, tidak hanya rukun tetapi saling mendukung harapan dan aspirasi satu sama lain dan membangun “rasa” dari tujuan kehidupan mereka bersama (Christina & Matulesy, 2016). Indikasi kualitas perkawinan yang baik adalah komunikasi, keintiman, kedekatan, kejujuran, dan kepercayaan sebagai pondasi dalam menjalin hubungan perkawinan yang memuaskan.

Di Indonesia, angka perceraian dari tahun ke tahun cenderung meningkat. Berdasarkan data yang dikutip detik.com dari Website Mahkamah Agung (MA) pada hari Rabu tanggal 3 Maret 2019, sebanyak 419.268 pasangan suami istri yang resmi bercerai sepanjang 2018. Dari jumlah tersebut, inisiatif mengajukan gugatan cerai terbanyak dari pihak perempuan yaitu 307.778 sedangkan jumlah dari pihak laki-laki sebanyak 111.490. Jumlah tersebut merupakan perceraian yang dilakukan atas dasar perkawinan muslim, belum termasuk pasangan non muslim yang melakukan perceraian di Pengadilan Negeri (<https://news.detik.com>). Berdasarkan data Badan Peradilan Agama Mahkamah Agung, pada tahun 2020, data perceraian sampai bulan Agustus saja mencapai 306.688 yang artinya mencapai seperempat dari 2 juta jumlah perkawinan dalam setahun (<https://lokadata.id>). Di Jawa Timur, Pengadilan Tinggi Agama (PTA) Surabaya mencatat angka perceraian di Jawa Timur tahun 2020 sampai

bulan September mencapai sekitar 55.747 kasus dan Jawa Timur termasuk propinsi tertinggi di Indonesia untuk angka perceraian (<https://www.suarasurabaya.net>).

Perceraian bukan sesuatu hal yang mudah untuk dilakukan, langkah ini diambil sebagai solusi terakhir dari permasalahan yang dihadapi pasangan suami istri. Indonesia dengan penduduk mayoritas muslim dan masih menjunjung budaya timur, menjelaskan peran perempuan sebagai istri dan ibu menempati kedudukan yang sangat penting. Kebahagiaan atau kesengsaraan yang terjadi dalam kehidupan keluarga banyak ditentukan oleh istri, maka dalam kasus perceraian, perempuan seringkali dianggap sebagai pihak yang bersalah. Terutama pada masyarakat, umumnya secara sosial memandang negatif pada status janda dan menganggap hal tersebut adalah “aib atau mimpi buruk” bagi keluarga besar. Dalam tatanannya, janda dianggap “bekas” dari mantan suami dan “perempuan yang kurang baik”. Beban peran dalam keluarga dan juga norma sosial yang menganggap janda adalah aib maka dalam pengambilan keputusan bercerai, perempuan akan mengalami tantangan emosional. Adanya kebingungan, pertimbangan, keraguan hingga pertentangan dalam diri yang berpengaruh pada dirinya dan keluarga. Maka banyak dari perempuan-perempuan yang mengalami masalah dan konflik perkawinan, memilih untuk bertahan dalam perkawinan yang menimbulkan penderitaan karena adanya kekhawatiran akan menyandang status janda.

Pandangan negatif pada perceraian dan status janda berdampak pada aspek biopsikososial perempuan yang berada dalam persimpangan perceraian. Engel dalam Andina (2019), mengungkapkan bahwa model biopsikososial merupakan perkembangan penyakit melalui interaksi faktor biologis, faktor psikologis dan faktor sosial. Adapun faktor biologis yaitu genetik dan biokimia, faktor psikologis meliputi suasana hati, kepribadian, dan perilaku serta faktor sosial yaitu budaya, keluarga, dan sosial ekonomi. Gangguan pada kesehatan individu secara biologis karena ketidakseimbangan hormon dan otak, dari psikologis yaitu ketidakmampuan untuk adaptasi dan mengelola emosi dengan baik serta dari sosial dapat disebabkan lingkungan yang tidak nyaman dan menimbulkan tekanan (Novack et al. dalam Mutalazimah, Mulyono, Murti, & Azwar, 2017).

Biopsikososial menjelaskan tentang bagaimana stres psikologis memengaruhi perkembangan penyakit somatik, karena mereka telah mengidentifikasi banyak fakta tentang interaksi antara syaraf, endokrin, kekebalan dan sistem organik lainnya dalam

situasi stres. Fackrell (2012) menemukan bahwa perempuan yang berada dalam persimpangan perceraian mengalami kebingungan yang sangat dalam, tidak memiliki arah tujuan dan hal tersebut berdampak pada fisik dan emosi. Bell, Harris, Crabtree, Allen, & Roberts (2018) dalam penelitiannya juga menjelaskan bahwa proses pengambilan keputusan perceraian menimbulkan kekacauan emosi karena banyak hal yang dipertimbangkan, dirasakan dan dialami perempuan menjadi penghambat atau sebaliknya memantapkan keputusan menggugat cerai.

Penelitian tentang pengambilan keputusan perceraian pada perempuan juga pernah dilakukan oleh (Arab Khorasani & Ghiasvand, 2018). Temuannya adalah perempuan saat mempertimbangkan perceraian memiliki kekhawatiran dan kecemasan menyangkut status janda karena sanksi sosial di keluarga besar dan masyarakat yang memandang rendah perceraian. Kecemasan tersebut menyebabkan gangguan fisik seperti nafsu makan menurun secara drastis, dan insomnia. Namun, mereka juga mempertimbangkan bila bertahan dalam perkawinan maka ada kekhawatiran terhadap aspek psikologis anak akibat konflik orangtua. Hartini dan Nurul (2019) mengemukakan bahwa perceraian orang tua secara psikologis akan menyebabkan anak remaja kehilangan fungsi dan peran orang tua sebagai pengelola dalam keluarga, dan kehilangan faktor penentu dalam proses pembentukan identitas dirinya.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui proses pengambilan keputusan perceraian pada perempuan ditinjau dari biopsikososial karena penelitian tentang proses pengambilan keputusan perceraian di Indonesia berdasar penelusuran peneliti masih belum ditemukan. Berdasarkan tujuan penelitian di atas, maka *research question* dari penelitian ini adalah bagaimana proses pengambilan keputusan perceraian pada perempuan ditinjau dari biopsikososial? Hasil penelitian ini akan memberikan informasi terkait pengambilan keputusan bercerai pada perempuan sehingga dapat membantu proses mediasi untuk mencegah terjadinya perceraian.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pendekatan studi kasus diterapkan untuk mengeksplorasi secara mendalam atas suatu masalah, peristiwa atau fenomena yang menarik dalam konteks kehidupan nyata yang alami. Studi kasus dipilih karena peneliti ingin mendengarkan dan memahami pengalaman seseorang yang mengalami

kasus pengambilan keputusan perceraian pada perempuan. Subjek dalam penelitian ini dipilih secara *purposive* yaitu sesuai dengan kriteria yang ditetapkan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah satu orang perempuan usia 32 tahun yang telah bercerai (menggugat suami), perceraian disahkan 6 bulan sebelum wawancara dilakukan, berstatus pekerja, memiliki 1 anak usia 5 tahun serta penyebab menggugat cerai adalah ketidakjujuran ekonomi dan perselingkuhan.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam studi kasus ini adalah wawancara semi terstruktur dan observasi. Pertanyaan wawancara meliputi pengalaman pra perkawinan, perkawinan, konflik perkawinan dan pengambilan keputusan perceraian. Teknik analisis data studi kasus dengan membaca kasus, *coding*, menemukan tema dan membandingkan dengan literatur yang relevan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek V menjalani perkawinan selama 5 tahun dengan suaminya dan memiliki anak usia 4 tahun. Sejak awal menikah, suaminya tidak pernah jujur terkait penghasilan dan untuk kehidupan sehari-hari, V hanya diberi sebagian kecil dari penghasilan suami. V merasa kecewa tetapi V juga memiliki penghasilan sehingga Ia mampu menghidupi dirinya sendiri. Beberapa saat setelah menikah, V hamil, karena suami bekerja di Kota J, maka V menjalani *long distance marriage*. Menjalani *long distance marriage* hanya beberapa bulan karena V memutuskan untuk menyusul suami dan tinggal bersama. V mulai merasakan ada kejanggalan. Dia melihat ada keanehan di alat vital suami. V menelusuri kecurigaannya melalui *handphone* suami dan melihat ada email dari perempuan lain. V mengajak suami untuk memeriksakan alat vitalnya ke dokter spesialis dan dokter tersebut menyatakan bahwa suami terkena penyakit kelamin yang salah satunya disebabkan frekuensi melakukan hubungan seksual tinggi. V sangat terkejut karena selama perkawinan, dia dan suami terbilang sangat jarang melakukan hubungan suami istri. Selain hal tersebut, suaminya juga sangat terbatas dalam memenuhi kebutuhan ekonomi, padahal suaminya memiliki uang tabungan puluhan juta di ATM-nya tetapi tidak pernah diberikan kepada V. Perilaku-perilaku tersebut yang menyebabkan V menggugat cerai suami di tahun kelima perkawinan.

Pengambilan keputusan perceraian oleh V adalah akumulasi dari berbagai perasaan saat mengalami ketidakpuasan dalam perkawinan yaitu kekecewaan, karena perilaku suami setelah menikah sangat berbeda dengan saat berpacaran. Saat berpacaran, suaminya sangat “manis” dengan perilaku yang memberikan perhatian

intensif apalagi saat itu mereka menjalani hubungan jarak jauh. Perilaku suami berubah saat menikah, terbatas memberikan perhatian bahkan untuk *chat* dan menanyakan kabar sangat jarang. V tidak pernah mengetahui suaminya mendapat gaji berapa karena suami tidak pernah jujur terkait penghasilan dan setiap V bertanya, suaminya hanya diam. V merasa suaminya pelit bahkan untuk anak dan istri sangat perhitungan, setiap V membelanjakan uang, suaminya seringkali marah dan mengungkit-ungkit. V tidak mengetahui uang suaminya selama ini digunakan untuk apa karena V tahu sebagai manager audit perusahaan, gaji suaminya lebih dari cukup untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Pola komunikasi tidak berjalan dua arah. Suaminya seringkali mengabaikan komunikasi dan tidak berusaha menjalin kedekatan secara verbal pada V dan anaknya. Apabila ada konflik, *coping* yang dilakukan oleh suaminya adalah menghindar sehingga konflik tidak pernah terselesaikan. Ketidakjujuran suami tentang masa lalu yang memengaruhi perkawinan. V merasa dibohongi terlebih V saat berusaha mengklarifikasi kepada suami, tidak mendapatkan informasi yang memadai dan akurat sehingga muncul ketidakpercayaan V terhadap suami. Perselingkuhan suami, V merasa dikhianati terlebih suami tidak mengakui kesalahan dan tidak meminta maaf. V menyampaikan pada suami bila suami mengakui dan mau berubah, V akan memaafkan dan bersedia memulai dari awal. Suami kecanduan video porno karena V menemukan banyak bukti di telepon seluler suami. V merasa suaminya memiliki gangguan jiwa karena video porno yang dikoleksi termasuk video pornografi anak-anak. V meminta suami untuk konsultasi dengan psikiater, tetapi suami tidak bersedia.

Kekecewaan yang berlangsung terus menerus dan tidak adanya upaya suami untuk memperbaiki perilakunya maka V memiliki ide untuk bercerai. V menyatakan bahwa dari beberapa kekecewaan pada suami yang menyebabkan konflik, pemicu utama V menggugat cerai adalah ketidakjujuran ekonomi. V melihat dan merasakan bahwa suaminya tidak ada niat untuk berbagi dan belum mampu bertanggung jawab menjadi suami sekaligus ayah. V harus menghidupi dirinya sendiri dan anak karena suami semakin sedikit dan perhitungan dalam memberi nafkah. Suami V tidak menunjukkan perubahan bahkan semakin jarang menanyakan kabar anaknya sehingga V berpikir untuk mengakhiri perkawinan. Titik balik V dalam proses pengambilan keputusan perceraian adalah saat berada dalam persimpangan perceraian dengan berbagai pertimbangan untuk menggugat cerai atau tetap bertahan

dalam perkawinan. Pertimbangannya adalah bila ia memilih bercerai, anaknya akan kehilangan sosok ayah dan V cemas dengan status janda yang akan disandangnya. V khawatir dengan anggapan masyarakat “...*nek aku dadi janda piye?*”V menyadari suaminya selama ini tidak pernah menjadi sosok ayah bagi anaknya, tetapi V merasa setidaknya anaknya “punya” ayah, bila bercerai maka anaknya “tidak punya” ayah. V saat berada di persimpangan perceraian merasakan kekacauan, kebingungan yang sangat dalam dan peristiwa tersebut memengaruhi fisik dan mentalnya.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan, V mengalami hal berikut (a) *biologis*, V mengalami penurunan nafsu makan sehingga berat badannya turun drastis 10 kg. V tidak mengetahui penyebab hal tersebut. Ia hanya merasa malas untuk makan karena tidak lapar. V menyadari ia terlalu kurus setelah orang tuanya terkejut melihat penampilannya sepulangnya dari Kota J (mengikuti suami). V mengalami gangguan tidur yaitu insomnia. Ia kesulitan untuk tidur atau tidur nyenyak. V menyatakan berusaha untuk tidur tetapi seringkali tetap terjaga, terlebih bila suaminya pulang kerja larut malam. V berusaha menyibukkan diri dengan membaca atau relaksasi, tetapi tetap kesulitan untuk tidur ; (b) *psikologis*, kognitif V mengalami penurunan kemampuan belajar dan sulit konsentrasi. Ia seringkali berpikir bahwa ia adalah penyebab dari konflik perkawinannya. Ia juga merasa bahwa suaminya berselingkuh karena ia berbadan gemuk. Pikiran-pikiran tersebut membuat harga dirinya rendah, sehingga merasa tidak berdaya dan cepat lelah. Ia selalu curiga bila suaminya bekerja. Pikirannya tidak menentu. Hal ini berdampak pada pekerjaannya karena hasilnya tidak berkualitas. Afeksi V merasakan kekecewaan, marah yang berkepanjangan, sedih yang sangat mendalam pada suami dan dirinya sendiri. Ia merasakan emosinya tidak stabil dan seringkali melampiaskan rasa marah pada anaknya. V mengalami perubahan mood yang tiba-tiba, merasa malu, merasa bersalah, hampa dan putus asa sehingga tidak berdaya. Perilaku V menjadi lebih pendiam dan cenderung menarik diri dari lingkungan serta ketidakberdayaan. V menjadi sering murung dan menghindari pertanyaan dari orang tua dan saudaranya bila terkait perkawinannya ; (c) *sosial*, V tidak mendapat dukungan secara psikologis dari keluarga dekat yaitu orangtua dan adiknya. Orangtuanya menyalahkan V karena sebenarnya sejak awal mereka meragukan kemampuan suami V untuk bertanggung jawab dalam perkawinan. Orangtua V tidak peduli pada perkawinan V, bahkan V diminta untuk ikut membantu pengeluaran rumah tangga orang tuanya karena V tinggal di rumah

tersebut. Sementara itu dari segi lingkungan, adanya kekhawatiran dan kecemasan terkait status janda yang akan disandangnya bila V bercerai. V mencemaskan tanggapan masyarakat pada statusnya karena yang ia ketahui selama ini, janda dianggap negatif dan sering menjadi bahan olok-olok.

Coping stress yang dilakukan V berusaha melakukan aktivitas untuk mengisi waktu di antara mengasuh anak dengan melakukan pekerjaannya sebagai asesor. Dia berusaha untuk menunjukkan perilaku yang normal di hadapan anak dan tidak berdebat dengan suami. V mencoba berpikir positif dan rasional untuk dapat mengambil keputusan yang tepat. Tuntutan dari orang tuanya supaya dia berkontribusi aktif secara ekonomi dalam pengeluaran rumah tangga orang tuanya membuat ia semakin aktif bekerja dan membangun kepercayaan dirinya kembali. Ia menjalin relasi secara luas supaya terbuka peluang mendapat proyek kerja demi ekonomi lebih mapan terlebih suaminya seiring waktu tidak memberikan nafkah. V juga mengambil pelajaran dari peristiwa yang dialaminya, bahwa perkawinan harus dibangun di atas kejujuran dan komitmen supaya tidak terpuruk lagi di masa depan.

Fackrell (2012) dalam penelitiannya menemukan bahwa seseorang yang berada dalam persimpangan perceraian seperti terjerumus ke dalam hutan belantara, di mana seseorang tersebut merasakan kebingungan dan kekacauan. Perasaan tersebut berdampak pada fisik dan emosi yang menyebabkan proses pengambilan keputusan perceraian semakin rumit sehingga sulit berpikir secara rasional. Penelitian Kanewischer & Harris, (2015) terhadap perempuan di persimpangan perceraian untuk memutuskan menceraikan atau mendamaikan perkawinan, menjelaskan bahwa mereka sangat kacau dan bingung dengan banyak dorongan dan tarikan dipengaruhi oleh perbandingan keadaan masa depan yang tidak diketahui, penuh ketidakpastian, hilang arah, seperti *roller coaster* tidak stabil bahkan ada pemikiran untuk menyakiti diri sendiri. Fackrell (2012) dan Kanewischer & Harris (2015) melakukan penelitian di Amerika dengan kultur budaya barat yang berbeda dengan di Indonesia, di Amerika tidak kental dengan patriarki dan stigma tentang status janda tidak menjadi pergunjungan publik.

Rahman, Giedraitis, & Akhtar (2013) melakukan penelitian di Bangladesh dan menjelaskan perceraian adalah peristiwa yang melahirkan banyak kendala sosial, ekonomi dan budaya yang memaksa perempuan yang bercerai menjalani kehidupan secara traumatis dalam masyarakat. Perempuan yang bercerai diabaikan dan dirampas

hak-haknya di semua bidang kehidupan serta menyebabkan mereka terkucilkan secara sosial, mereka tidak dipekerjakan setara dan secara ekonomi seperti laki-laki, oleh karena itu perempuan yang bercerai membayar sebagian besar biaya sosial karena keluarga mereka diabaikan. Di Indonesia, pelaku perceraian mengalami lebih banyak rasa malu dan lebih banyak sindiran seksual terutama pada janda yang seringkali dipicu oleh anggapan bahwa perempuan yang berpengalaman secara seksual ingin berhubungan seks dengan siapa pun dan juga perempuan menikah melihat janda sebagai ancaman bagi pernikahan mereka dengan suami (Parker, Riyani, & Nolan, 2016). Perceraian merupakan aib tidak hanya bagi perempuan yang menyandang status janda itu sendiri tetapi juga bagi keluarga besar karena dianggap melakukan hal yang bertentangan dengan norma sehingga perempuan dalam pengambilan keputusan perceraian berada pada konflik batin yang mendalam.

KESIMPULAN

Pengambilan keputusan perceraian pada perempuan adalah peristiwa yang membingungkan, penuh dengan kekacauan emosi karena pertimbangan-pertimbangan yang memengaruhinya. Pengambilan keputusan perceraian walaupun atas inisiatif sendiri dan tekad yang kuat ternyata pada prosesnya berdampak pada aspek biopsikososial. Dominansi pertimbangan ada pada aspek sosial yang selanjutnya berdampak pada aspek biologis dan psikologis. Berdasar penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan (a) aspek sosial yaitu subjek selalu memikirkan kekhawatiran dengan status janda yang masih dilabeli negatif oleh masyarakat dan juga tanggapan keluarga yang menyalahkan subjek atas terjadinya perceraian ; (b) aspek biologis adalah dampak dari aspek sosial yang menimbulkan reaksi tubuh di antaranya insomnia dan nafsu makan menurun, sehingga kehilangan berat badan secara signifikan; (c) aspek psikologis yang muncul adalah gejala kognitif, afektif, dan perilaku. Gejala kognitif meliputi kesulitan konsentrasi, penurunan kemampuan belajar, sering lupa dan melamun, sedangkan gejala afeksi yang muncul adalah kekecewaan dan kesedihan yang mendalam, ragu/tidakpercayaan, marah berkepanjangan, pendiam dan cenderung menarik diri dari lingkungan serta ketidakberdayaan. *Copingstress* yang digunakan adalah mengontrol diri, berpikir positif dan realistis serta menggunakan *strategic planning*, agar tidak lagi terpuruk di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andina, E. (2019). Faktor psikososial dalam interaksi masyarakat dengan gerakan LGBT di Indonesia. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 7(2), 173–185. <https://doi.org/10.46807/aspirasi.v7i2.1288>
- Arab Khorasani, S., & Ghiasvand, A. (2018). Women's decision to divorce in light of failure in marital status and dignity. *Journal of Divorce & Remarriage*, 59(6), 486–500. <https://doi.org/10.1080/10502556.2017.1403822>
- Bell, N. K., Harris, S. M., Crabtree, S. A., Allen, S. M., & Roberts, K. M. (2018). Divorce Decision-Making and the Divine. *Journal of Divorce & Remarriage*, 59(1), 37–50. <https://doi.org/10.1080/10502556.2017.1375330>
- Christina, D., & Matulessy, A. (2016). Penyesuaian perkawinan, subjective well being dan konflik perkawinan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(01). <https://doi.org/10.30996/persona.v5i01.737>
- Damota, M. D. (2019). The effect of divorce on families' life. *Academia Edu*, 46.
- Dewi, E. M. P., & Basti, B. (2011). Konflik perkawinan dan model penyelesaian konflik pada pasangan suami istri. *Jurnal Psikologi*, 2(1).
- Fackrell, T. A. (2012). *Wandering in the wilderness: A grounded theory study of the divorce or reconciliation decision-making process*.
- Ghoroghi, S., Hassan, S. A., & Baba, M. (2015). Marital adjustment and duration of marriage among postgraduate Iranian students in Malaysia. *International Education Studies*, 8(2), 50–59. <https://doi.org/10.5539/ies.v8n2p50>
- Hartini, & Nurul. (2019). The impact of divorce on child psychological condition. Retrieved from Unair News website: <http://news.unair.ac.id/en/2019/10/31/the-impact-of-divorce-on-child-psychological-condition/>
- Hikmah, S. (2018). Dinamika konflik perkawinan buruh migran perempuan (studi di Desa Wanutunggal Kecamatan Godong Kabupaten Grobogan). *Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies*, 4(2), 125. <https://doi.org/10.22373/equality.v4i2.4540>
- Kanewischer, E. J. W., & Harris, S. M. (2015). Deciding not to un-do the “i do:” Therapy experiences of women who consider divorce but decide to remain married. *Journal of Marital and Family Therapy*, 41(3), 367–380. <https://doi.org/10.1111/jmft.12064>
- Mutalazimah, M., Mulyono, B., Murti, B., & Azwar, S. (2017). Kajian patofisiologis gejala klinis dan psikososial sebagai dampak gangguan fungsi tiroid pada wanita usia produktif. *Jurnal Kesehatan*, 6(1), 1–14. <https://doi.org/10.23917/jk.v6i1.5506>
- Parker, L., Riyani, I., & Nolan, B. (2016). The stigmatisation of widows and divorcees (janda) in Indonesia, and the possibilities for agency. *Indonesia and the Malay World*, 44(128), 27–46. <https://doi.org/10.1080/13639811.2016.1111677>
- Rahman, M. M., Giedraitis, D. V. R., & Akhtar, M. T. (2013). The social sanction of divorce: who ultimately pay the social costs of its adverse effects? *Sociology and Anthropology*, 1(1), 26–33. <https://doi.org/10.13189/sa.2013.010103>