

BAB II. PENGENALAN *ATTACHMENT THEORY* DALAM MATERI PEMBIMBINGAN PERKAWINAN

II.1.1. *The Attachment Theory*

The Attachment Theory pertama kali dikenalkan oleh Edward John Mostyn Bowlby, seorang psikiatri dan psikoanalisis dari Inggris. John Bowlby menuangkan tulisannya mengenai *Attachment* kedalam trilogi pada tahun 1969 hingga 1980 diantaranya *Attachment* (1969), *Separation: Anxiety and Anger* (1973) dan *Attachment and Loss* (1980) (Holmes, 1993, h.29). *Attachment Theory* digambarkan sebagai status dan kualitas individu didalam sebuah hubungan yang berada dalam rentang kenyamanan (*secure*) dan ketidak nyamanan (*insecure*). Hubungan antar individu yang dibangun berupa pemenuhan kebutuhan fisik maupun psikis yang melibatkan ikatan emosional dan berwujud perasaan-perasaan pribadi. Hubungan antar individu dimulai dari sejak manusia lahir ke bumi dan langsung menjalani hubungan dengan induknya.

Attachment adalah ikatan emosional antara seorang anak dengan induknya sebagai pengasuh dan pemenuhan kebutuhannya. Berdasarkan kualitas hubungan dan pola komunikasi yang dibangun dengan seorang anak, maka keluarga atau orang tua berperan dalam pembentuk karakter. Pengalaman masa kecil orang tua pun sangat penting untuk memberi contoh dalam merespon anaknya (Holmes, 1993, h.51). Seorang anak yang baru berinteraksi dengan seorang ibu akan menerapkan tingkah dan perilaku yang sama persis seperti yang dilakukan ibunya dalam memberikan respon terhadap kebutuhan anaknya. Oleh karena itu, ibu merupakan figur lekat yang paling berpengaruh terhadap pertumbuhan seorang anak. Karakter yang telah terbentuk pada anak akan menjadi pola ketahanan dalam mengatasi respon emosionalnya terhadap orang lain. Selain itu, pengalaman memiliki peran terbesar dalam membentuk gaya *attachment* yang akan berkembang hingga dewasa dalam menjalin relasi dewasa.

Kualitas kelekatan antara pengasuh dan anak berlangsung sepanjang hidup, hingga terdapat sedikit kemungkinan untuk terjadinya pergeseran pola selama figur lekat atau salah satu orang tua tidak berganti. Meski begitu pergeseran pola dapat berubah

dengan sejumlah faktor yang tidak disengaja, hingga menciptakan pola yang lebih baik atau tidak. Faktor diantaranya seperti bagaimana kah lingkungan rumah tempatnya tumbuh, bagaimanakah lingkungan sekolahnya dan apakah individu bertemu dengan pasangannya pada waktu yang tepat atau tidak (Holmes, 1993, h.55).

Kelekatan dikembangkan dan diuraikan ke dalam tiga dimensi oleh John Bowlby, ketiga pola ini menggambarkan segala bentuk perilaku yang membuat seseorang memperoleh dan mempertahankan kelekatan dengan individu lain. Dimensi kelekatan ini menunjukkan variasi pada kecenderungan perilaku yang berada pada rentang rendah atau tingginya kecemasan dan penghindaran dalam sebuah hubungan, pola lekat ini disebut juga *secure*, *avoidant* dan *ambivalent*. John Bowlby dalam Holmes (1993) mengatakan bahwa untuk merasa terikat (*attached*) maka harus ada rasa aman dan nyaman.

Individu akan merasa baik baik saja ketika lekat dengan figur dan merasa cemas ketika figur tidak ada namun tetap yakin bahwa sang figur akan selalu ada. Orang dengan pola lekat *secure* memiliki figur atau pengasuh yang bersikap responsif dan penuh kasih sayang. Holmes (1993) menjelaskan, individu dengan gaya lekat *ambivalent* cenderung merasa tidak aman (*insecure*) dan memiliki perasaan campur aduk terhadap figurnya: ketergantungan dan cinta yang kuat, ketakutan akan penolakan, lekas marah dan selalu waspada. Figur atau pengasuh dari gaya lekat lekat ambivalen ini bersikap tidak responsif, kadang ada dan kadang tidak dalam memberi kasih sayang dan memenuhi kebutuhan anaknya. Ketiga adalah gaya lekat *avoidant*, orang dengan pola lekat ini cenderung tidak menyukai segala bentuk interaksi sosial dan memiliki ketakutan dalam mempercayai orang lain maupun dirinya sendiri. Individu mempelajari pengalaman pada masa kecilnya, ketika mencoba menarik perhatian namun diabaikan oleh figurnya. Pengasuh dengan gaya lekat ini cenderung bersifat pengabai, tidak ekspresif dan penghindar.

II.1.1.2. Kelekatan (*Attachment*)

Pada tahap perkembangan di masa dewasa awal, individu berupaya menjalin hubungan dengan individu lain untuk memperoleh intimasi. Manusia selalu berusaha memuaskan kebutuhan fisiologisnya yang mendesak sebelum memuaskan

kebutuhan lain yang lebih tinggi. Kebutuhan dasar fisiologis yang meliputi makanan, oksigen, aktif atau istirahat, keseimbangan temperatur dan seks memberi pengaruh yang kuat terhadap tingkah laku manusia (Koeswara, 1986, h.11). Intimasi dapat diperoleh melalui sebuah hubungan yang menimbulkan rasa nyaman dalam berkomunikasi dengan atau tanpa disertai kontak seksual. Hubungan intimasi juga disempurnakan dengan kedekatan lainnya seperti pencapaian tujuan bersama dan penemuan hal hal baru untuk dijelajahi bersama.

Pola kelekatan pada masa kecil dikembangkan kedalam *Adult Attachment* yang merupakan perwujudan dari pergantian figur dari sosok orang tua menjadi sosok pasangan atau kekasih. Di Indonesia, hubungan romantis-dewasa diperoleh secara legal melalui ikatan pernikahan yang disahkan secara hukum dan agama. Hubungan dalam pernikahan selalu melibatkan keterbukaan dan kepercayaan hingga ketergantungan antar pasangan. Maka untuk mempertahankan hubungan yang sehat serta mendapatkan kepuasan dalam hubungan, setiap pasangan memerlukan keterikatan emosional yang baik.

Attachment adalah tentang keterikatan dan respon emosional, maka kualitas intimasi pada setiap pasangan berfungsi untuk mengkomunikasikan perasaan dan keinginan agar tidak adanya kesalahan dalam memberikan dan menerima respon dari setiap penyampaian emosi. Peleburan kedua individu dalam ikatan pernikahan melahirkan ragam respon emosional yang berbeda berdasarkan *Attachment Style* masing masing yang sudah dikembangkannya sejak kecil di keluarganya. Jika keterikatan emosional terbangun dengan baik maka masing-masing individu dapat saling memahami posisi *attachment* dan respon emosionalnya masing-masing, hingga timbulnya sikap saling menghormati.

II.1.1.3. Pola Kelekatan (*Attachment Style*)

Ketiga gaya kelekatan telah diidentifikasi pada orang dewasa yaitu: gaya kelekatan aman (*secure*), gaya kelekatan tidak aman-penghindar (*ambivalent*), gaya kelekatan penolak-penghindar (*avoidant*). Pada usia dewasa, individu mengalami fase pergeseran figur dari sosok orang tua menjadi sosok pasangan. Masing-masing individu berupaya untuk memperoleh dan mempertahankan kelekatan dari hubungannya berdasarkan model mentalnya masing-masing. John Bowlby dalam

Holmes (1993) menjelaskan bahwa model mental atau yang disebut juga sebagai *internal working models* adalah mekanisme praktis yang ada pada setiap individu dalam merespon individu lain.

Model mental dibangun dari pandangan atau penilaian setiap individu mengenai dirinya, orang lain dan dunia sekitarnya. Model mental ini bersifat positif dan negatif yang melekat pada *secure attachment* dan *insecure attachment* (Holmes, 1993, h.78). Ainsworth dalam Holmes (1993) memfokuskan penelitiannya terhadap respon dari anak dan ibu yang dipisahkan, tujuannya adalah untuk memperoleh model mental (*working models*) yang berbeda dari setiap anak dalam merespon perpisahan, ketiga identifikasi tersebut diantaranya:

1. Aman (*Secure Attachment*)

Orang dengan gaya lekat aman bersifat adaptif dan mudah menyesuaikan dengan lingkungannya, mudah berinteraksi dan mudah memercayai orang sekitar. Hal ini dipacu oleh figur lekat yang bersikap responsif dan konsisten dalam memberikan kasih sayang dan memenuhi kebutuhan anak. Orang yang mengembangkan model mental ini memiliki kepercayaan diri dan merasa diri dicintai oleh pasangannya, penuh kasih sayang dan saling mendukung. Dengan model mental yang berkembang ini seseorang mampu berkompetensi dalam lingkungan sosialnya Holmes (1993).

2. Tidak aman – Cemas (*Insecure Ambivalent*)

Orang dengan gaya kelekatan cemas cenderung memiliki kesulitan dalam menyesuaikan diri pada lingkungan. Hal ini dipacu oleh perilaku figur lekat atau pengasuh yang tidak konsisten dalam memberikan kasih sayang dan jarang memenuhi kebutuhan. Holmes (1993) menjelaskan dalam *Attachment Theory* and John Bowlby bahwa model mental diri yang dikembangkan dari seseorang dengan model mental ini adalah tidak percaya diri dan selalu merasa cemas akan dirinya. Sewaktu-waktu merasa tidak dicintai, dan dengan minimnya empati maka individu ini tidak mudah untuk menolong. Orang dewasa dengan gaya kelekatan ini biasanya ingin mencari intimasi tapi mencemaskan kuantitas afeksi yang diberikan dan menumbuhkan kekhawatiran tentang timbal balik yang tidak sepadan. Ketika terjalin dalam sebuah hubungan, orang dengan gaya kelekatan ini akan selalu

mengkhawatirkan pasangannya dan pada level keterikatan yang tinggi individu ini akan menggantungkan diri terhadap pasangannya karena kekhawatirannya akan ditinggal.

3. Cemas – Penghindar (*Insecure – Avoidant*)

Orang dengan gaya kelekatan ini tidak mudah merasa nyaman bersama orang lain dan menghindari segala jenis interaksi sosial. Ketakutan yang dibentuk pada model mental ini dipicu oleh perilaku pengasuh atau figur lekat yang lalai dan tidak memberikan afeksi yang cukup. Orang dengan gaya kelekatan ini mempelajari pengalaman yang diperolehnya pada masa kecil, ketika meminta kasih sayang dan mencari perhatian namun orang tua cenderung mengabaikan dan menolak, Holmes (1993). Individu ini akan menghindari kemudian mengembangkan model mental diri sebagai orang yang skeptis, kurang memiliki empati, dan tidak ekspresif. Secara sadar individu ini tidak bisa menyampaikan emosionalnya, sedih atau marah. Hal ini menjadikan orang dengan pola kelekatan ini cenderung menutup diri dengan lingkungannya. Dalam menjalin sebuah hubungan interpersonal, seorang dengan kelekatan ini akan mementingkan dirinya sendiri, tidak ingin menggantungkan diri dan tidak ingin digantungkan.

II.1.2. Pernikahan

Pernikahan merupakan perwujudan dari pemenuhan kebutuhan dasar manusia, yaitu kebutuhan fisiologis. Kebutuhan fisiologis adalah kebutuhan dasar yang paling mendesak pemuasannya karena berkaitan dengan pemeliharaan biologis dan kelangsungan hidup (Koeswara, 1986, h.11). Salah satu kebutuhan fisiologis yang dipenuhi adalah kebutuhan seks yang dicapai melalui ikatan pernikahan guna memperpanjang keturunan genetisnya. Dengan adanya tujuan yang ingin dicapai dari sebuah komitmen pernikahan, maka kedua individu memiliki kecenderungan yang besar dalam melanjutkan dan mempertahankan komitmennya.

Di dalam sebuah ikatan pernikahan, komitmen bermakna sebagai sebuah janji suci sehidup semati kepada pasangan dan kepada Tuhannya yang diucapkan dan disaksikan oleh kedua belah pihak keluarga dan pemuka agama. Pernikahan tercatat

dalam Undang-Undang Nomor 1 tahun 1974 sebagai ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Mahaesa. Adapun hal hal yang membentuk sebuah pondasi dalam ikatan pernikahan seperti intimasi, komitmen dan komunikasi. Dalam perjalanannya sebuah komitmen juga tentu mendapati beberapa konflik dari keputusan yang tidak sejalur hingga muncul perselisihan yang mengakibatkan perceraian.

II.1.2.1. Intimasi

Intimasi adalah pengalaman yang ditandai oleh adanya kedekatan, kehangatan dan komunikasi yang mungkin disertai atau tanpa melibatkan kontak seksual, menurut Rosen dan Steil, dalam Agustina (2008). Intimasi yang dibentuk pada usia dewasa umumnya diperoleh dalam sebuah komitmen dalam keterikatan pernikahan. Kedua individu akan merasakan adanya keintiman selama ada komunikasi yang baik dan keterbukaan di dalamnya serta bersifat responsif dalam pemenuhan kebutuhan satu sama lain. Kebutuhan dalam pemenuhan intimasi meliputi kasih sayang, dukungan, kejujuran, kepercayaan dan kecemburuan yang akan menumbuhkan rasa memiliki pada kedua belah pihak.

II.1.2.2. Komunikasi

Komunikasi adalah inti dari semua perhubungan, ketika ada dua orang yang melakukan hubungan social maka disitu ada kegiatan komunikasi. Komunikasi dapat berlangsung setiap saat, di mana saja dan kapan saja, termasuk komunikasi dengan pasangan yang tak lekang ruang dan waktu siang atau malam (Djamarah, 2014, h.107). Kemampuan komunikasi yang baik dapat menjadi landasan bagi kedua individu untuk membangun koneksi yang semakin kuat. Pola komunikasi terjadi secara terus menerus, jika dapat kedua pasangan dapat mengkomunikasikan keinginannya dengan jelas, bermakna dan dapat dipahami maka hubungannya akan bertahan lebih lama dan cenderung bahagia.

Komunikasi sangat berperan dalam menghadapi perselisihan dan emosi negatif, karenanya setelah terjalin komunikasi dapat ditentukan apakah pernikahan menuju pada keberhasilan atau kegagalan (Gottman dalam Nurmaya 2016). Terdapat pola

komunikasi yang diuraikan oleh John Gottman melalui The Gottman Institute (2019), yang menjelaskan tentang respon individu dalam berkomunikasi. *Validating* adalah cara kedua individu dalam berkomunikasi dengan berusaha mendengarkan dan memahami keresahan hingga tercapainya rasa saling menghargai. Pola komunikasi *Violate* (pelanggaran) adalah cara seseorang individu menyampaikan pendapatnya secara terbuka dan ekspresif dalam menyampaikan perasaan dan pikirannya. Pola komunikasi yang terakhir adalah *Conflict-Avoiding* (menghindari masalah), yaitu ketika seorang individu tidak ingin membahas hal hal yang mengundang pertentangan dan cenderung menghindari komunikasi.

II.1.2.3. Komitmen

Secara umum, komitmen digambarkan sebagai sebuah janji untuk melakukan sesuatu, maka setiap kata yang terucap atas segala keharusan dalam memenuhi ucapan disebut sebagai komitmen. Keterkaitannya komitmen dengan pola kelekatan ini adalah tentang bagaimana individu memenuhi janji atau komitmen dalam sebuah keterikatan berdasarkan latar belakang pola kelekatan yang telah dikembangkan. Menurut Sehoebi (2012) komitmen adalah keinginan untuk bertahan dan melanjutkan sebuah hubungan dan cenderung mempertahankannya. Terdapat tujuan yang ingin diraih dalam keberlangsungan sebuah komitmen hingga terlaksananya impementasi makna dari komitmen. Individu dengan segala keinginan pemenuhan kebutuhan menciptakan komitmen dengan individu lain untuk terlibat dalam sebuah keterikatan satu sama lain hingga tercapainya tujuan dari komitmen itu sendiri.

II.1.2.4. Perselisihan dan perceraian

Hubungan pernikahan selalu melibatkan keterbukaan dan kepercayaan hingga ketergantungan antar pasangan. Untuk mendapatkan kepuasan dalam hubungan, setiap pasangan perlu meningkatkan kualitas hubungannya agar meminimalisir terjadinya perselisihan. Segal (2002) menjelaskan bahwa setiap hubungan jangka panjang melalui beberapa tahapan, seiring bertambahnya usia. Beberapa faktor yang dihadapi oleh kedua individu diantaranya: tidak nyaman dengan keintiman, berbeda pendapat dengan kehadiran anak dan kurangnya komunikasi karena

kesibukan masing-masing. Perselisihan dari ketiga faktor ini tentu rumit dan harus adanya pertimbangan yang perlu dikaji lagi oleh kedua individu. Jika kedua masing masing individu memiliki pola komunikasi *Validation* atau saling memahami dan menghormati, maka perselisihan ini bukanlah hambatan dalam menyelesaikan masalah dan mengambil keputusan. Jika pola komunikasi tidak bisa dicapai dengan baik oleh salah satu individu, maka individu lain harus berupaya memperbaiki dengan penuh pengertian. Menurut Segal (2002, h.179) meningkatkan empati ketika ada masalah kecil itu mudah, dengan mengingatkan diri sendiri bahwa Anda dan pasangan berada dalam perahu emosional yang sama meskipun Anda berdua mengungkapkannya dengan cara yang berbeda. Maka masing-masing individu harus tetap berupaya saling mengenal pasangan selamanya dengan menggunakan kesadaran penuh untuk berempati dan belajar dari pengalaman emosional dalam menghadapi perselisihan.

Beberapa individu yang kesulitan dalam memahami pasangan dan mengatasi respon emosionalnya tidak bisa menoleransi perselisihan di dalam pernikahannya. Angka perceraian yang semakin meningkat membuktikan bahwa perselisihan yang konstan di dalam sebuah pernikahan menyebabkan keretakan yang berakhir pada perceraian. Pada akhirnya masing-masing individu tetap memiliki hak untuk mengakhiri pernikahannya bila medatangkan bencana, Bagi beberapa keluarga perceraian dianggap putusan yang paling baik untuk mengakhiri rasa tertekan, cemas, dan takut.

II.I.3. Mekanisme Koping

Koping berasal dari bahasa asing *Cope* yang artinya pengatsan atau penanggulangan. Dalam istilah psikologi, koping dimaknai sebagai tindakan individu yang dipilih dalam setiap waktu dimana lingkungan dan individu saling mempengaruhi. Koping merupakan strategi mengatur tingkah laku dalam memecahkan masalah yang berasal dari proses kognitif (Rubbyana, 2012). Kognitif adalah potensi intelektual yang bertahap dari pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisa dan evaluasi. Menurut Siswanto (2007) Koping merupakan sesuatu yang dimaknai dari apa yang dilakukan oleh individu untuk menguasai situasi yang dinilai sebagai suatu tantangan atau ancaman.

Maka mekanisme koping adalah sebuah kecenderungan berperilaku seseorang ketika dihadapkan dengan tekanan, melalui dua strategi; berfokus kepada permasalahan, mengatur emosi. Dalam mengatur emosi individu telah mengembangkan respon emosionalnya sejak kecil. Maka strategi koping dalam mengatur emosi sangat berkaitan erat dengan respon emosional yang diuraikan dalam teori *attachment*. Salah satunya strategi koping internal yang terdiri dari kemampuan keluarga yang dapat bekerja sama dalam menghadapi masalah-masalahnya hingga muncul emosi positif bagi setiap anggota keluarga.

Dalam mengatasi perselisihan dalam hubungan interpersonal, maka masing-masing individu tentu mengelola respon emosionalnya masing-masing dengan mekanisme koping yang biasa dilakukan. Terdapat dua strategi koping menurut Lazarus dan Folkman (1984, dalam Safaria dan Saputra, 2009) diantaranya;

1. Berfokus kepada masalah

Individu yang menggunakan strategi ini dalam mekanisme kopingnya akan terampil dalam menggali masalah, kemudian mempelajari hingga memperbaikinya dan berkomunikasi. Selain itu juga individu ini berfokus kepada perencanaan penyelesaian masalah dengan mencari distraksi, dukungan orang lain namun tetap memiliki kendali dalam diri atau *self control*.

2. Berfokus pada emosi

Ketika individu ini tidak mampu mengubah situasi dan kondisi yang menekan, maka individu ini akan memilih beberapa metode atau kecenderungan perilakunya untuk melarikan diri dari masalah, menarik diri untuk berpikir, atau menjadi positif dan religius dengan pengembangan diri.

Pola komunikasi sangat penting dalam metode koping, salah satunya adalah sumber koping eksternal yang berasal dari sistem pendukung keluarga. Faktor eksternal dalam mekanisme koping timbul dari ingatan dan pengalaman dari berbagai situasi dan dukungan maupun tekanan dari berbagai situasi yang penting. Dalam mengatasi perselisihan dalam hubungan interpersonal, kedua individu menggunakan metode kopingnya

masing-masing sebagai bentuk pertahanan dan perlindungan diri. Metode koping digunakan oleh kedua individu dalam manajemen konflik yang tentu hadir dalam sebuah komitmen pernikahan.

II.2.1. Penataran Pra Nikah

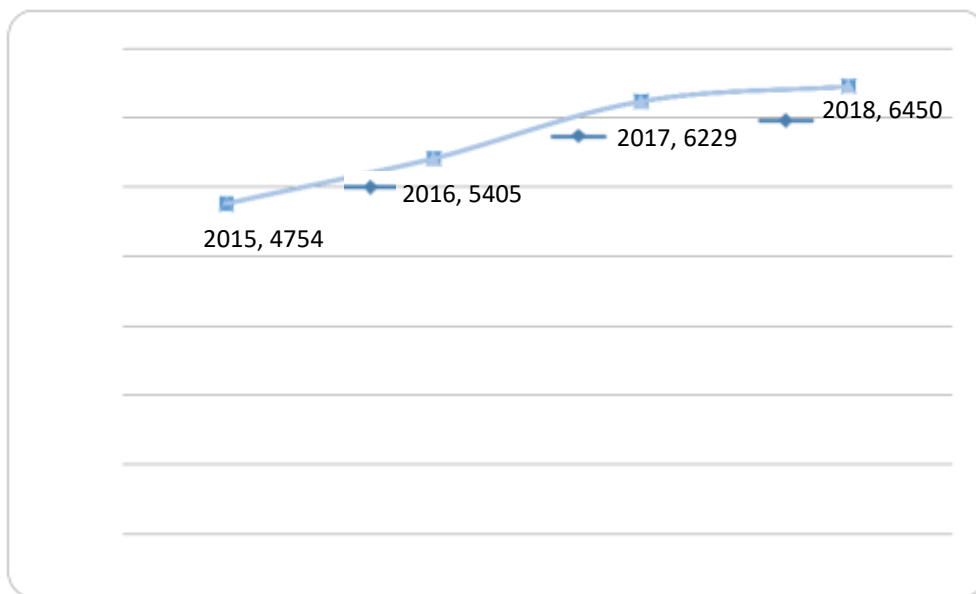
Program pendidikan pra nikah banyak diselenggarakan oleh berbagai lembaga melalui seminar maupun kajian pra nikah dengan pendekatan agama islam. Salah satu penyelenggara dari program pendidikan pra nikah adalah Suscatin (Kursus Calon Pengantin), SPN (Sekolah Pra Nikah), dan Binwin (Bimbingan Perkawinan). Helmawati (2014) mengatakan bahwa pendidikan merupakan suatu tindakan yang mengubah pengetahuan, nilai dan mampu meningkatkan kemampuan jiwa hingga melahirkan watak yang bisa diwariskan pada generasi berikutnya. Pendidikan formal tidak cukup mengedukasi masing-masing individu untuk memahami hak dan kewajiban dalam sebuah perkawinan. Selain itu, pendidikan menjadi orang tua yang sangat esensial pun tidak banyak disampaikan melalui bangku pendidikan, masing-masing individu masih mempelajari pengalamannya sejak kecil hingga mengaplikasikan pola yang dilakukan oleh figur lekatnya, yaitu orangtua dan keluarga. Pendidikan pra nikah bertujuan untuk mencapai keluarga yang damai, tenang dan bahagia. Keluarga yang bahagia tidak akan terwujud dengan mudah tanpa adanya pendidikan atau kebiasaan-kebiasaan yang baik dari keluarga itu sendiri (Syarifuddin 2007, h.20).

II.2.2. Bimbingan Perkawinan

Bimbingan Perkawinan merupakan salah satu program pendidikan pra nikah dirancang oleh Kementrian Agama guna menekan fenomena perceraian yang masif. Balai nikah tidak hanya jadi latar untuk pelaksanaan pernikahan, namun juga menjadi wadah untuk pembimbingan kedua pasangan yang akan melangsungkan pernikahan. Masing-masing individu yang memutuskan untuk mengikat hubungannya dalam pernikahan sudah semestinya memahami tujuan dan makna dari pernikahan yang akan dijalani. Melalui Kantor Urusan Agama (KUA), pemerintah menggiatkan program pendidikan pra nikah bagi calon pasangan yang telah mendaftarkan diri di KUA. Pembimbingan perkawinan dimulai sejak tahun 2016 yang dilaksanakan sekali dalam satu tahun untuk 2 angkatan.

II.2.3. Faktor-Faktor yang Mengakibatkan Perceraian dalam Perkawinan

Berdasarkan data yang diperoleh dari Pengadilan Agama Bandung (2019) menunjukkan bahwa di Kota Bandung, selama 5 tahun terakhir angka perceraian mengalami peningkatan. Adapun beberapa faktor pemicu perceraian berdasarkan urutan tertinggi antara lain faktor ekonomi, pertengkaran dan perselisihan terus-menerus, meninggalkan salah satu pihak, dan KDRT. Adapun data yang ditampilkan sebagai berikut;



Gambar II.1 Grafik Peningkatan Perkara Perceraian Sumber : Dokumentasi Pribadi (2019) (Diakses pada 10/04/2019)

Menurut Olson, Fournier dan Druckman dalam Fowers & Olson (1989) terdapat beberapa aspek yang menentukan kepuasan pernikahan yaitu isu kepribadian, komunikasi, pemecahan masalah, manajemen finansial, kegiatan di waktu luang, hubungan seksual, anak dan pengasuhan, keluarga dan teman-teman, kesamaan peran, dan orientasi agama. Meningkatnya jumlah kasus perceraian menunjukkan ketidakpuasan masing-masing individu dalam berumah tangga.

Faktor Yang Mengakibatkan Perceraian Dalam Perkawinan
Pengadilan Agama Bandung (2019)

Tabel II.2 Faktor Perceraian Pengadilan Agama Bandung
Sumber : Dokumen Pengadilan Agama (2019)

No	Keterangan	Tahun 2017	Tahun 2018
1	Ekonomi	1965	2295
2	Perselisihan Dan Pertengkaran Terus Menerus	1359	1640
3	Meninggalkan Salah Satu Pihak	324	374
4	Kekerasan Dalam Rumah Tangga	87	92
5	Mabuk	30	46
6	Poligami	24	21
7	Murtad	14	19
8	Judi	14	13
9	Dihukum Penjara	4	4
10	Madat	4	2
11	Cacat Badan	2	2
12	Kawin Paksa	1	1

Salah satu faktor yang menjadi penyebab pada ketidakpuasan pernikahan adalah isu kepribadian dan komunikasi. Ketidakmampuan masing-masing individu dalam mengatasi perselisihan dengan komunikasi membuat perselisihan semakin menumpuk dan menjadi bom waktu pada perceraian. Berdasarkan angka perceraian yang terus meningkat secara signifikan setiap tahunnya menunjukkan bahwa terdapat kesalahan yang dilakukan secara terus menerus dalam perjalanan pernikahan. Peran yang paling esensial dalam mengatasi perselisihan sebelum putusan perceraian adalah komunikasi dan empati dari masing-masing individu

II.3 Analisis

Analisis dilakukan dengan cara penyebaran kuesioner dan wawancara. Kuesioner cetak disebarakan kepada para peserta Binwin di kota Bandung. Kuesioner ini ditujukan kepada pasangan calon pengantin yang sudah mendaftar di KUA untuk mengetahui pemahaman masing-masing individu mengenai karakter dirinya dan pasangan. Wawancara dilakukan langsung kepada fasilitator atau pemateri pada acara BinWin mengenai pernikahan dengan pendekatan secara umum dan pendekatan agama.

II.3.1. Wawancara

Wawancara adalah sebuah upaya dalam pengambilan data dengan mengajukan beberapa pertanyaan kepada responden secara lisan. Wawancara dipilih karena penjelasan mengenai pernikahan yang termasuk didalamnya terdapat teori *Attachment* dapat dijabarkan secara menyeluruh dari berbagai sudut pandang. Wawancara dengan ahli dilakukan pada tanggal 26 Juni 2019 di Kantor Urusan Agama dengan para fasilitator yang berkiprah di bidang yang berbeda.

1. Penjelasan ahli tentang *Attachment Theory* dan Pernikahan

Wawancara dengan ahli dilakukan pada tanggal 26 dan 27 Juni dengan beberapa fasilitator diantaranya; Drs. Dadang Suhada. Pelaksanaan Binwin dilaksanakan di Kantor KUA yang berlokasi di Jalan Cipaganti No.58 dengan 30 peserta pada setiap angkatan.

- Wawancara mengenai pernikahan dengan Drs. Dadang Suhada
Menurut Dadang Suhada (2019) pendidikan pernikahan yang merupakan program Dirjen Bimas Islam dilaksanakan guna melatih *skill* kepada calon pengantin.



Gambar II.2 Dokumentasi Wawancara
Sumber : Dokumentasi Pribadi (2019)

Selain itu, Binwin juga merupakan upaya pemerintah dalam menekan angka perceraian pada usia nikah muda. Dadang menjelaskan bahwa banyak hal yang perlu disiapkan sebelum memutuskan untuk menikah yang meliputi pematangan sebelum menikah baik secara fisik dan psikis termasuk finansial. Binwin memiliki tujuan untuk menciptakan pernikahan yang bahagia dan kekal bagi calon pengantin. Dengan adanya pendidikan yang diberikan melalui Pembimbingan Perkawinan, KUA memiliki tujuan sebagai berikut;

1. Menyamakan pengetahuan kepada istri dan suami mengenai pemahaman tentang perkawinan.

Hal ini dapat menjadi acuan bagi kedua pasangan suami-istri dalam membina rumah tangga dengan pengetahuan dan skill yang sama hingga tidak terjadinya ketimpangan karena suami-istri mengetahui hak nya masing-masing.

2. Bagaimana pengetahuan bisa menjadi *skill*

Pengetahuan dapat merubah pola pikir dan sudut pandang seseorang hingga terjadinya perubahan-perubahan dari sifat dan karkater yang sedikit demi sedikit menuju lebih baik.

Adapun asas pernikahan yang disebutkan adalah sebagai berikut;

1. Membentuk rumah tangga yang bahagia dan kekal
2. Dicatat oleh negara dan berdasarkan agama
3. Monogami

4. Pendewasaan usia kawin
5. Mempersulit perceraian
6. Keseimbangan kedudukan dan hak

Oleh karena itu dengan adanya Binwin diharapkan para peserta dapat mengembangkan ilmunya menjadi sebuah kemampuan sebagaimana tujuan dari BinWin.



Gambar II.3 Tujuan Binwin
Sumber : Dokumentasi Pribadi (2019)

- Wawancara mengenai *Attachment Theory* dan hubungannya dalam perkawinan
Attachment Theory merupakan salah satu pola yang disadari oleh bawah sadar. Setiap individu memiliki kecenderungan perilaku sesuai dengan tipe tipe yang sudah dikategorikan tersebut. Manusia tentu tidak bisa memilih karakter dan perilaku apa yang ingin ditunjukkan karena hal tersebut merupakan dorongan bawah sadar. Anggap saja bawah sadar adalah seseorang yang lain yang ada pada diri sendiri dan mengontrol bagaimana seseorang bersikap dan berperilaku. Manusia adalah makhluk yang tidak rasional maka secara terprediksi manusia berperilaku tidak rasional. Rasional adalah sesuatu yang didasari berdasarkan logika atau pertimbangan yang baik. Manusia berperilaku secara spontan tanpa memikirkan pertimbangan dan menggunakan logika. Neirna juga menuturkan kenapa manusia tidak bisa memilih untuk menyukai atau tertarik dengan seseorang karena hal tersebut merupakan spontanitas yang dikontrol oleh bawah sadar.

Bawah sadar adalah sebuah mekanisme berpikir lain yang tidak dapat disadari dan dipikirkan, bawah sadar terdapat pada latar belakang sebuah pikiran. Bawah sadar dipengaruhi dari pengalaman masa lalu, bawah sadar membawa manusia kepada keputusan dan perilaku yang telah dipelajari oleh bawah sadar.

Adapun contoh kasus yang digambarkan oleh Neirna adalah, ketika seorang individu berada dalam sebuah keluarga yang dingin, cuek dan tidak perhatian (*avoidant*) maka individu ini akan terbiasa dengan situasi seperti itu. Kemudian di usia dewasa ketika individu itu menjalani hubungan dengan seseorang ada dua tipe kemungkinan yang akan dia pilih. Pertama merupakan orang yang sama tidak perhatiannya dengan keluarga karena individu ini terbiasa berhubungan orang-orang yang cuek dan tidak responsif. Individu ini akan memiliki keterampilan untuk bertahan dalam sebuah hubungan bersama seseorang yang mirip dengan keluarganya. Kedua, individu ini akan memilih tipe yang bersebrangan dengan keluarganya, seperti penyayang dan penuh kasih sayang (*secure*). Individu ini dapat menentukan secara sadar bahwa pola pada keluarganya pada masa lalu tidak baik hingga individu ini tidak ingin mengulanginya di masa depan. Namun bawah sadar menganggap bahwa hal ini adalah sebuah ancaman karena bawah sadar tidak terbiasa dengan orang yang *secure* atau perhatian dan penuh kasih sayang.

Pengalaman dengan keluarga merupakan pondasi bagi bawah sadar dan juga bagi individu untuk mempelajari cara bertahan dalam sebuah hubungan, bawah sadar menentukan cara seseorang berperilaku dengan pasangan dan menyelesaikan permasalahan dengan metode koping. Pengalaman pada masa lalu akan berulang karena bawah sadar yang mempengaruhi segala keputusan seseorang dengan acuan bahwa individu ini akan selamat berada

pada pola *avoidant* ini. Individu ini akan terus berada pada pola *avoidant* yang tidak disadari adalah keliru, jika individu ini tidak menyadari bahwa pola ini dipengaruhi oleh bawah sadar.

Maka agar pola yang ada pada individu tidak berulang manusia perlu mempelajarinya secara sadar. Ketika seseorang individu menyadari pola bawah sadar maka individu ini akan berani mengambil keputusan secara sadar dan rasional, individu ini bisa mengenali pola diri dan pasangan untuk berada dalam hubungan yang sehat. Individu ini bisa mempelajarinya dengan menganalisa pola seseorang tentang bagaimana seseorang tersebut berperilaku, cara bicaranya, bagaimana seseorang tersebut memperlakukan diri sendiri dan orang lain. Maka manusia akan mengetahui secara sadar bagaimana seorang individu bisa tertarik dengan orang tersebut.

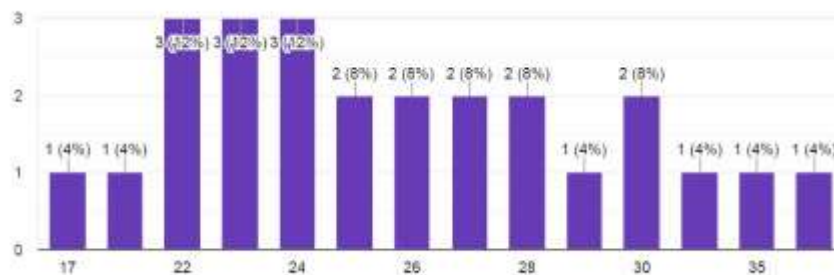
- Wawancara tentang komunikasi dan manajemen konflik
Di dalam sebuah komitmen pernikahan terdapat sebuah pengorbanan, maaf, kompromi dan menjaga hubungan bersama pasangannya dalam suka maupun duka. Untuk mendapatkan hubungan yang bertahan lama maka perlu adanya pola komunikasi yang memiliki energi positif. Pola komunikasi yang dijalankan meliputi saling mendengarkan keinginan dan keresahan masing-masing pasangan hingga tercipta *mutual respect* dan membentuk toleransi yang kuat.
Selain pada komunikasi yang baik juga terdapat peringatan peringatan buruk yang sudah dapat diprediksi melalui beberapa komunikasi. Kritik merupakan salah satu penyebab terjadinya perselisihan, adanya kritik disebabkan oleh ego masing masing individu yang ingin saling didengar. Jika kritik ini terjadi terus menerus maka terdapat pergeseran nilai dan perasaan diri sendiri terhadap pasangan. Kritik yang terjalin terus menerus dapat

mengarah pada hal-hal personal yang tidak ada kaitannya dengan pembahasan perselisihan. Seperti mengejek fisik dan karakter, hal ini sudah tergolong dalam kekerasan secara verbal.

Pola komunikasi merupakan bagian paling esensial dalam sebuah hubungan, tapi terlalu banyak menyampaikan emosi dalam komunikasi juga dapat menjadi petaka dalam menghadapi pasangan. Hubungan yang sedang karam dapat diperbaiki selama masing masing individu mau introspeksi dan mengembangkan diri. Hal ini dimulai dari komunikasi yang saling terbuka atas kemauan dan pernyataan perasaan yang sebenarnya.

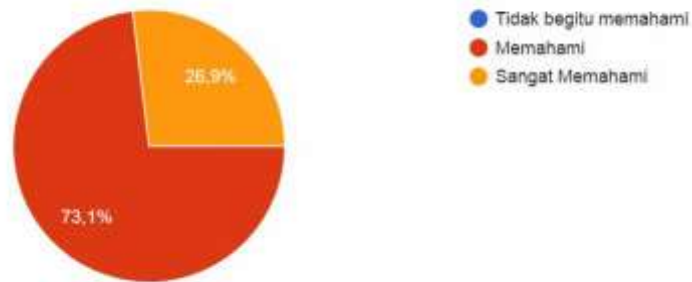
II.3.2. Kuesioner

Kuesioner dilakukan untuk mengetahui seberapa jauh pemahaman calon pasangan mengenai karakter dan pola komunikasinya. Pertanyaan meliputi pengetahuan secara umum tentang diri dan pasangan dalam berkomunikasi dan sikap-sikap yang dilakukan dalam menghadapi konflik. Peserta Bimbingan Perkawinan yang juga sebagai calon pengantin merupakan target dari penyebaran kuesioner ini. Terdapat 60 responden atau peserta Binwin dari dua angkatan 07 dan angkatan 08 yang dilaksanakan 2 hari berturut-turut untuk satu angkatan.



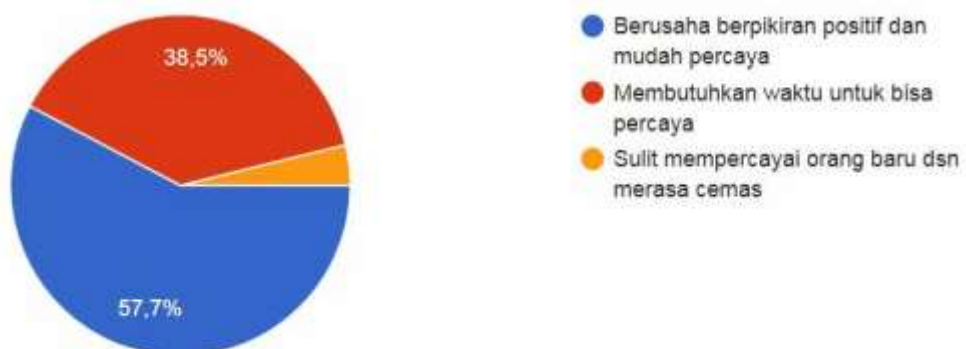
Gambar II.4 Grafik usia responden
Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

- Hasil kuesioner menunjukkan bahwa calon pasangan yang akan melangsungkan pernikahan berada pada rentangn usia 17 hingga 35 tahun yang terdiri antara 50% perempuan dan 50% laki-laki.



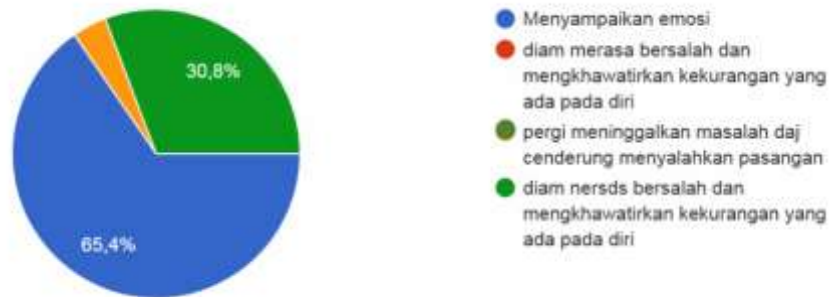
Gambar II.5 Diagram pemahaman pasangan
Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

- Pertanyaan yang diajukan tentang bagaimana masing-masing individu memahami pasangannya secara umum dari rentang 1 sampai 3. Dari tidak memahami hingga sangat memahami. 26,9% responden merasa sangat memahami pasangannya dan 73,1% merasa memahami pasangannya secara sedang yang berada di angka 2.



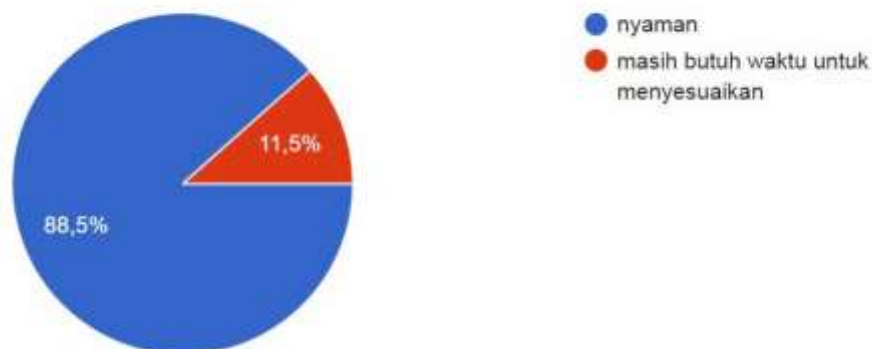
Gambar II.6 Diagram kualitas kepercayaan pasangan
Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

- Dalam memberi kepercayaan terhadap pasangan 38,5% responden masih membutuhkan waktu untuk bisa percaya dengan pasangan. 57,7% responden selalu berusaha berpikiran positif terhadap pasangan dan mudah percaya. 9,8% responden masih merasa cemas dan sulit mempercayai orang baru termasuk pasangannya.



Gambar II.5 Diagram menyikapi konflik dan perselisihan
Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

- Dalam menyikapi konflik dan perselisihan bersama pasangan, maka mekanisme coping yang dilakukan oleh 65,4% responden adalah menyampaikan emosi seperti marah dan menangis. 30,8% responden diam merasa bersalah dan berintrospeksi. 3,8% responden pergi meninggalkan masalah dan cenderung menyalahkan pasangan.



Gambar II.6 Diagram kenyamanan berkomunikasi dengan pasangan
Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

- Dalam kenyamanan berkomunikasi dengan pasangan, 88,5% sudah merasa nyaman dengan pola yang dijalani dan 11,5% responden masih membutuhkan waktu untuk menyesuaikan dengan pasangannya.

II.4 Resume

Berdasarkan pola komunikasi, terdapat ragam perilaku masing masing individu dalam menyikapi dirinya sendiri dan merespon pasangannya. Berdasarkan grafik tersebut, pola komunikasi yang terjalin ketika menghadapi perselisihan adalah dengan menyampaikan emosi atau diam. Individu sudah memahami pasangannya secara umum, dengan adanya kemampuan memahami pasangan diri sendiri dapat melahirkan kualitas toleransi yang baik dalam berkomunikasi maupun dalam mengatasi perselisihan.

Individu dapat memahami dan mengatasi dirinya sendiri dalam berkomunikasi, mengambil keputusan maupun berselisih secara sadar, sebelum pada akhirnya berdiskusi. Mekanisme koping yang umumnya dilakukan individu dalam berselisih dengan pasangannya berupa penyampaian emosi seperti menangis, berbicara atau membentak. Sikap lainnya berupa pergi meninggalkan pasangan untuk menenangkan diri atau lari dari masalah dan diam (*silent treatment*). Sikap sikap ini merupakan sebuah fase dari penyesuaian individu dalam menyikapi karakter yang berbeda seiring berjalannya usia pernikahan.

Dapat disimpulkan bahwa komunikasi dan pemahaman diri merupakan kunci dari sebuah komitmen dalam rumah tangga sebelum mencapai pada keretakan yang tidak bisa diperbaiki. Komunikasi dapat terjalin dengan baik ketika suasana hati sedang baik oleh karena itu sebelum memutuskan untuk menikah pastikan masing-masing individu mengenali kebiasaan dan pola pola komunikasi maupun pola perilaku yang muncul dari keputusan bawah sadar.

II.5 Solusi Perancangan

Berdasarkan resume dan pemaparan analisa data, maka pengetahuan mengenai *Attachment Theory* perlu disampaikan dengan baik dan dapat diterima. Sebagian besar individu belum memahami dirinya sendiri bahkan pasangannya ketika

memutuskan untuk menikah. Hal ini menjadi penting karena keputusan menikah merupakan keputusan untuk jangka waktu yang panjang maka harus didasari dengan keputusan yang sadar dan rasional. Masing-masing individu perlu memahami pasangan dan diri sendiri mengenai kecenderungan perilaku dan pola *Attachment* yang berasal dari latar belakang bawah sadar. Maka dari itu pengetahuan mengenai *Attachment Theory* ini dapat menjadi landasan bagi setiap individu dalam upaya pengetahuan untuk mengenali pasangan dan pemahaman diri dalam sebuah hubungan serta mekanisme kopingnya.