

# MENGUPAYAKAN KELUARGA YANG HARMONIS

**Christofora Megawati Tirtawinata**

Character Building Development Center, BINUS University  
Jln. Kemanggisian Ilir III No. 45, Kemanggisian – Palmerah, Jakarta Barat 11480  
ch.megawati\_t@binus.ac.id

## ABSTRACT

*Harmonious family is the best environment for individuals to be able to shape a healthy personality. Healthy personality and healthy families are necessary in building a healthy society, which in turn is needed in building the nation. In fact many couples have not been able to seek a harmonious family so that they end their marriages in divorce. Causes of divorce in general are because there is no harmony. Article is based on the observation and study of literature. It describes the efforts to build harmony in the family, before marriage and during marriage. Therefore, the couple is able to understand the difference between them and respond positively and always communicate assertively.*

**Keywords:** *divorce, family harmony, the differences of men and women, assertive communication*

## ABSTRAK

*Keluarga harmonis merupakan lingkungan yang terbaik bagi individu untuk dapat membentuk kepribadian yang sehat. Kepribadian yang sehat dan keluarga yang sehat sangat diperlukan dalam membangun masyarakat yang sehat, yang pada akhirnya diperlukan dalam membangun bangsa. Dalam kenyataan banyak pasangan suami istri belum mampu mengupayakan keluarga yang harmonis sehingga mereka mengakhiri perkawinan mereka dengan perceraian. Penyebab perceraian pada umumnya karena tidak ada keharmonisan. Artikel disusun berdasarkan pengamatan dan studi literatur. Di dalamnya diuraikan upaya-upaya untuk membangun keharmonisan dalam keluarga sebelum menikah dan selama hidup perkawinan. Dengan demikian, pasangan mampu memahami perbedaan di antara mereka dan menyikapinya secara positif dan selalu berkomunikasi secara asertif.*

**Kata kunci:** *perceraian, keluarga harmonis, perbedaan pria dan wanita, komunikasi asertif*

## PENDAHULUAN

Seperti diketahui bahwa keluarga merupakan unit terkecil dari suatu masyarakat. Keluarga juga adalah lingkungan sosial terdekat dari setiap individu, tempat individu dapat bertumbuh dan berkembang di dalamnya. Menurut para ahli, keluarga adalah satuan sosial terkecil yaitu instansi pertama yang memberikan pengaruh terhadap sosialisasi anggotanya, yang kemudian akan membentuk kepribadiannya. Dalam keadaan normal, seorang anak akan dibentuk dan dipengaruhi oleh sikap dan tindakan orang tuanya. Terlepas dari masalah kaya dan miskin, jika keluarga memberikan pendidikan terbaik, mencurahkan kasih sayang kepada anak, pola dan sistem nilai keluarga itu yang akan melekat pada anak dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Pada akhirnya, hal tersebut membentuk ketahanan keluarga.

Keluarga-keluarga membentuk suatu masyarakat. Masyarakat yang sehat sangat diperlukan dalam pembangunan bangsa. Sehat dalam arti bukan saja secara fisik tetapi juga secara mental dan sosial. Masyarakat yang sehat dapat dicapai jika terdapat keluarga-keluarga yang utuh dalam masyarakat tersebut. Dengan demikian, sangat diharapkan semua keluarga mempertahankan keutuhan dalam keluarga, karena dalam keluarga yang utuh atau harmonis melahirkan individu yang sehat jasmani, rohani, dan sosial. Dengan kata lain keutuhan atau keharmonisan keluarga berdampak pada keutuhan atau keharmonisan masyarakat, yang pada akhirnya berpengaruh pada pembangunan bangsa.

Begitu pentingnya keutuhan atau keharmonisan dalam keluarga, sehingga kehancuran dalam keluarga sangat berdampak buruk pada keutuhan atau keharmonisan dalam masyarakat, yang pada akhirnya akan menghambat pembangunan suatu bangsa. Fenomena yang terjadi, angka perceraian pasangan di Indonesia terus meningkat drastis. Badan Urusan Peradilan Agama (Badilag) Mahkamah Agung (MA) mencatat selama periode 2005 hingga 2010 terjadi peningkatan perceraian hingga 70 persen. Menurut Bayu (2013), secara historis angka perceraian di Indonesia bersifat fluktuatif. Hal itu dapat ditilik dari hasil penelitian Mark Cammack, guru besar dari Southwestern School of Law-Los Angeles, USA. Berdasarkan temuan Mark Cammack, pada tahun 1950-an angka perceraian di Asia Tenggara, termasuk Indonesia, tergolong yang paling tinggi di dunia. Pada dekade itu, dari 100 perkawinan, 50 di antaranya berakhir dengan perceraian.

Pada 2009 perceraian mencapai 250 ribu. Tampak terjadi kenaikan dibanding tahun 2008 yang berada dalam kisaran 200 ribu kasus. Data tahun 2010 dari Dirjen Bimas Islam Kementerian Agama RI, yaitu dari 2 juta orang menikah setiap tahun se-Indonesia, maka ada 285.184 perkara yang berakhir dengan perceraian per tahun se-Indonesia. Sementara data perceraian dari beberapa daerah sebagai berikut: kasus perceraian di Sampang mengalami peningkatan yang cukup tajam, pada 2012 angka perceraian 843 kasus dibandingkan tahun 2011, 775 kasus. Sepanjang 5 tahun terakhir Kabupaten Malang menempati ranking pertama di Indonesia, dalam hal perceraian. Tahun 2006 jumlah perkara cerai sebanyak 5 ribu kasus. Tahun 2007 sebanyak 4.625 perkara. (Bayu, 2013)

Pada 2009 angka perceraian di seluruh daerah di Jawa Timur sebanyak 92.729 kasus. Dari jumlah tersebut, kabupaten atau kota yang masuk 5 besar angka perceraian yang tinggi yakni di Kabupaten Banyuwangi menempati urutan pertama sebanyak 6.784 kasus, disusul Kabupaten Malang sebanyak 6.716 kasus, Kabupaten Jember 6.054 kasus dan Surabaya menempati urutan keempat dengan jumlah pasangan suami istri (pasutri) yang cerai sebanyak 5.253. Sedangkan Kabupaten Blitar sebanyak 4.416 kasus. (Bayu, 2013)

Di Kabupaten Bantul, berdasarkan data Pengadilan Agama Bantul kasus perceraian tahun 2007 mencapai 699 kasus, padahal tahun 2006 baru 577 kasus. Tahun 2008 sampai dengan bulan Mei sudah ada 336 kasus. Tren kasus perceraian di Bantul terus meningkat dari tahun ke tahun. Sebulan rata-rata ada 60 kasus. Di Sidoarjo dalam delapan bulan terakhir, sebanyak 1.195 kasus cerai yang

terjadi di Kabupaten Sidoarjo. Pada 2006 lalu sebanyak 1.873 kasus cerai yang didaftarkan ke PA Sidoarjo. Jumlah itu meningkat 201 kasus atau menjadi 2.074 kasus cerai pada 2007. (Bayu, 2013)

Dari data-data di atas dapat dikatakan bahwa banyak keluarga yang belum dapat mengupayakan untuk menjadi keluarga yang harmonis. Hal ini membuat prihatin dan bertanya-tanya tentang alasan keharmonisan keluarga sulit dicapai sehingga banyak pasangan suami-isteri yang mengakhiri hubungan mereka dengan perceraian. Bertanya-tanya tentang cara mengatasi hal ini, atau paling tidak menurunkan angka perceraian. Lebih lanjut, hal yang harus dilakukan oleh keluarga atau mereka yang akan memulai hidup berkeluarga.

Tulisan ini membahas pengertian dan alasan perceraian, sehingga dapat diketahui penyebab sulitnya mengupayakan keluarga yang harmonis sehingga harus hubungan suami istri berakhir dengan perceraian. Selain itu artikel membahas hal yang perlu dipahami oleh suami istri agar dapat mempertahankan perkawinan.

## **METODE PENELITIAN**

Untuk pembahasan masalah-masalah yang dikemukakan, penelitian dimulai dengan mencari data sekunder yang menunjang. Data yang dimaksud adalah data perceraian dan data penyebab perceraian. Setelah data terkumpul, data dianalisis berdasarkan konsep perceraian, penyebab terjadi perceraian, dan upaya yang perlu dilakukan untuk mencegah perceraian.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada dasarnya, perkawinan bertujuan untuk selama-lamanya. Namun adakalanya penyebab tertentu membuat perkawinan tidak dapat diteruskan. Hal itu membuat perkawinan harus diputuskan di tengah jalan atau terpaksa putus dengan sendirinya, atau dengan kata lain terjadi perceraian antara suami istri.

Di bawah ini pengertian perceraian dari beberapa sumber: Pengertian perceraian menurut bahasa Indonesia berarti “pisah” dari kata dasar “cerai”. Menurut HA. Fuad Sa<sup>‘</sup>id yang dimaksud dengan perceraian adalah putusnya perkawinan antara suami dengan isteri karena tidak terdapat kerukunan dalam rumah tangga atau sebab lain, seperti mandulnya istri atau suami dan setelah sebelumnya diupayakan perdamaian dengan melibatkan keluarga kedua belah pihak.

Erna dalam Haryanto (2011) menuliskan perceraian dalam cerai hidup antara pasangan suami istri sebagai akibat dari kegagalan mereka menjalankan obligasi peran masing-masing. Dalam hal ini perceraian dilihat sebagai akhir dari suatu ketidakstabilan perkawinan di mana pasangan suami istri kemudian hidup terpisah dan secara resmi diakui oleh hukum yang berlaku. Dituliskannya juga, perceraian merupakan terputusnya keluarga karena salah satu atau kedua pasangan memutuskan untuk saling meninggalkan sehingga mereka berhenti melakukan kewajibannya sebagai suami istri.

Perceraian bagi anak adalah “tanda kematian” keutuhan keluarganya, rasanya separuh “diri” anak telah hilang, hidup tak akan sama lagi setelah orangtua mereka bercerai dan mereka harus menerima kesedihan dan perasaan kehilangan yang mendalam. Contohnya, anak harus memendam rasa rindu yang mendalam terhadap ayah/ibunya yang tiba-tiba tidak tinggal bersamanya lagi. Jadi dengan perceraian suatu pernikahan berakhir. Pasangan tidak melanjutkan kehidupan pernikahannya, masing-masing mengambil jalan sendiri-sendiri, tidak ada ikatan satu dengan lainnya.

Perceraian terjadi melalui suatu proses, yang dalam proses itu terdapat salah satu atau beberapa penyebab terjadinya perceraian. Yang menjadi faktor penyebab terjadinya perceraian antara lain adalah sebagai berikut. Ketidakharmonisan dalam rumah tangga; alasan ini adalah alasan yang paling kerap dikemukakan oleh pasangan suami istri yang akan bercerai. Ketidakharmonisan bisa disebabkan krisis keuangan, krisis akhlak, dan adanya orang ketiga. Dengan kata lain, istilah keharmonisan adalah terlalu umum sehingga memerlukan perincian yang lebih mendetail. Krisis moral dan akhlak; selain ketidakharmonisan dalam rumah tangga, perceraian juga sering memperoleh landasan berupa krisis moral dan akhlak. Kelalaian tanggung jawab baik oleh suami ataupun istri, poligami yang tidak sehat, penganiayaan, pelecehan, dan keburukan perilaku lainnya dilakukan baik oleh suami ataupun istri, misal mabuk, berzinah, terlibat tindak kriminal, bahkan utang piutang. Perzinahan; di samping itu, masalah lain yang dapat mengakibatkan terjadinya perceraian adalah perzinahan, yaitu hubungan seksual di luar nikah yang dilakukan baik oleh suami maupun istri. Pernikahan tanpa cinta; alasan lainnya yang kerap dikemukakan oleh suami dan istri untuk mengakhiri sebuah perkawinan adalah bahwa perkawinan mereka telah berlangsung tanpa dilandasi adanya cinta. Untuk mengatasi kesulitan akibat sebuah pernikahan tanpa cinta, pasangan harus merefleksi diri untuk memahami masalah sebenarnya, juga harus berupaya untuk mencoba menciptakan kerja sama dalam menghasilkan keputusan yang terbaik. Adanya masalah-masalah dalam perkawinan; dalam sebuah perkawinan pasti tidak lepas dari yang namanya masalah. Masalah dalam perkawinan merupakan suatu hal yang biasa, tetapi percekocokan yang berlarut-larut dan tidak dapat didamaikan lagi secara otomatis akan disusul dengan pisah ranjang seperti adanya perselingkuhan antara suami istri.

Pada 11 Januari 2013, Syaiful Heja dari Pengadilan Agama (PA) kelas 1B Sampang yang menghadapi kasus perceraian semakin meningkat di Sampang mengatakan bahwa faktor yang dominan penyebab perceraian adalah kepribadian masing-masing pasangan yang kurang matang, sehingga keduanya tidak bisa mengendalikan diri. Berikut ini data tentang penyebab perceraian dari beberapa Pengadilan Agama.

Tabel 1 Pengadilan Agama Banyumas Rekap Faktor Penyebab Perceraian Tahun 2012

No.	Faktor "Penyebab Perceraian"	Total	%
1	Poligami Tidak Sehat	- Perkara	0.0%
2	Krisis Akhlak	3 Perkara	0.2%
3	Cemburu	4 Perkara	0.3%
4	Kawin Paksa	2 Perkara	0.1%
5	Ekonomi	747 Perkara	49.9%
6	Tidak Ada Tanggung Jawab	228 Perkara	15.2%
7	Kawin Di Bawah Umur	- Perkara	0.0%
8	Kekejaman Jasmani	3 Perkara	0.2%
9	Kekejaman Mental	- Perkara	0.0%
10	Dihukum	- Perkara	0.0%
11	Cacat Biologis	1 Perkara	0.1%
12	Politis	47 Perkara	3.1%
13	Gangguan Pihak Ketiga	- Perkara	0.0%
14	Tidak Ada Keharmonisan	281 Perkara	18.8%
15	Lain-Lain	181 Perkara	12.1%
Jumlah Total		1497 Perkara	100.0%

(Sumber: Pengadilan Agama Banyumas)

Pada 2012 di Pengadilan Agama Banyumas faktor penyebab perceraian yang tertinggi adalah faktor ekonomi sebanyak 747 perkara (49,9%). Berikutnya adalah faktor ketidakharmonisan dalam keluarga sebanyak 281 perkara (18,8%), dan urutan ketiga tertinggi adalah faktor tidak ada tanggung jawab 228 perkara (15,2%). Sayangnya tidak dijelaskan secara rinci penyebab dari ketidakharmonisan dalam keluarga tersebut. Faktor lain-lain yang merupakan faktor penyebab perceraian lumayan tinggi mencapai 181 perkara (12,1%). Faktor lain-lain dalam faktor penyebab perceraian adalah penyebab perceraian yang tidak dapat dikelompokkan dalam faktor penyebab perceraian yang tertera dalam tabel tersebut.

Tabel 2 Pengadilan Agama Jakarta Utara Rekap Faktor Penyebab Perceraian Tahun 2012

No.	Faktor " Penyebab Perceraian"	Total	%
1	Poligami Tidak Sehat	33 Perkara	3.2%
2	Krisis Akhlak	42 Perkara	4.0%
3	Cemburu	14 Perkara	1.3%
4	Kawin Paksa	2 Perkara	0.2%
5	Ekonomi	149 Perkara	14.3%
6	Tidak Ada Tanggung Jawab	203 Perkara	19.4%
7	Kawin Di Bawah Umur	- Perkara	0.0%
8	Kekejaman Jasmani	31 Perkara	3.0%
9	Kekejaman Mental	2 Perkara	0.2%
10	Dihukum	1 Perkara	0.1%
11	Cacat Biologis	4 Perkara	0.4%
12	Politis	102 Perkara	9.8%
13	Gangguan Pihak Ketiga	- Perkara	0.0%
14	Tidak Ada Keharmonisan	229 Perkara	21.9%
15	Lain-Lain	233 Perkara	22.3%
Jumlah Total		1045 Perkara	100.0%

(Sumber: Pengadilan Agama Jakarta Utara)

Tabel ini menjelaskan faktor penyebab perceraian yang dicatat Pengadilan Agama Jakarta Utara pada. Jika diambil empat persentase tertinggi keadaannya hampir berbalikan dengan faktor penyebab perceraian yang dicatat oleh Pengadilan Agama Banyumas. Di Pengadilan Agama Jakarta Utara penyebab perceraian yang tertinggi faktor lain-lain 233 perkara (22,3%) yaitu penyebab perceraian yang tidak dapat dikelompokkan dalam faktor penyebab perceraian yang tertera dalam tabel tersebut. Sementara di Pengadilan Agama Banyumas faktor lain-lain urutan keempat.

Urutan keempat faktor penyebab perceraian yang dicatat oleh Pengadilan Agama Jakarta Utara adalah faktor ekonomi sebanyak 149 perkara (14,3%). Sementara urutan keempat di Pengadilan Agama Banyumas mencatat pada urutan keempat penyebab perceraian adalah faktor ekonomi. Faktor penyebab perceraian tidak ada keharmonisan dan tidak ada tanggung jawab baik di Pengadilan Agama Banyumas maupun di Pengadilan Agama Jakarta Utara menduduki urutan yang sama yaitu urutan kedua dan ketiga.

Tabel 3 Pengadilan Agama Sleman Rekap Faktor Penyebab Perceraian Tahun 2012

No.	Faktor " Penyebab Perceraian"	Total	%
1	Poligami Tidak Sehat	10 Perkara	0.9%
2	Krisis Akhlak	2 Perkara	0.2%
3	Cemburu	20 Perkara	1.8%
4	Kawin Paksa	2 Perkara	0.2%
5	Ekonomi	50 Perkara	4.5%
6	Tidak Ada Tanggung Jawab	302 Perkara	27.3%
7	Kawin Di Bawah Umur	5 Perkara	0.5%
8	Kekejaman Jasmani	116 Perkara	10.5%
9	Kekejaman Mental	- Perkara	0.0%
10	Dihukum	1 Perkara	0.1%
11	Cacat Biologis	2 Perkara	0.2%
12	Politik	- Perkara	0.0%
13	Gangguan Pihak Ketiga	72 Perkara	6.5%
14	Tidak Ada Keharmonisan	495 Perkara	44.8%
15	Lain-Lain	29 Perkara	2.6%
Jumlah Total		1106 Perkara	100.0%

(Sumber: Pengadilan Agama Sleman)

Berbeda dengan kedua Pengadilan Agama sebelumnya, faktor penyebab perceraian yang tertinggi di Pengadilan Agama Sleman pada tahun yang sama adalah tidak ada keharmonisan sebanyak 495 perkara (44,8%). Urutan kedua adalah tidak ada tanggung jawab sebanyak 302 perkara (27,3%). Kekejaman jasmani sebanyak 116 perkara (10,5%) menduduki urutan ketiga sebagai faktor penyebab terjadinya perceraian di Sleman, sementara di Pengadilan Agama Banyumas hanya 3 perkara (0,2%) dan Jakarta Utara 31 perkara (3%).

Pada urutan keempat tertinggi faktor penyebab perceraian di Pengadilan Agama Sleman yaitu gangguan pihak ketiga sebanyak 72 perkara (6,5%), sementara di Pengadilan Agama Banyumas dan Jakarta Utara tidak mencatat faktor penyebab perceraian yang disebabkan oleh gangguan pihak ketiga.

Tabel 4 Pengadilan Agama Trenggalek Rekap Faktor Penyebab Perceraian Tahun 2012

No.	Faktor" Penyebab Perceraian"	Total	%
1	Poligami Tidak Sehat	- Perkara	0.0%
2	Krisis Akhlak	72 Perkara	7.5%
3	Cemburu	3 Perkara	0.3%
4	Kawin Paksa	10 Perkara	1.0%
5	Ekonomi	241 Perkara	25.2%
6	Tidak Ada Tanggung Jawab	251 Perkara	26.3%
7	Kawin Di Bawah Umur	- Perkara	0.0%
8	Kekejaman Jasmani	- Perkara	0.0%
9	Kekejaman Mental	- Perkara	0.0%
10	Dihukum	- Perkara	0.0%
11	Cacat Biologis	- Perkara	0.0%

12	Politis	110 Perkara	11.5%
13	Gangguan Pihak Ketiga	- Perkara	0.0%
14	Tidak Ada Keharmonisan	155 Perkara	16.2%
15	Lain-Lain	114 Perkara	11.9%
Jumlah Total		956 Perkara	100.0%

(Sumber: Pengadilan Agama Trenggalek)

Data urutan empat besar faktor penyebab perceraian tertinggi di Pengadilan Agama Trenggalek sama dengan urutan empat besar di Pengadilan Agama Jakarta Utara, yaitu sebagai berikut: urutan pertama faktor lain-lain, urutan kedua tidak ada keharmonisan, urutan ketiga tidak ada tanggung jawab, dan urutan keempat adalah faktor ekonomi.

Tabel 5 Urutan Empat Tertinggi Faktor Penyebab Perceraian di Empat Pengadilan Agama

Pengadilan Agama				
Rank	Banyumas	Jakarta Utara	Sleman	Trenggalek
1	Ekonomi	Lain-lain	Tak harmonis	Lain-lain
2	Tak harmonis	Tak harmonis	Tak tanggung jwb	Tak harmonis
3	Tak tanggung jwb	Tak tanggung jwb	Kekejaman jasmani	Tak tanggung jwb
4	Lain-lain	Ekonomi	Pihak ketiga	Ekonomi

Dari urutan empat tertinggi faktor penyebab perceraian di empat pengadilan agama, hanya Pengadilan Agama Trenggalek yang faktor penyebab perceraian ekonomi tidak termasuk empat besar. Sementara faktor penyebab perceraian tidak ada keharmonisan dan tidak ada tanggung jawab masuk dalam urutan tiga tertinggi di empat pengadilan.

Dari empat Pengadilan Agama, tiga peringkat teratas faktor penyebab perceraian secara berturut-turut sebagai berikut: pertama faktor ketidakharmonisan dalam keluarga, kedua faktor tidak ada tanggung jawab, dan yang ketiga adalah faktor ekonomi. Memang faktor tidak ada tanggung jawab dan faktor ekonomi merupakan penyebab perceraian yang dominan, namun hal ini dapat ditanggulangi jika ada keharmonisan dalam keluarga. Tidak dapat disangkal juga faktor tidak ada tanggung jawab dan faktor ekonomi dapat mengakibatkan ketidakharmonisan dalam keluarga. Oleh karena itu, tulisan ini membahas upaya untuk membangun keluarga yang harmonis. Upaya untuk membangun keluarga yang harmonis yang akan dibahas dalam tulisan ini hal-hal yang perlu dipahami oleh setiap pasangan, mulai dari sebelum mereka menikah dan selama perjalanan pernikahan. Setiap pasangan perlu memahami bahwa pria dan wanita itu berbeda dan dalam setiap hubungan atau interaksi mereka perlu merespon secara asertif.

## Perbedaan Pria dan Wanita

Sebagian besar wanita berpendapat bahwa pria adalah makhluk yang susah dimengerti. Begitu juga sebaliknya, pria juga menganggap wanita sering kali sulit dipahami. Sebenarnya hal ini wajar saja, karena pria dan wanita memang sangat berbeda satu sama lain. Otak pria dan wanita memiliki struktur dan cara kerja yang berbeda.

Menurut Gray (2008), pria dan wanita itu berbeda. Ia mengatakan Pria dari Mars, Wanita dari Venus dengan masing-masing mempunyai ciri atau sifat yang berbeda. Hal ini sejalan dengan yang

ditulis oleh Ananda (2013) yang melansir perbedaan-perbedaan di bawah ini dari Your Tango (11/02). Inilah perbedaan-perbedaan yang perlu dipahami oleh setiap pasangan.

Kata-kata versus tindakan; wanita lebih pintar berkomunikasi dibandingkan pria. Fokus mereka adalah menemukan solusi yang bisa diterima oleh semua pihak. Mereka pintar menggunakan kata-kata dan gestur seperti emosi, empati, dan nada suara. Sementara itu, pria lebih berorientasi pada tugas. Mereka sedikit bicara dan banyak bertindak. Pria susah memahami emosi yang tidak dibicarakan. Itulah alasan terkadang pria dan wanita sulit berkomunikasi, dan cara pria berinteraksi dengan sesama pria berbeda dengan ketika wanita berinteraksi sesama wanita.

Dua bagian otak kanan versus otak kiri; peneliti membuktikan bahwa pria lebih baik ketika menggunakan otak kiri mereka dibandingkan wanita yang biasanya memproses menggunakan dua bagian otak. Pria memiliki kekuatan ketika menggunakan otak bagian kiri dan mencari solusi masalah. Sementara wanita cenderung menyelesaikan masalah secara kreatif.

Kemampuan matematika; terdapat salah satu bagian pada otak yang dinamakan inferior-parietal lobule (IPL). Pada pria bagian ini lebih besar dibandingkan wanita, terutama pada otak bagian kiri. Bagian ini berhubungan dengan kemampuan matematika. Itulah sebabnya pria lebih jago dalam hal teknis dan matematis dibandingkan wanita.

Cara bereaksi terhadap stres. Dalam situasi stres, pria memiliki respons "hadapi atau kabur" sementara wanita lebih merespons dengan strategi berteman. Psikolog Shelly E Taylor mengungkapkan bahwa pria lebih agresif ketika menghadapi stres atau masalah, sementara wanita lebih mengutamakan menjaga diri mereka serta orang lain. Hal ini disebabkan oleh hormon berbeda yang dihasilkan oleh pria dan wanita. Ketika mengalami stres, tubuh akan mengeluarkan hormon oxytocin untuk meredakan stres. Testosteron yang dimiliki oleh pria mengurangi kadar hormon oxytocin yang dihasilkan tubuh, sehingga mereka masih merasa stres. Sementara hormon estrogen pada wanita bereaksi dengan mendukung hormon oxytocin, sehingga wanita merasa tenang.

Bahasa; dua bagian otak yang berkaitan dengan kemampuan berbahasa terbukti lebih besar pada wanita dibandingkan pria. Tak heran jika banyak wanita yang berhasil dalam bidang yang berkaitan dengan bahasa. Dalam hal kesehatan hal ini membuat wanita lebih cepat pulih ketika mengalami stroke, karena stroke mempengaruhi daerah yang berkaitan dengan bahasa tersebut.

Emosi; perbedaan paling besar antara pria dan wanita adalah dalam hal emosi. Wanita memiliki sistem limbik yang lebih besar dari pria. Ini membuat wanita lebih mudah terpengaruh oleh perasaan dan lebih baik dalam mengungkapkan pikiran dan perasaan mereka. Tak heran jika wanita bisa berhubungan secara mendalam dengan sesama wanita atau orang lain yang mereka sayangi. Sayangnya, kelebihan dalam sistem limbik ini membuat wanita lebih mudah depresi, terutama ketika produksi hormon mereka meningkat.

Ukuran otak; ukuran otak pria lebih besar daripada wanita, sekitar 11-12 persen. Ini tidak ada hubungannya dengan kecerdasan, namun ini bisa menjelaskan adanya perbedaan ukuran tubuh pria dan wanita. Pria membutuhkan otak yang lebih besar untuk mengontrol tubuh dan otot yang lebih besar pula.

Rasa sakit; pria dan wanita merespons rasa sakit dengan cara yang berbeda. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa wanita membutuhkan lebih banyak morfin untuk mengatasi rasa sakit yang sama dengan pria. Selain itu, wanita juga lebih cepat mengungkapkan rasa sakit dan mencari pengobatan dibandingkan dengan pria.

Dalam otak, terdapat area yang berhubungan dengan rasa sakit, disebut *amygdala*. Pada pria bagian *amygdala* yang aktif adalah sebelah kiri, sementara pada wanita sebelah kanan. Untuk itu,



wanita bereaksi lebih intens terhadap rasa sakit, meski mereka sebenarnya bisa menahan rasa sakit yang lebih besar dari pria (misalkan ketika melahirkan).

Dari penjabaran tersebut, jelas bahwa wanita dan pria memang sangat berbeda. Namun perbedaan tersebut ada agar pria dan wanita bisa saling melengkapi satu dengan lain. Karena perbedaan-perbedaan tersebut, reaksi terhadap suatu masalah juga berbeda. Hal ini perlu dipahami dan direspons secara positif.

Perlu dipahami juga oleh kaum wanita seperti yang diuraikan Gray (2008). Ada saatnya pria tidak ingin diganggu dan biasanya ia tak mau berbicara, ia perlu waktu untuk dapat mengatasi masalahnya sendiri, dalam hal demikian pria sedang masuk ke gua. Masuk ke dalam gua terjadi bila pria mengalami ketegangan jiwa dan berusaha memecahkan kesulitannya sendiri. Jika wanita tidak memahami hal ini, wanita merasa tidak diperhatikan atau tidak didengarkan. Sering wanita merasa salah tingkah dan bertanya-tanya apakah kesalahannya. Pada saat pria sedang masuk ke gua, ia akan sulit keluar jika wanita cerewet dan tidak memahaminya atau mengolok-oloknya. Akibatnya, pria akan makin marah dan tetap dalam gua.

Sikap yang harus ditunjukkan oleh wanita ketika pasangannya sedang masuk ke dalam gua yaitu pahami kebutuhannya untuk menyendiri, tak perlu berusaha membantu memecahkan masalahnya dengan menawarkan pemecahan-pemecahan, tak perlu memberi perhatian dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan mengenai perasaannya, jangan duduk di depan pintu “gua” dan menunggunya keluar, tak perlu merisaukan dan merasa kasihan kepadanya, lakukanlah sesuatu yang menyenangkan Anda bahagia.

## **Pentingnya Komunikasi Asertif**

Dalam keluarga antara suami istri juga dengan anak-anak terjadi komunikasi yang terdapat pertukaran, pengiriman, dan penerimaan pesan. Kadang kala pesan yang dikirim oleh suami tidak disepakati oleh istri atau pesan suami tidak sesuai dengan harapan istri atau sebaliknya. Dalam situasi seperti ini, maka si penerima memiliki tiga pilihan dalam merespons pesan pengirim, yaitu *passive communication* (respons pasif), *agresive communication* (respons agresif), atau *assertive communication* (respons asertif).

Respons pasif bertujuan untuk menghindari konflik dengan cara apapun. Orang yang pasif atau tidak asertif akan mengatakan hal-hal yang tidak sesuai dengan hal yang mereka pikirkan karena takut orang lain tidak setuju. Individu yang pasif bersembunyi dari orang lain dan menunggu orang lain untuk memulai percakapan. Mereka meletakkan kepentingan atau keinginan orang lain di atas dirinya. Dalam suatu hubungan dengan orang lain, mereka cenderung gelisah, khawatir terhadap reaksi orang lain kepada mereka dan memiliki kebutuhan yang tinggi untuk disetujui. Mereka terhambat dalam mengungkapkan diri, dikuasai rasa takut, bersalah, tertekan, cenderung bereaksi di belakang.

Respons agresif, jika terjadi ketidaksepahaman atau konflik individu yang agresif ingin selalu menang dengan cara mendominasi atau mengintimidasi orang lain. Orang yang agresif memajukan kepentingannya sendiri atau sudut pandangnya sendiri dan tidak peduli terhadap perasaan, pemikiran, dan kebutuhan orang lain. Menggunakan segala cara, verbal dan nonverbal, misalnya sinisme, kekerasan. Orang yang agresif jujur dan terbuka namun cara mengungkapkan perasaan tidak tepat, cenderung memaksakan kehendak, diliputi rasa marah, menyalahkan, ingin menjatuhkan orang lain, menimbulkan ketegangan, rasa sakit, cemas, dan salah.

Jika suami istri dalam berkomunikasi dan mengalami perbedaan pendapat atau tidak sepaham dengan pesan yang disampaikan atau terjadi konflik, lalu mereka menggunakan respons pasif, akan

terjadi ketidakjujuran dan salah satu pihak tertekan dan menimbulkan ketidakbahagiaan. Di pihak lain jika mereka menggunakan respons agresif dalam berkomunikasi, akan selalu terjadi pertengkaran. Pertengkaran demi pertengkaran akan menimbulkan keretakan keluarga. Jika hal ini berlanjut, mereka mengatakan tidak ada keharmonisan, dan dapat mengakibatkan perceraian.

Sebenarnya hal tersebut dapat dihindari jika kedua belah pihak mau belajar memberikan respons yang asertif. Definisi tentang pengertian asertif menurut dua orang ahli sebagai berikut. Menurut Davis (1991) perilaku asertif adalah perilaku yang mengarah langsung kepada tujuan, jujur, terbuka, penuh percaya diri, dan teguh pendiriannya. Sedangkan menurut Mulvani (1989) perilaku asertif adalah perilaku pribadi menyangkut emosi yang tepat, jujur, relative terus terang, tanpa perasaan cemas dengan orang lain. (dalam Anonim, 2012)

Komunikasi asertif dalam membangun keluarga yang harmonis adalah hal yang penting. Dalam komunikasi asertif kedua belah pihak selain memerhatikan kebutuhan dan perasaan diri sendiri, mereka juga menghargai hak orang lain, percaya, menghormati diri dan orang lain, menekankan penyelesaian masalah secara efektif, berani mengungkapkan pikiran, perasaan, kebutuhan, hak pribadi, dengan memerhatikan pikiran, perasaan orang lain.

Ketika seseorang mampu menyatakan hal yang diinginkan atau menjelaskan kebutuhan, secara alami orang tersebut akan lebih menyenangkan saat berurusan dengan pasangan. Berterus terang lebih baik daripada memulai argumen yang menyulut, lebih baik menjelaskan kepada pasangan hal yang diinginkan, pikirkan, atau rasakan. Pasangan juga perlu meluangkan waktu mengomunikasikan secara asertif perasaan atau hal yang akan dilakukan daripada memendam perasaan sampai meledak. Perilaku asertif juga perlu diterapkan untuk mengubah keluhan menjadi permintaan.

## SIMPULAN

Keluarga yang harmonis merupakan lingkungan yang terbaik bagi individu untuk dapat membentuk kepribadian yang sehat. Kepribadian yang sehat dan keluarga yang sehat sangat diperlukan dalam membangun masyarakat yang sehat yang pada akhirnya diperlukan dalam membangun bangsa. Pada kenyataannya banyak pasangan suami istri belum mampu mengupayakan keluarga yang harmonis sehingga mereka mengakhiri perkawinan mereka dengan perceraian. Penyebab perceraian pada umumnya karena tidak ada keharmonisan dalam keluarga. Untuk mengupayakan keharmonisan dalam keluarga, sebelum menikah dan selama hidup perkawinan pasangan perlu memahami perbedaan antara pria dan wanita dan belajar merespons secara asertif. Jika pasangan mampu memahami perbedaan di antara mereka dan menyikapinya secara positif dan selalu berkomunikasi secara asertif, niscaya perkawinan dapat diselamatkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, K. S. (2013). Diakses dari *8 Perbedaan penting antara pria dan wanita* <http://www.merdeka.com/gaya/8-perbedaan-penting-antara-pria-dan-wanita.html>
- Anonim. (2012). Diakses dari <http://arsip.uui.ac.id/files//2012/08/05.2-Bab-21.pdf>.
- Bayu. (2013). *Tahun 2012 Perceraian Di Indonesia Meningkat!* Diakses dari <http://jakartamagazine.com/tahun-2012-perceraian-di-indonesia-meningkat/>

- De Janasz S C, K.O., Schneider B.Z. (2009). *Interpersonal Skills in Organization, 3th edition*. Singapore: Mc. Graw Hill
- Gray, J. (2008). *Men are from Mars, Women are from Venus*. Cetakan ke-18. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Haryanto. (2011). *Pengertian Perceraian*. Diakses 30 September 2013 dari <http://belajarpsikologi.com/pengertian-perceraian/>
- Manan, A. (2001). Problematika Perceraian Karena Zina dalam Proses Penyelesaian Perkara di Lingkungan Peradilan Agama. *Jurnal Mimbar Hukum, Al-Hikmah & DITBINBAPERA*. No 52 Th XII, hlm. 7. Jakarta
- Pengadilan Agama Banyumas. *Faktor Penyebab Perceraian 2012*. Diakses dari <http://www.pa-banyumas.go.id>
- Pengadilan Agama Jakarta Utara. *Faktor Penyebab Perceraian Tahun 2012*. Diakses dari <http://www.pa-jakarta Utara.go.id>
- Pengadilan Agama Sleman. *Faktor Penyebab Perceraian Tahun 2012*. Diakses dari <http://www.pa-sleman.go.id>
- Pengadilan Agama Trenggalek. *Faktor Penyebab Perceraian Tahun 2012*. Diakses dari <http://www.pa-trenggalek.go.id>