

JOURNAL OF MUSLIM COMMUNITY HEALTH (JMCH)

Penerbit: Program Pascasarjana Kesehatan Masyarakat

Journal Homepage:

<https://pasca-umi.ac.id/index.php/jmch/about>

Original Article

Gangguan Psikologis Pada Istri Yang Diselingkuhi Di Kabupaten Polewali Mandar

*Relawati¹, Andi Asrina², Andi Nurlinda²

¹*Puskesmas Pelitakan, Polewali, Mandar*

²*Magister Kesehatan Masyarakat, Program Pascasarjana, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia*

*Email corresponding author: relawatirachman29@gmail.com

Alamat: Polewali Mandar

Hp: +6285299885799

ABSTRACT

Background: Someone who is a victim of infidelity has the potential to suffer from mental illness, depression and anxiety is greater than those who have never been cheated on. Depression is the beginning of the arrival of various physical ailments. This study aims to explore in depth, analyze and assess psychological disorders and metabolic syndrome in women who are victims of infidelity.

Methods: This study uses a quasi-qualitative method with a phenomenological approach. The informants consisted of 4 main informants, 3 supporting informants, and 1 key informant. Data were obtained through in-depth interviews and observations equipped with research instruments in the form of a sphygmomanometer, scales, field notes, recording devices, cameras, and interview guidelines. Data analysis techniques include data collection, data reduction and drawing conclusions. The data validity techniques include source triangulation, time triangulation, and technical triangulation.

Results: Women who are victims of infidelity have psychological disorders in the form of: stress, anxiety, feelings of sadness, crying, emotions, anger, disappointment, and choose to lock themselves up, lack confidence, feel inferior, and feel ashamed.

Conclusions and Suggestions: It can be concluded that women who are victims of infidelity experience psychological disorders. Based on the impact of the case, it is hoped that women who are victims of infidelity can build a good quality relationship with their husbands, and for families, it is hoped that they can provide support for victims of infidelity so that victims do not get lost in grief.

Keywords: *Psychological; Metabolic Syndrome; Female; Affair*



ABSTRAK

Latar Belakang: Seseorang yang menjadi korban perselingkuhan memiliki potensi menderita penyakit mental, depresi dan kecemasan lebih besar daripada mereka yang belum pernah diselingkuhi. Depresi inilah yang menjadi awal mula datangnya berbagai penyakit fisik. Penelitian ini bertujuan untuk menggali secara mendalam, menganalisis dan mengkaji gangguan psikologis dan sindrom metabolik pada perempuan korban perselingkuhan.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode quasi kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Informan terdiri atas 4 informan utama, 3 informan pendukung, dan 1 informan kunci. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dan observasi dilengkapi dengan instrumen penelitian berupa tensimeter, timbangan, catatan lapangan, alat perekam, kamera, dan pedoman wawancara. Teknik analisis data meliputi pengumpulan data, reduksi data dan penarikan kesimpulan. Adapun teknik keabsahan data diantaranya adalah triangulasi sumber, triangulasi waktu, dan triangulasi teknik.

Hasil penelitian: Perempuan korban perselingkuhan memiliki gangguan psikologis berupa: stress kecemasan, perasaan sedih, menangis, emosi, marah, kecewa, serta memilih untuk mengurung diri, kurang percaya diri, minder, dan merasa malu.

Kesimpulan dan Saran: Dapat disimpulkan bahwa perempuan korban perselingkuhan mengalami dampak yakni gangguan psikologis. Berdasarkan dampak dari kasus tersebut diharapkan bagi perempuan korban perselingkuhan agar dapat membangun kualitas hubungan yang baik dengan suami, dan bagi keluarga diupayakan agar dapat memberi dukungan bagi korban perselingkuhan sehingga korban tidak larut dalam kesedihan.

Kata Kunci: Psikologis; Sindrom Metabolik; Perempuan; Perselingkuhan;

LATAR BELAKANG

Setiap orang menghendaki kehidupan normal dan dapat diterima dalam kehidupan sosial. Manusia secara kodrati mengikuti aturan-aturan kehidupan masyarakat, termasuk aturan dalam kehidupan berkeluarga, namun lingkungan pergaulan, jabatan, status sosial, dan pengalaman dapat mengubah seseorang. Perkembangan teknologi dan aktivitas yang semakin padat membuat kegiatan diluar rumah semakin meningkat sehingga komunikasi antara pasangan berkurang sebaliknya intensitas pertemuan dengan rekan kerja dan orang lain semakin meningkat. Keadaan ini memicu tingkat rasa nyaman dan suka terhadap orang lain menjadi lebih besar dibandingkan dengan pasangan sehingga timbul namanya perselingkuhan. Laki-laki lebih banyak bekerja di luar rumah sehingga peluang perselingkuhan lebih besar pada pria, sebuah studi menunjukkan bahwa lebih banyak perselingkuhan dilakukan oleh kaum pria sementara wanita hanya 10%. Perselingkuhan yang dilakukan oleh kaum pria didasari kepentingan mendapatkan kepuasan tersendiri (Muhajarah, 2016).

Perselingkuhan dapat dikategorikan sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri yaitu upaya mempertahankan keseimbangan diri dalam menghadapi tantangan kebutuhan diri. Kebutuhan-kebutuhan yang tidak tercapai dalam keluarga akan dicapai pemenuhannya secara semu dengan cara berselingkuh. Cara berselingkuh seolah-olah masalah yang dihadapi dan akan terselesaikan sehingga memberikan keseimbangan untuk sementara waktu. Namun, karena cara itu merupakan cara yang semu dan tidak tepat, maka yang terjadi adalah timbulnya masalah baru yang menuntut suatu pemecahan (Ma'rifah, 2019).

Perselingkuhan yang dilakukan oleh suami memberikan dampak negatif yang amat besar bagi istri dan berlangsung jangka panjang. Berbagai perasaan negatif seperti marah, sedih, kecewa, merasa tidak berharga, dikhianati dan benci, dirasakan secara intens oleh istri. Keinginan untuk bercerai biasanya akan muncul pada awal-awal terbukanya perselingkuhan. Istri yang awalnya amat percaya pada kesetiaan suami kemudian berubah menjadi seseorang yang sangat pencuriga, berusaha mengetahui setiap langkah suaminya setiap hari. Hal ini dapat menimbulkan dampak psikologis maupun psikis seperti perasaan sakit hati kemarahan yang luar biasa, depresi, kecemasan, perasaan tidak berdaya, dan kekecewaan yang amat mendalam (Adam, 2020).



Perempuan yang mengetahui, suaminya berselingkuh akan mengalami emosi yang mengguncang kestabilan jiwanya. Keguncangan jiwa seorang perempuan dialami secara bertahap. Tahap pertama syok karena sulit mempercayai kenyataan yang terjadi. Tahap kedua, akan timbul rasa marah dan kecewa. Pada Tahap ini sasaran amarah perempuan adalah pasangan selingkuh suaminya. Tahap ketiga adalah tahap penyesalan, dimana seorang perempuan akan menyalahkan dirinya sendiri, dia akan menelaah dirinya kemudian menyadari kekurangan dia sebagai seorang istri. Pada Tahap inilah akan timbul depresi yang berkepanjangan bagi si perempuan karena dia telah kehilangan kepercayaan dirinya.

Perempuan akan mengalami dua pilihan yaitu tetap bertahan dengan keadaan suami berselingkuh atau pergi meninggalkan suami dalam arti bercerai (Adam, 2020). Perempuan yang memilih bertahan karena tidak berdaya secara ekonomi atau malu predikat janda akan merasa tertekan, stress, depresi dalam waktu yang cukup lama. Rasa sakit hati yang amat mendalam membuat mereka menjadi orang-orang yang amat pemaarah, tidak memiliki semangat hidup, merasa tidak percaya diri (Synder, Baucom, dan Gourdon, 2008, Hargave 2008 dalam Ginanjar 2009). Medical Daily melaporkan bahwa seseorang yang jadi korban perselingkuhan memiliki potensi menderita penyakit mental depresi dan kecemasan lebih besar daripada mereka yang belum pernah diselingkuhi. Sekalipun sudah ada kata maaf dari masing-masing pihak, rasa sakit yang dirasakan oleh korban perselingkuhan bisa sangat menyiksa dalam batinnya. Rasa sedih karena penghianatan dapat memicu stress bekepanjangan. Berdasarkan observasi awal telah ditemui 3 orang perempuan korban perselingkuhan. Ditemukan 2 orang yang memiliki stress, kecemasan dan depresi yang sangat parah; dan 1 orang ada yang mengalami stress sedang, kecemasan dan depresi yang parah.

Perselingkuhan mengakibatkan gangguan psikologis seperti merasa bingung, pelupa, marah, kesal, khawatir, takut yang tidak biasa, sedih, putus asa, tidak mampu mengatasi stress (Diyah, 2019). Perselingkuhan bukan hanya menyebabkan gangguan kesehatan tetapi juga menjadi penyebab utama perceraian. Hartanto, dkk (2019) menyebutkan penyebab utama terjadinya perceraian adalah faktor ekonomi dan perselingkuhan. Perselingkuhan merupakan pemicu perceraian urutan kedua dengan kasus sebanyak 20.199 kasus. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Tahun 2016, Jumlah keseluruhan kasus perceraian di Indonesia adalah 365.633 kasus. Jawa Timur menempati urutan tertinggi dengan jumlah sebanyak 86.491 kasus, menyusul Jawa Barat dengan jumlah 75.001 kasus, dan pada urutan ketiga ditempati Jawa Tengah dengan jumlah 71.373 kasus. Sementara, urutan keempat adalah provinsi Sulawesi Selatan dengan jumlah sebanyak 12.668 kasus. Menurut Takariawan (2015), 90% kasus perceraian di Makassar terjadi akibat perselingkuhan.

Perselingkuhan bukan hanya terjadi di kota besar akan tetapi juga di kota kecil termasuk Kabupaten Polewali Mandar. Bahkan Kabupaten Mandar merupakan salah satu kabupaten yang memiliki kasus perceraian yang cukup tinggi di Sulawesi, yang salah satu penyebabnya adalah perselingkuhan. Data dari Pengadilan Agama Kelas I B Polman terkait kasus perceraian sepanjang tahun 2019 berjumlah 349 kasus. Jumlah tersebut sudah termasuk cerai talak dan cerai gugat. Pada tahun 2020, data kasus perceraian dari Pengadilan Agama Negeri (PAN) Kabupaten Polewali Mandar mencapai 455 kasus. Data tersebut dihimpun mulai Januari hingga bulan Oktober, dengan jumlah kasus tersebut. Sebanyak 251 diantaranya disebabkan perselisihan secara terus-menerus yang dipicu dari KDRT, poligami bahkan perselingkuhan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian quasi kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dengan maksud mengeksplorasi mengenai Gangguan Psikologis Dan Sindrom Metabolik Pada Istri Yang Diselingkuhi Di Kabupaten Polewali Mandar dengan menggunakan teknik observasi,



wawancara mendalam, dan dokumentasi selama pengumpulan data. Jumlah penelitian ini sebanyak 4 informan utama, 3 informan pendukung, dan 1 informan kunci.

Penelitian ini dilakukan di Kabupaten Polewali Mandar. Peneliti memilih lokasi tersebut karena merupakan salah satu Kabupaten yang memiliki tingkat kasus perceraian terbanyak yang ada di Sulawesi, dimana kasus perceraian tersebut disebabkan karena perselingkuhan. Pengumpulan data dalam penelitian ini dimulai pada bulan Maret hingga bulan Juni Tahun 2021. Instrumen penelitian ini adalah peneliti sendiri yang dilengkapi dengan catatan lapangan, alat perekam, kamera, dan pedoman wawancara.

HASIL

Informasi Gangguan Psikologis

Gangguan psikologis adalah penyakit yang memengaruhi emosi, pola pikir, dan perilaku penderitanya. Ada banyak faktor yang bisa memicu terjadinya gangguan psikologis, mulai dari menderita penyakit tertentu sampai mengalami stress akibat peristiwa traumatis, salah satunya adalah diselingkuhi. Gejala dan tanda gangguan psikologis dapat berupa gangguan emosi, pola pikir dan perilaku seperti yang dialami oleh Ny.Hj.N dimana informan kini mengalami gangguan emosi dan perilaku yang ditandai dengan kondisi yang tampak merasa sedih dengan menangis setiap kali dimintai keterangan. Adapun salah satu penyebab hal tersebut karena perasaan sakit yang dirasakan akibat perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Ny.Hj.N tidak lagi mampu mendeskripsikan apa yang dirasakan akibat sakit hati yang begitu dalam. Ny.Hj.N mengungkapkan terkait pernikahan yang dilakukan oleh suaminya dengan perempuan lain, seperti petikan wawancara berikut:

Tidak baik, tidak tau apa yang kurasakan... nyawaku mami tidak keluar na tidak matika' karena papinya sudah lagi menikah di Kendari... (Ny.Hj. N, 42 tahun, 19 Maret 2021)

Hasil wawancara mendalam terkait pemicu gangguan psikologis yang dialami oleh perempuan korban perselingkuhan juga dialami oleh beberapa informan lainnya. Salah satunya adalah informan dengan inisial Ny.I, Ny.I awalnya menghindari pada saat dimintai keterangan tentang kondisi rumah tangganya secara mendalam. Ny.I hanya memberikan informasi singkat bahwa mungkin suaminya berselingkuh. Namun, setelah sering berkomunikasi melalui telephone lalu kembali janji bertemu untuk wawancara, akhirnya Ny.I mulai terbuka tentang apa yang dirasakannya pasca perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Ny.I mencurahkan isi hatinya dengan mimik wajah yang tampak cemas. Setiap bercerita tatap muka, Ny.I tidak pernah meneteskan air mata, namun pada saat wawancara melalui telephone, Ny.I selalu menangis. Ny.I mengungkapkan terkait kondisi wajahnya yang tidak cantik lagi sehingga menjadi salah satu alasan suaminya berselingkuh.

Adapun informan lainnya juga mengalami kondisi serupa. Ny.D mengungkapkan bahwa pasca perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya, suasana hati Ny.D sering tidak baik sehingga Ny.D lebih memilih menghabiskan waktu diluar rumah. Kutipan wawancara oleh Ny.D diungkapkan dengan kondisi yang kurang baik dibuktikan dengan intonasi suara yang tidak semangat pada saat bercerita. Berikut kutipan wawancaranya:

Baikji bu... suasana hatiku ji sering tidak baik... selaluka' mau marah kalo di rumah, makanya lebih enak ku rasa kalo gaulka di cafenya temanku apa' santai maki diaa... makan apa dimau, ada jus buah, banyak makanan... hilang stress kurasa... (Ny.D, 27 tahun, 27 April 2021)



Hasil wawancara lainnya juga menampilkan kondisi serupa. Ny.R mengalami gangguan psikologis berupa perasaan rendah diri. Ny.R berkeluh kesah sambil memilin-milin jari tangannya. Ny.R mengungkapkan kondisinya, saat ini Ny.R sudah tidak kuat lagi bekerja namun karena tanggung jawab, Ny.R tetap memilih untuk bekerja. Ny.R bercerita dengan ekspresi wajah murung dan sedih. Berikut kutipan wawancaranya :

Kabarku seperti biasa dek, masuk kantor setiap hari... padahal kadang maka tidak kuat kerja... tapi yaaa tanggung jawab... terhibur juga kalo sama teman-teman... Ny.R, 52 tahun, 15 Maret 2021)

Ungkapan selanjutnya terkait sejak kapan informan mengetahui perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Beberapa informan pada saat wawancara pertama dan kedua, salah satunya adalah Ny.Hj.N belum ingin terbuka, namun pada saat wawancara ke tiga, Ny.Hj.N sudah leluasa bercerita walaupun sambil menahan air mata. Ny.Hj.N mengungkapkan bahwa beberapa waktu yang lalu suaminya memang lebih sering beraktivitas mengurus proyek di lokasi lain dengan jangka waktu yang lama. Ny.Hj.N bercerita dengan kondisi yang tidak bergairah akibat gangguan kesehatan yang dialami. Berikut kutipan wawancaranya:

Waktu bulan 12 tahun lalu... lama memang tidak pulang., ke Kalimantan terus ke Kendari urus proyeknya... ada yang kirimkanka videonya waktu menikah bulan 2 (2021)... jadi kutanyakan, na jawab jujur karena sudahka' juga bicara sama itu perempuan, nakasi bicaraka' lewat telfon, mengaku sudah nikah siri... (Ny.Hj. N, 42 tahun, 19 Maret 2021)

Informan lainnya juga mengalami kondisi serupa Salah satunya adalah Ny.I, Ny.I tidak lagi bersemangat sejak mengetahui perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Sejak saat itu, Ny.I merasa hancur dan selalu ingin marah. Ny.I mengungkapkan bahwa dengan alasan bisnis, suaminya kini jarang lagi pulang kerumah. seperti kutipan wawancara berikut:

Jarang-jarang memang pulang karena bisnisnya di Pinrang, tapi kalo pulang paling 1-3 hari berangkat lagi... 2018 ku tau kalo ada perempuan na suka-suka karena selalu kudapat telfon WAnyanya juga... tapi yaa kembali lagi karena sudah minta maaf...(Ny.I, 46 tahun, 19 Maret 2021).

Ungkapan lainnya juga dikemukakan oleh Ny.D terkait sejak kapan Ny.D mengetahui perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Setelah kejadian tersebut, kesehatan Ny.D menurun. Kini Ny.D sering merasa putus asa dalam menjalani kehidupan. Ny.D mengungkapkan bahwa awal dari berita perselingkuhan suaminya diketahui melalui salah seorang keluarganya namun Ny.D merasa apatis akan hal tersebut karena merasa bahwa rumah tangganya baik-baik saja.. Berikut kutipan wawancaranya:

Ku tau selingkuh suamiku tahun 2019... ada keluargaku kasi tauka pernah naliat keluar masuk kos-kosan putri yang ada dekat rumahku tapi beda lorongji saja dengan lorongku, tapi tidak kupercayai apalagi hamilka tiga bulan waktu itu na... karena baik-baikji rumah tanggaku, suamiku juga jarang keluar rumah lama-lama, ada terusji antar jemputka pi kerja, na bantuka juga urus anakku yang pertama (Ny.D, 27 tahun, 27 April 2021)

Ny D mengetahui suaminya selingkuh pada saat NY D sedang mengandung anaknya yang ke dua. Setelah beberapa bulan lamanya akhirnya suaminya ketahuan berselingkuh karena Ny.D menyaksikan secara lansung suaminya keluar dari salah satu kamar kos-kosan yang berada tidak jauh dari tempat tinggalnya seperti yang diungkapkan berikut ini:



Nanti pi hamil anak ke dua ku masuk tujuh bulan, sayami yang lihat sendiri kudapa'i keluar dari kamar kost waktu pulang kerjaka' naik bentor, masukka dalam kamar kost kudapatmi ada perempuan, ada juga barang-barangnya suamiku, ada helm, handuk, tas ranselnya, sandal, celana... ku tanyami itu perempuan, na mengaku memang bilang ada hubungan sama suamiku... menyusul masuk suamiku, mengelak i... nasuruhka pulang duluan... bertengkar maka disitu, karena itu perempuan (Nn.M) tidak mau disebut pelakor, nabilang ada rencana mau menikah sama suamiku kalo sudahka melahirkan... itu kejadian dua tahunmi (2019). (Ny.D, 27 tahun, 27 April 2021)

Informan lainnya, yaitu Ny.R juga mengungkapkan hal serupa sambil mengusap mata yang mulai berkaca-kaca. Ny.R mengungkapkan bahwa suaminya ketahuan berselingkuh pada saat suaminya mulai terbuka telah bersama dengan perempuan lain. Informan mengungkapkan hal tersebut dengan mimik wajah yang agak tegang dengan nafas dan volume suara yang agak tinggi. Berikut kutipan wawancaranya:

Kulupa tahun berapa? Tapi lamami memang selalu ada cewek-ceweknya tapi yang paling kentara tahun 2016 ada betulan itu perempuan selalu na bawa-bawa sampe harusmi na kawini... terang-terangan bilang lamami baku suka. (Ny.R, 52 tahun, 15 Maret 2021)

Selanjutnya, ungkapan mengenai reaksi informan pada saat mengetahui perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Ny.Hj.N mengungkapkan terkait salah satu kondisi dimana kondisi tersebut menandakan bahwa adanya gangguan psikologis yang dialami. Hal tersebut membuat Ny.Hj.N kini gampang panik dan juga mengalami gangguan makan. Ny.Hj.N mengungkapkan bahwa ia tidak lagi bersemangat pasca kejadian tersebut, seperti kutipan wawancara berikut:

Lansungka tidak semangat, karena begitu memangka' saya, gampangka panik, tidak bisaka menangis, hanya loyo sekalika' kurasa... sampe sekarang susahka makan, apalagi kalo kuingat itu videonya (Ny.Hj. N, 42 tahun, 14 April 2021)

Ungkapan lainnya juga diungkapkan oleh Ny.I terkait reaksi pada saat mengetahui perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Ny.I merasa malu terkait hal ini sehingga Ny.I merahasiakan segalanya dari keluarga guna menjaga keutuhan rumah tangganya di hadapan keluarga dan kerabat. Berikut kutipan wawancaranya:

Masiri-sirika' (malu) bu... marahka' juga karena selama ini selalu ada ceweknya, tidak ku apa-apai ji... barusan ini ada nasuka betulmi kapang (mungkin), tapi tidak tau mauki bikin apa, mauki bilang sama siapa, na saya tidak adami orang tuaku, maluki karena nabilang nanti keluarga masih samaji suaminya na selalumi begitu... jadi ku rahasiakan ji saja. (Ny.I, 46 tahun, 13 April 2021)

Ungkapan lainnya juga dikemukakan oleh informan lainnya. Ny.D menjelaskan reaksi yang dialami pada saat mengetahui perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Ny.D mengungkapkan betapa marahnya ia ketika mengetahui perselingkuhan tersebut tanpa mempedulikan kondisi perutnya yang mulai membesar karena sedang hamil. Berikut kutipan wawancaranya:

Itumi bu... mengamukka di kamar kostnya itu pelakor... tidak kupikirmi perutku, hamilku... bertengarka sama itu perempuan, tidak mau disebut pelakor na ituji na kerja... mau lalo kupukul na nahalangika suamiku. (Ny.D, 27 tahun, 05 Mei 2021)



Reaksi lainnya juga diungkapkan oleh Ny.R pasca mengetahui perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Berikut kutipan wawancaranya:

Maluki' dek, mauki macai (marah) tapi maluki karena tua meki... tidak tau maumi diapai karena terjadinya... pingsanka bede na, nabawa meka ke mantra na di infuska dirumah karena tinggi tensiku... tidak bisa maka makan, tidak bisa tidur... tidak mauka juga waktu datangi mau lihatka' kusuruh pulang... maluki' karena sama-sama tua meki... selalumi tidak normal tensiku sejak itu. (Ny.R, 52 tahun, 25 Maret 2021)

Dua dari empat jumlah informan mengungkapkan perasaan malu pasca kejadian perselingkuhan yang dilakukan oleh suami mereka. Ungkapan selanjutnya terkait upaya informan dalam memperbaiki hubungan dengan suami. Beberapa informan menangis saat diwawancarai, salah satunya adalah Ny.Hj.N, Hy.Hj.N bercerita sambil mengelus-elus dadanya. Ny.Hj.N mengungkapkan upaya perbaikan hubungan dengan cara memaafkan kesalahan suaminya dan berdoa dengan memasrahkan segalanya kepada Allah SWT. Ny.Hj.N cukup merasa lega ketika Ny.Hj.N mengungkapkan kesedihannya dengan orang lain. Berikut kutipan wawancaranya :

Masih selalu ku telfon, ku chat juga... Caca (anak pertama informan, umur 6 tahun) juga selalu video call papinya, jarang sekali mau na jawab... mau jika maafkan i karena tidak mauka' rusak rumah tanggaku, mudah-mudahan sadar i na kembali pulang... belumpi ini ku kasi tau orang tuaku e... berdoa mamika supaya bisa balik hatinya... mau jika selalu ditemani cerita, lega ku rasa kalo sudahka cerita karena tidak tau mau hiburan diri bagaimana, tidak bisaki' juga leluasa keluar rumah karena Aysi (anak bayi informan) masih harus diurus (Ny.Hj. N, 42 tahun, 14 April 2021)

Ungkapan lainnya juga dikemukakan oleh Ny.I. Ny.I merasa malu ketika harus melibatkan orang lain dengan kejadian yang dialami. Ny.I tidak ingin meminta bantuan siapapun. Ny.I lebih memilih untuk mengurus rumah. Berikut kutipan wawancaranya:

Apa mau dibikin... maluki kalo moki pergi minta bantu... dirumah maka saja urus rumah... satuji anakku bu, itumi temanika. Yaaa ku telpon saja suamiku kalo tiga-tiga harimi tidak pulangpi, biasa memang tidak pulang... tapi ini adami perempuan, mungkin tomi sudah nakawini, jadi kalo ditelpon nanti dia yang bicara... na mara-marahji saja' kalo ditanyai... (Ny.I, 46 tahun, 13 April 2021)

Hal lain juga diungkapkan oleh Ny.D. Ny.D mengungkapkan hubungannya yang tidak lagi harmonis pasca perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Ny.D mengungkapkan bahwa Ny.D tidak lagi peduli akan hal tersebut. Ny.D lebih memilih untuk fokus menyenangkan diri agar tidak lagi terbebani dengan luka yang dialami. Berikut kutipan wawancaranya:

Sejak itu hari tidak bagusmi hubunganku sama suami... pulangji ke rumah tapi banyak diam-diam saja bu... natemani jika waktu melahirkan tapi sekarang saya juga tidak terlalu pedulimi... tapi kakakku bantu kasi sadar i, karena akrab i memang... kalo saya tidak ku kuatmi, jadi kalo keluar rumah i lama-lama, saya pergi duduk-duduk di cafenya temanku karena butuhka juga hiburan... tidak taumi ini bagaimana nasibnya rumah tanggaku bu... (Ny.D, 27 tahun, 05 Mei 2021)

Ungkapan lainnya juga dikemukakan oleh Ny.R terkait hal tersebut. Ny.R mengungkapkan bahwa dirinya tidak ingin dimadu sehingga lebih memilih untuk cerai walaupun dirinya merasa malu. Berikut kutipan wawancaranya:



<https://doi.org/10.52103/jmch.v2i4.699>

Sebelum ceraika dek, sudahmi dimediasi sama keluarga besar, pak imam juga hadir itu sebelum menggugatka... maunya dia tidak cerai tapi tetap nakawini itu perempuan juga... aii tidak mauka saya, jadi cerai maka saja... padahal maluki' apa' tua meki, tapi tidak mauka dimadu... marah juga anak-anak (Ny.R, 52 tahun, 25 Maret 2021)

(Ny.R, 52 tahun, 14 Mei 2021)

Ungkapan selanjutnya terkait kondisi hunian informan, apakah hunian ada di rumah pribadi atau berada di kontrakan disertai jumlah hunian dan siapa saja yang membersamai informan dalam hunian tersebut. Ny.Hj.N mengungkapkan bahwa setelah pernikahannya dengan suaminya, ia mencicil rumah hunian di suatu BTN. Ny.Hj.N juga mengungkapkan bahwa ia tinggal bersama anaknya. Berikut kutipan wawancaranya :

BTN ini kucicil e... 1,2/bulan... inimi kasi berpikirka, karena usaha tidak jalanmi sudah dua bulan... sayaji tinggal di sini sama Aysi (anak ke dua informan) yang bantu-bantuka'... (Ny.Hj. N, 42 tahun, 27 Mei 2021)

Ungkapan lainnya juga diungkapkan oleh Ny.I terkait kondisi huniannya saat ini. Ny.I tinggal di rumah sendiri bersama suami dan anaknya berikut kutipan wawancaranya:

Rumah sendiri bu., sama jaka suami sama anakku disini...

Ungkapan selanjutnya terkait hal-hal yang ditakutkan oleh informan. Ny.Hj.N mengungkapkan terkait ketakutannya akan masa depan anak-anaknya. Ny.Hj.N juga mengkhawatirkan kondisinya saat ini yang sering sakit-sakitan dan menyadari bahwa korban dari suatu perceraian akan berdampak pada kehidupan anak-anaknya. seperti pada kutipan wawancara berikut:

Tidak bisaka' bayangkan kalo na ceraika... malu maka sama keluarga di Mamuju karena dulu kesinika tidak memang terlalu disetujui sebenarnya... apami ini mau dibikin, apa' masih kecil anak-anak., jauh tomaki dari keluarga, mana Caca (anak pertama informan) baru masuk sekolah kasian... takutka meninggal karena selalu maka ini sakit-sakitan e... anak-anak saja jadi korban kalo ceraiki...

(Ny.Hj. N, 42 tahun, 27 Mei 2021)

Ungkapan lainnya juga dikemukakan oleh Ny.I terkait hal yang ditakutkan pasca perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Ny.I mengungkapkan perbedaan kondisi kesehatan yang dialami pada saat sebelum dan setelah perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Ny.I merasa takut akan kondisi keuangan keluarga karena selama ini Ny.I merasa bahwa ia tidak tahu mencari nafkah. Berikut kutipan wawancaranya:

Dulu jarangka saya sakit bu... tapi sekarang selaluka sakit... tidak enak makanan dirasa., apami kalo sisara'ki (pisah/cerai) apami anakku torimo' (kasihan), saya tidak tau cari uang (nafkah)... takutka dibilang cerai tapi tidak bisa juga kutahanmi begini...

(Ny.I, 46 tahun, 05 Mei 2021)

Ungkapan lainnya juga dikemukakan oleh Ny.D yang telah terbiasa menjalani hal ini selama tiga tahun dan masih berharap akan rumah tangganya bisa kembali utuh. Berikut kutipan wawancaranya:

Terbiasa maka sudah jalan tiga tahun begini... masih mau jaka kembali rumah tanggaku karena ada anak-anak yang penting dia (suami) juga berubah jadi baik... kalo pale' harus cerai, siap tidak siap harusmi diterima... anak-anakji kasiianki liat i masih kecil-kecil na begitumi bapaknya...



<https://doi.org/10.52103/jmch.v2i4.699>

(Ny.D, 27 tahun, 07 Mei 2021)

Ungkapan lainnya juga dikemukakan oleh Ny.R terkait hal yang ditakuti kedepannya pasca perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Ny.R mengungkapkan kekhawatiran akan masa depan anak-anaknya. Berikut kutipan wawancaranya:

Selaluka merasa kuatir dek., tidak bisa selesaikan kerja kantor kalo ada na suruhkan ka' bosku... mauka kurasa pensiun dini... takutka juga meninggal sebelum menikah semua anak-anakku tiga orang...

(Ny.R, 52 tahun, 07 Juni 2021)

Ungkapan selanjutnya mengenai dukungan keluarga terkait kondisi informan. Ny.Hj.N mengungkapkan bahwa ia tidak melibatkan ibunya dalam masalah rumah tangganya. Selama ini apabila Ny.Hj.N merasa kesulitan untuk memenuhi kebutuhan, Ny.Hj.N hanya meminta bantuan kepada saudara kandungnya yang tinggal di Kabupaten lain, seperti pada kutipan wawancara berikut:

Tidak ku kasi tau mama'ku karena tua mi juga kasian., bapak kan sudah meninggal... kakakku ji ini di Mamuju yang bantu-bantuka nakirimkan uang tiap bulan sejak bulan empat (2021)... dia juga bayarkan waktu di periksaka di Klinik... pernah datang kesini jemput Caca (anak pertama informan) tapi tidak mau terlalu ikut campur karena masih segan sama papinya., na suruh jaka sabar...

(Tn.A, 12 Mei 2021)

Ungkapan selanjutnya terakit upaya/bentuk dukungan yang dilakukan untuk menangani gangguan kesehatan mental yang dialami informan utama. Nn.Ns yang merupakan pengasuh anak dari Ny.Hj.N mengungkapkan bahwa, ketika Ny.Hj.N mengalami gangguan psikologis yang berdampak pada perubahan perilakunya, Nn.Ns hanya menghubungi saudara kandung dari Ny.Hj.N karena hanya saudara kandungnya lah yang bisa memenangkan Ny.Hj.N. Nn.Ns juga mengungkapkan bahwa, apabila Ny.Hj.N mengalami gangguan psikologis, Nn.Ns hanya masuk ke kamar bersama anak Ny.Hj.N. seperti pada kutipan wawancara berikut :

Ku telpon saja kakaknya Hj N yang di Mamuju., karena dia bisa tenangkan i... kita juga bu (informan) lansungki ku chat sejak kita' simpan nomor hp ta... tidak ku tau betul saya apa-apa., tidak na percaya ka juga, jadi masukka saja kamar ku jaga I Aysi (Anak ke-2 informan)... na tolak juga diantarkan makanan kalua sementara begitu...

(Nn.Ns, 06 Mei 2021)

Ungkapan lainnya juga diungkapkan oleh Tn.A yang merupakan informan pendukung dari Ny.D terkait tindakan yang dilakukan apabila Ny.D mengalami perubahan perilaku akibat gangguan psikologis nya. Tn.H mengungkapkan bahwa ia sebagai seorang ayah dan didukung oleh ibunya hanya mengikut dari apa yang menjadi keputusan Ny.D. Berikut kutipan wawancaranya:

Saya sama mamanya ikut saja apa maunya anak (Ny.D)... bagaimana baiknya itumi na pilih... tapi lebih baikmi pisah dari pada tidak tau juga suaminya kemana., istri kemana., tidak pernah kumpul dalam rumah...

(Tn.H, 26 April 2021)

Ungkapan lainnya juga dikemukakan oleh Tn.A yang merupakan informan pendukung dari Ny.R, berikut kutipan wawancaranya:

Saya antar saja kemana ibu mau... ke undangan kalo ada acara keluarga atau pergi ke dokter control tekanannya... kalo tidak kuliah jaka., saya selalu temani biar sampe ke pasar ku antar juga...



(Tn.A, 12 Mei 2021)

Tn.A mengungkapkan bahwa apabila Ny.R mengalami perubahan perilaku akibat dampak dari gangguan psikologis pasca perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya, Tn.A sebagai seorang anak mengantar kemanapun Ny.R ingin pergi demi menghibur dan menguatkan Ny.R (ibunya).

Jadi, gangguan psikologis yang terjadi pada perempuan korban perselingkuhan meliputi beberapa hal diantaranya; anoreksia, depresi, gangguan kecemasan, gangguan adiksi dan skizofrenia.

Table 1. Gangguan Psikologis pada Perempuan Korban Perselingkuhan

Tema	Kode yang muncul
Gangguan psikologis	Stress Kecemasan Perasaan sedih, menangis, emosi, marah, dan kecewa Mengurung diri Kurang percaya diri, minder, dan malu

Berdasarkan hasil penelitian kode yang muncul gangguan psikologis pada perempuan korban perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya membawah dampak psikologis seperti stress dan kecemasan sehingga muncul perasaan sedih, menangis, emosi dan marah. Mengurung diri, hilangnya kepercayaan diri, minder dan malu dengan keadaan rumah tangganya yang terjadi perselingkuhan.

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan pedoman wawancara terkait gangguan psikologis dan syndrom metabolik yang terjadi pada perempuan akibat perselingkuhan, maka secara umum usia informan utama dalam penelitian ini adalah ≥ 42 tahun dan < 52 tahun. Melihat dari segi pekerjaan, informan yang berlatar belakang pekerjaan sebagai Usaha kuliner/catering memiliki mantan suami pekerja kontraktor, informan yang berlatar belakang pekerjaan sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga) memiliki mantan suami dengan latar belakang pekerjaan sebagai Wiraswasta.

Informan yang berlatar belakang pekerjaan sebagai Pegawai Swasta memiliki mantan suami yang berlatar belakang pekerjaan sebagai ASN, dan informan yang juga memiliki latar belakang pekerjaan sebagai ASN memiliki mantan suami dengan latar belakang pekerjaan sebagai Wiraswasta, sehingga apabila jenis pekerjaan ini kemudian dikaitkan dengan kasus perselingkuhan maka diperoleh kesimpulan bahwa seorang wanita dan pria yang merupakan suami istri dengan tingkat pekerjaan, lingkungan dan aktivitas yang cenderung dilakukan di luar rumah dapat menjadi salah satu pemicu adanya kasus perselingkuhan.

Informan pendukung dalam penelitian ini adalah keluarga dan juga kerabat dekat dari informan utama. Adapun Informan Kunci dalam penelitian ini adalah salah satu dokter (tenaga kesehatan) yang ada di RSUD Kabupaten Polewali Mandar.

Gangguan Psikologis

Gangguan psikologis merupakan kondisi yang mempengaruhi pemikiran, keadaan, perasaan, suasana hati dan perilaku. Dalam penelitian ini mengetahui secara mendalam bagaimana gangguan psikologis yang dialami oleh perempuan korban perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya. Untuk

<https://doi.org/10.52103/jmch.v2i4.699>

mengetahui tingkatan dari gangguan psikologis yang dialami oleh informan utama, dilakukan pengukuran kusioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*).

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh data terkait hasil pengukuran DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) didapatkan hasil infroman utama mengalami tingkat gangguan gangguan psikologis dimulai dari stress berat sampai kecemasan berat. Hal ini dipengaruhi reaksi dari setiap informan terhadap suatu masalah yang dialami berbeda-beda.

Pada saat dilakukan pengukuran kusioner DASS pada salah satu informan utama mendapatkan hasil mengalami kecemasan berat. Informan ini pun mengungkapkan pada saat dilakukan wawancara hal ini terjadi bermula dari kejadian suaminya mengirim video pernikahan dengan wanita lain melalui *whatsaap*. Padahal usia pernikahannya saya kurang lebih dari 6 tahun tidak menyangka bahwa suaminya ini akan selingkuh dan menikah dengan wanita lain. Sambil menceritakan informan mengeluarkan air mata mengungkapkan rasa sedihnya dan kecewa sama apa yang telah dilakukan oleh suaminya. Karena tidak ada kabar sebelumnya kalau suaminya lagi dekat dengan wanita lain apalagi berencana untuk menikah lagi.

Informan ini mengungkapkan ketika mengetahui suaminya telah menikah siri dengan selingkuhnya sejak itu pun suaminya memutuskan komunikasi dengannya. Sehingga informan tidak mengetahui keadaan suaminya dan keadaan yang memberatkan lagi suaminya tidak memberikan nafkah lagi kepada informan, ditambah informan baru saja melahirkan anak ke dua yang usianya baru 10 bulan. Informan mengatakan bahwa saya sangat stress dan cemas bagaimana dengan kebutuhan keluarga dan paling utama adalah tumbuh kembang anak-anaknya yang masih kecil tidak didampingi oleh suaminya. Sebelumnya informan mengatakan membuka usaha catering tetapi usaha ini tidak berjalan lancar lagi dikarenakan adanya kasus perselingkuhan dan pernikahan yang dilakukan oleh suaminya. Karena informan selalu berfokus memikirkan masalahnya sampai mengurung diri, tidak mau ketemu dengan orang lain dan tidak mau menyetuh anaknya yang baru usia 10 bulan. Merasakan sangat terpukul dengan kejadian ini dan tidak mudah untuk ada diposisi saat ini.

Pada hari berikunya dilakukan wawancara informan mengungkapkan mencoba untuk bisa menerima kenyataan ini kalau suaminya sudah menikah dengan wanita selingkuhannya dan mau memafaakan suaminya. Informan ini juga mengungkapkan tidak mau mengungat suaminya masih ingin suaminya kembali berkumpul dengannya seperti sediakala. Karena yang terpenting informan berfokus pada kondisi anak-anaknya kedepan karena ketakutakan anaknya tidak dapat didampingi oleh ayahnya dalam masa pertumbuhan mereka.

Dampak yang dialami dari kasus perselingkuhan ini bukan hanya istri sebagai korban perselingkuhan tetapi dampak ini bisa terjadi kepada anak-anak. Salah satu penelitan yang dilakukan Andria Pragholapati, 2020 mengatakan bahwa dalam penepitian pada anak-anak yang orang tua bercerai akibat kasus perselingkuhan. Dalam penelitiannya anak-anak sebagai kasus perceraian orang tua mengungkapkan sering kali menjadi korban kekerasan karena luapan sakit hati yang dirasakan oleh salah satu orang tuanya dan juga anak akan merasa sedih, marah, bingung, dan dapat dipermalukan dan tidak ada perlindungan dari keluarga. Hal inilah yang tidak mau terjadi pada anak-anak informan sehingga infroman memilih mempertahankan rumah tangganya dan tidak mau bercerai dari suaminya sekalipun masih memiliki rasa beci terhadap suaminya.

Salah satu teori yang kemukakan oleh Gifari mengatakan kecenderungan terjadi perselingkuhan karena dipengaruhi oleh beberapa faktor yang pertama karena ada peluang dan kesempatan seperti urusan pekerjaan antara pimpinan dan bawanya yang memiliki intesitas yang sering bertemu. Kedua karena kurang komunikasi yang intens dan hubungan jarak jauh sehingga salah satu pasangan mencari kenyamanan ditempat lain. ketiga karena hanya memuaskan nafsu atau sifatnya seks merasa pasangannya sudah tidak menarik atau tidak memuaskan dirinya. Akibat dari beberapa faktor sehingga muncul perselingkuhan (Muhajarah Kurni, 2016).



Informan mengungkapkan terlintas dipemikiranya untuk bercerai dari suaminya karena merasa terkhiati kedua kalinya suaminya berselingkuh. Tetapi informan merasa tidak mampu melakukan hal itu karena merasakan kalau bercerai siapa yang nanti menafkai anak-anaknya dan memenuhi kebutuhan keluarganya. Sisi lain informan mengatakan bahwa hanya lulusan SMP dan tidak memiliki kemampuan apa-apa sebagai modal untuk bekerja, sehingga informan memilih mempertahankan rumah tangganya sekalipun muncul perasaan sedih, marah, kecewa, dan emosi terhadap suaminya. Tetapi karena tuntutan kebutuhan informan memilih mempertahankan rumah tangganya.

Dampak psikologis yang di alami akibat terjadinya perselingkuhan yang dialami oleh informan sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Uci Werina, 2017 yang mengatakan efek perselingkuhan terhadap kehidupan berkeluarga di Jorong Kubu Nan V tidak terlepas dari dampak psikologisnya yaitu rasa marah, rasa kesal, dendam, rasa sedih, dan sakit hati yang mereka rasakan terhadap perselingkuhan yang dilakukan oleh salah seorang anggota keluarganya serta mereka merasa dikhianati dan dipermalukan oleh pasangannya.

Pada informan dilakukan pengukuran kuesioner DASS didapatkan hasil mengalami stress berat. Dilakukan wawancara informan mengungkapkan perasaannya saat mengetahui suaminya selingkuh yang membuat dirinya mengalami stress. Informan menuturkan awalnya tidak berpikir bahwa suaminya akan selingkuh dengan wanita lain dikarenakan hubungan informan dan suami baik-baik saja. Dan setiap informan pergi kerja selalu suaminya selalu mengantar dan jemput informan selain itu selalu mengurus anak kami yang pertama secara bersama-sama. Tetapi pada saat saya hamil anak kedua dan usia kandungan tiga bulan, baru diketahui kalau suaminya selingkuh dengan wanita lain yang ternyata berdekatan dengan rumahnya kami.

Pertama mengetahui perselingkuhan ini berawal dari salah satu keluarga informan menyampaikan bahwa suaminya selingkuh dengan wanita lain. Awalnya merasa tidak percaya dengan apa yang di sampaikan oleh saudaranya, informan mulai mencari tahu kebenaran dari informasi tersebut. Dan ternyata informasi tersebut itu benar dikarenakan informan secara langsung datang ke salah satu kost yang dekat rumahnya yang dimana tempat suami dan wanita selingkuhnya bersama. Pada akhirnya informan mengatakan dapatlah suaminya sedang bersama dengan wanita selingkuhnya sedang bersama didalam kost tersebut dan meyakinkan lagi semua barang milik suaminya ada di kost tersebut. Dengan rasa emosi dan marah yang tidak kontrol informan bertengkar hebat dengan wanita selingkuhannya.

Informan merasa tidak terima diperlakukan seperti oleh suaminya dengan ekspresi sedih dan mencururkan air matanya. Informan meluapkan rasa kesesalannya dan kecewanya sama suaminya. Ditambah lagi informan sedang hamil anaknya kedua, informan merasa stress dan suasana hatinya cukup tidak karuan. Untuk mengatasi rasa stress informan memilih untuk kumpul dengan temannya dan melampiaskan dengan banyak makanan sampai berat badan informan naik secara drastis dari sebelumnya. Informan mengungkapkan memilih untuk bercerai dari suaminya dan adanya dukungan dari orang tua informan sehingga informan memilih untuk mengakhiri pernikahannya.

Hal yang berbeda terjadi pada informan yang memiliki usia pernikahan sudah 22 tahun tetapi terjadi perselingkuhan. Pada dilakukan kuesioner DASS hasilnya informan mengalami stress sedang. Informan dengan latar belakang seorang aparatur sipil Negara (ASN) mengungkapkan tidak menyangka sebelumnya kalau suaminya bisa selingkuh dikarenakan usia pernikahan yang cukup lama dan kondisi anak-anak yang sudah bertumbuh remaja dan dewasa. Informan mengungkapkan awal perselingkuhan dimulai pada tahun 2016 suaminya pernah mengatakan pada informan secara terang-terangan kalau ada wanita yang disukai dan ingin menikahinya. Tetapi informan tidak mengizinkan hal itu terjadi dan diluar sepengetahuan informan suaminya tetap menjalani hubungan dengan wanita tersebut secara diam-diam.

Informan mengungkapkan bahwa hubungan perselingkuhan suaminya mulai diketahui. Ketika mengetahui hal tersebut informan merasa sedih, kecewa, dan marah pada suaminya. Karena merasa terkhianti melakukan perselingkuhan dengan wanita lain. Dampak lain pun dialami oleh informan karena status sebagai seorang ASN, informan berpikir untuk pensiun dini karena merasa malu dengan teman-teman serekan kerjanya di kantor. Informan ini mengatakan ini terasa pukulan terberat bagi dirinya karena tidak menyangka hal ini bisa terjadi pada rumah tangganya. Untuk mengatasi hal tersebut informan memilih mengakhiri rumah tangganya dan bercerai dengan suaminya. Dan terdengar kabar mantan suaminya sudah menikah lagi. Informan bersyukur adanya dukungan dari keluarga terutama anak-anaknya sehingga informan bisa tetap kuat menjalani hidupnya dan pelan-pelan untuk bisa menata hidupnya kedepan.

Dampak dari perselingkuhan cukup berpengaruh pada psikologis dari perempuan yaitu istri yang menjadi korban perselingkuhan. Penelitian yang dilakukan oleh Ingrid Hartanto, dkk (2015) yang menyatakan bahwa perselingkuhan yang dilakukan oleh suami membawa dampak negative bagi istri dan berlangsung jangka panjang. Hal ini dapat menimbulkan dampak psikologis seperti perasaan sakit hati, kemarahan yang luar biasa, depresi, kecemasan, perasaan tidak berdaya, dan kekecewaan yang amat mendalam. Berbagai perasaan negatif seperti marah, sedih, kecewa, tidak berharga, dikhianati, dan benci dirasakan secara intens oleh istri.

Penelitian oleh Zahratika (2015) juga menyatakan hal serupa terkait gangguan psikologis perempuan korban perselingkuhan. Perempuan yang mengetahui bahwa suaminya berselingkuh akan mengalami tahap-tahap emosi yang mengguncang jiwanya. Tahap pertama adalah syok dikarenakan sulit mempercayai kenyataan yang terjadi. Tahap selanjutnya, akan bangkit rasa marah dan terhina, pada tahap ini tak jarang para istri membutuhkan 'kambing hitam' untuk perasaan marah mengapa hal ini terjadi pada dirinya. Setelah tahap ini berlalu, maka akan timbul perasaan untuk menyalahkan dirinya sendiri. Jika perasaan ini tidak segera dikelola dengan baik, maka akan sangat mempengaruhi *self-esteem* dan rasa percaya dirinya akan hancur. Setelah proses kehilangan tersebut, tak jarang istri sebagai korban akan mengasihani dirinya sendiri dan berujung pada depresi yang berkepanjangan.

Berdasarkan analisis peneliti dampak dari perselingkuhan yang dilakukan oleh suami sangat berdampak pada semua aspek dan anggota keluarga. Dampak yang dialami salah satunya psikologis yang dimana informan mengalami stress berat sampai kecemasan berat yang tidak mudah bagi setiap informan hadapi. Reaksi dari gangguan psikologis yang dialami adalah rasa marah, sedih, menagis, kecewa, kurang percaya diri, minder, malu, dan terkhianti. Dampak yang dialami pun tidak hanya kepada istri tetapi juga kepada anak. Sehingga dua informan memilih mempertahankan rumah tangganya sekalipun merasa tertekan.

KESIMPULAN

Adapun kesimpulan yang dapat ditarik dari hasil dan pembahasan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Berdasarkan hasil wawancara diperoleh bahwa perempuan korban perselingkuhan memiliki gangguan psikologis berupa stress kecemasan, perasaan sedih, menagis, emosi, marah, kecewa, serta memilih untuk mengurung diri, kurang percaya diri, minder, dan merasa malu. Bagi perempuan korban perselingkuhan agar dapat membangun kualitas hubungan yang baik dengan suami. Bagi keluarga diupayakan agar dapat memberi dukungan bagi korban perselingkuhan sehingga korban tidak larut dalam kesedihan.

Deklarasi *Conflict of Interest*

Seluruh penulis menyatakan tidak ada potensi *Conflict of Interest* dalam penelitian dan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andria Pragholapati. 2020. Pengalaman Seseorang Yang Bercerai Karena Perselingkuhan Di Kota Bandung: Fenomenologi Universitas Pendidikan Indonesia
- Adam Adiyana. 2020. *Dampak Perselingkuhan Suami Terhadap Kesehatan Mental Dan Fisik Istri*. Jurnal Kajian Perempuan Gender dan Agama. Volume 14 Nomor 2.
- Badan Pusat Statistik. 2016. Jumlah Kasus Perceraian di Indonesia.
- Chuick Daniel Christoper. 2009. *Gender and infidelity: a study of the relationship between conformity to masculine norms and extrarelatonal involvement*. Iowa Research Online. The University of Iowa. Diakses pada tanggal 22 Februari 2021.[;]
- Dusturia dan Suprpti. 2017. *Strategi Regulasi Emosi Pada Korban Perselingkuhan*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan. Volume 6.
- Haryati Sinta. 2015. *Persepsi Masyarakat Terhadap Pembangunan Jembatan Mahkota Ii Di Kota Samarinda*. E-Jurnal Ilmu Pemerintahan. Volume 3(2).
- Hartanto, Dariyo & Kartasasmita. 2019. *Gambaran Self-Disclosure Pada Wanita Dewasa Awal Yang Pernah Diselingkuhi*. Jurnal An-Nafs. Volume 4 Nomor 1.
- Hijrayani. 2020. *Keyakinan Masyarakat Mengenai Tradisi "Maccani-Cani" Terhadap Kesehatan Di Kabupaten Barru*. Magister Kesehatan Masyarakat. Universitas Muslim Indonesia. Diakses Pada Tanggal 22 Februari 2021.
- Diyah Srilaning, Oemiati Ratih, Rustika, Hartati NS. 2019. Prediktor Sindrm Metabolik :Studi Kohort Prsospetif Selama 6 tahun di Bogor, Indonesia. Mesia Litbangkes , Vol.29 No.3. 215-224.
- Ginanjar AS. 2009. Proses Healing pada Istri Yang mengalami Perselingkuhan Suami. Makara social Humaniora, Vol 13, no 1. 66-76. Diakses 12 Maret 2021.
- Kamso S, Purwastyastuti P, Lubis DU, Juwita R, Robbi YK, Besral B. 2011. Prevalensi dan Determinan Sindrom Metabolik pada Kelompok Eksekutif di Jakarta dan Sekitarnya. Kesmas, Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional. Vol 6, No 2. <http://journal.fkm.ui.ac.id/index.php/kesmas/article/view/110>, diakses 12 Maret 2021.
- Kurniawan H. 2017. *Sindroma Metabolik Pada Lansia*. Jurnal Penelitian Ipteks. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Diakses Pada tanggal 21 Februari 2021.
- Kusumaningnastiti dkk. 2019. Tipe Tubuh (Somatotype) Dengan Sindrom Metabolik Pada Wanita Dewasa Non-Obesitas Usia 25–40 Tahun. Jurnal Gizi Klinik Indonesia Volume 6 Nomor 2.
- Muhajarah Kurni. 2016. Perselingkuhan Suami Terhadap Istri Dan Upaya Penanganannya Kurnia Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang



<https://doi.org/10.52103/jmch.v2i4.699>

- Jimenez A. 2020. Neurologi Fungsian: Sindrom Metabolik dan Masalah Kesehatan Mental. <https://ms.elpasobackclinic.com/sindrom-metabolik-neurologi-dan-isu-kesehatan-mental/>. Diakses pada 20 Maret 2021.
- Kartika SD. 2012. *Buku Ajar Kesehatan Mental*. Lembaga Perkembangan dan Penjaminan Mutu Pendidikan. Universitas Diponegoro. Diakses Pada tanggal 21 Februari 2021.
- Ma'rifah Q. 2019. Sikap Istri dalam Memaafkan Perilaku Selingkuh Suami. Studi Kasus. Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Institut Agama Islam Negeri. Purwokerto. Indonesia.
- Muhajarah Kurnia. 2016. *Perselingkuhan Suami Terhadap Istri Dan Upaya Penanganannya*. SAWWA. Volume 12 Nomor 1.
- Novianty & Hadjam. 2017. *Literasi Kesehatan Mental dan Sikap Komunitas sebagai Prediktor Pencarian Pertolongan Formal*. Jurnal Psikologi. Volume 44 Nomor 1.
- Emilia O. 2017. Penyakit kardiovaskuler masih menjadi penyakit tidak menular utama penyebab kematian di Indonesia. Simposium Kardiologi "Atrial Fibrillation Awareness". <https://tirto.id/cj87>. Diakses 12 Maret 2021.
- Pengadilan Agama Kelas I B. 2019. Data Kasus Perceraian. Kabupaten Polewali Mandar.
- Pengadilan Agama Negeri (PAN). 2020. Data Kasus Perceraian. Kabupaten Polewali Mandar.
- Pulungan dkk. 2014. *Diagnosis dan Tata laksana Sindrom Metabolik pada Anak dan Remaja*. Konsensus Ikatan Dokter Anak Indonesia. Diakses Pada tanggal 21 Februari 2021.
- Putri, dkk. 2017. *Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental)*. Prosiding KS: Riset & PKM. Volume 2 Nomor 2.
- Paul L Huang. 2009. *A comprehensive definition for metabolic syndrome. Disease Models & Mechanisms*. Volume 2.
- Rini Sandra. 2015. *Sindrom Metabolik*. J Maroti. Volume 2 Nomor 2.
- Smith, dkk. 2018. *Metabolic Flexibility as an Adaptation to Energy Resources and Requirements in Health and Disease*. Endocr Rev. Vol 39(4).
- Widayanti & Hendrati. 2011. *Hubungan Kematangan Pribadi Dengan Perselingkuhan Suami*. Jurnal Psikologi. Volume 6 Nomor 1.
- Uci Werina. 2017. *Efek Perselingkuhan Terhadap Kehidupan Berkeluarga Di Jorong Kubu Nan V*. Istitusi Agama Islam Negeri (IAIN). Batusangkar.

