

PENYESUAIAN DIRI TERHADAP KONFLIK PERKAWINAN PADA SUAMI ATAU ISTRI BEKERJA

**Dini Yanuarti
Sriningsih**

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

ABSTRAK

Suami atau istri memiliki cara penyesuaian diri yang berbeda ketika berhadapan dengan konflik dalam perkawinannya. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran yang lebih utuh tentang penyesuaian diri suami atau istri ketika berhadapan dengan konflik dalam perkawinannya. Partisipan merupakan suami atau istri yang bekerja di luar rumah dan memiliki pasangan nikah yang juga bekerja di luar rumah. Ada 4 orang partisipan utama terlibat dalam penelitian ini, berusia antara 32-49 tahun, dengan usia perkawinan berkisar antara 5-27 tahun. Metode wawancara mendalam dan observasi non partisipan digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa sumber konflik perkawinan berasal dari perbedaan karakter, perbedaan persepsi, pengaruh mertua, persoalan pekerjaan, dan masalah keuangan. Munculnya penyesuaian diri positif berbentuk *a follower* (menyetujui, mendukung aksi), *conformity* (menyamakan), *a mover* (memulai aksi), dan *mastery* (penguasaan diri dan keadaan), yang diperlihatkan partisipan agar tidak mengarah ke perpecahan perkawinan didukung oleh kemampuan melakukan komunikasi yang berkualitas, menanamkan kepercayaan kepada pasangan, memahami konsep peran, efisiensi dan stabilitas mental, perubahan pola hidup, serta kesamaan latar belakang dan nilai dalam menghadapi konflik perkawinan; sedangkan munculnya penyesuaian diri yang negatif berbentuk *an opposer* (menentang aksi) dan *a bystander* (diam mengamati situasi) karena partisipan kurang memiliki kemampuan berkomunikasi yang berkualitas, serta kurangnya stabilitas dan efisiensi mental. Penyesuaian diri istri lebih melibatkan aspek emosional ketika menghadapi konflik perkawinan, sedangkan suami lebih banyak melibatkan aspek kognitif berlandaskan kenyataan.

Kata kunci : konflik perkawinan, penyesuaian diri, suami atau istri bekerja