

**STRATEGI *COPING* ISTRI AKIBAT SUAMI SELINGKUH
DENGAN KAKAK KANDUNGNYA**
**Studi Kasus Di Kelurahan Sidakaya Kecamatan Cilacap Selatan
Kabupaten Cilacap**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah
Institut Agama Islam Negeri Purwokerto
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)**

Oleh:

**IMAS PUTRI LAELITA
NIM. 1323101032**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PURWOKERTO
2017**

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Definisi Operasional	6
C. Rumusan Masalah	7
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian	8
E. Kajian Pustaka	8
F. Sistematika Penulisan	11
BAB II LANDASAN TEORI	
A. <i>Coping</i>	13
1. Pengertian <i>Coping</i>	13
2. Pengertian Strategi <i>Coping</i>	15

3. Macam-Macam <i>Coping</i>	17
4. Macam-Macam Strategi <i>Coping</i>	18
5. Aspek-Aspek Strategi <i>Coping</i>	23
6. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Coping</i>	24
7. Strategi <i>Coping</i> Menurut Islam.....	26
B. Perselingkuhan	29
1. Pengertian perselingkuhan	29
2. Tipe-tipe perselingkuhan.....	30
3. Faktor penyebab perselingkuhan.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan Penelitian.....	36
B. Jenis Penelitian	36
C. Subyek dan Obyek Penelitian.....	37
D. Teknik Pengumpulan Data	37
E. Teknik Analisis Data	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Biografi Subyek	41
B. Analisis Data	45
1. Perselingkuhan Suami	45
2. Strategi <i>Coping</i> Istri	47
C. Pembahasan	49
1. Faktor Yang Menyebabkan Perselingkuhan Terjadi	50
2. Tipe Perselingkuhan Yang Dilakukan Suami Subyek.....	52

3. Strategi <i>Coping</i> Yang Dilakukan Oleh Subyek.....	53
4. Fakor Yang Mempengaruhi Proses <i>Coping</i>	57
5. Strategi Coping Menurut Islam	59

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	61
B. Saran.....	62
C. Kata Penutup	63

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menikah merupakan salah satu tahapan dalam kehidupan manusia yang sangat penting. Pasangan yang telah menjalani masa perkenalan dan merasa cocok satu sama lain biasanya memutuskan untuk menikah agar hubungan mereka sah secara hukum, diakui oleh masing-masing keluarga besar, dan dapat menjadi ikatan yang kuat bagi keduanya. Pernikahan merupakan ikatan sakral yang dibangun dalam sebuah komitmen bersama dengan suasana penuh harapan, dan dilandasi oleh saling menyayangi, menghargai, menghormati dan rasa saling percaya. Menurut undang-undang perkawinan di Indonesia “perkawinan ialah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa”.¹

Pernikahan merupakan suatu peristiwa yang yang tidak sederhana. Hal ini terbukti dengan hanya terdapat tiga jenis perjanjian yang serupa dengan pernikahan dalam Al-Qur’an. Dalam menjalankan pernikahan harusnya dijaga dengan sebaik mungkin. Tujuannya agar keistimewaan yang terdapat dalam sebuah pernikahan itu dapat menjadikan sebuah keluarga sesuai dengan tujuan yang diharapkan oleh pasangan suami istri. Keharmonisan rumah tangga

¹Amir Syarifuddin, *Hukum Perkawinan Islam di Indonesia: Antara Fiqh Munakahat dan Undang-undang Perkawinan*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2006), hal. 40

merupakan kata kunci yang mengantarkan pasangan suami istri mencapai kehidupan sakinah, mawadah dan rahmah.²

Dalam suatu perkawinan yang sehat dan bahagia, masing-masing membutuhkan emosional, rasa nyaman, pemenuhan kebutuhan seksual, serta ingin memiliki teman bertukar pikiran yang amat menyenangkan. Keluarga sakinah yang menjadi tumpuan harapan setiap pasangan suami istri tidak bersifat given, kodrat, statis, dan baku, tetapi dinamis, berproses dan perlu ada ikhtiar untuk mewujudkannya.³ Sebuah perkawinan, pasti selalu mendambakan kehidupan rumah tangga yang harmonis dan berlangsung hingga salah satu diantara keduanya meninggal dunia. Namun tidak dapat dipungkiri bahwa tidak semua pernikahan dapat bertahan.

Salah satu karakteristik kepuasan pernikahan adalah menikmati kebersamaan dengan pasangan. Karakteristik ini dapat terpenuhi ketika individu tinggal bersama dan menghabiskan waktu dengan pasangan. Dalam beberapa pernikahan, hal ini tidak dapat terpenuhi ketika individu tinggal terpisah dalam jarak yang jauh dengan pasangan. Hal ini menjadi salah satu penyebab kurangnya kepuasan dalam pernikahan karena kurangnya intensitas untuk memiliki waktu bersama serta kurang kedekatan. Kepuasan pernikahan berkaitan dengan perasaan bahagia yang dirasakan oleh kedua individu dari pernikahan yang dijalani. Individu yang tidak merasakan kepuasan dalam pernikahan akan berupaya mencari kepuasan di luar pernikahannya.

²Adriana Soekandar Ginanjar, "Proses Healing Pada Istri yang Mengalami Perselingkuhan Suami", makalah ini di muat dalam *Jurnal Makara, Sosial Humaniora*, Vol. 13, No. 1, Juli 2009, hal. 66, diambil dari <http://repository.ui.ac.id/dokumen/lihat/5636.pdf>, diakses pada tanggal 16 November 2016, 06.15

³Mufidah, *Psikologi Keluarga Islam*, (Malang: UIN Malang Press, 2008), hal. 188

Menikah akan memberikan status yang baru kepada pasangan, memberikan dukungan sosial, dan menghindari seseorang dari kesepian. Pasangan yang menikah akan saling membentuk intimasi, afeksi,⁴ dan dukungan satu sama lainnya, adanya rasa saling menghargai serta rasa saling menyayangi. Status suami dan istri dalam rumah tangga sebagaimana yang dikatakan oleh Rasulullah pasangan atau saudara kembar. Relasi yang dibangun dalam rumah tangga didasarkan pada prinsip keadilan, kesetaraan, dan kemanusiaan. Demikian luhur prinsip agama dalam memberikan fondasi untuk mengantarkan kehidupan keluarga sakinah.⁵ Posisi suami dalam pandangan masyarakat sebagai kepala keluarga adalah positif ketika menjalankan fungsi melindungi, mengayomi dan memberdayakan.

Namun dalam proses pencapaian keluarga sakinah sudah tentu mengalami kendala-kendala, sebagaimana diibaratkan rumah tangga dengan perahu yang berlayar ditengah samudra, pasti menghadapi gelombang dan badai. Menjalani kehidupan perkawinan, jarang terjadi dalam kenyataan suami istri yang hidup bersama tanpa ada kesulitan dan perselisihan yang datang dengan tiba-tiba. Adapun bentuk masalah yang menghambat relasi suami istri dalam rumah tangga, antara lain:

⁴Didapatkan dari wikipedia.com, **Intimasi** merupakan prosens kedekatan hubungan antar pribadi. Dimana tingkah laku mengalami penyesuaian untuk mengekspresikan akan kebutuhannya terhadap orang lain. Intimasi mengarah pada keterbukaan pribadi dengan orang lain, saling berbagi pikiran dan perasaan mereka yang terdalam. Adapun bentuk-bentuk keintiman dalam hubungan pribadi yaitu persaudaraan, persahabatan, dan percintaan.

⁵Keluarga sakinah yaitu keluarga dimana setiap anggotanya merasakan suasana tenang, damai, bahagia, aman, dan sejahtera lahir dan batin. Didapatkan Mufidah, *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Gender*, (Malang: UIN Malang Press), hal. 38

1. kekerasan dalam rumah tangga
2. masalah ekonomi
3. manajemen waktu dan pergeseran peran gender
4. adanya orang ketiga (perselingkuhan)
5. rasa bosan

Salah satu masalah dalam keluarga yaitu adanya perselingkuhan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Adriana Soekandar Ginanjar mengutip pada pernyataan Eaves & Robertson-Smith:

Tidak tercapainya harapan-harapan dalam perkawinan dan ternyata diperoleh dari pasangan selingkuh, perasaan kesepian, suami atau istri memiliki ide tentang perkawinan dan cinta yang tidak realistis. Ketika perkawinan mulai bermasalah, pasangan menganggap bahwa cinta mereka sudah padam. Kebutuhan yang besar akan perhatian. Terbukanya kesempatan untuk melakukan perselingkuhan, yaitu kemudahan bertemu dengan lawan jenis di tempat kerja, tersedianya hotel dan apartemen untuk mengadakan pertemuan rahasia, dan berbagai sarana komunikasi yang mendukung perselingkuhan. Kebutuhan seks yang tidak terpenuhi dalam perkawinan.⁶

Perselingkuhan yang dilakukan oleh salah satu pasangan suami istri akan menimbulkan dampak negatif seperti marah, sedih, kecewa, tidak berharga, dikhianati dan benci. Dimana pasangan yang awalnya percaya pada kesetiaan kemudian berubah menjadi seseorang yang sangat curiga, berusaha mengetahui setiap langkah pasangannya setiap hari.

Adapun penanganan yang dapat dilakukan oleh korban perselingkuhan yaitu dengan strategi *coping*. Strategi adalah seni pencapaian tujuan yang dilakukan melalui usaha dan bantuan dari orang lain. *Coping*

⁶Adriana Soekandar Ginanjar, "Proses Healing Pada Istri yang Mengalami Perselingkuhan Suami", makalah ini di muat dalam *Jurnal Makara, Sosial Humaniora*, Vol. 13, No. 1, Juli 2009, hal. 68. <http://repository.ui.ac.id/dokumen/lihat/5636.pdf> diakses pada tanggal 11 November 2016, 19.54

adalah suatu upaya individu untuk menanggulangi situasi stres yang menekan akibat masalah yang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya. Dengan demikian maka strategi *coping* merupakan suatu ketrampilan yang dilakukan oleh individu dalam mengantisipasi, mencegah, atau memulihkan diri dari stres yang dirasakan dengan merubah cara berpikir, merasa dan berperilaku.⁷

Dari hasil observasi awal yang penulis lakukan, SN menyatakan bahwa perselingkuhan yang dilakukan suaminya yang diberi nama BD dengan kakak kandungnya yang bernama KS memberikan rasa kekecewaan yang amat mendalam. Sebab perselingkuhan tersebut tidak lain dengan keluarga kandungnya.⁸ Akan tetapi perselingkuhan ini tidak mengakibatkan perceraian sebagaimana yang dialami oleh keluarga pada umumnya. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk menguak kasus yang terjadi pada keluarga ini, karena tidak dipungkiri bahwa rasa kecewa seorang wanita pasti terjadi dan terkadang wanita justru menutup hati pada orang yang telah mengkhianati dirinya apalagi pada sebuah pernikahan. Tetapi hal ini tidak terjadi pada SN, dimana ia tetap menerima apapun yang telah dilakukan suami terhadap dirinya. Dengan demikian maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam mengenai strategi *coping* istri akibat suami selingkuh dengan kakak kandungnya.

⁷Al-Rasyid Halim, "Perbedaan Antara Kepribadian A dan B Terhadap Manajemen Stres Kerja Di PT Pos Indonesia", *skripsi*, Dimuat dalam <http://digilib.uinsby.ac.id/276/5/Bab%202.pdf>, diakses pada 02 Desember 2016, 10.14

⁸Observasi awal dengan Sani, 30 Oktober 2016

B. Definisi Operasional

1. Strategi *Coping*

Menurut Lazarus dan Flokman strategi *coping* merupakan suatu proses individu berusaha untuk menanggapi dan menguasai situasi stres yang menekan akibat masalah yang sedang dihadapinya, dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya.⁹

Strategi *coping* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah cara SN berfikir dan berperilaku dalam mengatasi masalah yang ada pada dirinya yaitu ketika SN mengetahui suaminya melakukan perselingkuhan dengan kakak kandungnya.

2. Istri

Menurut KBBI istri adalah seorang wanita (perempuan) yg telah menikah atau yang bersuami. Sebagai seorang istri memiliki peranan yang sangat penting yaitu mendidik anak-anaknya dan sebagai pendamping suami, sehingga dalam rumah tangga tetap terjalin keharmonisan yang dilandasi kasih sayang yang sejati.

Istri yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu seorang istri (SN) yang telah diselingkuhi oleh suami (BD) dengan kakak kandungnya (KS).

3. Suami Yang Selingkuh Dengan Kakak Kandungnya

Menurut Adriana perselingkuhan merupakan hubungan antara seseorang yang sudah menikah dengan orang lain yang bukan merupakan

⁹Triantoro Safaria, Nofrans Eka, *Manajemen Emosi; Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Positif Dalam Hidup Anda,*, hal. 104

suami/istri yang sah. Hubungan tersebut dapat terbatas pada hubungan emosional yang sangat dekat atau juga melibatkan hubungan seksual. Terdapat tiga komponen dari perselingkuhan yaitu keintiman emosional, kerahasiaan, dan *sexual chemistry*.¹⁰

Perselingkuhan yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu perselingkuhan yang dilakukan oleh suami SN dengan kakak kandung SN. Dalam hal ini antara suami SN dengan kakak kandung SN memiliki hubungan keintiman emosional dan adanya *sexual chemistry*.

C. Rumusan Masalah

Dari permasalahan yang terjadi di Cilacap tepatnya di kelurahan Sidakaya, terjadi adanya perselingkuhan yang dilakukan oleh suami yang kita namakan BD, dia melakukan perselingkuhan dengan kakak kandung dari istrinya sendiri yang bernama KS. Perselingkuhan ini telah diketahui oleh istrinya yang bernama SN, akan tetapi SN istri dari BD ini tidak menginginkan adanya perceraian. Hal ini tentu, menggugah rasa penasaran yang tentunya menarik untuk dipelajari dan diungkap lebih jauh.

Dari statement dasar inilah yang menjadi permasalahan utama, dapat diturunkan menjadi pertanyaan-pertanyaan operasional yaitu: “Bagaimana strategi *coping* istri, setelah mengetahui suaminya berselingkuh dengan kakak kandungnya, yang pada akhirnya tidak menginginkan adanya perceraian?”

¹⁰Adriana Soekandar Ginanjar, *Proses Healing Pada Istri yang Mengalami Perselingkuhan Suami*, makalah ini di muat dalam Jurnal Makara, Sosial Humaniora, Vol. 13, No. 1, Juli 2009, hal. 67. Diambil dari <http://repository.ui.ac.id/dokumen/lihat/5636.pdf> diakses pada tanggal 16 November 2016, 06.15

D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui strategi coping istri akibat suami selingkuh dengan kakak kandungnya. Suami SN yang kita namakan BD dengan kakak kandungnya yang kita namakan KS.

Manfaat dari penelitian ini adalah untuk memberikan informasi tentang strategi *coping* istri akibat suami selingkuh dengan kakak kandungnya. Dengan perselingkuhan yang telah diketahuinya istri ini dirinya tidak menginginkan adanya perceraian dalam kehidupan rumah tangganya yang telah dibangun bersama dengan BD tersebut.

E. Kajian Pustaka

Berdasarkan penelitian yang sudah ada sebelumnya tentang bagaimana kondisi psikologi istri yang suaminya telah melakukan perselingkuhan namun tidak mengalami perceraian dalam rumah tangganya. Dalam penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti belum pernah ada yang melakukan penelitian ini yaitu tentang psikologi

Pertama, hasil penelitian Adriana Soekandar Ginanjar menyatakan bahwa perselingkuhan yang dilakukan seorang suami memang tidak berujung pada perceraian. Akan tetapi istri tersebut mengalami emosi negative secara bersamaan yang tidak mudah untuk dihadapi. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif karena bertujuan untuk mengetahui proses *healing*. Dalam penelitian ini ingin diketahui secara lebih mendalam proses *healing* pada istri yang menjadi korban perselingkuhan.

Obyek penelitiannya adalah tiga orang istri. Disamping itu ingin diketahui pula hal-hal apa yang membantu mereka untuk dapat pulih dan menjalani perkawinan dengan lebih bahagia. Proses terapi yang mereka jalani diharapkan dapat menjadi masukan bagi para terapis perkawinan dalam membantu pasangan-pasangan dengan masalah perselingkuhan.¹¹ Persamaan penelitian Adrianadengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama meneliti kondisi psikologi istri yang suaminya mengalami perselingkuhan.

Sedangkan bedanya penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti terletak pada kondisi psikologi istri yang suaminya berselingkuh dengan kakak kandungnya, lokasi penelitian dan pemahaman yang akan digali. Lokasi penelitiannya di Kelurahan Sidakaya Kecamatan Cilacap Selatan Kabupaten Cilacap.

Kedua, hasil penelitian Erika Miftakhu Sa'adah menghadapi kenyataan bahwa suami telah berselingkuh memang tidak mudah bagi seorang istri. Erika mengatakan bahwa pemaafan sebagai suatu proses yang bertujuan untuk melepaskan kepahitan, kemarahan, kejengkelan dan kebencian terhadap orang lain. Penelitiannya dengan tiga partisipan dan menggunakan metode penelitian kualitatif, pendekatannya menggunakan fenomenologis.

Hasil penelitiannya menyatakan bahwa tidak langsung berarti istri telah melakukan proses pemaafan, biasanya dengan memberikan pemaafan, istri akan memiliki harapan baru untuk dapat menata kembali rumah

¹¹Adriana Soekandar Ginanjar, "Proses Healing Pada Istri yang Mengalami Perselingkuhan Suami", makalah ini di muat dalam *Jurnal Makara, Sosial Humaniora*, Vol. 13, No. 1, Juli 2009, hal. 66-73. Diambil dari <http://repository.ui.ac.id/dokumen/lihat/5636.pdf> diakses pada tanggal 16 November 2016, 06.15

tangganya.¹²Persamaan penelitian Erika dengan penelitian yang akan diteliti yaitu pada kondisi psikologi istri yang suaminya berselingkuh. Metode penelitian yang digunakan pun sama, akan tetapi memiliki perbedaan dalam pendekatan penelitiannya. Penelitian yang dilakukan oleh Erika menggunakan pendekatan fenomenologis dan penelitian ini menggunakan studi kasus.

Ketiga, hasil penelitian Dinda Permatasari harapan untuk meraih kebermaknaan hidup memang menjadi motivasi utama pada diri individu. Hasrat inilah yang akan memotivasi setiap orang untuk menghasilkan sesuatu yang berguna untuk dirinya, dengan tujuan agar hidupnya lebih bermakna dan berarti. Subjek dalam penelitian ini adalah dua orang wanita yang statusnya pernah satu kali menikah dan suaminya pernah berselingkuh. Penelitian menggunakan penelitian kualitatif. Makna hidup muncul melalui berbagai pengalaman yang hadir. Selanjutnya akan muncul motivasi pada diri subjek untuk mencapai tujuan hidupnya, karena kebermaknaan hidup merupakan sebuah proses yang tidak dapat dipisahkan dari tujuan hidup serta bagaimana proses pencapaiannya.¹³Persamaan penelitian Diana dengan penelitian ini terletak pada kondisi psikologi istri yang suaminya melakukan perselingkuhan. Perbedaannya yaitu lokasi penelitiannya di Kelurahan Sidakaya Kecamatan Cilacap Selatan Kabupaten Cilacap.

¹² Erika Miftahul Sa'adah, dkk, "The Wife's Forgiveness Toward Husband's Infidelity", makalah ini dimuat dalam *Jurnal Empati Psikologi* Vol. 1, No 1, 2012 hal. 106-119 (Semarang, Universitas Diponegoro). Diambil dari <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=75046&val=4725> pada tanggal 16 November 2016, 16.31

¹³ Dinda Permatasari, "Kebermaknaan Hidup Pada Istri yang Suaminya Berselingkuh", dimuat dalam *naskah publikasi* Fakultas Psikologi dan Sosial Budaya Univertas Islam Indonesia, 2007. http://psychology.uii.ac.id/images/stories/jadwal_kuliah/naskah-publikasi-02320013.pdf diakses pada tanggal 16 November 2016, 21.01

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, peneliti akan meneliti sesuatu yang berbeda dengan penelitian-penelitian terdahulu. Penelitian yang akan dilakukan masih menyoal tentang kondisi psikologi istri yang suaminya berselingkuh. Yang membuat menarik untuk diteliti adalah perselingkuhan yang terjadi dalam keluarga ini dimana suami ini melakukan perselingkuhan dengan kakak kandung dari istrinya sendiri, dan istri tersebut telah mengetahui perselingkuhan yang terjadi antara suaminya dengan kakak kandungnya sendiri, akan tetapi istri tersebut tidak menginginkan adanya perceraian.

F. Sistematika Penulisan

Untuk memberikan gambaran yang menyeluruh terhadap skripsi ini, maka perlu dijelaskan bahwa skripsi ini terdiri dari lima bab, yaitu:

Pada bab I berisi tentang pendahuluan yang menguraikan latar belakang masalah, rumusan permasalahan, tujuan penelitian dan manfaat penelitian, signifikansi permasalahan, tinjauan pustaka, metodologi penelitian dan sistematika penelitian.

Pada bab II berisi mengenai landasan teori yang membahas tentang strategi coping yang dilakukan oleh istri dan menjelaskan definisi tentang perselingkuhan, macam-macam perselingkuhan, sebab-sebab perselingkuhan dan akibat dari perselingkuhan.

Pada bab III berisi tentang metodologi penelitian, yang memuat lokasi penelitian, jenis penelitian, subjek dan objek penelitian, metode pengumpulan data, dan teknikanalisis data.

Pada bab IV berisi tentang hasil penelitian dan pembahasan mengenai hasil wawancara dengan responden, dan analisis data dengan memberikan argumentasi berdasarkan dengan teori-teori yang sudah ada.

Pada bab V yaitu penutup yang terdiri dari kesimpulan, dan saran-saran yang merupakan rangkaian dari keseluruhan hasil penelitian secara singkat.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah peneliti lakukan dan merujuk pada rumusan masalah dalam penelitian ini, telah dapat disimpulkan:

Bahwa strategi coping yang dilakukan oleh subyek yaitu termasuk dalam strategi yang berfokus pada emosi (*Emotion Focused Coping*) dimana subyek lebih mengutamakan emosinya dalam menghadapi masalah yang dialaminya. Strategi coping dilakukan oleh subyek untuk menghindari permasalahan yang kemungkinan bisa dialami dirinya setelah suami telah selingkuh dengan kakak kandungnya. Subyek dapat mengatur emosinya dengan baik serta mengalihkan pada hal yang positif sehingga permasalahan tidak terjadi pada subyek.

Adapun bentuk strategi coping yang dilakukan oleh subyek yaitu mencoba untuk memperoleh dukungan secara emosional maupun sosial dari orang lain, mengeluarkan upaya kognitif untuk melepaskan diri dari masalah atau membuat sebuah harapan positif, mencoba untuk mengatur perasaan diri sendiri atau tindakan dalam hubungannya untuk menyelesaikan masalah, menerima untuk menjalankan masalah yang dihadapinya sementara mencoba untuk memikirkan jalan keluarnya, mencoba untuk membuat suatu arti positif dari situasi dalam masa perkembangan kepribadian dan melakukan kegiatan-kegiatan yang bersifat religius seperti: menjalankan sholat lima waktu, puasa serta mengikuti pengajian.

Selain itu, strategi coping yang dilakukan subyek sesuai dengan yang islam ajarkan, subyek menghadapi masalah atau tekanan dalam dirinya dengan bersabar dan selalu melaksanakan sholat lima waktu. Hal lain yang subyek lakukan adalah dengan mengikuti pengajian yang ada disekitar tempat tinggalnya. Aktifitas tersebut subyek lakukan untuk mengalihkan pikiran negatif yang ada pada dirinya.

B. Saran

1. Istri

Dalam menghadapi permasalahan dalam rumah tangga, seorang istri diharapkan untuk selalu mengendalikan emosinya. Karena dengan mengendalikan emosi individu dapatberfikir positif dan dapat melakukan kegiatan yang bermanfaat bagi dirinya ketimbang berlarut-larut pada kesedihan ataupun kekecewaan.

2. Suami

Bagi suami hendaknya mereka mengingat kembali apa yang menjadi tujuan mereka untuk menikah. Pasangan suami istri hendaknya memahami hakekat pernikahan. Keduanya saling mengisi dan mengerti pasangan. Selain itu pasangan suami istri yang memahami hakekat pernikahan pasti akan menjaga pernikahannya dengan baik. Mereka pasti berupaya untuk setia terhdap pasangannya dan tidak akan melakukan perselingkuhan.

Suami hendaknya juga perlu memperdalam ilmu agama. Karena iman menjadi tolak ukur yang utama dalam melakukan perbuatan. Kosongnya iman adalah penyebab dari semua perilaku buruk. Begitu pula badai rumah

tangga, merupakan bukti keroposnya bangunan iman. Maka tidak mungkin seseorang beriman melakukan perselingkuhan atau berbuat yang mendekati diri pada perzinahan.

3. Keluarga

Peran keluarga sangat dibutuhkan oleh setiap masing-masing anggota keluarga. Hendaknya dalam keadaan bagaimanapun keluarga saling mensupport atau memberi dukungan. Terlebih ketika dalam keluarga terdapat permasalahan.

C. Penutup

Alhamdulillah *Rabbil'alamin* penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, hanya dengan segala rahmat, taufik, hidayah dan inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa sebagai manusia tentunya tidak akan luput dari kesalahan serta kekurangan, baik itu masalah penggunaan bahasa lisan maupun bahasa tertulis, yang masih sulit untuk dipahami sehingga menjadikan skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Untuk itu kepada para pembaca, penulis mengharapkan saran dan kritik konstruktifnya, untuk kemajuan dan kebaikan di masa yang akan datang.

Akhirnya dengan segala kerendahan hati semoga karya ini mendapat ridha-Nya dan bermanfaat bagi penulis sendiri dan para pembaca pada umumnya serta dapat menjadi bahan kajian lebih lanjut. Penulis juga mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah banyak membantu penulis, semoga amalannya dibalas dengan yang lebih baik oleh Allah SWT. Amin.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiana, Soekandar Ginanjar, *Proses Healing Pada Istri yang Mengalami Perselingkuhan Suami*, *Jurnal Makara, Sosial Humaniora*, Vol.13, No. 1, 2009. Diambil dari <http://repository.ui.ac.id/dokumen/lihat/5636.pdf> diakses pada tanggal 16 November 2016, 06.15
- Auniyah Nuzul, “Strategi Coping Pada Penderita Gangguan Keputihan Patologis Pada Usia Remaja Awal”, dimuat dalam *skripsi*, UIN Sunan Ampel Surabaya, hal. 12, <http://digilib.uinsby.ac.id/229/5/Bab%202.pdf> diakses pada tanggal, 29 Maret 2017, 10.15
- Azwar, Saifuddin, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002.
- Bungin Burhan, *Analisis Data Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003.
- Ch, Mufidah, *Psikologi Keluarga Islam Bewawasan Gender*, Malang: UIN Malang Press, 2008.
- Cony R. Setiawan, *Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Grasindo, 2010.
- Destryarini Miranda, Strategi Coping Dan Kelelahan Emosional (Emotional Exhaustion) Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (Studi Kasus Di Rumah Sakit Jiwa Daerah Atma Husada Mahakam Samarinda, Kalimantan Timur), dimuat dalam *eJournal Psikologi*, Volume 1, No 2, 2013, diambil dari file:///C:/Users/user/Downloads/Documents/Strategi%20Coping%20dan%20Kelelahan%20Emosional%20(Emotional%20Exhaustion)%20Pada%20Ibu%20Yang%20Memiliki%20ABK%20(Studi%20Kasus%20di%20RSJD%20Atma%20Husada%20Mahakam%20Samarinda,%20Kalimantan%20Timur(Destryarini%20Miranda))%20(08-14-13-03-08-17).pdf, diakses pada tanggal 03 Juni 2017, 12.15
- Devi Khairatul Jannah, “Faktor Penyebab Dan Dampak Perselingkuhan Dalam Pernikahan Jarak Jauh”, dimuat dalam Artikel, Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, hal. 6-7. Diambil dari <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=123334&val=5545> diakses pada tanggal 20 Maret 2017, 10.35
- Dimuat dalam <http://www.artikelsiana.com/2015/01/pengertian-manajemen-fungsi-manajemen.html>, diakses pada 02 Desember 2016, 10.16

- Dimuat dalam <https://id.wikipedia.org/wiki/Selingkuh>, diakses pada tanggal 17 November 2016, 06.34.
- Dinda Permatasari, *Kebermaknaan Hidup Pada Istri yang Suaminya Berselingkuh*, dimuat dalam naskah publikasi Fakultas Psikologi dan Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, 2007. http://psychology.uui.ac.id/images/stories/jadwal_kuliah/naskah-publikasi-02320013.pdf diakses pada tanggal 16 November 2016, 21.01
- Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif: Analisis Data*, (Jakarta, PT Raja Grafindo Persada, 2010
- Halim, Al-Rasyid, “Perbedaan Antara Kepribadian A dan B Terhadap Manajemen Stres Kerja di PT Pos Indonesia”, *skripsi*, Dimuat dalam <http://digilib.uinsby.ac.id/276/5/Bab%202.pdf>, diakses pada 02 Desember 2016, 10.14
- I Gusti Ayu Intan Kinanti Angligan, *Perbedaan Strategi Coping Pada Perempuan Hindu Bali Yang Bekerja Dan Yang Tidak Bekerja*, dimuat dalam *thesis*, (Universitas Udayana, 2016), diambil dari <http://erepo.unud.ac.id/17424/>, diakses pada tanggal 08 Juni 2017, pukul. 13.00
- Ismiati, *Problematika dan Coping Stress Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi*, makalah ini dimuat dalam *Jurnal Al-Bayan* Vol. 21, No. 32, Juli-Desember 2015, hal 19. Diambil dari <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=358964&val=8236&title=PROBLEMATIKA%20DAN%20COPING%20STRES%20MAHASISWA%20FAKULTAS%20DAKWAH%20DAN%20KOMUNIKASI%20UIN%20AR-RANIRY%20DALAM%20MENYUSUN%20SKRIPSI> diakses pada tanggal 22 Maret 2017, 08.00
- Lusi Yenjeli, *Strategi Coping Pada Single Mother Yang Bercerai*, *Artikel*, Universitas Gunadarma, hal. 4, diambil dari file:///C:/Users/user/Downloads/Documents/Artikel_10502145.pdf, diakses pada tanggal 03 Juni 2017
- Maleong Lexy J, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009.
- Muclisin Riadi, *Strategi Coping*, *artikel*, dimuat dalam <http://www.kajianpustaka.com/2013/10/strategi-coping.html> diakses pada tanggal 20 Maret 2017, 10.15
- Novianti, Trisna, “Studi Kasus Tentang Strategi Coping Stres Pada Wanita Yang Menjanda Karena Suami Meninggal”, dimuat dalam *thesis*, UIN Sunan

Ampel Surabaya, <http://digilib.uinsby.ac.id/9752/> diakses pada tanggal 25 Maret 2017, 12.30

Poerwandari, *Communicaton Modernity dan History*, Jakarta: Sinar Harapan, 2001.

Rachamawati Mariana, Hubungan Antara Optimisme Dengan *Coping Stress* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Bekerja *Part Time* Dalam Menghadapi Skripsi, *makalah*, (Malang; Universitas Brawijaya Malang) diambil dari <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=123334&val=5545> diakses pada tanggal 20 Maret 2017, 11.00

Rasmun, *Stress, Coping dan Adaptasi, Teori dan Pohon Masalah Keperawatan* Jakarta: Sagung Seto, 2009

Sa'adah, Erika Miftahul, dkk, The Wife's Forgiveness Toward Husband's Infidelity, *Jurnal Psikologi* Vol. 1, No 1, 2012. Diambil dari <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=75046&val=4725> diakses pada tanggal 16 November 2016, 16.31

Sudarwan Danim, *Menjadi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Pustaka Setia, 2002.

Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta, 2005.

Syarifudin, Amir, *Hukum Perkawinan Islam di Indonesia: Antara Fiqh Munakahat dan Undang-undang Perkawinan*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2006.

Tim Syaamil Al-Qur'an, *Al-Qur'an Terjemah Tafsir Per Kata*. Bandung: Syaamil Al-Qur'an, tt

Triantoro Safaria, Nofrans Eka, *Manajemen Emosi; sebuah panduan cerdas bagaimana mengelola emosi positif dalam hidup anda*, Jakarta: PT Bumi Aksara, 2012.