

MATERI 6

MENGATASI KONFLIK KELUARGA

A. Definisi Konflik

Semua orang dalam membina keluarga, menginginkan keluarga yang sakinah, yang mampu memberikan cinta dan kasih sayang pada anggota keluarganya, sehingga mereka memiliki rasa aman, tenteram, damai dan bahagia dalam mengusahakan tercapainya kesejahteraan hidup dunia dan akhirat. Berbagai upaya dilakukan untuk meraih kebahagiaan dan kelanggengan suatu keluarga. Namun demikian perlu diingat bahwa pembentukan keluarga sakinah, yang diawali dengan perkawinan yang berarti “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”, atau dikatakan bahwa “ perkawinan adalah persatuan cinta antara sepasang pria dan wanita yang dikukuhkan didepan petugas agama atau pencatatan sipil “ tidak mudah untuk mewujudkannya. Ada yang bisa mewujudkan keluarga sakinah, ada yang kurang bahkan ada yang tidak bisa bahkan hancur ditengah jalan

Konflik-konflik dalam keluarga menyebabkan keretakan, konflik sendiri merupakan akibat dari oposisi pendapat di antara perorangan, kelompok, atau organisasi. Perbedaan pendapat dan pemahaman sering terjadi, karena setiap individu mempunyai ide, pengetahuan, pendidikan, dan kemampuan memahami yang berbeda. Salah satu atau masing-masing pihak dapat menganggap bahwa perbedaan merupakan hal yang mengganggu, sehingga timbul konflik sebagai reaksi dari adanya intoleransi pada ketidaksepahaman dan perbedaan penafsiran atau penarikan kesimpulan tersebut.

Pada keadaan tertentu, konflik dapat mengidentifikasi adanya pengelolaan lingkungan dan/atau sumber daya yang tidak berjalan efektif, memperjelas gagasan, dan bahkan dapat menjelaskan kesalahpahaman (Mitchell, Setiawan, dan Rahmi dalam Wahyudi, 2011: 16). Melalui konflik, seseorang bisa menjadi tahu adanya kesalahan atau permasalahan dalam menjalankan kehidupan keluarga. Salah satunya yaitu masalah kesalahpahaman. Kesalahpahaman terjadi karena keterbatasan seseorang dalam memahami, menafsirkan, dan menyampaikan informasi. Ketika konflik muncul dari adanya kesalahpahaman, seseorang menjadi tahu apa yang sebenarnya terjadi atau apa yang seharusnya dilakukan. Sehingga, melalui konflik dapat mengetahui kelemahan dan kekuatan dalam menjalani kehidupan keluarga. Jadi, konflik berguna bagi peningkatan kualitas pribadi dan kinerja sumber daya yang berpengaruh pada pencapaian tujuan organisasi.

Dari definisi tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa konflik tidak selalu bersifat negatif (destruktif), tetapi juga dapat bersifat positif (konstruktif). Pada umumnya, konflik dapat memunculkan perilaku negatif seperti penurunan motivasi, komitmen, kepercayaan produktivitas kerja, atau merusak hubungan maupun komunikasi, sehingga dapat merusak hubungan keluarga. Akan tetapi, tak dapat dipungkiri bahwa konflik juga dapat menciptakan sebuah perubahan positif yang dapat terjadi melalui sebuah proses berpikir yang kreatif, inovatif, dan kritis. Pihak yang berkonflik bisa menjadi dapat memahami seseorang dengan baik, yaitu dengan memahami adanya perbedaan pendapat, pola pikir, atau karakter antar individu. Sedangkan yang paling utama adalah konflik akan menciptakan solusi terbaik, tentunya jika konflik tersebut dimanajemeni dengan baik sehingga menghilangkan jembatan antara pihak yang berkonflik dan kembali dapat berinteraksi dengan harmonis.

B. Konflik Dalam Kehidupan Pernikahan & Keluarga

Konflik dalam rumah tangga tidak bisa kita hindari, bahkan setiap insan yang bernyawa pasti akan mengalami yang namanya konflik, dimanapun, kapanpun, siapapun dan bagaimanapun. Hal ini selaras dengan yang dikemukakan oleh Sillars dkk., (2004) bahwa konflik dalam rumah tangga lebih kerap terjadi dibanding konflik dalam konteks sosial masyarakat. Sadarjoen (2005) mengemukakan bahwa konflik dalam rumah tangga muncul karena adanya perbedaan persepsi dan harapan-harapan di antara kedua belah pihak. Hal inilah yang merupakan sumber konflik dalam rumah tangga. Sumber konflik lainnya muncul karena adanya perbedaan latar belakang, pengalaman, budaya, pola pikir, bahasa, kelas sosial, kebutuhan, egoisme, kurangnya perhatian dan lain-lain.

Erikson dalam (Lestari, 2012) menegaskan bahwa munculnya konflik dalam rumah tangga disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya adalah adanya tuntutan dari orang tua; keyakinan dan kepercayaan; tidak mampu beradaptasi dan lain-lain. Beberapa sumber konflik di atas merupakan konflik interpersonal (interpersonal conflict) yang disebabkan oleh dirinya sendiri yang tak mampu meminimalisirnya. Dengan demikian, konflik yang terjadi dalam rumah tangga bukanlah merupakan pemicu atau tolak ukur yang utama dalam menentukan kegagalan dalam membina keluarga, melainkan hal itu akan menjadi proses pendewasaan dalam rumah tangga.

C. Jenis-Jenis Konflik Dalam Rumah Tangga

Dalam kehidupan rumah tangga, terdapat beberapa jenis-jenis konflik, yakni konflik eksternal dan internal. Lewis Coser mengelompokkan konflik menjadi 2 jenis, yakni konflik internal dan eksternal. selain itu, Husaini (2006) mengelompokkan jenis konflik menjadi dua, yakni (1). konflik pertentangan antara dua atau lebih terhadap satu hal atau lebih dengan

sesama anggota organisasi atau dengan organisasi lain dan (2). konflik pertentangan dengan hati nurani sendiri.

1. Konflik Eksternal

Lewis Coser mengemukakan bahwa konflik eksternal adalah konflik yang terjadi antara dua atau tiga kelompok yang berbeda, di mana kelompok tersebut akan menjaga jarak atau memberi batasan dengan kelompok yang bersangkutan. Stanton dalam (Nurgiyantoro, 2010) mengemukakan bahwa konflik eksternal adalah konflik yang terjadi antara seorang tokoh dengan sesuatu di luar dirinya, seperti dengan interaksi masyarakat, lingkungan sekitar, dan sebagainya. Fenomena konflik eksternal ini sering dijumpai di keluarga berumah tangga, khususnya terkait dengan faktor finansial atau pihak ketiga. Pihak ketiga yang dimaksud adalah teman, tetangga, masyarakat, mertua, adik ipar dan lain-lain).

Konflik eksternal merupakan konflik yang bersumber dari mertua, tetangga, teman, adik ipar, pihak ketiga, finansial, miskomunikasi (miscommunication), kurang perhatian atau kurangnya sikap peduli (peka), intoleransi, selera pribadi, gaya komunikasi (tidak nyambung), doktrin budaya, beda bahasa dan lain-lain. bahkan menjadi studi kasus yang tertinggi. Dalam buku akan diulas mengenai contoh kasus yang disebabkan oleh pihak ketiga. Misalnya: Si A memiliki suami bernama si B. Si A tersebut memiliki teman atau tetangga Si C yang juga sudah berkeluarga dengan si D. Pada suatu hari, si C yang memiliki suami si D hidupnya sangat harmonis, romantis, humoris dan si D (suami) selalu memanjakan si C (istri) dengan jalan-jalan, honeymoon, memberi kejutan, dan sebagainya. Nah, lantaran fenomena tersebut, si A (istri) cemburu dan menuntut untuk diperlakukan seperti demikian oleh si B (suami). Kasus seperti ini perlu dihindari karena sangat

berbahaya bahkan sangat berpotensi pada tahap perceraian. Oleh sebab itu, suami istri harus saling mengerti dan intropeksi diri, karena pandangan atau persepsi setiap orang selalu memandang orang lain di atas kita sebagaimana pada istilah “rumput tetangga lebih hijau”. Ungkapan seperti ini sangat sederhana namun memiliki makna yang sangat dalam, yakni memiliki pesan bahwa orang akan selalu memandang kehidupan orang lain lebih sejahtera, harmonis, dan sebagainya. Padahal, jika kita telusuri belum tentu demikian, bahkan ia lebih sengsara dari kita. Namun kemungkinan saja orang yang hidupnya terlihat sangat harmonis dikarenakan mereka pandai manajemen konflik dan menjaga aib atau ketidakharmonisan keluarganya.

2. Konflik Internal

Lewis Coser mengemukakan bahwa konflik Internal adalah suatu konflik yang muncul dalam sebuah kelompok yang memiliki hubungan yang sangat intim. Konflik ini muncul karena terdapat ketegangan perasaan negatif dan sensitif terhadap individu yang memiliki prestasi, kesejahteraannya, kekuasaan, dukungan sosial dan lain-lain. Stanton dalam (Nurgiyantoro, 2010) mengemukakan bahwa Konflik internal adalah konflik kejiwaan, hal ini muncul dikarenakan adanya ketidaksamaan persepsi antara manusia dengan dirinya sendiri.

Berdasarkan paparan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa konflik internal merupakan konflik batin yang disebabkan oleh diri-sendiri atau orang lain. Biasanya, konflik semacam ini muncul lantaran terlalu over (ambisi) dalam meraih sesuatu, kecemburuan sosial dan iri hati, egoisme, gengsi, hubungan seksual, ketidakmampuan dalam beradaptasi, kurangnya motivasi diri, rasa bosan dan jenuh yang berlebihan, sebagaimana contoh berikut: si A sangat berambisi untuk membeli sebuah mobil, namun

pada kenyataannya, harapannya tersebut tidak terwujud, sehingga dapat membuat si A frustrasi. Dari beberapa pengertian di atas, Sadarjoen (2005) mengelompokkan konflik menjadi empat kelompok, yakni konflik zero sum dan motive conflict; personality based dan situational conflict; basic dan non-basic conflict; dan konflik yang tak terelakkan. Berikut penjelasan dan contoh kasus mengenai konflik-konflik tersebut.

3. *Zero Sum dan Motive Conflict*

Zero sum conflict adalah konflik yang muncul dari kedua belah pihak yang saling bertentangan, yakni saling tidak mau mengalah. Hal ini akan sukar untuk mencapai kebersamaan dan keharmonisan karena keduanya saling menuntut untuk kemenangan. *Zero sum conflict* ini sering dijumpai dalam rumah tangga, seperti ketika sang suami memilih A, namun isteri memilih B. Keduanya saling berargumentasi dan saling mementingkan kepentingan pribadi tanpa berusaha mengambil jalan tengahnya, sehingga hal tersebut berujung percekocan, perkelahian bahkan perpisahan. Oleh sebab itu, suami istri dituntut untuk lebih cerdas dalam mengelola, manajemen, dan memilih jalan yang terbaik. Sedangkan *motive conflict* merupakan konflik yang disebabkan oleh salah satu pasangan yang menginginkan untuk mendapat keuntungan atau kemenangan yang lebih dari pasangannya, seperti sang suami atau sang istri yang saling tidak mengalah atau saling mempertahankan prinsip atau sifat egonya. Hal ini sering terjadi dalam rumah tangga yang berujung perkelahian, percekocan, kesalahpahaman serta perceraian. Oleh sebab itu, suami istri dalam kehidupan rumah tangga harus benar-benar saling memahami, mengalah, menyayangi, mengasihi, dan saling memotivasi.

4. *Personality Based dan Situational Conflict*

Personality based merupakan karakter atau watak kepribadian seseorang yang selalu ditonjolkan. *Personality based* merupakan sifat ciri khas setiap individu yang melekat pada prinsip pendiriannya. Pada dasarnya, sifat kepribadian ini agak condong pada sifat negatif, yakni lebih memprioritaskan diri daripada orang lain. Sedangkan *situational conflict* mengarah pada keadaan atau peristiwa konflik itu terjadi. Biasanya, konflik-konflik tersebut rawan terjadi pada situasi-situasi bad mood, situasi lingkungan, keadaan selera dan lain-lain. Fenomena ini sering kita jumpai di masyarakat yang sudah berkeluarga. Jadi, ketika sang istri dalam keadaan bad mood, maka seharusnya sang suami segera menanganinya dengan sigap dan tanggap seperti menghibur, memberi sandaran, mengajak jalan-jalan, refreshing, mengobrol, melakukan hal-hal yang konyol, berkomedi dan lain sebagainya. Jika hal ini dilakukan, maka hati sang istri akan berseri-seri, senang, gembira, dan bahagia karena pada hakikatnya sang istri itu di identik dengan ke anak-anakan yang selalu membutuhkan permainan atau hiburan. Namun sebaliknya, jika sang suami mengabaikan dan tidak memperdulikan dikarenakan asyik main HandPhone (HP), Laptop dan sebagainya, maka disitulah akan muncul kembang-kembang ketidakharmonisan yang berujung konflik perkelahian dan percekcoakan. Lalu bagaimana jika suami dalam keadaan sibuk, apakah suami harus memenuhi kebutuhan istri?. Pertanyaan semacam ini sering dilontarkan oleh kaum laki-laki yang sedang mengalaminya. Jawabannya adalah, suami dan istri harus saling mengerti dan saling memahami, yakni jika suami dalam keadaan sibuk atau ada kepentingan, sebaiknya sang istri tidak boleh menuntut dan ngotot untuk dipenuhi segala kebutuhan dan keinginannya. Istri juga harus memaklumi keadaan suami, yakni istri tidak boleh bersikap semaunya dan seenaknya sendiri. Jika hal ini dilakukan, maka bukan perdamaian dan kenyamanan yang didapatkan, malah hal ini akan tambah

memperkeruh keadaan. Jika demikian, sang istri akan dianggap sebagai istri yang memiliki sifat cenderung terhadap kebutuhan atau memprioritaskan kepentingan pribadi. Oleh sebab itu, suami istri harus saling mengerti, memahami dan memaklumi terhadap kebutuhan dan kepentingan masing-masing dengan cara saling memberi ruang dan kesempatan.

5. *Basic dan Non-Basic Conflict*

Basic conflict merupakan konflik dasar yang terjadi pada rumah tangga lantaran adanya ekspektasi dari kedua pasangan (suami-istri) yang tidak sesuai dengan realitas yang diinginkan. Konflik ini biasanya dilatarbelakangi oleh faktor biologis, finansial dan sebagainya. Fenomena seperti ini tidak hanya dialami oleh beberapa orang saja, melainkan hampir dialami oleh setiap orang yang berkeluarga. Fenomena ini memang sulit untuk diatasi bahkan fenomena ini merupakan kasus yang terbanyak melahirkan perceraian. Namun hal tersebut bukan merupakan hambatan atau akhir kebersamaan bagi rumah tangga, melainkan hal tersebut merupakan ujian pendewasaan, keteguhan dan kesetiaan bagi rumah tangga.

6. Konflik yang tak Terelakkan

Konflik yang tak terelakkan ini bersumber dari kecenderungan seseorang yang terlalu berambisi terhadap sesuatu yang diinginkan, akan tetapi mereka tidak mengimbangi dengan eksekusinya. Mereka biasanya ngotot untuk mendapatkannya tanpa intropeksi terhadap dirinya. Misalnya, sang istri ingin memiliki sebuah Mall, Hotel dan Villa yang mewah, sedangkan mereka (suami-istri) tidak memiliki kerja sampingan selain menjadi guru. Secara otomatis, jika pendapatan mereka dikalkulasi secara matematika, maka mustahil akan terwujud. Selain itu, mereka tidak mau bekerja keras seperti mencari kerja sampingan dan lain sebagainya. Namun hanya dengan hasil mengajar sebagai guru, mereka

ngotot untuk memiliki sebuah Mall, Hotel dan Villa yang luar biasa. Keinginan semacam ini dapat merusak serta mengundang konflik yang tak dapat dielakkan dalam rumah tangga.

D. Manajemen Konflik Keluarga (Marital)

Degenova memberikan beberapa cara dalam menyelesaikan konflik diantaranya dengan:

1. Avoidance Conflict

Konflik pertama ini merupakan metode dimana pasangan menghadapi konflik yang terjadi dengan cara menghindar. Mereka mencoba mencegah konflik dengan menghindari orang yang bersangkutan, situasinya dan hal-hal yang berhubungan dengan hal tersebut. Dengan menghindari masalah, untuk sementara keadaan memang cukup tenang tetapi masalahnya tidak akan selesai, masalah akan berlarut-larut dan dapat merusak hubungan. Pasangan yang tidak pernah melakukan usaha untuk menghindari pertentangan secara berkala akan menarik diri satu sama lainnya secara perlahan-lahan dan pengasingan diri terjadi ketika pasangan berhenti berkomunikasi dan memberi perhatian satu sama lainnya. Sebagai hasilnya, akan terjadi peningkatan dalam kesendirian, hilangnya intimasi dan berdampak pada hal lainnya seperti sexual intercourse.

2. Ventilation and catharsis conflict

Metode konflik yang kedua ini merupakan kebalikan dari avoidance, yaitu individu mencoba menyalurkan konflik tersebut. Ventilation artinya mengekspresikan emosi dan perasaan negatif. Sama halnya dengan catharsis dimana individu yang sedang dalam masalah akan menyalurkan emosi dan perasaan negatif yang dirasakannya, seperti berteriak, bernyanyi sekeras-kerasnya, dan yang lainnya. Diharapkan setelah proses ini

dilakukan seluruh emosi dan perasaan negatif yang ada akan keluar dan diganti dengan emosi dan perasaan yang lebih positif.

3. *Constructive and destructive conflicts*

Setiap pasangan tentu memiliki konflik, dan bagaimana seseorang mengatasi konflik mempengaruhi perkembangan pribadi mereka. Metode konstruktif (constructive) yaitu pasangan menghadapi masalah pernikahannya dengan lebih memahami dan berkompromi atau menerima solusi yang ditawarkan untuk dipertimbangkan. Hal ini lebih kepada meminimalisir emosi negatif, menaruh hormat dan percaya kepada pasangan serta dapat menyebabkan hubungan menjadi lebih dekat. Metode destruktif (destructive) yaitu menyerang orang yang bermasalah dengan dirinya. Mereka mencoba untuk mempermalukan pasangannya, mengucilkan atau menghukum orang yang menjadi lawan konfliknya dengan dirinya. Mereka mencoba untuk mempermalukan pasangannya, mengucilkan atau menghukum orang yang menjadi lawan konfliknya dengan menghina dan menjelek-jelekannya.