

DAMPAK PSIKOLOGIS TUKAR PERAN SUAMI ISTRI DALAM RUMAH TANGGA

Siti Rahmah
Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin
e-mail: rahmamts3@gmail.com

Abstract

This article discusses the psychological impact of swapping the roles of husband and wife in the household. This research is included in qualitative research with data collection carried out through library reviews by referring to books, journals and other scientific works. Then the author uses studies that distinguish between male and female psychology as material for analysis of the problems studied. The purpose of this study is to analyze the psychological impact due to the exchange of roles of husband and wife in the household so that it is necessary to understand the psychological characteristics of men and women before marriage and divide their respective roles. The results of this research say that psychologically, men and women are indeed different, both cognitively, affective, and psychomotor. This difference is often one of the sources of conflict in the household. In addition, there are also differences motivated by life experiences, parenting, education, culture, and religious behavior, which of course are challenges in domestic life. Men are synonymous with firmness and strength while women are mostly given a gentle and affectionate attitude. Psychologically, women tend to be more sensitive and have very delicate feelings, while men tend to be more indifferent and less sensitive. First, if a married couple understands the psychological differences between them, then the husband and wife will understand each other, apply gender equality in their relationship, and achieve emotional balance. Second, on the other hand, if the married couple does not know the psychological differences between them, it will have an impact on social pressure, husband and wife feel that they have lost their identity, and the emergence of conflicts in the household.

Artikel ini membahas tentang dampak psikologis dari tukar peran suami dan istri dalam rumah tangga. Penelitian ini termasuk dalam penelitian kualitatif dengan pengambilan data yang dilakukan melalui kajian pustaka (library reseach) dengan merujuk pada buku-buku, jurnal dan karya ilmiah lainnya. Kemudian penulis menggunakan penelitian-penelitian yang membedakan psikologis laki-laki dan perempuan sebagai bahan analisis terhadap permasalahan yang diteliti. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis dampak psikologis karena adanya tukar peran suami dan istri dalam rumah tangga sehingga perlu untuk memahami ciri psikologis laki-laki dan perempuan sebelum menikah dan membagi peran masing-masing. Hasil peneliti ini mengatakan bahwa secara psikologis, laki-laki dan perempuan memang berbeda, baik secara kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Perbedaan inilah yang sering kali menjadi salah satu sumber konflik dalam rumah tangga. Selain itu, ada pula perbedaan yang dilatarbelakangi oleh pengalaman hidup, pola asuh, pendidikan, budaya, dan perilaku beragama yang tentu saja menjadi tantangan tersendiri dalam kehidupan rumah tangga. Laki-laki identik dengan ketegasan dan keperkasaan sedangkan perempuan kebanyakan diberi sikap

lemah lembut dan penuh kasih sayang. Secara psikologis perempuan cenderung lebih sensitif dan mempunyai perasaan yang sangat halus, sedangkan laki-laki cenderung lebih tidak acuh (cuek) dan kurang peka. Pertama, jika pasangan suami istri memahami perbedaan psikologi antara mereka, maka suami istri akan saling memahami, mengaplikasikan kesetaraan gender dalam hubungannya, dan terpenuhinya keseimbangan emosional. Kedua, sebaliknya jika pasangan suami istri belum mengetahui perbedaan psikologis antara mereka, maka akan berdampak pada adanya tekanan sosial, suami istri merasa kehilangan identitas diri, dan munculnya konflik dalam rumah tangga.

Kata Kunci: *Dampak Psikologis, Tukar Peran Suami Istri*

A. PENDAHULUAN

Setelah menikah, yang perlu diperhatikan adalah membuat kontrak antara suami istri yang berisi tentang tugas apa yang dilakukan masing-masing yang didasari oleh kepentingan bersama.¹ Suami dan istri berperan dan bertugas mengukuhkan pernikahan kemudian mulai melaksanakan komitmen sesuai dengan kontrak yang sudah dibuat untuk melaksanakan fungsi-fungsi keluarga.²

Secara umum seorang suami berperan sebagai kepala keluarga yang bertugas mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan sandang, pangan dan papan. Suami juga berperan sebagai mitra istri yaitu menjadi teman setia yang menyenangkan dan selalu ada di saat suka maupun duka dengan selalu menyediakan waktu untuk berbincang dan menghabiskan waktu senggang dengan sang istri. Sebagai suami juga harus berperan untuk mengayomi atau membimbing istri agar selalu tetap berada di jalan yang benar. Selain menjadi rekan yang baik untuk istri, suami juga dapat membantu meringankan tugas istri, seperti mengajak anak-anak bermain atau berekreasi serta memberikan waktu-waktu luang yang berkualitas untuk anak di sela-sela kesibukan suami dalam mencari nafkah. Selain peran suami, istri juga mempunyai peran yang sangat penting, yaitu sebagai pendamping suami di setiap saat dan ibu yang siap menjaga dan membimbing anak-anaknya. Sama seperti suami, istri juga berperan sebagai mitra atau rekan yang baik dan menyenangkan bagi pasangan hidupnya. Istri dapat diajak untuk berdiskusi mengenai berbagai macam permasalahan yang terjadi dan juga berbincang tentang hal-hal yang ringan.

¹ Kusdiwati Setiono, *Psikologi Keluarga*, (Bandung: PT Alumni, 2024), hlm. 17.

² Tina Afiatin, *Op. cit.*

Istri sebagai pendorong dan penyemangat demi kemajuan suami di bidang pekerjaannya.³

Namun zaman sekarang banyak adanya tukar peran suami istri yang terjadi ketika tanggung jawab tradisional dalam rumah tangga yang biasanya dibagi berdasarkan norma gender dibalik atau diubah, yaitu ketika suami lebih fokus pada peran domestik (mengurus rumah dan anak), sementara istri menjadi pencari nafkah utama.

Tukar peran tersebut akan berdampak pada konflik rumah tangga jika suami istri tidak memahami bagaimana perbedaan psikologis keduanya. Suami dan istri meskipun memiliki kesamaan dalam banyak aspek, juga memiliki ciri psikologis yang berbeda dan setiap pasangan harus memperhatikan hal tersebut dalam membuat konsep keluarga. Laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan mendasar dalam cara berpikir, berperasaan dan berperilaku. Perbedaan psikologis ini dapat mempengaruhi cara suami dan istri dalam berkomunikasi, menyelesaikan konflik, dan memenuhi kebutuhan emosional masing-masing. Tanpa pemahaman tentang perbedaan ini, pasangan akan mengalami kesalahpahaman atau ketegangan dalam hubungan. Oleh karena itu, membahas perbedaan psikologis antara suami dan istri penting untuk membangun rumah tangga yang harmonis, saling memahami, dan lebih tanggap terhadap kebutuhan masing-masing.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan teknik deskriptif analitik atau pengumpulan data melalui kajian pustaka (*library reseach*) dimana penulis merujuk pada buku-buku dan jurnal yang berkaitan dengan tukar peran suami istri dalam rumah tangga dan kaitannya dengan perbedaan psikologis laki-laki dan perempuan. Hasil pengumpulan data tersebut kemudian dianalisis dan disimpulkan.

C. PEMBAHASAN

1. Peran Suami dan Istri dalam Pernikahan

³ Dyah Purbasari Kusumaning Putri Sri Lestari , "Pembagian Peran Dalam Rumah Tangga Pada Pasangan Suami Istri Jawa", *Jurnal Penelitian Humaniora*, vol. 16, no. 1, 2015, hlm.73.

Pada kehidupan berumah tangga suami dan istri memiliki peran, tugas, dan tanggung jawabnya masing-masing. Umumnya masyarakat memiliki pandangan bahwa peran suami sebagai kepala rumah tangga dan memimpin istri serta anak-anaknya, sedangkan peran istri sebagai istri untuk suaminya, ibu untuk anak-anaknya, dan mengurus segala urusan rumah tangga, maka segala aktivitas domestik dilakukan oleh istri, dan suami yang bekerja mencari nafkah.

Peran Suami antara lain:

a. Pencari nafkah dalam keluarga

Kebutuhan sandang, pangan, papan merupakan kebutuhan lahiriah yang menjadi tugas seorang suami sebagai pemimpin dalam keluarga. Dalam hal ini tidak ada standarisasi dalam menentukan jumlah atau kuantitas dalam realisasinya. Kebutuhan sandang, pangan, papan ini menjadi cukup atau tidaknya tergantung kepada pelakunya.

b. Memperlakukan istri dengan baik

Istri merupakan pasangan dalam mengarungi bahtera rumah tangga, yang mana merupakan orang yang sama besar tugasnya dengan suami. Jika suami cenderung kepada tugas yang bersifat materi istri lebih bersifat kepada urusan dalam rumah. Dalam memperlakukan istri seorang suami hendaklah sayang terhadap anak dan istrinya dengan menyayangi dan menghormati anggota keluarga.⁴

c. Menggauli Istrinya Secara Baik dan Patut

Islam menghendaki agar suami istri mampu bergaul secara baik di dalam rumah tangganya, sehingga mampu menghasilkan keharmonisan di rumah tangga yang telah diarungi bersama dengan secara sungguh-sungguh untuk menjalankan hak dan kewajiban dari masing-masing suami dan anak-anak.¹⁵ Selain itu suami juga harus menjaga ucapan dan perbuatannya jangan sampai meruak atau menyakiti perasaan istri.

d. Menjaga Istri

⁴ Mohamad Abdul Azis, "Peran Suami Dalam Membentuk Keluarga Sakinah (Studi Kasus Dua Keluarga Di Padukuhan Papringan, Caturtunggal, Sleman, Yogyakarta)" , *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, vol. 15, no. 2, 2018, hlm. 75.

Suami harus memberikan pendidikan beragama maupun pendidikan lain yang berguna bagi kedudukannya sebagai istri serta menjauhkannya dari segala sesuatu yang Allah murkai. Tujuannya adalah untuk menjauhkan dari perbuatan dosa dan maksiat. Suami wajib mewujudkan kehidupan yang diharapkan Allah, yaitu *sakināh, mawaddah, wa rahmah*.⁵

Peran Istri antara lain:

a. Istri sebagai Pengelola Rumah Tangga

Jika seorang suami menjadi pemimpin dalam rumah tangga maka posisi istri adalah melengkapinya sebagai pengelola dalam membantu mengatur urusan dalam keluarga. Dalam mewujudkan rumah tangga yang sakinah, peran istri juga menentukan. Secara umum istri yang paling otoritatif mengatur rumah tangga sebagai manajer. Maka sebagai manajer, istri berperan sepenuhnya dalam menata berbagai sarana dan prasarana yang diperlukan oleh seluruh anggota keluarga. Mengatur urusan belanja sehari-hari hingga tertata dengan baik. Kehidupan rumah tangga sangatlah kompleks sehingga penting untuk melakukan pengaturan dan perencanaan keuangan di dalam rumah tangga. Seorang istri berperan sebagai manajer keuangan rumah tangga. Dalam mengelola rumah tangga, seorang istri dapat menggunakan strategi dalam manajemen ekonomi keluarga. Hal ini merupakan wujud pengabdian seorang istri kepada suami dalam mengelola ekonomi keluarga.⁶

b. Pemeliharaan Rumah

Perempuan bisa dikatakan memiliki peran yang sangat penting dalam sektor domestik tidak terkecuali dengan tugas pemeliharaan rumah. Pemeliharaan rumah merupakan suatu kegiatan yang dilakukan dalam rumah tangga yang bertujuan untuk memelihara dan merawat lingkungan rumah tempat tinggal. Kegiatan ini menjadi kegiatan harian yang dilakukan di rumah seperti menyapu dan mengepel lantai, membersihkan

⁵ Muhammad Adib, Dona Salwa, Muthmainnah Khairiyah, "Tukar Peran Suami Dan Istri Dalam Rumah Tangga Perspektif Hukum Keluarga Dan Gender, *Journal Of Islamic And Law Studies*, vol. 8, no. 1, 2024, hlm. 98-99.

⁶ Zulkifli Reza Fahmi, "Peran Suami dan Istri dalam Rumah Tangga Islam: Telaah Pandangan Syekh Nawawi Al-Bantanidalam Kitab 'Uqudu-l-lujjain", *AL-MAQASHIDI Journal Hukum Islam Nusantara*, vol. 06, no. 02, 2023, hlm. 144.

kamar tidur, merawat tanaman, membersihkan perabotan rumah, dan lain-lain. Biasanya untuk wanita karir mereka melakukan kegiatan ini ketiga pagi hari sebelum berangkat kerja atau pulang kerja, dan hari libur. Kegiatan membersihkan rumah tidak memerlukan keterampilan atau teknik khusus sehingga pada dasarnya dapat dilakukan oleh siapapun, baik dilakukan oleh laki-laki maupun perempuan. Hanya saja perlu adanya ketelatenan dan kesabaran saat mengerjakannya karena dalam memelihara rumah banyak hal yang perlu dilakukan supaya mendapatkan hasil yang bersih dan indah.

c. Manajemen keuangan rumah tangga

Dalam berumah tangga, pasangan suami istri memiliki tugas dan peran masing-masing. Sebagai seorang suami diwajibkan untuk menafkahi keluarganya dengan terpenuhinya kebutuhan sandang, pangan, dan papan seluruh anggota keluarga, sedangkan tugas seorang istri membantu untuk mengatur dan mengelola keuangan keluarga. Biasanya di dalam keluarga sumber utama keuangan keluarga berasal dari suami. Sementara penghasilan istri menjadi sumber tambahan saja dan tidak menjadi sumber utama. Mayoritas semua penghasilan keluarga baik dari suami maupun istri dikelola sepenuhnya oleh istri. Namun tidak jarang pula suami ikut terlibat dalam pengelolaan keuangan tersebut. Istri memajemen keuangan keluarga dengan membuat sebuah perencanaan dengan memisah-misahkan uang sesuai dengan kebutuhan. Pengelolaan keuangan ini biasanya sudah didiskusikan dan disepakati juga dengan suami uang tersebut akan dipakai untuk apa saja. Bahkan ada yang sudah membuat kesepakatan manajemen keuangan keluarga dari sebelum menikah.⁷

d. Pemeliharaan Rumah

Perempuan bisa dikatakan memiliki peran yang sangat penting dalam sektor domestik tidak terkecuali dengan tugas pemeliharaan rumah. Pemeliharaan rumah merupakan suatu kegiatan yang dilakukan dalam

⁷ Aulya Sari, Suyanto, "Pembagian Kerja Dalam Rumah Tangga Antara Suami Istri Yang Bekerja (Studi Kasus Di Kelurahan Lubung Buaya, Kecamatan Cipayung, Kota Jakarta Timur)", *Endogami, Jurnal Ilmiah Kajian Antropologi*, vol. 6, no. 2, hlm. 219-220.

rumah tangga yang bertujuan untuk memelihara dan merawat lingkungan rumah tempat tinggal. Kegiatan ini menjadi kegiatan harian yang dilakukan di rumah seperti menyapu dan mengepel lantai, membersihkan kamar tidur, merawat tanaman, membersihkan perabotan rumah, dan lain-lain. Biasanya untuk wanita karir mereka melakukan kegiatan ini ketiga pagi hari sebelum berangkat kerja atau pulang kerja, dan hari libur. Kegiatan membersihkan rumah tidak memerlukan keterampilan atau teknik khusus sehingga pada dasarnya dapat dilakukan oleh siapapun, baik dilakukan oleh laki-laki maupun perempuan. Hanya saja perlu adanya ketelatenan dan kesabaran saat mengerjakannya karena dalam memelihara rumah banyak hal yang perlu dilakukan supaya mendapatkan hasil yang bersih dan indah.

e. Manajemen keuangan rumah tangga

Dalam berumah tangga, pasangan suami istri memiliki tugas dan peran masing-masing. Sebagai seorang suami diwajibkan untuk menafkahi keluarganya dengan terpenuhinya kebutuhan sandang, pangan, dan papan seluruh anggota keluarga, sedangkan tugas seorang istri membantu untuk mengatur dan mengelola keuangan keluarga. Biasanya di dalam keluarga sumber utama keuangan keluarga berasal dari suami. Sementara penghasilan istri menjadi sumber tambahan saja dan tidak menjadi sumber utama. Mayoritas semua penghasilan keluarga baik dari suami maupun istri dikelola sepenuhnya oleh istri. Namun tidak jarang pula suami ikut terlibat dalam pengelolaan keuangan tersebut. Istri memajemen keuangan keluarga dengan membuat sebuah perencanaan dengan memisah-misahkan uang sesuai dengan kebutuhan. Pengelolaan keuangan ini biasanya sudah didiskusikan dan disepakati juga dengan suami uang tersebut akan dipakai untuk apa saja. Bahkan ada yang sudah membuat kesepakatan manajemen keuangan keluarga dari sebelum menikah.⁸

2. Perbedaan Psikologis Suami dan Istri

⁸ *Ibid*, hlm. 219-220.

Secara psikologis, laki-laki dan perempuan memang berbeda, baik secara kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Perbedaan inilah yang sering kali menjadi salah satu sumber konflik dalam rumah tangga. Selain itu, ada pula perbedaan yang dilatarbelakangi oleh pengalaman hidup, pola asuh, pendidikan, budaya, dan perilaku beragama yang tentu saja menjadi tantangan tersendiri dalam kehidupan rumah tangga. Perbedaan tersebut akan menjadi sumber konflik jika suami atau istri tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik dan akan menjadi sumber terjadinya perceraian.

Laki-laki identik dengan ketegasan dan keperkasaan sedangkan perempuan kebanyakan diberi sikap lemah lembut dan penuh kasih sayang. Sebagai contoh, ketika bertengkar dengan pasangannya, seorang suami sering merasa heran kepada istrinya, "Mengapa jika ada masalah, istri saya hanya bisa menagis dan diam?" Sementara itu, istri juga bertanya "Mengapa saat bertengkar, suami saya sulit menjadi pendengar yang baik, selalu ingin menang sendiri, dan sulit menerima masukan orang lain?"

Secara psikologis perempuan cenderung lebih sensitif dan mempunyai perasaan yang sangat halus, sedangkan laki-laki cenderung lebih tidak acuh (cuek) dan kurang peka. Marco Del Giudice, seorang psikolog kognitif dari Italia, melakukan penelitian dengan cara menguji perbandingan kepribadian laki-laki dan perempuan. Hasil riset tersebut telah dipublikasikan dalam suatu jurnal penelitian psikologi. Dalam penelitian tersebut, sampel yang digunakan berjumlah 10.000 orang dengan latar belakang berbeda-beda. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perempuan memiliki skor yang lebih tinggi daripada laki-laki dalam hal sensitivitas, kehangatan, dan perhatian. Sementara itu, laki-laki memiliki skor yang lebih tinggi daripada perempuan dalam hal stabilitas emosional, dominasi, kesadaran terhadap aturan, dan kewaspadaan. Pada dasarnya penelitian tersebut menunjukkan bahwa dalam hal yang menyangkut kepribadian, laki-laki dan perempuan adalah dua jenis yang berbeda.

Brizendin seorang ilmuwan Amerika, seorang neuropsikiater yang merupakan seorang peneliti dan seorang dokter dan professor di University

of California, San Francisco. Dia adalah penulis tiga buku: Otak Wanita, Otak Pria dan Peningkatan. Dia melakukan suatu penelitian dari perspektif evolusi dan menyatakan bahwa perbedaan besar yang terjadi dalam kepribadian antara laki-laki dan perempuan adalah hal yang sangat masuk akal. Tekanan seleksi seksual yang berbeda pada laki-laki dan perempuan diharapkan menghasilkan perbedaan yang mempengaruhi strategi pernikahan dan reproduksi. Hal ini tentu didapat dari perbedaan struktur fisik yang dimiliki laki-laki dan perempuan.

Menurut Brizendine kemampuan mendengar perempuan lebih baik daripada laki-laki. Struktur otak pusat bagian bahasa dan pendengaran menunjukkan bahwa perempuan memiliki neuron 11% lebih banyak daripada laki-laki. Perempuan tidak hanya mendengar lebih baik tetapi juga dapat membedakan rentang nada emosional yang lebih luas dalam suara manusia. Dari sudut evolusi, hal ini terjadi karena perempuan berevolusi menjadi pengasuh sehingga mendengar dan menafsirkan tangisan bayi adalah semacam keterampilan yang penting.

Banyak istri yang mengeluhkan suami tidak bisa menjadi pendengar yang baik. Ketika istri mengeluh tentang berbagai macam beban, seperti masalah rumah, pekerjaan atau anak-anak, suami sering kali menanggapi dengan sikap tidak acuh atau bahkan menyanggahnya dengan ungkapan yang menurut istri tidak suportif dan menuntut istri untuk menghadapinya sendiri. Sebaliknya, banyak suami yang mengeluhkan sikap istrinya yang tidak suportif dan cenderung merasa paling tahu. Ketika suami bercerita, justru istri menceramahi dan menyuruh suami untuk menuruti keinginannya agar bisa keluar dari masalah yang dikeluhkan. Hal yang suami harapkan ketika bercerita kepada istri adalah agar menguatkan dan memotivasi suami bukan sebaliknya malah menceramahi.

Brizendine menjelaskan bahwa perempuan memiliki minat yang lebih dalam kepada orang-orang dan perasaan dalam membangun hubungan. Laki-laki cenderung disibukkan dengan kepraktisan yang dapat dipahami

melalui deduksi logis. Laki-laki cenderung lebih berorientasi pada tantangan dan penaklukan serta bersaing untuk mendapatkan pencapaian.⁹

Laki-laki lebih banyak diam untuk mendengarkan perempuan yang senang berbicara. Laki-laki akan berbicara ketika sampai pada kesuksesan, sedangkan perempuan akan berbicara ketika dia mencari sesuatu. Laki-laki akan diam ketika menghadapi masalah dan dia akan bicara ketika mencari solusi untuk masalah tersebut, sedangkan perempuan akan berbicara ketika dia mendapatkan masalah, bukan untuk mencari solusinya, akan tetapi untuk memahami masalah tersebut.

Secara ringkas dapat dikatakan bahwa, komunikasi adalah salah satu solusi untuk seorang laki-laki dimana dia tidak akan berbicara kecuali ketika dia memiliki sesuatu atau ketika seorang meminta penjelasan. Adapun berbicara bagi seorang perempuan menjadi sebuah kebiasaan di mana dia akan mengungkapkan setiap perasaannya dan menyampaikan setiap gagasannya agar bisa memahami apa yang dia alami dari setiap pembicaraannya.

Perlu ditekankan pula, bahwa laki-laki senantiasa diam dan berpikir mendalam ketika menghadapi masalah. Ada dua sifat yang membuat lelaki tetap tenang ketika menghadapi kesulitan dan masalah. Dua sifat itu adalah; *Pertama*, dia akan pergi ke suatu tempat rahasia yang mana tidak seorangpun dapat mengganggunya. *Kedua*, dia akan melampiaskan kemarahannya terhadap apa yang ada di sekitarnya baik itu diungkapkan dengan terang-terangan atau cukup dengan diam saja. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa setiap kali laki-laki mendapatkan kesulitan, dia semakin banyak diam. Sifat seperti ini sering kali menjadikan istrinya sedih, dia mengira suaminya sengaja menutupi sesuatu darinya dan membuatnya sakit hati, akan tetapi keadaannya tidaklah seperti itu. Ketika suami mendapatkan kesulitan dan tekanan, maka dia memerlukan waktu istirahat dalam ketenangan, di satu sisi. Namun pada sisi lain, ketika seorang istri

⁹ Muhammad Iqbal dan Kisma Fawzea, *Psikologi Pasangan: Manajemen Konflik Rumah Tangga*, (Jakarta: Gema Insani, 2020), hlm. 3-13.

mendapatkan tekanan, maka reaksinya jelas berbeda dengan sikap suaminya.¹⁰

Secara garis besar, perbedaan psikologis suami (laki-laki) dan istri (perempuan) dapat dilihat pada tabel berikut.

Identifikasi	Laki-laki	Perempuan	Sifat
Ciri biologis	Alat kelamin khas dan sperma	Alat kelamin khas, rahim, ASI, haid, hamil, melahirkan, menyusui	Tetap, tidak dapat ditukar, kodrati atau pemberian Tuhan
Ciri psikologis	Rasional, kuat, pemberani, superior (lebih unggul), maskulin	Emosional, lemah lebut, penakut, inferior (lebih rendah), feminine	Dimiliki oleh laki-laki dan perempuan, dapat berubah sesuai kebutuhan

Secara psikologis, perempuan adalah pribadi yang tidak agresif, feminine, kurang mandiri, sangat emosional, sama sekali tidak menyembunyikan emosi, sangat subjektif, sangat mudah dipengaruhi, sangat tunduk, sangat berorientasi pada rumah, tidak logis, mudah tersakiti perasaannya, sulit membuat keputusan, sangat mudah menangis, memikirkan penampilan, sangat tenang, serta mengungkapkan perasaan dengan lembut.

Adapun laki-laki secara psikologis adalah pribadi yang sangat agresif, maskulin, sangat independen, sama sekali tidak emosional, hampir selalu menyembunyikan emosi, sangat objektif, tidak mudah dipengaruhi, sangat dominan, berpikir logis tidak mudah tersakiti perasaannya, sangat berani, bisa membuat keputusan dengan mudah, berpikir laki-laki lebih unggul

¹⁰ Ulfiah, *Psikologi Keluarga*, (Bogor: Galia Indonesia, 2016), hlm. 79-89.

daripada perempuan, serta tidak mudah mengungkapkan perasaan dengan lembut.¹¹

Perbedaan psikologis antara laki-laki dan perempuan bersifat relatif, kontekstual dan kondisional. Misalnya, sifat lembut dan penuh perhatian sebenarnya bukan semata-mata ada pada perempuan. Ada banyak kaum laki-laki yang juga memiliki sifat tersebut. Demikian pula ada banyak perempuan yang bersifat tegas bahkan berlaku agresif.¹² Perempuan lebih cenderung menyadari emosinya daripada laki-laki. Namun, ada kemungkinan yang mendorong mereka untuk memperjuangkan kerja sama dan kemurahan hati daripada menuruti keegoisan.¹³

Gambaran temuan ilmiah tersebut menunjukkan bahwa untuk meningkatkan kualitas pernikahan, pasangan suami istri harus memahami serta mempelajari perbedaan fisik dan psikologis suami (laki-laki) dan istri (perempuan). Dengan demikian, terjadi sebuah proses penyesuaian diri dan berusaha untuk saling memahami perbedaan tersebut dalam pernikahan. Pada awal pernikahan, konflik-konflik yang terjadi berawal dari kesulitan memahami psikologis pasangan. Selain itu, ada fase ketika istri memasuki fase hormonal. Banyak suami yang marah dan menjadi emosional ketika melihat istri mereka menjadi lebih sensitif dan mudah emosi dalam menyikapi permasalahan. Pengetahuan tentang perbedaan ini sangat penting dipelajari oleh suami istri, yaitu bahwa fisik dan psikis ibarat satu kesatuan yang parallel atau dikenal dengan istilah *psychophysical parallelism*.¹⁴

3. Dampak Psikologis Tukar Peran Suami Istri Dalam Rumah Tangga

Saat ini, peran perempuan semakin meluas yang tidak hanya mengurus wilayah domestik rumah tangga. Banyak perempuan bekerja pada sektor ekonomi dan dapat menambah penghasilan keluarga. Sehingga dapat dikatakan bahwa jumlah perempuan yang terlibat dalam kegiatan mencari

¹¹ Muhammad Iqbal dan Kisma Fawzea, *Op. cit.*

¹² Mufidah, *Op. cit.*, hlm. 3-4.

¹³ Rilla Sovitriana, *Kajian Gender Dalam Tinjauan Psikologi*, (Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia, 2020), hlm. 10.

¹⁴ Muhammad Iqbal dan Kisma Fawzea, *Op. cit.*

nafkah semakin besar. Untuk itu, bagi suami yang jika istrinya ikut bekerja dalam mencari nafkah, maka pekerjaan atau tugas istri yang biasa dilakukan istri atau yang menjadi kewajiban istri, seperti tugas ibu rumah tangga dalam hal pekerjaan rumah, mendidik dan merawat anak juga harus dilakukan bersama-sama atau menjadi tanggung jawab suami juga. Sehingga dalam sebuah rumah tangga tidak ada saling membebankan pihak lain dan hal ini dilakukan untuk keharmonisan rumah tangga serta menjadi keseimbangan dalam melaksanakan kewajiban.¹⁵

Jika terjadi tukar peran suami istri, seperti istri bertugas bekerja dan memenuhi kebutuhan keluarga sedangkan suami mengambil peran yang lebih dominan dalam mengurus rumah tangga akan menimbulkan dua dampak:

Pertama, jika suami istri memahami perbedaan psikologis keduanya:

a. Suami istri akan saling memahami

Suami istri dapat saling memahami satu sama lain jika keduanya mengetahui seperti apa perbedaan psikologis antara mereka. Hal ini dapat menghindarkan rumah tangga dari konflik dan perceraian ketika terjadi tukar peran antara mereka. Saling memahami keadaan juga bagian dari kewajiban rumah tangga. Rumah tangga akan sakinah mawaddah wa rahmah bila di dalamnya suami-istri dapat saling memahami.¹⁶

b. Kesetaraan Gender

Prinsip kesetaraan gender adalah keyakinan bahwa laki-laki dan perempuan harus diperlakukan sama dalam memiliki hak dan kesempatan, tanpa memandang jenis kelamin. Prinsip ini mendasarkan bahwa gender bukanlah faktor yang menentukan kualitas, kemampuan, atau nilai seseorang dalam masyarakat. Kesetaraan gender merupakan hak bagi setiap orang dari berbagai golongan baik golongan kelas atas, kelas menengah maupun kelas bawah tanpa memandang jenis kelamin baik laki-laki maupun perempuan. Setiap orang berhak mendapatkan kesetaraan gender dalam

¹⁵ Muhammad Adib, Dona Salwa, Muthmainnah Khairiyah, *Op. Cit.*, hlm. 102.

¹⁶ Rizem Aizid, *Fiqh Keluarga Terlengkap*, (Yogyakarta: Laksana, 2018), hlm. 211.

setiap bidang kehidupan di hidupnya.¹⁷ Pasangan suami istri yang melaksanakan tukar peran dalam menjalani kehidupan rumah tangga tandanya sudah mengaplikasikan adanya kesetaraan gender.

c. Terpenuhinya keseimbangan emosional

Dalam hubungan antara pasangan, keseimbangan emosional berperan dalam menjaga keintiman emosional dan memperkuat hubungan. Hubungan yang dibangun di atas fondasi kecerdasan emosional cenderung lebih tahan terhadap stres dan tantangan, karena pasangan mampu saling mendukung, memahami kebutuhan emosional satu sama lain, dan menjaga komunikasi yang terbuka.¹⁸ Pasangan yang mampu mengelola emosi dengan baik memperoleh keunggulan signifikan dalam menghadapi situasi konflik. Dalam konteks ini, kemampuan untuk menghindari reaksi emosional yang berlebihan menjadi elemen utama. Pasangan yang telah mencapai kedewasaan emosi cenderung mampu mengendalikan diri dan menahan diri dari reaksi impulsif yang dapat merugikan proses penyelesaian konflik.¹⁹

Kedua, jika suami istri tidak memahami perbedaan psikologis keduanya:

a. Adanya tekanan sosial

Suami yang mengambil peran domestik mungkin dianggap "kurang maskulin," sementara istri yang bekerja dianggap "terlalu dominan." Hal ini dapat memunculkan rasa malu atau tidak percaya diri.

b. Suami istri akan merasa kehilangan identitas diri

Perempuan, yang mempunyai dorongan-dorongan dan kebutuhan emosional yang jauh lebih besar dibanding laki-laki, lebih mudah berubah secara emosional. Keadaan ego mereka cenderung lebih banyak berubah dan dapat kehilangan rasa identitas mereka dengan lebih cepat.²⁰ Suami mungkin merasa kehilangan makna atau harga diri jika pekerjaan domestik

¹⁷ Melliana Irnantri Dewi, Nurul Hayat, "Upaya Mewujudkan Kesetaraan Gender Dalam Keluarga (Studi Kasus Pada Pasangan Suami Istri Pekerja)", *Edusociata Jurnal Pendidikan Sosiologi*, vol, 6 no. 1, 2023, hlm. 253.

¹⁸ Musrayani Usman, *Sosiologi Keluarga*, (Makassar: PT. Nas Media Indonesia, 2024), hlm. 146.

¹⁹ Muhamad Yusuf Hidayat, Lilik Andaryuni, "Kedewasaan Emosi dalam Membangun Keharmonisan Rumah Tangga Perspektif Maqashid Syariah (Studi Pasangan Suami Istri di Kota Samarinda)", *Al-Qadau* vol. 10, no. 2, 2023, hlm.194.

²⁰ Cecil G. Osborne, *Seni Memahami Pasangan Anda*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2001), hlm. 30.

tidak dihargai oleh dirinya sendiri atau lingkungannya. Istri yang berperan sebagai pencari nafkah utama mungkin merasa tertekan oleh ekspektasi untuk tetap menjalankan peran tradisionalnya sebagai pengurus rumah tangga.

c. Munculnya konflik dalam rumah tangga

Pasangan yang hidup tanpa keterlibatan fungsi dan peran suami istri dan tidak adanya dukungan emosional secara teratur dan berkelanjutan akan mengakibatkan potensi lebih banyak konflik mengenai peran serta tekanan psikologis yang lebih besar.²¹ Suami istri yang merasakan tekanan sosial atau kehilangan identitas diri akan menimbulkan ketegangan dan konflik yang membahayakan rumah tangga.

D. PENUTUP

Jika terjadi tukar peran suami istri, seperti istri bertugas bekerja dan memenuhi kebutuhan keluarga sedangkan suami mengambil peran yang lebih dominan dalam mengurus rumah tangga akan menimbulkan dua dampak:

Pertama, jika pasangan suami istri memahami perbedaan psikologi antara mereka, maka suami istri akan saling memahami, mengaplikasikan kesetaraan gender dalam hubungannya, dan terpenuhinya keseimbangan emosional. Kedua, sebaliknya jika pasangan suami istri belum mengetahui perbedaan psikologis antara mereka, maka akan berdampak pada adanya tekanan sosial, suami istri merasa kehilangan identitas diri, dan munculnya konflik dalam rumah tangga.

²¹ Annisa Qonita Andini, Turnomo Rahardjo, Lintang Ratri Rahmiaji, "Manajemen Konflik Pasangan Suami Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh Lintas Negara", *Interaksi Online*, Vol. 12, No. 4, 2024, hlm. 3.

DAFTAR PUSTAKA

- Setiono, Kusdiwanti. 2024. *Psikologi Keluarga*, Bandung: PT Alumni
- Purbasari Kusumaning , Dyah, Putri Sri Lestari. 2015. "Pembagian Peran Dalam Rumah Tangga Pada Pasangan Suami Istri Jawa", *Jurnal Penelitian Humaniora*, vol. 16, no. 1
- Abdul Azis, Mohamad. 2018. "Peran Suami Dalam Membentuk Keluarga Sakinah (Studi Kasus Dua Keluarga Di Padukuhan Papringan, Caturtunggal, Sleman, Yogyakarta)", *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, vol. 15, no. 2
- Adib, Muhammad, Dona Salwa, Muthmainnah Khairiyah. 2024. "Tukar Peran Suami Dan Istri Dalam Rumah Tangga Perspektif Hukum Keluarga Dan Gender, Journal Of Islamic And Law Studies, vol. 8, no. 1
- Reza Fahmi, Zulkifli, 2023. "Peran Suami dan Istri dalam Rumah Tangga Islam: Telaah Pandangan Syekh Nawawi Al-Bantanidalam Kitab 'Uqudu-l-lujjain", *AL-MAQASHIDI Journal Hukum Islam Nusantara*, vol. 06, no. 02
- Sari, Aulya dan Suyanto. 2023. "Pembagian Kerja Dalam Rumah Tangga Antara Suami Istri Yang Bekerja (Studi Kasus Di Kelurahan Lubung Buaya, Kecamatan Cipayung, Kota Jakarta Timur)", *Endogami, Jurnal Ilmiah Kajian Antropologi*, vol. 6, no. 2
- Iqbal, Muhammad dan Kisma Fawzea. 2020. *Psikologi Pasangan: Manajemen Konflik Rumah Tangga*, Jakarta: Gema Insani
- Ulfiah. 2016. *Psikologi Keluarga*, Bogor: Galia Indonesia
- Aizid, Rizem. 2018. *Fiqih Keluarga Terlengkap*, Yogyakarta: Laksana
- Irnantri Dewi, Melliana dan Nurul Hayat. 2023. "Upaya Mewujudkan Kesetaraan Gender Dalam Keluarga (Studi Kasus Pada Pasangan Suami Istri Pekerja)", *Edusociata Jurnal Pendidikan Sosiologi*, vol, 6 no. 1
- Usman, Musrayani. 2024. *Sosiologi Keluarga*, Makassar: PT. Nas Media Indonesia
- Yusuf Hidayat, Muhamad, Lilik Andaryuni. 2023. "Kedewasaan Emosi dalam Membangun Keharmonisan Rumah Tangga Perspektif Maqashid Syariah (Studi Pasangan Suami Istri di Kota Samarinda)", *Al-Qadau* vol. 10, no. 2
- G. Osborn, Cecil. 2001. *Seni Memahami Pasangan Anda*, Jakarta: Gunung Mulia

Qonita Andini, Annisa, Turnomo Rahardjo, Lintang Ratri Rahmiaji. 2024.
"Manajemen Konflik Pasangan Suami Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh
Lintas Negara", *Interaksi Online*, vol. 12, no. 4