

Pengaruh Konflik Rumah Tangga terhadap Kesehatan Mental Anak dalam Perspektif Hukum Keluarga Islam

Nurkafidz Nizam Fahmi^{1*}

¹Manajemen Pendidikan Islam, Universitas KH. Mukhtar Syafaat, Bangorejo Banyuwang, Kaligesing, Karangmulyo, Kec. Tegalsari, Kabupaten Banyuwangi, Jawa Timur, Indonesia.

E-mail: fahminizam26@gmail.com

* Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.1051>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 02 June 2025

Revised: 08 June 2025

Accepted: 14 June 2025

Kata Kunci:

Konflik, Keluarga,
Kesehatan, Mental.

Keywords:

Conflict, Family, Health,
Mental.



ABSTRACT

Konflik rumah tangga adalah perselisihan atau ketegangan yang terjadi antara anggota keluarga, terutama pasangan suami istri, yang dapat berdampak negatif pada dinamika keluarga. Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh deskripsi lengkap, terperinci, dan sistematis agar dapat memahami dampak, konsep atau praktik, peran dan tanggung jawab orang tua terhadap Kesehatan mental anak. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan yuridis normatif, studi ini menganalisis bagaimana perselisihan orang tua mempengaruhi perkembangan psikologis anak-anak dalam keluarga Muslim. Hasil yang didapat adalah anak-anak yang terpapar konflik rumah tangga sering mengalami gejala kecemasan, depresi, dan gangguan perilaku. Islam menekankan pentingnya menjaga keharmonisan rumah tangga dan melindungi kepentingan anak. Konflik rumah tangga yang berlarut-larut dianggap dapat membahayakan tumbuh kembang anak, sehingga perlu upaya penyelesaian sesuai syariat. Perceraian dapat dipertimbangkan sebagai solusi terakhir demi melindungi kepentingan terbaik anak. Islam memiliki mekanisme untuk melindungi kesehatan mental anak dari dampak negatif konflik rumah tangga, sambil tetap mengupayakan perdamaian dan keutuhan keluarga. Hasil studi ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru dalam upaya melindungi kesehatan mental anak-anak Muslim yang terdampak oleh konflik rumah tangga, sekaligus memperkaya pemahaman tentang implementasi hukum keluarga Islam dalam konteks modern.

Domestic conflict is a dispute or tension that occurs between family members, especially married couples, which can negatively impact family dynamics. The purpose of this study is to obtain a complete, detailed, and systematic description in order to understand the impact, concept or practice, role and responsibility of parents on children's mental health. The method used is qualitative with a normative juridical approach, this study analyzes how parental disputes affect the psychological development of children in Muslim families. The results obtained are that children exposed to domestic conflicts often experience symptoms of anxiety, depression, and behavior disorders. Islam emphasizes the importance of maintaining domestic harmony and protecting the interests of children. Islam has mechanisms to protect children's mental health from the negative effects of domestic conflicts, while still striving for peace and family integrity. The results of this study are expected to provide new insights into efforts to protect the mental health of Muslim children affected by domestic conflicts, as well as enrich the understanding of the implementation of Islamic family law in the modern context.



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

How to Cite: Nurkafidz Nizam Fahmi (2025). Pengaruh Konflik Rumah Tangga terhadap Kesehatan Mental Anak dalam Perspektif Hukum Keluarga Islam, 3(4). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.1051>

PENDAHULUAN

Konflik rumah tangga merupakan fenomena yang sering terjadi dalam kehidupan berkeluarga. Namun, dampaknya tidak hanya dirasakan oleh pasangan suami istri, tetapi juga oleh anak-anak sebagai anggota keluarga yang paling rentan. Pengaruh konflik rumah tangga terhadap kesehatan mental anak telah menjadi perhatian serius dalam berbagai disiplin ilmu, termasuk hukum keluarga Islam. Di Indonesia, khususnya di Kabupaten Banyuwangi, kasus perceraian yang merupakan puncak dari konflik rumah tangga terus meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan data Pengadilan Agama Kabupaten Banyuwangi, tercatat sebanyak 1.245 kasus perceraian pada tahun 2023, meningkat 8% dari tahun sebelumnya (Laporan Tahunan Pengadilan Agama Kabupaten Banyuwangi, 2023). Dari jumlah tersebut, 60% di antaranya melibatkan pasangan yang memiliki anak di bawah umur.

Kompilasi Hukum Islam (KHI), memberikan perhatian khusus terhadap perlindungan anak dalam kasus perceraian. Pasal 105 KHI menegaskan bahwa pemeliharaan anak yang belum mumayyiz adalah hak ibunya, sementara Pasal 156 mengatur tentang hak asuh anak pasca perceraian (Amato, 2010). Namun, implementasi hukum ini dalam konteks perlindungan kesehatan mental anak masih perlu dikaji lebih lanjut. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa anak-anak yang tumbuh dalam keluarga dengan tingkat konflik tinggi cenderung mengalami masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan perilaku (Amato, 2010). Dalam perspektif Islam, kesejahteraan anak, termasuk kesehatan mentalnya, merupakan tanggung jawab utama orang tua, sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an Surah At-Tahrim ayat 6.

Studi kasus di Pengadilan Agama Kabupaten Banyuwangi ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana hukum keluarga Islam diterapkan dalam menangani kasus-kasus perceraian, khususnya dalam upaya melindungi kesehatan mental anak-anak yang terdampak. Penelitian ini juga akan mengkaji sejauh mana pertimbangan hakim dalam memutuskan perkara perceraian telah memperhatikan aspek kesehatan mental anak, serta bagaimana implementasi Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak dalam konteks ini (Indonesia, 2014).

Fokus utama penelitian ini adalah implementasi Pasal 41 Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan, yang menekankan kewajiban orang tua untuk memelihara dan mendidik anak-anaknya, termasuk dalam konteks perceraian. Selain itu, penelitian ini juga akan mengkaji penerapan Pasal 14 Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak, yang menjamin hak anak untuk diasuh oleh orang tuanya sendiri, kecuali jika ada alasan dan/atau aturan hukum yang sah menunjukkan bahwa pemisahan itu adalah demi kepentingan terbaik bagi anak (Indonesia, Undang-Undang Nomor 1 Tahun

1974 tentang Perkawinan., 1974). Lebih lanjut, penelitian ini akan mengeksplorasi potensi integrasi pendekatan interdisipliner dalam penanganan kasus perceraian di Pengadilan Agama, dengan melibatkan ahli psikologi anak dan pekerja sosial. Hal ini sejalan dengan semangat Peraturan Mahkamah Agung Nomor 3 Tahun 2017 tentang Pedoman Mengadili Perkara Perempuan Berhadapan dengan Hukum, yang menekankan pentingnya perspektif gender dan perlindungan anak dalam proses peradilan (Agung, 2017).

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan hukum keluarga Islam di Indonesia, khususnya dalam aspek perlindungan kesehatan mental anak korban konflik rumah tangga. Selain itu, temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pembuat kebijakan dalam merumuskan regulasi yang lebih komprehensif terkait perlindungan anak dalam kasus perceraian.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan untuk mengkaji Kesehatan mental anak akibat konflik rumah tangga dalam perspektif Hukum Keluarga Islam. Sumber data utama yang digunakan meliputi Al-Quran, Hadist, serta kitab fiqh kontemporer tentang Hukum Keluarga Islam. Selain itu, sumber data sekunder berupa buku-buku, jurnal ilmiah, dan artikel yang membahas tentang Kesehatan mental anak, konflik rumah tangga, dan Hukum Keluarga Islam juga dimanfaatkan untuk memperkaya analisis.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan normatif-yuridis untuk menganalisis masalah dari perspektif hukum Islam, serta pendekatan psikologis untuk memahami

dampak konflik terhadap Kesehatan mental anak. Melalui metode penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang mendalam tentang perspektif Hukum Keluarga Islam terhadap dampak konflik rumah tangga pada Kesehatan mental anak, dengan menggabungkan analisis normatif hukum Islam dan pemahaman psikologis tentang perkembangan anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dampak dan faktor terjadinya konflik rumah tangga

Konflik rumah tangga adalah suatu kondisi dalam keluarga yang ditandai dengan adanya perselisihan, ketidaksesuaian, atau pertentangan antara anggota keluarga, khususnya pasangan suami istri, yang dapat berdampak negatif pada kualitas hubungan dan kesejahteraan seluruh anggota keluarga. Konflik ini dapat bervariasi dalam intensitas dan durasinya, serta dapat melibatkan berbagai aspek kehidupan rumah tangga, termasuk emosional, fisik, ekonomi, dan spiritual.

Sedangkan menurut Kompilasi Hukum Islam (KHI) di Indonesia, meskipun tidak secara eksplisit mendefinisikan konflik rumah tangga, namun dalam Pasal 116 disebutkan beberapa alasan yang dapat menyebabkan perceraian, yang dapat dianggap sebagai bentuk-bentuk konflik rumah tangga, seperti: "Perselisihan dan pertengkaran terus menerus antara suami dan istri, salah satu pihak meninggalkan pihak lain selama 2 (dua) tahun berturut-turut tanpa izin pihak lain dan tanpa alasan yang sah, atau karena hal lain yang sah" (Kompilasi Hukum Islam, 1991).

Faktor-faktor terjadinya konflik rumah tangga:

1. Adanya orang ketiga atau terjadinya perselingkuhan. Selingkuh bisa disebut juga dengan berkhianat, orang yang berkhianat tidak akan mendapatkan hidayah dari Allah SWT (Subangkit, 2021)
2. KDRT (Kekerasan Dalam Rumah Tangga), terjadinya kekerasan fisik yang dialami pada salah satu pasangan di dalam hubungan pernikahan. Misalnya, saat sedang bertengkar salah satu pasangan selalu bermain tangan yang menyebabkan korban mengalami cedera fisik
3. Adanya campur tangan orang tua pada permasalahan yang terjadi dalam rumah tangga. Hampir 80% perceraian itu akibat dari perilaku orang tua yang dimana mencampuri urusan rumah tangga anak padahal dalam Islam orang tua hanya boleh menasehati tanpa mencampuri urusan anak.
4. Masalah ekonomi atau finansial ini menjadi salah satu konflik yang biasanya sering terjadi. Sering kali konflik ini muncul karena penghasilan istri lebih besar daripada suami, atau karena suami tidak mau bekerja hingga menyebabkan kurangnya finansial dalam keluarga.
5. Kurangnya komunikasi sehingga menyebabkan berkurangnya keharmonisan dalam keluarga. Jarang bertemu dan berkumpul dengan pasangan atau keluarga juga bisa menjadi penyebab berkurangnya keharmonisan rumah tangga (Amato, 2010).

Dampak yang Akan Terjadi Pada Anak Akibat Konflik Rumah Tangga

Konflik rumah tangga yang sering terjadi di rumah dapat berdampak buruk terhadap anak, berikut adalah penjelasan tentang dampak yang terjadi pada anak akibat dari seringnya anak melihat atau terlibat dalam konflik rumah tangga yang terjadi oleh kedua orang tuanya:

1. Gangguan emosional: anak-anak yang terpapar konflik rumah tangga sering mengalami gangguan emosional. Anak-anak dari keluarga dengan konflik tinggi cenderung mengalami kecemasan, depresi, dan masalah regulasi emosi. Mereka mungkin merasa tertekan, sedih, marah, atau bahkan menyalahkan diri sendiri atas konflik orang tua mereka (Cummings, 2010).
2. Masalah perilaku: konflik rumah tangga dapat menyebabkan masalah perilaku terhadap anak. Anak-anak yang sering menyaksikan konflik orang tua lebih cenderung menunjukkan perilaku agresif, kenakalan, dan masalah perilaku eksternalisasi lainnya. (Grych, 1990)
3. Penurunan Prestasi Akademik: Konflik rumah tangga dapat berdampak negatif pada prestasi akademik anak. Keluarga dengan konflik tinggi cenderung mengalami penurunan konsentrasi, motivasi belajar, dan prestasi akademik.
4. Gangguan Perkembangan Sosial: Anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan konflik rumah tangga mungkin mengalami kesulitan dalam mengembangkan keterampilan sosial yang sehat. bahwa anak-anak ini cenderung mengalami kesulitan dalam membentuk dan mempertahankan hubungan dengan teman sebaya (Harold, 2007).

5. Masalah Kesehatan Fisik: Stres yang disebabkan oleh konflik rumah tangga dapat berdampak pada kesehatan fisik anak. anak-anak dari keluarga dengan konflik tinggi lebih rentan terhadap masalah kesehatan seperti sakit kepala, sakit perut, dan gangguan tidur.
6. Efek Jangka Panjang: Konflik rumah tangga dapat memiliki efek jangka panjang pada anak-anak hingga mereka dewasa. paparan terhadap konflik orang tua selama masa kanak-kanak dapat menyebabkan kesulitan dalam hubungan romantis dan pernikahan saat dewasa.

Pemahaman yang telah diuraikan diatas akan dampak-dampak yang terjadi terhadap anak apabila seringnya dilibatkan konflik rumah tangga, diharapkan untuk orang tua tidak selalu melibatkan anak atau hindari konflik rumah tangga yang berkepanjangan, karena tidak baik dengan Kesehatan anak utamanya dalam Kesehatan mentalnya yang bisa terjadi dampak yang berkepanjangan.

Peran Lembaga Dalam Menangani Kasus Konflik Rumah Tangga Terhadap Kesehatan Mental Anak

Peran Lembaga dalam menangani kasus konflik rumah tangga terhadap Kesehatan mental anak sangat penting dan multitafsir. Berikut adalah penjelasan tentang peran berbagai Lembaga dalam konteks ini:

1. Pengadilan Agama: Pengadilan Agama memiliki peran krusial dalam menangani kasus perceraian dan konflik rumah tangga dalam konteks hukum keluarga Islam di Indonesia. Pengadilan Agama tidak hanya berfungsi sebagai lembaga peradilan, tetapi juga sebagai mediator dalam konflik keluarga (Cammack, 2015.).
2. Peran Pengadilan Agama meliputi: mediasi pra-perceraian untuk mendorong rekonsiliasi, mempertimbangkan kepentingan terbaik anak dalam putusan perceraian, menentukan hak asuh dan pengaturan kunjungan yang memperhatikan kesejahteraan anak, menetapkan kewajiban anak pasca perceraian.
3. Kementerian Agama: Kementerian Agama, melalui Direktorat Bimbingan Masyarakat Islam, memiliki peran dalam memberikan bimbingan pra-nikah dan konseling keluarga. pentingnya program-program ini dalam mencegah dan menangani konflik rumah tangga.
4. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA): KPPPA berperan dalam mengembangkan kebijakan dan program yang bertujuan melindungi anak-anak dari dampak negatif konflik rumah tangga. KPPPA telah mengembangkan Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) di berbagai daerah untuk memberikan layanan konseling dan pendampingan (Supriyadi, 2016).
5. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI): KPAI memiliki peran penting dalam advokasi dan pemantauan perlindungan anak, termasuk dalam kasus konflik rumah tangga. KPAI berperan dalam memberikan rekomendasi kebijakan dan melakukan pengawasan terhadap implementasi undang-undang perlindungan anak (Sofian, 2012).
6. Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM): Berbagai LSM berperan penting dalam memberikan layanan pendampingan dan konseling bagi anak-anak korban konflik rumah tangga. LSM seperti LBH APIK dan Yayasan Pulih telah berkontribusi signifikan dalam memberikan dukungan psikososial dan bantuan hukum (Eddyono, 2016).
7. Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) dan Rumah Sakit: Lembaga kesehatan memiliki peran penting dalam mendeteksi dini dan memberikan intervensi kesehatan mental bagi anak-anak yang terdampak konflik rumah tangga. Pentingnya pelatihan tenaga kesehatan dalam menangani kasus-kasus terkait kekerasan dalam rumah tangga dan dampaknya pada anak (Drus, 2019).
8. Badan Penasehatan, Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4): BP4, sebagai lembaga semi-resmi di bawah Kementerian Agama, memiliki peran penting dalam memberikan konseling pra-nikah dan mediasi konflik rumah tangga. Pentingnya penguatan peran BP4 dalam mencegah perceraian dan melindungi kepentingan anak (Rohman, 2016).

Dalam menjalankan perannya, koordinasi antar lembaga sangat penting untuk memastikan penanganan yang komprehensif terhadap dampak konflik rumah tangga pada kesehatan mental anak. Setiap lembaga memiliki keahlian dan kewenangan yang berbeda, dan integrasi layanan dapat memaksimalkan efektivitas intervensi dan dukungan yang diberikan kepada anak-anak yang terdampak konflik rumah tangga.

Upaya Penyelesaian Konflik Rumah Tangga Yang Berdampak Pada Kesehatan Mental Anak

Upaya penyelesaian konflik rumah tangga memerlukan pendekatan menyeluruh yang melibatkan berbagai aspek komunikasi dan manajemen emosi. Pasangan perlu mengembangkan

keterampilan komunikasi efektif, yang meliputi kemampuan mendengarkan aktif tanpa menyela, menggunakan pernyataan "saya" untuk mengekspresikan perasaan tanpa menyalahkan, dan memilih waktu serta tempat yang tepat untuk berdiskusi. Penting bagi pasangan untuk fokus pada masalah yang dihadapi, bukan pada kesalahan individu, serta menggunakan bahasa tubuh yang positif untuk mendukung komunikasi verbal mereka (Gottman, 2015).

Manajemen emosi juga memegang peran krusial dalam penyelesaian konflik. Pasangan dapat mempelajari dan menerapkan teknik pengendalian amarah seperti menghitung mundur atau mengambil napas dalam-dalam saat merasa emosi memuncak. Latihan relaksasi seperti meditasi atau yoga dapat membantu menenangkan pikiran dan mengurangi ketegangan. Selain itu, mengenali pemicu emosi dan belajar meresponnya dengan lebih baik merupakan langkah penting dalam manajemen emosi yang efektif (Sanders, 2008).

Negosiasi dan kompromi adalah keterampilan yang perlu dikembangkan untuk menyelesaikan konflik secara konstruktif. Pasangan harus berusaha mencari solusi yang menguntungkan kedua belah pihak, fokus pada penyelesaian masalah bukan pada menyalahkan individu, dan bersedia untuk berkompromi. Brainstorming bersama untuk mencari solusi kreatif dapat membuka peluang penyelesaian yang mungkin belum terpikirkan sebelumnya.

Dalam kasus di mana pasangan mengalami kesulitan menyelesaikan konflik sendiri, konseling keluarga dapat menjadi pilihan yang bermanfaat. Terapis dapat berperan sebagai mediator netral, membantu pasangan berkomunikasi lebih efektif dan menemukan solusi bersama. Berbagai teknik terapi keluarga, seperti terapi naratif atau terapi perilaku-kognitif, dapat digunakan untuk mengatasi masalah relasional dan mengajarkan keterampilan resolusi konflik yang baru.

Pendidikan parenting juga penting dalam konteks penyelesaian konflik rumah tangga, terutama ketika ada anak-anak yang terlibat. Program pengasuhan positif seperti Triple P dapat membantu orang tua mengembangkan strategi pengasuhan yang efektif.

Orang tua juga perlu belajar cara berkomunikasi dengan anak tentang konflik yang terjadi, mengelola stres pengasuhan, dan memahami kebutuhan emosional anak sesuai tahap perkembangannya (Sanders, 2008).

Pencegahan konflik adalah langkah proaktif yang sama pentingnya dengan penyelesaian konflik. Membangun rutinitas keluarga yang positif, seperti makan malam bersama secara teratur atau menciptakan tradisi keluarga, dapat memperkuat ikatan keluarga dan membuka saluran komunikasi. Meningkatkan kualitas waktu bersama, baik sebagai pasangan maupun sebagai keluarga, juga penting untuk membangun hubungan yang kuat dan resilien (Amato, 2010). Penerapan komunikasi terbuka dan jujur dalam keluarga dapat mencegah timbulnya konflik yang tidak perlu. Ini bisa dilakukan melalui pertemuan keluarga rutin, mendorong anak-anak untuk mengekspresikan perasaan mereka, dan bersikap transparan tentang masalah keluarga sesuai dengan usia anak. Manajemen stres keluarga, seperti mempraktikkan teknik relaksasi bersama atau menciptakan lingkungan rumah yang tenang, juga berperan dalam pencegahan konflik.

Pendidikan berkelanjutan tentang hubungan dan pengasuhan, baik melalui seminar, workshop, atau membaca buku-buku relevan, dapat membantu pasangan dan orang tua terus mengembangkan keterampilan mereka dalam mengelola hubungan keluarga. Keterbukaan untuk belajar dan memperbaiki diri adalah kunci dalam membangun keluarga yang harmonis dan mendukung kesehatan mental semua anggotanya, terutama anak-anak (Grych, 1990). Dengan menerapkan kombinasi strategi-strategi ini, keluarga dapat menciptakan lingkungan yang lebih stabil dan mendukung, yang pada gilirannya akan berdampak positif pada kesehatan mental anak-anak mereka.

Upaya Hukum Dalam Menyelesaikan Konflik Rumah Tangga

Upaya hukum dalam menyelesaikan konflik rumah tangga merupakan langkah yang dapat ditempuh ketika metode penyelesaian informal tidak berhasil atau ketika situasi konflik telah mencapai tingkat yang mengancam keselamatan dan kesejahteraan anggota keluarga. Dalam konteks hukum Indonesia, upaya ini diatur dalam berbagai peraturan perundang-undangan, terutama Undang-Undang Perkawinan dan Undang-Undang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) (Indonesia, Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga., 2004).

Langkah awal dalam upaya hukum biasanya dimulai dengan mediasi, yang dapat difasilitasi oleh pengadilan agama atau pengadilan negeri, tergantung pada latar belakang agama pasangan. Mediasi

ini bertujuan untuk mencapai kesepakatan damai antara pasangan yang berkonflik dengan bantuan mediator yang netral. Jika mediasi tidak berhasil, pasangan dapat melanjutkan ke proses persidangan untuk penyelesaian masalah seperti perceraian, hak asuh anak, atau pembagian harta gono-gini (Indonesia, Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan., 1974). Dalam kasus yang melibatkan kekerasan dalam rumah tangga, korban dapat mengajukan permohonan perlindungan kepada pengadilan. Undang-Undang KDRT memberikan perlindungan hukum bagi korban, termasuk perintah perlindungan sementara dan permanen, serta akses ke layanan pendampingan hukum, medis, dan psikologis. Pihak berwenang juga dapat menuntut pelaku KDRT secara pidana, dengan ancaman hukuman yang bervariasi tergantung pada tingkat keparahan Tindakan (Abdul Manan, 2006).

Untuk masalah yang berkaitan dengan anak, seperti hak asuh atau nafkah anak, pengadilan akan mempertimbangkan kepentingan terbaik anak sebagai prioritas utama dalam pengambilan keputusan. Pasangan yang bercerai dapat mengajukan gugatan hak asuh anak, dan pengadilan akan menentukan pengaturan yang paling sesuai berdasarkan berbagai faktor, termasuk kemampuan orang tua dan kebutuhan anak. Penting untuk dicatat bahwa meskipun upaya hukum tersedia, sistem peradilan Indonesia juga mendorong penyelesaian konflik keluarga melalui cara-cara yang lebih damai dan kekeluargaan jika memungkinkan. Lembaga-lembaga seperti Badan Penasihat, Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4) juga berperan dalam memberikan konseling dan mediasi sebelum pasangan memutuskan untuk menempuh jalur hukum (Saraswati, 2009).

Dalam prosesnya, pihak yang terlibat dalam konflik rumah tangga disarankan untuk mencari bantuan hukum profesional untuk memahami hak-hak mereka dan pilihan yang tersedia. Bantuan hukum ini dapat diperoleh melalui pengacara pribadi atau layanan bantuan hukum yang disediakan oleh pemerintah atau organisasi non-pemerintah bagi mereka yang tidak mampu membayar biaya pengacara (Witanto, 2012).

Meskipun upaya hukum dapat menjadi solusi untuk menyelesaikan konflik rumah tangga, penting untuk diingat bahwa proses ini dapat menjadi pengalaman yang menegangkan dan emosional bagi semua pihak yang terlibat, terutama anak-anak. Oleh karena itu, pendekatan yang berfokus pada kepentingan terbaik keluarga, terutama anak-anak, harus selalu menjadi prioritas dalam setiap langkah penyelesaian konflik, baik melalui jalur hukum maupun non-hukum (Witanto, 2012).

Upaya Dalam Menangani Anak Yang Terdampak Kesehatan Mental Akibat Konflik Rumah Tangga

Upaya dalam menangani anak yang terkena dampak kesehatan mental akibat konflik rumah tangga memerlukan pendekatan komprehensif yang melibatkan berbagai pihak, termasuk orang tua, profesional kesehatan mental, pendidik, dan komunitas. Langkah pertama yang krusial adalah mengenali tanda-tanda gangguan kesehatan mental pada anak, yang dapat meliputi perubahan perilaku, penurunan prestasi akademik, masalah tidur, atau gejala fisik seperti sakit kepala dan sakit perut yang sering terjadi (Cummings E. M., 2010). Intervensi psikologis merupakan komponen penting dalam penanganan ini. Terapi individual dapat membantu anak mengekspresikan perasaan mereka, memahami situasi yang terjadi, dan mengembangkan keterampilan koping yang sehat. Terapi bermain dan seni sering digunakan untuk anak-anak yang lebih muda, sementara terapi kognitif-perilaku (CBT) dapat efektif untuk anak-anak yang lebih besar dan remaja. Dalam beberapa kasus, terapi keluarga juga diperlukan untuk memperbaiki dinamika keluarga dan meningkatkan komunikasi antara anggota keluarga.

Dukungan dari lingkungan sekolah juga sangat penting. Guru dan konselor sekolah dapat bekerja sama untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi anak. Program intervensi berbasis sekolah, seperti kelompok dukungan untuk anak-anak dari keluarga yang mengalami konflik, dapat memberikan ruang aman bagi anak untuk berbagi pengalaman dan belajar dari teman sebaya mereka.

Pendidikan dan dukungan untuk orang tua juga merupakan aspek kunci dalam penanganan ini. Orang tua perlu diberi pemahaman tentang dampak konflik terhadap anak dan diajarkan strategi untuk mengelola konflik dengan cara yang lebih konstruktif. Program parenting positif dapat membantu orang tua mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih baik dan metode pengasuhan yang mendukung kesehatan mental anak (Masten, 2015). Dalam kasus yang lebih serius, intervensi medis mungkin diperlukan. Ini bisa melibatkan konsultasi dengan psikiater anak untuk evaluasi dan, jika diperlukan, pengobatan untuk kondisi seperti depresi atau gangguan kecemasan. Namun, penggunaan obat-obatan harus selalu dipertimbangkan dengan hati-hati dan dikombinasikan dengan terapi psikologis.

Membangun jaringan dukungan sosial yang kuat juga penting bagi anak dan keluarga. Ini bisa melibatkan keluarga besar, teman-teman, atau kelompok dukungan komunitas. Kegiatan ekstrakurikuler dan program pengembangan diri dapat membantu anak membangun rasa percaya diri dan menemukan outlet positif untuk ekspresi diri. Penting juga untuk memperhatikan kesejahteraan fisik anak. Menjaga pola makan yang sehat, olahraga teratur, dan tidur yang cukup dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan kesehatan mental secara keseluruhan. Teknik relaksasi dan mindfulness yang disesuaikan dengan usia anak juga dapat diajarkan untuk membantu mereka mengelola emosi dan kecemasan.

Akhirnya, pendekatan jangka panjang dan konsisten sangat penting dalam menangani dampak kesehatan mental pada anak akibat konflik rumah tangga. Pemantauan berkelanjutan dan penyesuaian intervensi sesuai kebutuhan anak yang berkembang akan membantu memastikan bahwa anak mendapatkan dukungan yang mereka butuhkan untuk pulih dan berkembang, meskipun dalam situasi keluarga yang menantang.

SIMPULAN

Konflik rumah tangga yang berujung pada perceraian telah terbukti memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan mental anak-anak. Penelitian ini telah mengungkapkan kompleksitas permasalahan yang dihadapi oleh anak-anak dalam situasi tersebut, mulai dari gejala emosional, perubahan perilaku, hingga gangguan perkembangan jangka panjang. Dalam konteks Kabupaten Banyuwangi, di mana nilai-nilai Islam menjadi landasan kuat dalam kehidupan masyarakat, pendekatan penyelesaian konflik rumah tangga dan perlindungan anak perlu mempertimbangkan aspek hukum keluarga Islam serta kearifan lokal yang ada di Kabupaten Banyuwangi, karena Islam menjadi landasan kuat dalam kehidupan masyarakat, pendekatan penyelesaian konflik rumah tangga dan perlindungan anak perlu mempertimbangkan aspek hukum keluarga Islam serta kearifan lokal yang ada.

Pengadilan Agama Kabupaten Banyuwangi, sebagai lembaga yang memiliki otoritas dalam menangani perkara hukum keluarga Islam, memainkan peran krusial dalam upaya melindungi kepentingan terbaik anak. Melalui penelitian ini, terungkap bahwa diperlukan pendekatan yang lebih holistik dan terpadu dalam menangani kasus-kasus perceraian yang melibatkan anak. Kolaborasi antar lembaga, mulai dari Pengadilan Agama, Dinas Sosial, Dinas Kesehatan, hingga lembaga pendidikan, menjadi kunci dalam memberikan perlindungan dan dukungan yang komprehensif bagi anak-anak yang terdampak konflik rumah tangga. Kesimpulan dapat bersifat generalisasi temuan sesuai permasalahan penelitian, dapat pula berupa rekomendasi untuk langkah selanjutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak yang sudah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan artikel ini.

REFERENSI

- Abdul Manan. (2006). *Aneka Masalah Hukum Perdata Islam di Indonesia*. Jakarta: Kencana.
- Agung, M. (2017). Peraturan Mahkamah Agung Nomor 3 Tahun 2017 tentang Pedoman Mengadili Perkara Perempuan Berhadapan dengan Hukum.
- Amato, P. R. (2010). Continuing trends and new developments . *Journal of Marriage and Family*, 650-666.
- Cammack, M. B. (2015.). *Demokrasi, hak asasi manusia, dan hukum Islam di Indonesia pasca-Soeharto*. Cambridge:: ambridge University Press.
- Cummings, E. M. (2010). *Konflik perkawinan dan anak-anak: "Perspektif keamanan emosional*. New York: Guilford Press.
- Cummings, E. M. (2010). *Marital conflict and children: "An emotional security perspective"*. Guilford Press.
- Drus, N. I. (2019). Pelatihan deteksi dini kekerasan terhadap anak bagi tenaga Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 78-82.
- Eddyono, S. W. (2016). *Perlindungan anak dalam rancangan KUHP*. Jakarta: Institute for Criminal Justice Reform).

- Gottman, J. M. (2015). Tujuh Prinsip untuk Membuat Pernikahan Berhasil: "Panduan Praktis dari Pakar Hubungan Terkemuka di Negara Ini".
- Grych, J. H. (1990). *Konflik perkawinan dan penyesuaian anak: Kerangka kognitif-kontekstual*. *Buletin Psikologis*.
- Harold, G. T. (2007). Konflik antar orang tua dan prestasi akademik anak: Analisis longitudinal. *Jurnal Psikologi Anak dan Psikiatri*, 48(12), 1223-1232.
- Indonesia, R. (1974). Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan.
- Indonesia, R. (2004). *Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga*. Jakarta
- Laporan Tahunan Pengadilan Agama Kabupaten Banyuwangi. (2023). Kabupaten Banyuwangi.
- Masten, A. S. (2015). Child and family resilience: "A call for integrated science, practice, and professional training. *Family Relations*, 5-21.
- Rohman, A. (2016). Reorientasi fungsi BP4 sebagai mediator keluarga muslim. *Al-Adalah*, 35-52.
- Sanders, M. R. (2008). *Triple P-Positive Parenting Program sebagai pendekatan kesehatan masyarakat untuk memperkuat pola asuh*. Jakarta: Psikologi Keluarga.
- Saraswati, R. (2009). *Perempuan dan Penyelesaian Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Bandung: Citra Aditya Bakti.
- Sofian, A. (2012). *Perlindungan anak di Indonesia: "Dilema dan solusinya*. Jakarta: Sofmedia.
- Subangkit, W. (2021). *adab-adab perkawinan tentang pasca pernikahan, 2021*. Yogyakarta.
- Supriyadi, D. (2016). Perlindungan Hukum Terhadap Anak Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Hukum dan Keadilan*, 11.
- Witanto, D. (2012). *Hukum Keluarga: Hak dan Kedudukan Anak Luar Kawin*. Jakarta: Prestasi Pustaka.