

TOXIC RELATIONSHIP MAINTENANCE DALAM PERNIKAHAN UNTUK MENCEGAH KDRT PRESPEKTIF MARK MANSON DAN MU'ĀSYARAH BIL MA'RŪF

**Pravita Windi Anatasa
Nitria**
UNUGIRI
pravitawindi@gmail.com

Burhanatut Dyana
UNUGIRI
burhanatut@unugiri.ac.id

Indah Listyorini
UNUGIRI
indah@unugiri.ac.id

Abstract: *Toxic relationship maintenance in marriage is maintaining a marriage against an unhealthy relationship, so that the marriage can be maintained. This action is taken to prevent toxic relationship behavior appropriately, so that it does not develop into a case of Domestic Violence (KDRT). Compiling data from the National Commission on Violence Against Women, the number of domestic violence cases is still high. Based on this data, researchers are encouraged to conduct an analysis of toxic relationship maintenance as an effort to prevent cases of domestic violence by using the perspective of Mark Manson and mu'āsyarah bil ma'rūf. This research is based on the aim of understanding the concept of toxic relationship maintenance according to the perspective of Mark Manson and mu'āsyarah bil ma'rūf, as well as the relationship of toxic relationship maintenance as an effort to prevent domestic violence. This research uses a qualitative research method with a library research approach. The primary source uses Mark Manson's e-book entitled "Healty Relationships" and "The Guide to Relationships", as well as various other sources related to toxic relationship maintenance and domestic violence. The results of this research show that the concept of toxic relationship maintenance according to Mark Manson and mu'āsyarah bil ma'rūf is carried out by distancing relationships from toxic behavior and carrying out marital rights and obligations in a balanced manner, to avoid toxicity in the household.*

Keywords: *Toxic Relationship Maintenance, Domestic Violence, Mark Manson, Mu'āsyarah bil Ma'rūf*

Abstrak: *Toxic relationship maintenance dalam pernikahan adalah suatu pemeliharaan pernikahan terhadap hubungan tidak sehat, sehingga pernikahan mampu terjaga. Tindakan ini dilakukan guna mencegah perilaku toxic relationship secara tepat, agar tidak berkembang menjadi kasus Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Menghimpun data dari Komnas Perempuan, jumlah kasus KDRT terbilang masih tinggi. Berdasarkan data tersebut, mendorong peneliti melakukan analisis terhadap toxic relationship maintenance sebagai upaya pencegahan kasus KDRT dengan memakai prespektif Mark Manson dan mu'āsyarah bil ma'rūf. Penelitian ini didasari atas tujuan guna mengetahui konsep toxic relationship maintenance menurut prespektif Mark Manson dan mu'āsyarah bil ma'rūf, serta hubungan toxic relationship maintenance sebagai upaya pencegahan KDRT. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi pustaka (library research). Sumber primernya memakai e-book Mark Manson berjudul "Healty Relationships" dan "The Guide to Relationships", serta berbagai sumber lainnya terkait toxic relationship maintenance dan KDRT. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa konsep toxic relationship maintenance menurut Mark Manson dan mu'āsyarah bil ma'rūf dilakukan dengan menjauhkan hubungan dari perilaku toksik dan menjalankan hak serta kewajiban pernikahan secara seimbang, untuk menghindari toxic dalam rumah tangga.*

Kata Kunci: *Toxic Relationship Maintenance, KDRT, Mark Manson, Mu'āsyarah bil Ma'rūf*

Pendahuluan

Pernikahan yang telah berlangsung lama biasanya terdapat berbagai konflik yang terjadi. Jika dibiarkan berlarut-larut, hubungan yang tidak sehat dapat menyebabkan kerusakan dalam pernikahan. Istilah yang menggambarkan fenomena ini adalah *toxic relationships*. *Toxic relationship* merupakan suatu hubungan beracun, yang memiliki ciri adanya perilaku buruk dari pasangan hingga menyakiti secara fisik. Jika tidak ada yang menyadari hubungan *toxic*, hingga berlanjut pada pernikahan dapat berpotensi mengakibatkan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT).¹

Menghimpun data dari Komnas Perempuan, tercatat 431.471 kasus tindak kekerasan terhadap perempuan pada 2019. Setelah itu, turun 31 % pada 2020 menjadi 299.911 kasus. Survei Komnas Perempuan menunjukkan penurunan hampir 100 % pada 2019. Namun, pengaduan mengenai masalah tersebut ke Komnas Perempuan mengalami peningkatan 60% pada 2020, 1.413 kasus pada tahun 2019 menjadi 2.389 di tahun selanjutnya. Komnas Perempuan menangani 8.243 kasus, dengan kasus terbanyak adalah di ranah personal yang juga dikenal dengan KDRT/RP (Kasus Dalam Rumah Tangga/Ranah Personal) yang terdiri dari 6.480 kasus atau 79 % dari keseluruhannya. Peringkat pertama adalah tindak kekerasan terhadap istri dengan jumlah 3.221 atau 50%, disusul kekerasan saat berpacaran sekitar 1.309 atau 20%.²

Komnas Perempuan menyatakan pada Maret 2021 ditemukan 8.234 kasus kekerasan terhadap perempuan di lembaga layanan mitra Komnas Perempuan. Kasus yang paling banyak ditemukan merupakan Kasus Dalam Rumah Tangga/Ranah Personal sebesar 6.480 kasus atau 79%. Adapun ranah kekerasan paling banyak diadukan secara langsung pada Komnas Perempuan merupakan KDRT/RP sebesar 65% atau 1.404 kasus.³

Komnas Perempuan pada tahun 2021 menerima pengaduan langsung sekitar 771 tindak kekerasan terhadap istri (KTI), atau 31% dari 2.527 kasus KDRT/RP. Komnas Perempuan menerangkan, dampak KDRT terhadap korban dalam hal pengaduan dan tindak lanjut sangat

¹ Sanarto, Ahmad Adri Riva'i, dan Arifuddin, "Upaya Mengatasi *Toxic Family* di Desa Sungai Bunga Perspektif Hukum Keluarga Islam", *Journal of Sharia and Law*, Vol. 2, No. 1, (January, 2023), 207.

² Jumratul Adawiah, Ayu Dwi Putri Rusman, dan Abidin, "Kesiapan Psikologi Pasutri terhadap Upaya Pencegahan Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Kota Parepare", *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, Vol. 17, No. 2, (December, 2022), 216.

³ Komnas Perempuan, "CATAHU 2020 Komnas Perempuan: Lembar Fakta dan Poin Kunci (5 Maret 2021)", accessed February 6, 2021, <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/catahu-2020-komnas-perempuan-lembar-fakta-dan-poin-kunci-5-maret-2021>.

bervariasi. Terdapat korban yang mengalami luka fisik, trauma dan depresi, hingga menjadi cacat atau hilangnya nyawa.⁴

Selain itu, Komnas Perempuan menerima 3.014 kasus kekerasan terhadap perempuan, yang meliputi 899 kasus di ranah personal dan 860 tindak kekerasan seksual di ranah publik/komunitas antara Januari s.d November 2022. Tidak hanya itu, jumlah laporan juga akan meningkat, terutama pada lembaga penyedia layanan yang dijalankan oleh masyarakat sipil ataupun UPTD P2TP2A (Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak).⁵

Tindakan KDRT sebagai akibat dari perilaku *toxic relationship* dalam pernikahan yang tidak segera diatasi, menurut Mark Manson memiliki sebuah algoritma yang mengakibatkan terjadinya kecurangan tersebut. Adapun algoritma kecurangan sebuah hubungan yang memicu munculnya *toxic relationship* hingga mengakibatkan perselingkuhan, bahkan KDRT pada pernikahan, yakni:⁶

SELF-GRATIFICATION > INTIMACY = CHEATING

(Kepuasan diri > Keintiman = Kecurangan)

Dalam mengatasi perilaku *toxic relationship* di pernikahan harus dilakukan dengan melakukan pemeliharaan hubungan. Pemeliharaan dalam hubungan dikenal dengan istilah *relationship maintenance*. Park dan Rhee menerangkan bahwa *relationship maintenance* adalah usaha komunikasi antara pasangan guna memelihara dan mempertahankan hubungan dengan cara yang menguntungkan.⁷ Untuk melakukan *relationship maintenance* peneliti menggunakan pemikiran Mark Manson dan *mu'āsyrāh bil ma'rūf*.

⁴ Komnas Perempuan, "Siaran Pers Komnas Perempuan: Pastikan Siklus Kekerasan Berhenti dalam Penanganan Kasus Kekerasan Dalam Rumah Tangga", accessed March 7, 2023, <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/siaran-pers-komnas-perempuan-pastikan-siklus-kekerasan-berhenti-dalam-penanganan-kasus-kekerasan-dalam-rumah-tangga>.

⁵ Komnas Perempuan, "Siaran Pers Komnas Perempuan Tentang Peringatan Kampanye Internasional Hari 16 Anti Kekerasan terhadap Perempuan (25 November – 10 Desember 2022)", accessed March 23, 2022, <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/siaran-pers-komnas-perempuan-tentang-peringatan-kampanye-internasional-hari-16-anti-kekerasan-terhadap-perempuan-25-november-10-desember-2022>.

⁶ Mark Manson, "Why People Cheat in Relationships", accessed February 22, 2023, <https://markmanson.net/why-people-cheat>.

⁷ Ananda Ade Salsabila, Asniar Khumas dan Faradillah Firdaus, "Dampak Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Relationship Maintenance Pada Istri Pelaut", *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, Vol.2, No.4, (June 2023), 628.

Mark Manson dengan teori algoritma *toxic relationship* dan tiga kebutuhan emosional dasar yang harus dimiliki oleh suami-istri. Tiga kebutuhan emosional mendasar yang diterangkan Mark Manson seperti status, koneksi, dan keamanan.⁸ Sedangkan, prinsip *mu'āsyarah bil ma'rūf* menurut Husein Muhammad merupakan sebuah akad atau transaksi yang menyebabkan munculnya hubungan antara hak dan kewajiban dari pihak suami maupun istri. Selain itu, hak dan kewajiban tersebut harus berpedoman dengan beberapa prinsip, seperti keseimbangan, keadilan dan kesamaan antara pasangan.⁹

Melansir beberapa penelitian terdahulu, peneliti menemukan beberapa pembahasan yang berhubungan dengan penelitian ini. Pertama, *toxic relationship maintenance* dalam pernikahan sebagai upaya menjaga hubungan tersebut.¹⁰ Kedua, pemahaman mengenai tindakan, dampak dan *toxic relationship maintenance* Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) dalam masyarakat.¹¹ Ketiga, pandangan Husein Muhammad untuk menerapkan *toxic relationship maintenance* dalam pernikahan dengan prinsip *mu'āsyarah bil ma'rūf*.¹²

Perbedaan antara penelitian terdahulu dan penelitian yang ditulis oleh peneliti adalah penelitian ini lebih menekankan *toxic relationship maintenance* dalam pernikahan sebagai upaya pencegahan KDRT dengan perspektif Mark Manson dan *mu'āsyarah bil ma'rūf*. Sedangkan, penelitian terdahulu tidak menggunakan perspektif Mark Manson dan pembahasan tentang upaya pencegahan KDRT masih belum mendalam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep *toxic relationship maintenance* menurut Mark Manson dan *mu'āsyarah bil ma'rūf*. Adapun metode penelitian yang diterapkan adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan *library research* atau studi pustaka.

Pembahasan

A. Toxic Relationship

1. Pengertian Toxic Relationship

⁸ Mark Manson, *The Guide to Relationships*, (t.t.: t.p., 2017), 3-4.

⁹ Husein Muhammad, *Fiqh Perempuan*, Cet.1, (Jakarta: IRCiSoD, 2019), 225.

¹⁰ Iby Natali Gabriela, "*Relationship Maintenance* dalam Pernikahan Tanpa Keturunan (Studi Deskriptif Kualitatif Pada Pasangan Pernikahan Yang Memasuki Usia Perak di Kota Malang)", (Skripsi--Universitas Brawijaya, Malang, 2018), 38.

¹¹ Cahya Lutvian Hadi, "Perspektif Masyarakat Terhadap Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) di Desa Lombok Kulon Kecamatan Wonosari Kabupaten Bondowoso", (Skripsi--IAIN Jember, 2021), 69.

¹² Ayu Purnamasari, "Analisis Pemikiran Husein Muhammad dan Siti Musdah Mulia Tentang Konsep *Mu'āsyarah bil Ma'rūf* dalam Membangun Keluarga Sakinah", (Skripsi-- UIN Raden Intan, Lampung, 2021), 41.

Kata *toxic* berasal dari bahasa Inggris, di mana pada Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) toksik¹³ artinya racun, beracun, dan berkenaan dengan racun. Pada dasarnya, *toxic* belum masuk dalam istilah psikologi. Akan tetapi, istilah ini begitu populer dipakai oleh orang awam terhadap hubungan yang tidak sehat. Sedangkan *relationship* memiliki makna hubungan, perhubungan, pertalian. Hubungan yang dimaksud dapat berupa hubungan pernikahan, keluarga, persahabatan, hingga masyarakat.¹⁴

Toxic relationship menurut Riani dalam bukunya yang berjudul *Stop Toxic Relationship* adalah hubungan tidak sehat dan memberikan dampak buruk terhadap kesehatan fisik ataupun mental seseorang yang menjalani hubungan itu.¹⁵ J.A. McGruder dalam bukunya berjudul *Cutting Your Losses from A Bad or Toxic Relationship* menerangkan, *toxic relationship* adalah suatu keadaan hubungan yang muncul tindakan secara emosional kepada seseorang, hingga mampu menyakiti fisik pasangan.¹⁶

J.A. McGruder dalam bukunya berjudul *Cutting Your Losses from A Bad or Toxic Relationship* menerangkan, *toxic relationship* adalah suatu keadaan hubungan yang muncul tindakan secara emosional kepada seseorang, hingga mampu menyakiti fisik pasangan.¹⁷ Riani menerangkan tanda-tanda yang bisa dikenali terhadap hubungan *toxic relationship* yaitu senantiasa dikontrol oleh pasangan, susah menjadi diri sendiri, tidak memperoleh dukungan, sering dicurigai dan dikekang, dibohongi, mendapatkan kekerasan fisik.¹⁸

Dari penjelasan para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa *toxic relationship* adalah suatu hubungan yang ditandai dengan terjadinya perilaku yang dapat menyakiti pasangan baik secara psikis ataupun fisik, di mana hal ini dapat berdampak buruk dari stres, trauma bahkan kematian.

2. Indikator *Toxic Relationship*

¹³ "Toksik" dalam KBBI Daring, accessed June 18, 2023, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/toksik>.

¹⁴ Sanarto, Ahmad Adri Riva'i, dan Arifuddin, "Upaya Mengatasi *Toxic Family* di Desa Sungai Bunga Perspektif Hukum Keluarga Islam", *Journal of Sharia and Law*, Vol. 2, No. 1, (January, 2023), 207.

¹⁵ Riani, *Stop Toxic Relationship*, (Jakarta: Pustaka Taman, 2021), 2.

¹⁶ McGruder, *Cutting Your Losses from A Bad or Toxic Relationship*, (Amerika Serikat: Xliblis US, 2018), 1.

¹⁷ Ibid.

¹⁸ Adelwys Bioka Layla Syafira dan Chatarina Heny Dwi Surwati, "Representasi *Toxic Relationship* dalam Film (Analisis Semiotika Representasi *Toxic Relationship* dalam "Film *Story of Kale: When Someone's in Love*" Karya Angga Dwimas Sasongko)", *Jurnal Kommas*, (Januari 2022), 6.

Effendy menjelaskan bahwa *toxic relationship* merupakan hubungan yang muncul rasa egois berlebihan, terdapat kebohongan, sikap yang merendahkan, mencela pasangannya, memberikan komentar negatif, dan rasa tidak aman saat menjalin sebuah hubungan.¹⁹ Adapun indikator yang menyebabkan *toxic relationship*, yakni:

- a) Posesif adalah perilaku positif seseorang yang berlebihan akan perhatian dan perlindungan yang dilakukan pasangan. Namun, sebagian lainnya menyatakan bahwa sikap ini negatif sebab pasangan sering mengkritik dan menuruti agar sesuai dengan apa yang diharapkan.²⁰
- b) Egois adalah perilaku yang membuat seseorang cenderung memikirkan dirinya sendiri dan tidak peduli dengan pasangan. Dalam KBBI egosime adalah tingkah laku yang didasarkan atas dorongan untuk keuntungan diri sendiri daripada kesejahteraan orang lain.²¹
- c) Cemburu menurut Christofides dan Demaris merupakan suatu perasaan yang timbul saat mengetahui pasangannya dengan orang lain yang dianggap berpotensi menjadi ancaman terhadap hubungannya dengan pasangannya. Kecemburuan adalah pikiran, emosi, tindakan kompleks yang muncul dari kehilangan atau merasa terancam pada *self-esteem* yang terjadi. Oleh sebab itu, kondisi ini bisa menimbulkan kualitas hubungan romantis pasangan menurun.²²
- d) Kurangnya rasa percaya adalah sikap yang timbul ketika salah satu pasangan merasa tidak mampu dan menganggap pasangannya lebih baik darinya. Padahal, kepercayaan merupakan salah satu dasar yang paling penting untuk menjalin hubungan supaya dapat menuju ke tahap yang lebih serius. Namun, saat berada pada suatu hubungan, muncul konflik yang terjadi akibat kepercayaan yang kurang terhadap pasangan.²³

¹⁹ Nurlaila Effendy, "Pendekatan Psikologi pada *Toxic Relationship*", (Dipresentasikan dalam Seminar Mahasiswa Psikologi UNY, 20 Desember 2019), accessed June 18, 2023, <https://www.uny.ac.id/berita/pendekatan-psikologi-positif-pada-toxic-relationship>.

²⁰ Dewi Inra Yani, "Analisis Perbedaan Komponen Cinta Berdasarkan *Tingkat Toxic Relationship*", (Skripsi--Universitas Bosowa, Makassar, 2020), 37.

²¹ "Egois" dalam KBBI Daring, accessed June 18, 2023, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/egois>.

²² Dhanyswara Ainnaya Alfatiha Ady, "*Self Esteem* Sebagai Prediktor Terhadap Kecenderungan *Toxic Relationship* pada Dewasa Awal yang Berpacaran", (Skripsi--Universitas Bosowa, Makassar, 2022), 28-29.

²³ Rempel, Holmes, dan Zana, "*Trust in Close Relationships*", *Journal of Personality and Social Psychology*, (1985), 95-96.

- e) Lingkungan menjadi indikator terakhir yang dapat menyebabkan terjadinya *toxic relationship* adalah lingkungan. LBH APIK (Lembaga Bantuan hukum Asosiasi Perempuan Indonesia Untuk Keadilan) menyebutkan bahwa lingkungan teman seperantara mampu memberikan dampak negatif terhadap korban, jika teman korban bisa membuatnya terpengaruh akan hal itu.²⁴

B. Relationship Maintenance

Dindia dan Canary menerangkan secara umum terdapat empat definisi *relationship maintenance*.²⁵ Pertama, *relationship maintenance* berhubungan dengan cara menjaga hubungan yang terjalin. Kedua, *relationship maintenance* berkaitan dengan upaya dalam mempertahankan hubungan pada bentuk atau keadaan tertentu, atau pada tingkat intimasi yang stabil, sehingga status quo-nya dapat dilindungi. Ketiga, *relationship maintenance* meliputi usaha dalam melindungi hubungan pada keadaan yang saling memuaskan atau menguntungkan kedua pasangan. Keempat, *relationship maintenance* berkaitan dengan cara melindungi hubungan yang tengah menuju ke tahap perbaikan. Stafford dan Canary memaparkan terdapat delapan strategi yang bisa diterapkan pasangan untuk memelihara hubungan pernikahan, yakni:²⁶

1. *Positivity* dalam konteks hubungan merujuk pada upaya yang dilakukan oleh pasangan untuk menciptakan dan mempertahankan suasana yang positif, penuh kasih sayang, dan harmonis dalam hubungan tersebut.
2. *Openness* adalah kemampuan dan usaha dari kedua belah pihak untuk berkomunikasi secara terbuka dan jujur. *Openness* menciptakan fondasi yang kuat dalam pemahaman, kerjasama, dan pengembangan hubungan yang sehat.
3. *Assurances* merupakan tindakan dan komunikasi yang digunakan untuk memberikan kepastian, dukungan, dan komitmen satu sama lain. Adapun sikap yang bisa diterapkan meliputi memberikan jaminan terhadap kasih sayang, dukungan emosional, dan komitmen.
4. *Understanding* adalah tindakan dalam memahami dan merasakan perasaan, pandangan, dan pengalaman satu sama lain.

²⁴ Dewi Inra Yani, "Analisis Perbedaan Komponen Cinta Berdasarkan *Tingkat Toxic Relationship*", (Skripsi-- Universitas Bosowa, Makassar, 2020), 39.

²⁵ Dindia and Canary, "Definitions and Theoretical Perspectives on Maintaining Relationships", *Journal of Social and Personal Relationships*, (1993), 163-173.

²⁶ Olivia Charis, Ido Prijana Hadi dan Desi Yoanita, "Strategi *Relational Maintenance* Pasangan Suami Istri yang Menjalani *Long Distance Relationship*", *JURNAL E-KOMUNIKASI*, Vol. 8, No. 2, (2020), 4-5.

5. *Networks* adalah suatu interaksi dan keterlibatan anggota keluarga lain serta teman dalam aktivitas sehari-hari pasangan. Interaksi sosial ini berperan sebagai *social support* guna mempertahankan kestabilan dan keseimbangan dalam hubungan.
6. *Relationship talks* adalah melakukan evaluasi dan diskusi mengenai kualitas hubungan yang sudah diikat selama ini.
7. *Self-disclosure* merupakan tindakan saling berbagi pikiran, perasaan, dan pengalaman pribadi antara kedua belah pihak. *Self-disclosure* seperti meyakinkan pasangan agar saling berbagi pikiran dan perasaan, menjadi terbuka dengan perasaan yang dirasakan, serta mengatasi rasa takut guna mengungkapkan sisi-sisi lebih dalam dari diri sendiri.
8. *Tasks* adalah perilaku dalam menjalankan tugas-tugas dan tanggung jawab dalam pernikahan. Salah satu aspek penting dalam *tasks* adalah berbicara mengenai kesepakatan dalam membagi tugas secara adil dan seimbang.²⁷

C. Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)

1. KDRT Menurut UU RI Nomor 23 Tahun 2004 Tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga

Berdasarkan UU RI Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga Pasal 1 ayat 1 menyatakan bahwa, "Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan/atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga."²⁸

KDRT merupakan salah satu kejahatan bagi harkat dan martabat kemanusiaan, sehingga Pasal 3 UU RI Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan KDRT memaparkan bahwa penghapusan KDRT (PKDRT) dijalankan dengan berasaskan:

1. Penghormatan HAM.
2. Keadilan dan kesetaraan gender.

²⁷ Ibid.

²⁸ Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga.

3. Non diskriminasi.
4. Perlindungan korban.²⁹

Pasal 8 UU PKDRT memaparkan bahwa kekerasan seksual mencakup:

1. Pemaksaan hubungan seksual yang dilakukan terhadap orang yang menetap dalam lingkup rumah tangga tersebut.
2. Pemaksaan hubungan seksual terhadap salah seorang dalam lingkup rumah tangganya dengan orang lain untuk tujuan komersial dan/atau tujuan tertentu.

Selain itu, kekerasan diartikan dalam beberapa pasal sebagai berikut, yakni: Pasal 6 UU PKDRT, memberi pengertian bahwa “Kekerasan fisik adalah perbuatan yang mengakibatkan rasa sakit, jatuh sakit, atau luka berat.” Berhubungan dengan ketetapan ini, tampak adanya perbedaan mendasar dengan yang diatur pada Kitab Undang-Undang Hukum Pidana (KUHP). Dalam Pasal 159 KUHP menjelaskan “Kekerasan adalah setiap perbuatan dengan atau tanpa menggunakan kekuatan fisik yang menimbulkan bahaya bagi badan atau nyawa, mengakibatkan penderitaan fisik, seksual, atau psikologis, dan merampas kemerdekaan, termasuk menjadikan orang pingsan atau tidak berdaya.”³⁰

2. KDRT menurut hukum Islam

Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) tidak dikenal secara khusus oleh Islam. Namun, Islam melarang dengan tegas terjadinya KDRT.³¹ Istilah yang dapat digunakan dalam pernikahan yang memiliki makna yang sesuai dengan KDRT adalah nusyuz. Nusyuz memiliki makna paling mendekati, artinya perbuatan menentang atau durhaka baik yang dilakukan oleh suami atau istri.³²

Secara bahasa nusyuz merupakan bentuk masdar dari kata *nasyaza* yang maknanya “tanah yang tersembul tinggi ke atas”. Ulama Hanafiyah mengatakan nusyuz adalah ketidaksenangan yang muncul antara suami-istri. Kemudian, ulama Malikiyah menjabarkan nusyuz sebagai konflik yang dialami oleh suami-istri. Ulama Syafi’iyah menjelaskan bahwa nusyuz merupakan pertengkaran yang dialami oleh suami-istri. Sedangkan, ulama Hambaliyah memaparkan nusyuz sebagai

²⁹ Ibid.

³⁰ Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2023 tentang Kitab Undang-Undang Hukum Pidana.

³¹ Abdul Aziz, “Islam dan Kekerasan Dalam Rumah Tangga”, *KORDINAT*, Vol. 14, No. 1, (April, 2017), 168.

³² Husnul Amaliah, “Hikmah Penyelesaian Nusyuz Istri Menurut Ulama Klasik”, (Skripsi--Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim, Riau, 2019), 22.

ketidaksenangan dari pihak istri atau suami diiringi dengan hubungan yang tidak harmonis.³³

Nusyuz yang dilakukan oleh suami kepada istri juga dibahas dalam surah An-Nisa' ayat 128 Allah berfirman:

وَإِنْ امْرَأَةٌ خَافَتْ مِنْ بَعْلِهَا نُشُورًا أَوْ إِعْرَاضًا فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا أَنْ يُصْلِحَا بَيْنَهُمَا صُلْحًا وَالصُّلْحُ خَيْرٌ وَأُحْضِرَتِ الْأَنْفُسُ الشُّحَّ وَإِنْ تُحْسِنُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا

Artinya: "Dan jika seorang perempuan khawatir suaminya akan nusyuz atau bersikap tidak acuh, maka keduanya dapat mengadakan perdamaian yang sebenarnya, dan perdamaian, itu lebih baik (bagi mereka) walaupun manusia itu menurut tabiatnya kikir. Dan jika kamu memperbaiki (pergaulan dengan istrimu) dan memelihara dirimu (dari nusyuz dan sikap acuh-takacuh), maka sungguh, Allah Mahateliti terhadap apa yang kamu kerjakan." (QS. An-Nisa' ayat 128)

Dalam ayat ini, diterangkan apabila seorang istri cemas suaminya melakukan nusyuz, maka istri disarankan melaksanakan perdamaian. Ibnu Katsir menjelaskan pada tafsirnya bahwa nusyuz dari pihak suami, seperti sikap kasar dan tidak memberikan hak istrinya.³⁴ Imam al-Thabari dalam tafsirnya menyebutkan perilaku seorang istri saat suaminya melakukan nusyuz seperti dalam Al-Qur'an surah An-Nisa' ayat 128.³⁵

Selanjutnya, nusyuz yang dilakukan oleh istri kepada suami dijelaskan dalam surah An-Nisa' ayat 34, Allah berfirman:

الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ ۗ فَالصَّالِحَاتُ قَنَاطٌ حَفِظَتْ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ ۗ وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُورَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ ۗ فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا كَبِيرًا

Artinya: "Laki-laki (suami) itu pelindung bagi perempuan (istri), karena Allah telah melebihkan sebagian mereka (laki-laki) atas sebagian yang lain (perempuan), dan karena mereka (laki-laki) telah memberikan nafkah dari hartanya. Maka perempuan-perempuan yang saleh adalah mereka yang taat (kepada Allah) dan menjaga diri ketika (suaminya) tidak ada, karena Allah telah menjaga (mereka). Perempuan-perempuan yang kamu khawatirkan akan nusyuz, hendaklah kamu beri

³³ Abdul Haq Syawqi, "Hukum Islam dan Kekerasan Dalam Rumah Tangga", *Jurnal Syariah dan Hukum*, No. 1, Vol. 7, (June, 2015), 69.

³⁴ Haswir, "Penyelesaian Kasus Nusyuz Menurut Perspektif Ulama Tafsir", *Al-Fikra: Jurnal Ilmiah Keislaman*, Vol. 11, No. 2, (December 2012), 250-251.

³⁵ Misran dan Maya Sari, "Pengabaian Kewajiban Istri karena Nusyuz Suami (Studi Penafsiran Imam Al-Thabari Terhadap QS An-Nisa:128)", *Samarah: Jurnal Hukum Keluarga dan Hukum Islam*, Vol. 2, No. 2, (December 2018), 363.

nasihat kepada mereka, tinggalkanlah mereka di tempat tidur (pisah ranjang), dan (kalau perlu) pukullah mereka. Tetapi jika mereka menaatimu, maka janganlah kamu mencari-cari alasan untuk menyusahkannya. Sungguh, Allah Mahatinggi, Mahabesar.” (QS. An-Nisa’ ayat 34)

Ayat ke-34 surah An-Nisa’ biasa dianggap tidak berpihak terhadap kaum perempuan, di mana ini menjelaskan bahwa laki-laki merupakan pemimpin dari perempuan dan memperbolehkan pemukulan suami saat istri berperilaku nusyuz. Ayat ini biasanya dijadikan alasan untuk mendukung budaya patriarki, yakni bahwa laki-laki merupakan pemimpin untuk perempuan baik dalam masyarakat secara umum ataupun rumah tangga.³⁶

D. *Mu’asyarah bil Ma’rūf*

Islam mengajarkan agar menjalankan *mu’asyarah bil ma’rūf* dalam hubungan pernikahan. K.H. Husein Muhammad menjelaskan *mu’asyarah bil ma’rūf* adalah konsep pertemanan antara suami dan istri, di mana keduanya memiliki pembagian hak dan kewajiban yang seimbang.³⁷ Adat atau kebiasaan merupakan suatu telah diketahui secara umum oleh masyarakat. Sehingga, *ma’rūf* memiliki makna suatu yang diketahui secara baik. Adapun makna dari *ma’rūf* menurut istilah, Husein yang mengutip dari pendapat Ar-Raghib al-Ishfahani, menerangkan bahwa *ma’rūf* merupakan setiap hal atau tindakan yang berdasarkan akal dan agama dianggap sebagai hal yang baik.

Pola dari hubungan *mu’asyarah bil ma’rūf* antara suami istri dalam Al-Qur’an diterangkan bahwa hal ini berdasarkan terhadap asas kemitraan, di mana keberadaan keduanya saling melengkapi, prinsip keadilan senantiasa ditegakkan di mana saja dan pada kondisi apapun. Hubungan suami-istri tidak sekadar hubungan seks, namun menjadi interaksi yang idealnya penuh pada kedewasaan, dewasa saat bersikap dengan pasangan, keluarga dan anak. Prinsip ini tercantum dalam Al-Qur’an surat al-Baqarah ayat 228:

وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ

Artinya: “...Dan, para perempuan mempunyai hak yang seimbang dengan kewajibannya, menurut cara-cara yang *ma’ruf*...” (Q.S al-Baqarah ayat 228)

³⁶ Lauhin Mahfudz Kamil, “Efektifitas Undang-Undang RI Nomor 23 Tahun 2004 Tentang Penghapusan KDRT terhadap Penyelesaian Perkara Perceraian di Pengadilan Agama Raha Kelas II Sulawesi Tenggara”, (Skripsi--UIN Alauddin, Makassar, 2017), 27-28.

³⁷ Rizal Maulana, “Mu’asyarah dalam Relasi Seksual Perspektif K.H. Husein Muhammad”, (Skripsi--Universitas Islam Negeri Prof. KH. Saifuddin Zuhri, Purwokerto, 2023), 77.

Wahbah az-Zuhaili menerangkan bahwa ayat ini menggambarkan bahwa perempuan mempunyai hak terhadap laki-laki, seperti halnya laki-laki yang memiliki hak terhadap perempuan. Pembagian hak dan kewajiban berpedoman dengan *urf* (tradisi) dan *al-fithrah* (fitrah). Setiap hak senantiasa berkaitan dengan kewajiban dan sebaliknya.³⁸

Hak dan kewajiban pada pernikahan dapat mencakup dua aspek. Adapun aspek tersebut meliputi hak dan kewajiban dibidang ekonomi dan non ekonomi. Pertama, berhubungan dengan mahar dan nafkah. Kemudian, kedua berkaitan tentang masalah relasi seksual dan kemanusiaan.

1. Mahar atau maskawin merupakan sebutan terhadap harta yang diberikan untuk perempuan yang terjadi akibat akad pernikahan. Mahar menjadi kewajiban suami pada istri, penghormatan terhadap kemanusiaanya, lambang ketulusan hati guna menggaulinya dengan *ma'rūf* dan sebagai tanda keseriusan dalam menikah dan mencintai perempuan.
2. Nafkah menurut harfiah merupakan pengeluaran atau sesuatu yang dikeluarkan seseorang bagi orang-orang yang berada dalam tanggung jawabnya. Nafkah ini harus dibelanjakan untuk kebutuhan yang baik atau sesuai dengan keperluan.
3. *Mu'āsyarah* dalam relasi seksual, para ulama fiqh memiliki pandangan yang berbeda. Walaupun demikian, *mu'āsyarah* dalam relasi seksual menjadi hal yang penting dalam membangun sebuah pernikahan.
4. *Mu'āsyarah* dalam relasi kemanusiaan diterapkan dengan suami dan istri harus saling menghormati dan menghargai. Pasangan suami-istri harus saling menyenangkan, berlaku sopan, tidak boleh menyebutkan jasa baiknya dan tidak boleh menampakkan kebencian serta tidak boleh saling menyakiti. Di sisi lain, terdapat hal yang penting dalam prinsip *mu'āsyarah bil ma'rūf* di mana suami-istri harus mempunyai pandangan yang sama terhadap kesetaraan manusia.³⁹

A. Pandangan Pemikiran Mark Manson mengenai *Toxic Relationship Maintenance* Sebagai Pencegahan KDRT

³⁸ Husein Muhammad, *Fiqh Perempuan*, Cet.1, (Jakarta: IRCiSoD, 2019), 225-226.

³⁹ Ibid.

Mark Manson menerangkan bahwa perilaku *toxic relationship* memiliki algoritma.⁴⁰ Algoritma ini menggambarkan terjadinya kecurangan pada sebuah pernikahan ini dapat menyebabkan munculnya perselingkuhan, bahkan kasus KDRT yang dapat berdampak buruk dalam pernikahan, yakni:

SELF-GRATIFICATION > INTIMACY = CHEATING

(Kepuasan diri > Keintiman = Kecurangan)

Algoritma ini menerangkan bahwa ketika kebutuhan seseorang terhadap kepuasan diri melebihi kebutuhan keintiman, maka kasus perselingkuhan hingga KDRT kemungkinan besar terjadi. Hal ini juga dapat disebut sebagai komitmen, di mana kedua pasangan harus saling menekan kepuasan diri yang berlebihan supaya pernikahan tetap terjaga. Dengan adanya komitmen menjadi langkah dalam menerapkan *toxic relationship maintenance* dalam pernikahan agar menjadi harmonis dan sehat.⁴¹

Pasangan suami istri kadang menemui kegagalan dalam mengakui realitas emosional yang menentukan kualitas hubungan dari mereka. Maka, hubungan sepatutnya dilihat dari segi kebutuhan emosional dibandingkan tindakan sebab kebutuhan emosional merupakan faktor mendasar guna menentukan hal yang terjadi pada setiap interaksi. Kata-kata, tindakan, dan perilaku bisa berubah hingga bertabrakan, tetapi kebutuhan emosional yang menciptakan hasil. Jika seseorang merasa tidak yakin atau tidak aman terhadap kata-kata dan tindakannya, maka mengidentifikasi emosional sangat penting. Dengan mengidentifikasi realitas emosional yang mendasari interaksi dan hubungan tersebut, maka seseorang akan benar-benar memahami atas alasan bersama dan melakukan tindakan itu kepada pasangan.

Mark Manson menjelaskan terdapat tiga motivator emosional utama dalam hubungan pernikahan yang dapat diterapkan sebagai *toxic relationship maintenance*. Seberapa baik seseorang memenuhi kebutuhan ini atau tidak memenuhinya, akan menentukan kualitas dan jangka waktu interaksi serta hubungan tersebut. Tiga kebutuhan emosional mendasar adalah status, koneksi, dan keamanan.⁴²

⁴⁰ Mark Manson, "Why People Cheat in Relationships", accessed June 15, 2023, <https://markmanson.net/why-people-cheat>.

⁴¹ Ibid.

⁴² Ibid.

Status adalah suatu keadaan di mana seseorang merasa penting atau superior dalam suatu konteks atau lingkungan tertentu. Pada saat merasakan status, seseorang mungkin memiliki keyakinan bahwa mereka memiliki posisi atau peran yang lebih tinggi daripada yang lain, yang dapat mendorong perasaan percaya diri dan dominansi. Namun, perasaan status juga dapat menciptakan tantangan dalam upaya untuk mempertahankan atau meningkatkan posisi tersebut.

Koneksi adalah perasaan yang melibatkan pemahaman, penghargaan dan berbagi nilai serta pengalaman dengan orang lain. Dalam hubungan yang terjalin dengan baik, seseorang merasa diterima dan diakui oleh pasangannya, sehingga menciptakan rasa kedekatan emosional dan ikatan yang kuat. Pada tingkat ini, komunikasi yang efektif dan empati menjadi penting dalam menjaga koneksi yang sehat dan berkelanjutan.

Keamanan adalah perasaan kenyamanan, kepercayaan dan ketenangan. Dalam konteks ini, seseorang merasa aman secara fisik, emosional dan sosial. Kepercayaan pada diri sendiri dan pasangan merupakan faktor kunci untuk menciptakan perasaan keamanan. Selain itu, ketepatan janji, konsistensi, dan stabilitas juga berkontribusi terhadap penciptaan dan pemeliharaan rasa aman.⁴³

Tiga emosional dasar ini bersifat universal. Setiap orang memilikinya supaya menjadi lebih mesra dengan pasangannya dengan berpatokan pada tiga elemen ini. Tinggal bagaimana cara seseorang mencoba memprioritaskannya. Selain itu, juga menjadi elemen penting dalam hubungan pernikahan dan memiliki pengaruh yang kuat terhadap perasaan dan perilaku pasangan. Konsep ini bisa diterapkan dalam pernikahan sebagai *toxic relationship maintenance*, agar mencegah terjadinya hubungan tidak sehat yang bisa berkembang menjadi KDRT.

Kunci untuk menguraikan kebutuhan emosional orang lain dan diri sendiri untuk menerapkan *toxic relationship maintenance* adalah dengan tidak melihat kata-kata dan tindakan orang, melainkan melihat motivasi mereka. Seseorang mungkin mengolok-olok baju kita, tetapi bisa juga karena berbagai alasan. Dengan mengetahui cara merespons tidak mungkin dilakukan tanpa mengetahui apa yang memotivasi seseorang.

Mengenali motivasi pasangan bukanlah tugas yang mudah, terutama bagi seseorang yang tidak terlalu suka melakukan interaksi sosial. Kunci pertama adalah mampu membaca emosi pasangan melalui gerakan, bahasa tubuh, dan nada suara. Ini

⁴³ Mark Manson, *The Guide to Relationships*, (t.t.: t.p., 2017), 3-4.

adalah sesuatu yang dapat dipraktikkan dengan seponatan terhadap pasangan. Belajar membaca bahasa tubuh, gerakan dan nada suara adalah keterampilan hidup yang penting. Itu akan memengaruhi semua hubungan profesional, kekeluargaan, romantisme dan lainnya dengan cara yang positif. Jadi kembali ke contoh di atas, apabila pasangan mengolok-olok baju pasangan.

Intinya adalah bahwa keyakinan ini tidak akan menghalangi perilaku dan tindakan seseorang. Seseorang akan bebas untuk mengejar keinginan tanpa keraguan. Alasannya, begitu banyak ditekankan secara logis membongkar keyakinan yang membatasi daripada berurusan dengan yang mendasarinya. Sehingga, menerapkan komitmen dan memahami emosional pasangan dapat digunakan sebagai *toxic relationship maintenance* dalam pernikahan.⁴⁴

E. Metode Penelitian

Jenis penelitian yang diterapkan adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan *library research* atau studi pustaka di mana data yang dicari dari jurnal penelitian, buku, skripsi, media massa, dan internet. Pada kajian ini, peneliti menggunakan *e-book* Mark Manson yang berjudul *Healty Relationships* dan *The Guide to Relationships*, sebagai data primer yang digunakan dalam penelitian ini. Sedangkan, sumber informasi sekunder diperoleh dari sumber yang sudah ada seperti penelitian terdahulu, jurnal, skripsi, landasan hukum dan sumber ilmiah di internet yang berkaitan dengan *toxic relationship maintenance* untuk mencegah terjadinya KDRT.⁴⁵

Hasil dan Pembahasan

A. Konsep *Toxic Relationship Maintenance* Menurut Mark Manson dan *Mu'āsarah bil Ma'rūf*

1. Konsep *Toxic Relationship Maintenance* Menurut Mark Manson

Mark Manson mengungkapkan bahwa perilaku toksik dalam sebuah hubungan memiliki pola tertentu, yang dapat disamakan dengan algoritma. Algoritma ini mencerminkan perilaku yang merusak dalam suatu pernikahan, yang

⁴⁴ Ibid.

⁴⁵ Rifa'i Abubakar, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga, 2021), 1-2.

berpotensi menyebabkan perselingkuhan, bahkan tindakan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) yakni:⁴⁶

SELF-GRATIFICATION > INTIMACY = CHEATING

(Kepuasan diri > Keintiman = Kecurangan)

Algoritma ini menggambarkan bahwa ketika kebutuhan seseorang terhadap kepuasan diri melebihi kebutuhan dalam kedekatan emosional, kemungkinan besar akan muncul situasi perselingkuhan atau bahkan KDRT dalam hubungan. Ini dapat dijelaskan bahwa sebuah hubungan harus melakukan *toxic relationship maintenance* dengan komitmen, di mana suami-istri harus menekan kepuasan diri yang berlebihan agar pernikahan dapat bertahan.

Tindakan tersebut juga dapat dicegah dengan menerapkan *toxic relationship maintenance* melalui tiga emosional utama dalam hubungan pernikahan. Ketiga kebutuhan emosional dasar itu mencakup status, koneksi, dan keamanan. Status adalah kebutuhan seseorang merasa penting, lebih baik, dan dihadapkan pada tantangan. Koneksi melibatkan perasaan dipahami, dihargai, dan berbagi nilai serta pengalaman dengan pasangan. Keamanan mencakup perasaan aman, bisa diandalkan, dan percaya terhadap pasangan.

Kunci dalam memahami kebutuhan emosional adalah dengan melihat di balik kata-kata dan tindakan pasangan, serta mencari tahu motivasi dibaliknya sebagai upaya *toxic relationship maintenance*. Kunci pertama adalah kemampuan untuk membaca emosi pasangan melalui gerakan tubuh, bahasa tubuh, dan nada suara. Belajar membaca bahasa tubuh, gerakan, dan intonasi suara merupakan keterampilan penting dalam menerapkan *toxic relationship maintenance* kehidupan pernikahan.⁴⁷

2. Konsep *Toxic Relationship Maintenance* Menurut *Mu'asyarah bil Ma'ruf*

Islam mengajarkan agar suami dan istri menjalankan *mu'asyarah bil ma'ruf* dalam hubungan pernikahan sebagai upaya *toxic relationship maintenance*. K.H. Husein Muhammad memaparkan *mu'asyarah bil ma'ruf* merupakan konsep

⁴⁶ Mark Manson, "Why People Cheat in Relationships", accessed May 15, 2023, <https://markmanson.net/why-people-cheat>.

⁴⁷ Mark Manson, *The Guide to Relationships*, (t.t.: t.p., 2017), 1-2.

pertemanan antara suami dan istri, di mana keduanya mempunyai pembagian hak dan kewajiban secara seimbang.⁴⁸ Prinsip ini tercantum dalam Al-Qur'an surat al-Baqarah ayat 228:

طَوَّلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ

Artinya: "...Dan, para perempuan mempunyai hak yang seimbang dengan kewajibannya, menurut cara-cara yang *ma'rūf*..." (Q.S al-Baqarah ayat 228)

Wahbah az-Zuhaili menerangkan ayat ini menggambarkan bahwa perempuan juga memiliki hak pada laki-laki, sebagaimana laki-laki yang mempunyai hak atas perempuan. Pembagian hak dan kewajiban ini berpatokan pada *urf* (tradisi) dan *al-fithrah* (fitrah).⁴⁹ Seperti yang diketahui bahwa fitrah merupakan nilai-nilai yang sudah dimiliki manusia setelah diciptakan.

Hak dan kewajiban di perkawinan terbagi atas dua kategori. Adapun kategori ini yakni hak dan kewajiban pada bidang ekonomi dan non ekonomi. Pertama, memiliki kaitan dengan mahar dan nafkah. Selanjutnya, kedua berhubungan mengenai relasi seksual dan kemanusiaan. Dengan memahami hal tersebut dapat menjadi bekal bagi suami dan istri menjalankan *toxic relationship maintenance* dalam pernikahan.⁵⁰

3. Analisis Konsep *Toxic Relationship Maintenance* Menurut Mark Manson dan *Mu'āsyarah bil Ma'rūf*

Dari penjabaran di atas, peneliti menyatakan bahwa konsep *toxic relationship maintenance* menurut Mark Manson dan *mu'āsyarah bil ma'rūf* dilakukan dengan menjauhkan hubungan dari perilaku toksik dan menjalankan hak serta kewajiban pernikahan secara seimbang. Secara umum konsep ini ada kemiripin, perbedaan hanya terletak pada metode umum dan pendekatan secara agama. Di sisi lain, Mark Manson dan *mu'āsyarah bil ma'rūf* tidak hanya memberikan cara menerapkan *toxic relationship maintenance* dalam pernikahan, namun juga menghindari perilaku toksik.

Konsep Mark Manson dan *mu'āsyarah bil ma'rūf* dapat diaplikasikan untuk menjaga hubungan pernikahan yang sehat dan positif. Dalam konteks ini, prinsip-

⁴⁸ Rizal Maulana, "Mu'asyarah dalam Relasi Seksual Perspektif K.H. Husein Muhammad", (Skripsi--Universitas Islam Negeri Prof. KH. Saifuddin Zuhri, Purwokerto, 2023), 77.

⁴⁹ Husein Muhammad, *Fiqh Perempuan*, Cet.1, (Jakarta: IRCiSoD, 2019), 225-226.

⁵⁰ Ibid.

prinsip tersebut dapat menjadi landasan dalam menghindari hubungan beracun dan menerapkan *toxic relationship maintenance*. Dengan menerapkan prinsip-prinsip ini, pasangan dapat menjauhkan diri dari pola perilaku yang beracun dan merusak hubungan, serta menciptakan lingkungan yang mendukung komunikasi terbuka, saling pengertian, dan saling mendukung.

B. Hubungan *Toxic Relationship Maintenance* Sebagai Upaya Pencegahan KDRT

Kata *toxic* berasal dari bahasa Inggris dan memiliki arti racun atau beracun, berkenaan dengan substansi racun. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), toksik digunakan untuk menyatakan sifat racun atau beracun.⁵¹ Dindia dan Canary menjelaskan bahwa terdapat empat definisi umum tentang *relationship maintenance* (pemeliharaan hubungan).⁵² Pertama, pemeliharaan hubungan berkaitan dengan cara menjaga kelangsungan hubungan yang ada. Kedua, pemeliharaan hubungan melibatkan usaha untuk mempertahankan hubungan dalam bentuk atau kondisi tertentu, atau pada tingkat kedekatan yang konsisten, untuk menjaga status quo. Ketiga, pemeliharaan hubungan mencakup upaya untuk menjaga hubungan dalam keadaan saling memuaskan atau menguntungkan bagi kedua pasangan. Keempat, pemeliharaan hubungan berkaitan dengan cara melindungi hubungan yang sedang menuju tahap perbaikan.⁵³

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat didefinisikan bahwa *toxic relationship maintenance* merupakan suatu cara yang dilakukan suami-istri dalam melakukan pemeliharaan atau perbaikan hubungan pernikahan yang tidak sehat. Dengan menerapkan *toxic relationship maintenance* diharapkan hubungan pernikahan dapat dilindungi dan menjadi lebih sehat lagi.

Sedangkan pengertian KDRT termuat dalam UU RI Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga Pasal 1 ayat 1 menyatakan bahwa, "Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan/atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman

⁵¹ "Toksik" dalam KBBI Daring, accessed June 18, 2023, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/toksik>.

⁵² Dindia and Canary, "Definitions and Theoretical Perspectives on Maintaining Relationships", *Journal of Social and Personal Relationships*, (1993), 163-173.

⁵³ Iby Natali Gabriela, "Relationship Maintenance dalam Pernikahan Tanpa Keturunan (Studi Deskriptif Kualitatif Pada Pasangan Pernikahan Yang Memasuki Usia Perak di Kota Malang)", (Skripsi--Universitas Brawijaya, Malang, 2018), 20-21.

untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga.”⁵⁴

Islam melarang secara tegas terjadinya KDRT.⁵⁵ Istilah yang dapat digunakan dalam pernikahan yang memiliki makna yang sesuai dengan KDRT adalah nusyuz yang berarti perbuatan menentang atau durhaka antara suami maupun istri.⁵⁶ Nusyuz secara bahasa adalah bentuk masdar dari kata *nasyaza* yang artinya “tanah yang tersembul tinggi ke atas”. Di sisi lain, dalam terminologi empat imam madzhab, nusyuz adalah ketidakpuasan antara suami-istri yang menimbulkan konflik dan ketidakharmonisan dalam hubungan pernikahan.⁵⁷

Berdasarkan penjabaran di atas, peneliti menyatakan bahwa toxic relationship maintenance dalam pernikahan adalah kondisi di mana pasangan suami-istri berupaya melakukan perbaikan dan pemeliharaan hubungan yang dianggap toksik. Tindakan ini dilakukan supaya toxic relationship tidak terus berlanjut, bahkan meningkat menjadi KDRT, di mana pasangan sengaja melukai atau merugikan pasangan lain secara fisik, seksual, atau emosional. Dengan demikian, antara toxic relationship maintenance sebagai upaya pencegahan KDRT memiliki hubungan implikatif.

Penutup

Konsep *toxic relationship maintenance* menurut Mark Manson dan *mu'āsyarah bil ma'rūf* dilakukan dengan menjauhkan hubungan dari perilaku toksik serta menjalankan hak dan kewajiban pernikahan secara seimbang. Kedua konsep ini memiliki perbedaan, di mana Mark Manson lebih menekankan untuk melakukan komitmen dan mengenali tiga kebutuhan emosional dasar pasangan. Sedangkan, *mu'āsyarah bil ma'rūf* menurut pandangan Husein Muhammad suami-istri harus menerapkan *toxic relationship maintenance* melalui ekonomi dan non ekonomi. Meskipun memiliki perbedaan, tetapi kedua konsep ini dapat diaplikasikan dalam menjalani pernikahan. Kemudian, hubungan *toxic relationship maintenance* sebagai upaya pencegahan KDRT adalah hubungan implikatif. Oleh sebab itu, *toxic relationship maintenance* sebagai upaya pencegahan KDRT menjadi

⁵⁴ Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga.

⁵⁵ Abdul Aziz, “Islam dan Kekerasan Dalam Rumah Tangga”, *KORDINAT*, Vol. 14, No. 1, (April, 2017), 168.

⁵⁶ Husnul Amaliah, “Hikmah Penyelesaian Nusyuz Istri Menurut Ulama Klasik”, (Skripsi--Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim, Riau, 2019), 22.

⁵⁷ Abdul Haq Syawqi, “Hukum Islam dan Kekerasan Dalam Rumah Tangga”, *Jurnal Syariah dan Hukum*, No. 1, Vol. 7, (June, 2015), 69.

salah satu tindakan yang penting untuk dilakukan pasangan suami-istri. Dalam pernikahan, *tindakan toxic relationship maintenance* dapat diterapkan oleh pasangan suami-istri guna menjalankan perbaikan dan pemeliharaan hubungan yang dianggap toksik. Tindakan ini diterapkan supaya *toxic relationship* tidak terus berlanjut, bahkan meningkat menjadi KDRT, di mana pasangan sengaja melukai atau merugikan pasangan lain secara fisik, seksual, atau emosional.

Daftar Pustaka

- Adawiyah, Jumratul, Ayu Dwi Putri Rusman, and Abidin. 2022. "Kesiapan Psikologi Pasutri Terhadap Upaya Pencegahan Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Kota Parepare." *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar* 17 (2). <https://doi.org/https://doi.org/10.32382/medkes.v17i2>.
- Amaliah, Husnul. 2019. "Hikmah Penyelesaian Nusyuz Istri Menurut Ulama Klasik." Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim, Riau.
- Charis, Olivia, Ido Prijana Hadi, and Desi Yoanita. 2020. "Strategi Relational Maintenance Pasangan Suami Istri Yang Menjalani Long Distance Relationship." *JURNAL E-KOMUNIKASI* 8 (2): 4-5.
- Dindia, and Canary. 1993. "Definitions and Theoretical Perspectives on Maintaining Relationships." *Journal of Social and Personal Relationships*, 163-73.
- Effendy, Nurlaila. 2019. "Pendekatan Psikologi Pada Toxic Relationship." Seminar Mahasiswa Psikologi UNY. 2019. <https://www.uny.ac.id/berita/pendekatan-psikologi-positif-pada-toxic-relationship>.
- Gabriela, Iby Natali. 2018. "Relationship Maintenance Dalam Pernikahan Tanpa Keturunan (Studi Deskriptif Kualitatif Pada Pasangan Pernikahan Yang Memasuki Usia Perak Di Kota Malang)." Universitas Brawijaya, Malang.
- Haswir. 2012. "Penyelesaian Kasus Nusyuz Menurut Perspektif Ulama Tafsir." *Al-Fikra: Jurnal Ilmiah Keislaman* 11 (2): 250-51.
- Kamil, Lauhin Mahfudz. 2017. "Efektifitas Undang-Undang RI Nomor 23 Tahun 2004 Tentang Penghapusan KDRT Terhadap Penyelesaian Perkara Perceraian Di Pengadilan Agama Raha Kelas II Sulawesi Tenggara." UIN Alauddin Makassar.
- Manson, Mark. n.d. "Why People Cheat in Relationships." Markmanson.Net. Accessed February 22, 2023. <https://markmanson.net/why-people-cheat>.
- . 2017. *The Guide to Relationships*.
- Maulana, Rizal. 2023. "Mu'asyarah Dalam Relasi Seksual Perspektif K.H. Husein Muhammad." Universitas Islam Negeri Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
- McGruder. 2018. *Cutting Your Losses from A Bad or Toxic Relationship*. Amerika Serikat: Xliblis US.
- Muhammad, Husein. 2019. *Fiqh Perempuan*. Jakarta: IRCiSoD.
- Nasional, Departemen Pendidikan. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Cet. 4. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Nitria, Pravita Windi Anatasa. 2023. "Toxic Relationship Maintenance Dalam Pernikahan Untuk Mencegah Kasus KDRT Perspektif Mark Manson Dan Hukum Islam." UNUGIRI.
- Perempuan, Komnas. 2021. "CATAHU 2020 Komnas Perempuan: Lembar Fakta Dan Poin Kunci."

- . 2022. "Siaran Pers Komnas Perempuan Tentang Peringatan Kampanye Internasional Hari 16 Anti Kekerasan Terhadap Perempuan (25 November – 10 Desember 2022)." KomnasPerempuan.Go.Id. 2022. <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/siaran-pers-komnas-perempuan-tentang-peringatan-kampanye-internasional-hari-16-anti-kekerasan-terhadap-perempuan-25-november-10-desember-2022>.
- . 2023. "Siaran Pers Komnas Perempuan: Pastikan Siklus Kekerasan Berhenti Dalam Penanganan Kasus Kekerasan Dalam Rumah Tangga." KomnasPerempuan.Go.Id. 2023. <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/siaran-pers-komnas-perempuan-pastikan-siklus-kekerasan-berhenti-dalam-penanganan-kasus-kekerasan-dalam-rumah-tangga>.
- Riani. 2021. *Stop Toxic Relationship*. Jakarta: Pustaka Taman.
- Salsabila, Ananda Ade, Asniar Khumas, and Faradillah Firdaus. 2023. "Dampak Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Relationship Maintenance Pada Istri Pelaut." *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora* 2 (4): 628.
- Sunarto, Ahmad Adri Riva'i, and Arifuddin. 2023. "Upaya Mengatasi Toxic Family Di Desa Sungai Bunga Perspektif Hukum Keluarga Islam." *Journal of Sharia and Law* 2 (1): 203–22.
- Syafira, Adelwys Bioka Layla, and Chatarina Heny Dwi Surwati. 2022. "Representasi Toxic Relationship Dalam Film (Analisis Semiotika Representasi Toxic Relationship Dalam 'Film Story of Kale: When Someone's in Love' Karya Angga Dwimas Sasongko)." *Jurnal Kommas*.
- Syawqi, Abdul Haq. 2015. "Hukum Islam Dan Kekerasan Dalam Rumah Tangga." *Jurnal Syariah Dan Hukum* 7 (1): 69.