



Dra. M.J Retno Priyani, M.Si., dalam kesehariannya selain psikolog, juga Dosen FKIP Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Selain itu juga Trainer Pengembangan SDM di berbagai instansi, organisasi, rumah sakit, sekolah, perguruan tinggi hingga tarekat religius di seluruh Indonesia. Silakan mengirimkan keluhan/problema ke Redaksi Majalah PRABA, Jl. Bintaran Tengah No. 4 Yogyakarta 55151, atau Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sanata Dharma Tromol Pos 29 Yogyakarta, Fax : (0274) 562383.

Suami "Selingkuh"?

Tanya :

Yth. Bu Retno,

Saya ibu rumah tangga (36 tahun). Suami (37 tahun) bekerja sambilan, tapi sering diminta oleh sebuah rumah produksi untuk mencari calon artis (sinetron). Pernikahan kami berjalan 8 tahun dan baik-baik saja, anak 1 dan masih balita. Namun akhir-akhir ini saya mencurigai sikapnya yang mulai berubah.

Ia jarang pulang ke rumah alasannya sibuk mengurus pekerjaan. Namun saya mencurigai hubungannya dengan seorang perempuan. Hal itu terbukti ketika saya mencuri-curi membaca HP-nya. Bahkan si perempuan menyatakan siap menjadi istri kedua. Saya sudah berusaha menanyakan hal tersebut tetapi dia justru marah-marah. Bagaimana mengatasi agar suami tidak berhubungan terlalu jauh dengan perempuan tersebut? Mohon sarannya. Terima kasih.

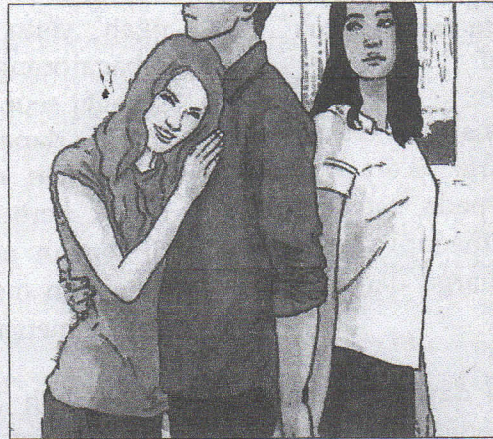
(Stella, Bogor)

Jawab :

Yth. Sdri. Stella,

Setelah lama menikah, seringkali suami/isteri kurang memberi perhatian kepada pasangannya seperti dahulu. Mereka beranggapan, toh sudah menikah lama. Hilang romantisme dan kemesraan. Hubungan menjadi hambar, datar, monoton.

Manusia terus berubah. Berubah dalam hal kondisi fisik, pekerjaan, keinginan, kekhawatiran, masalah dan sebagainya.



Perubahan tersebut kadang kurang dimengerti dan dipahami pasangannya, dan sikap pasangan masih berdasar pada kondisi yang dahulu. Akibatnya, kebutuhan saat ini tidak lagi dipenuhi pasangannya. Muncullah rasa kecewa, merasa kurang diperhatikan, kurang dipahami, kurang dihargai. Sangat manusiawi.

Ketika ada kesempatan bertemu dengan seseorang yang mengerti dan memahami dirinya, apalagi yang memenuhi kebutuhannya saat ini, maka ia merasakan kehidupan baru yang menarik. Ia merasa nyaman, terus ingin bersamanya. Hal-hal kecil/ sederhana yang diperolehnya dari orang baru itu misalnya: perhatian, pujian, didengarkan, dimintai saran dan lain-lain. Hal di atas dapat terjadi baik pada suami maupun isteri.

Apa yang harus dilakukan?

Luangkan waktu berdua, untuk ngobrol, mendengarkan keinginan, harapan, kesulitan suami anda. Berikan perhatian yang lebih kepada suami dalam berbagai kesempatan dan cara. Ungkapkan penghargaan dan pujian yang membuatnya merasa hebat dan berjasa. Tingkatkan kemesraan bersamanya. Ciptakan suasana keluarga yang akrab dan menyenangkan. Apabila kebutuhan pribadi terpenuhi, hubungan harmonis, keadaan di rumah nyaman, maka tak seorangpun dapat mengganggu keluarga anda. Selamat mencoba.