

DIVORCE MEDIATION: PERANDAN PENGARUH PSIKOLOG DALAM PENYELESAIAN KONFLIK PERCERAIAN

Gema Rahmadani ¹⁾, Pagar ²⁾, M. Iqbal Irham ³⁾
Fakultas Hukum Universitas Darma Agung, Medan, Indonesia ¹⁾
Prodi Hukum Islam Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia ^{2,3)}
Corresponding Author:
gemagemapsr1000@gmail.com ¹⁾, pagar@uinsu.ac.id ²⁾, muhammadiqbalirham@uinsu.ac.id ³⁾

History:

Received : 25 Februari 2024
Revised : 10 Agustus 2024
Accepted : 23 Desember 2024
Published : 31 Januari 2025

Publisher: Fakultas Hukum Universitas Darma Agung

Licensed: This work is licensed under
[Attribution-NonCommercial-ShareAlikeCCBY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



Abstrak

Perselisihan perceraian antara suami istri seringkali melibatkan konflik emosional yang mendalam dan dampak psikologis yang signifikan, baik bagi pasangan yang bercerai maupun anak-anak yang terlibat. Menurut Peraturan Mahkamah Agung (PERMA) Nomor 1 Tahun 2016, mediator adalah pihak netral yang membantu para pihak dalam proses perundingan untuk menyelesaikan sengketa, serta Undang-Undang No. 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan: Pasal 39 ayat 2 mengatur bahwa “pasangan yang mengajukan perceraian harus menjalani proses mediasi, di mana dalam hal ini psikolog dapat berperan sebagai mediator atau konselor”. Dalam konteks ini, Psikolog termasuk kategori Mediator Non Litigasi. Mediator adalah pihak netral yang membantu para pihak yang berselisih untuk menyelesaikan sengketa secara adil. Psikolog dianggap dapat membantu pasangan untuk memahami dinamika emosional yang mendasari konflik, memberikan ruang untuk berekspresi, serta membantu dalam mencari solusi yang konstruktif. Melalui mediasi yang dipandu oleh psikolog, diharapkan pasangan dapat mencapai kesepakatan yang lebih baik, meminimalkan dampak negatif perceraian, serta membantu menjaga hubungan yang sehat, terutama demi kesejahteraan anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran psikolog dalam mediasi perceraian suami istri memiliki dampak signifikan terhadap resolusi konflik dan pengurangan stres emosional. Penelitian ini mengungkapkan bahwa pasangan yang terlibat dalam sesi mediasi dengan psikolog melaporkan tingkat kepuasan yang lebih tinggi dalam penyelesaian masalah dibandingkan dengan mereka yang tidak melibatkan psikolog. Selain itu, psikolog dapat membantu pasangan untuk memahami perspektif satu sama lain, yang berkontribusi pada komunikasi yang lebih efektif dan pengambilan keputusan yang lebih rasional. Temuan lain menunjukkan bahwa dukungan psikologis yang diberikan selama proses mediasi dapat mengurangi perasaan cemas dan depresi pada individu yang mengalami perceraian. Psikolog juga berperan dalam mendampingi pasangan dalam mengelola emosi negatif dan membangun strategi coping yang lebih baik. Dengan demikian, keterlibatan psikolog dalam mediasi perceraian tidak hanya menguntungkan pasangan, tetapi juga mendukung kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.

Kata Kunci: Mediasi, Perceraian, Konflik Emosional, Kesejahteraan Anak

Abstract

Divorce disputes between husband and wife often involve deep emotional conflict and significant psychological impact, both for the divorcing couple and the children involved. According to Supreme Court Regulation (PERMA) Number 1 of 2016, a mediator is a neutral party who assists parties in the negotiation process to resolve disputes. In this context, psychologists are categorized as non-litigation mediators. A mediator is a neutral party who assists disputing parties to resolve disputes fairly. Psychologists are thought to help couples understand the emotional dynamics underlying the conflict, provide space for expression, and assist in finding constructive solutions. By using effective communication techniques and an empathy-based approach, psychologists can facilitate more productive dialog and reduce tension. In addition, they can also provide psychological support for individuals who are experiencing difficulties in the divorce process. Through mediation guided by a psychologist, it is hoped that couples can reach a better agreement, minimize the negative impact of divorce, and help maintain a healthy relationship, especially for the welfare of children. The results showed that the role of psychologists in divorce mediation between husband and wife had a significant impact on conflict resolution and emotional stress reduction. The study revealed that couples who engaged in mediation sessions with a psychologist reported higher levels of satisfaction in problem-solving compared to those who did not involve a psychologist. In addition, psychologists can help couples to understand each other's perspectives, which contributes to more effective communication and more rational decision-making. Other findings suggest that psychological support provided during the mediation process

can reduce feelings of anxiety and depression in individuals experiencing divorce. Psychologists also play a role in assisting couples in managing negative emotions and developing better coping strategies. Thus, the involvement of psychologists in divorce mediation not only benefits the couple, but also supports the overall well-being of the family.

Keywords: *Mediation, Divorce, Emotional Conflict, Child Wellbeing*

PENDAHULUAN

Perceraian adalah salah satu pengalaman hidup yang paling menantang dan emosional bagi pasangan suami istri. Proses ini tidak hanya melibatkan pemisahan secara hukum, tetapi juga berpotensi menimbulkan dampak psikologis yang mendalam bagi semua pihak yang terlibat, termasuk anak-anak. Konflik yang muncul selama perceraian seringkali dipicu oleh ketidakmampuan pasangan untuk berkomunikasi dengan baik, mengelola emosi negatif, atau memahami perspektif satu sama lain. Hal ini dapat menyebabkan proses perceraian yang berkepanjangan, memperburuk ketegangan, dan mengakibatkan dampak negatif yang lebih besar pada kesejahteraan keluarga. Dalam konteks ini, mediasi menjadi alternatif yang semakin penting untuk menyelesaikan perselisihan perceraian. Dalam proses mediasi, mediator yang dapat dipilih adalah: Hakim yang bukan pemeriksa perkara pada pengadilan yang bersangkutan, Advokat atau akademisi hukum, Profesi bukan hukum yang dianggap para pihak menguasai atau berpengalaman dalam pokok sengketa. Salah satu mediator non litigasi atau profesi yang bukan hukum bisa menggunakan jasa Psikolog sebagai mediator, yang bertujuan untuk membantu pasangan mencapai kesepakatan tanpa melalui litigasi yang sering kali mahal dan melelahkan secara emosional. Psikolog memiliki keahlian dalam memahami dinamika hubungan dan konflik interpersonal, sehingga dapat memberikan pendekatan yang lebih holistik dan empatik. Keterlibatan psikolog dalam mediasi perceraian juga memberikan manfaat tambahan, seperti membantu individu dalam mengatasi rasa sakit emosional, mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih baik, dan merumuskan solusi yang saling menguntungkan. Selain itu, mereka dapat membantu orang tua untuk fokus pada kesejahteraan anak-anak, meminimalkan dampak negatif perceraian pada mereka. Dengan meningkatnya angka perceraian di berbagai masyarakat, penting untuk mengeksplorasi lebih dalam mengenai peran psikolog dalam mediasi. Penelitian dan praktik yang ada menunjukkan bahwa intervensi psikologis dapat mengubah cara pasangan berinteraksi dan merespons satu sama lain selama proses perceraian, sehingga menciptakan peluang untuk resolusi yang lebih baik dan lebih damai.

Perceraian merupakan proses yang kompleks dan emosional, seringkali melibatkan berbagai konflik yang dapat memengaruhi baik pasangan yang bercerai maupun anak-anak mereka. Dalam banyak kasus, ketidakmampuan pasangan untuk berkomunikasi secara efektif berkontribusi pada meningkatnya ketegangan dan kesalahpahaman. Di sinilah peran psikolog menjadi sangat penting. Psikolog dapat bertindak sebagai mediator yang membantu pasangan menavigasi konflik mereka, memberikan dukungan emosional, serta memfasilitasi dialog yang konstruktif (Iskandar, A:2019). Secara keseluruhan, psikolog memiliki peran yang sangat penting dalam proses penyelesaian perceraian, baik untuk menangani konflik secara langsung, mengatasi dampak psikologis yang ditimbulkan, maupun memberikan dukungan dalam pengasuhan anak setelah perceraian. Dalam Undang-Undang No. 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan: Pasal 39 ayat 2 mengatur bahwa pasangan yang mengajukan perceraian harus menjalani proses mediasi, di mana dalam hal ini psikolog dapat berperan sebagai mediator atau konselor.

Peran dan pengaruh adalah dua konsep yang sering digunakan dalam berbagai konteks, termasuk dalam psikologi, sosial, dan organisasi. Meskipun keduanya berhubungan, mereka memiliki makna yang berbeda. Berikut penjelasan tentang perbedaan keduanya:

1. Peran (Role): Peran mengacu pada fungsi atau tugas yang diemban oleh seseorang atau sesuatu dalam suatu konteks tertentu. Dalam hal ini, "peran" menggambarkan tanggung jawab atau aktivitas tertentu yang diharapkan dilakukan oleh individu atau entitas dalam situasi tertentu. Misalnya, dalam konteks mediasi perceraian (Robert K. Merton):
 - a. Peran seorang mediator adalah untuk memfasilitasi komunikasi antara pihak-pihak yang bercerai, membantu mereka menemukan solusi bersama, dan memastikan proses mediasi berjalan dengan adil.
 - b. Peran seorang psikolog dalam mediasi perceraian adalah untuk mengelola aspek emosional, memberikan dukungan psikologis, serta membantu pasangan dalam mengelola konflik dan perasaan yang muncul.

Secara umum, peran mengacu pada fungsi atau posisi tertentu yang dijalankan oleh seseorang dalam suatu sistem atau situasi.

2. Pengaruh (Influence): Pengaruh merujuk pada kemampuan untuk memberikan dampak atau memengaruhi perubahan dalam sesuatu, baik itu sikap, perilaku, keputusan, atau kondisi tertentu. Pengaruh bisa terjadi melalui tindakan, pendapat, atau interaksi seseorang dengan orang lain (KBBI : 2005). Misalnya, dalam mediasi perceraian:

- a. Pengaruh seorang psikolog dalam mediasi bisa terlihat dari seberapa besar dampak yang mereka berikan dalam membantu pasangan yang bercerai mengelola emosi, menyelesaikan konflik secara damai, atau mencapai kesepakatan yang saling menguntungkan.
- b. Pengaruh psikolog terhadap individu bisa berarti bagaimana psikolog memengaruhi cara berpikir atau perasaan seseorang dalam menghadapi perceraian, serta bagaimana mereka dapat memperbaiki cara berkomunikasi dan berinteraksi dengan pasangan.

Pengaruh adalah dampak atau perubahan yang terjadi akibat tindakan atau peran seseorang, dan bisa bersifat langsung atau tidak langsung. Perbedaan Utama:

- a. Peran adalah tanggung jawab atau fungsi yang dijalankan oleh individu atau entitas dalam suatu situasi atau konteks.
- b. Pengaruh adalah dampak atau perubahan yang ditimbulkan oleh individu atau entitas terhadap sesuatu atau orang lain.

Dengan demikian, dalam konteks mediasi perceraian, peran psikolog adalah tugas atau fungsi yang mereka lakukan (misalnya, membantu mengelola emosi atau memfasilitasi komunikasi), sementara pengaruh psikolog adalah dampak yang mereka berikan terhadap proses mediasi itu sendiri (misalnya, mengurangi ketegangan emosional atau membantu mencapai kesepakatan yang lebih baik).

Mediator menurut Peraturan Mahkamah Agung (PERMA) Nomor 1 Tahun 2016 tentang Prosedur Mediasi di Pengadilan adalah seorang orang yang memiliki keterampilan khusus untuk membantu para pihak yang bersengketa agar dapat mencapai penyelesaian sengketa secara damai dengan cara mediasi. Mediator harus independen dan netral, serta tidak boleh berpihak kepada salah satu pihak dalam proses mediasi. Mereka tidak boleh memberikan nasihat hukum atau membuat keputusan bagi para pihak. Tugas utama mediator adalah memfasilitasi komunikasi antara para pihak untuk menemukan solusi bersama, bukan memutuskan hasil sengketa.

Dalam PERMA No. 1 Tahun 2016, terdapat beberapa ketentuan penting mengenai mediator, antara lain:

- 1) Kualifikasi Mediator: Mediator harus memiliki sertifikat mediator yang dikeluarkan oleh Mahkamah Agung dan memenuhi persyaratan yang ditetapkan, seperti mengikuti pelatihan mediator yang diakui.

- 2) Peran Mediator: Mediator tidak dapat memihak dan harus menjaga kerahasiaan seluruh proses mediasi. Mediator juga berfungsi sebagai fasilitator, bukan sebagai penilai atau pemberi keputusan.
- 3) Waktu Mediasi: Mediasi yang dilakukan di pengadilan memiliki batas waktu tertentu, yaitu 30 hari, dan dapat diperpanjang 14 hari, kecuali jika para pihak sepakat untuk tidak melanjutkan.

Secara keseluruhan, mediator berfungsi untuk memfasilitasi penyelesaian sengketa secara sukarela dan damai, serta memastikan proses mediasi berjalan dengan prinsip-prinsip keadilan dan profesionalisme. Mediator non-litigasi merujuk pada seorang mediator yang terlibat dalam proses penyelesaian sengketa yang tidak melibatkan pengadilan, atau lebih dikenal dengan penyelesaian sengketa secara informal atau di luar jalur peradilan. Proses mediasi ini dilakukan dengan tujuan untuk menyelesaikan konflik antara para pihak tanpa perlu membawa perkara ke pengadilan.

Karakteristik Mediator Non-Litigasi:

- 1) Tidak Terikat dengan Proses Pengadilan: Mediator non-litigasi berperan dalam proses penyelesaian sengketa yang tidak melibatkan perkara di pengadilan. Proses ini lebih bersifat sukarela, di mana para pihak yang bersengketa sepakat untuk menggunakan mediasi sebagai cara menyelesaikan masalah mereka.
- 2) Independensi dan Netralitas: Seperti halnya mediator dalam proses litigasi, mediator non-litigasi juga harus bersikap independen dan netral. Mediator tidak boleh berpihak kepada salah satu pihak dan harus menjaga kerahasiaan seluruh proses mediasi.
- 3) Sarana Penyelesaian Sengketa Alternatif: Mediasi non-litigasi merupakan bentuk Alternatif Penyelesaian Sengketa (APS) atau Alternative Dispute Resolution (ADR), yang dapat digunakan untuk menyelesaikan berbagai macam konflik seperti sengketa keluarga, sengketa perjanjian bisnis, sengketa kerja, atau sengketa antar individu tanpa melibatkan proses hukum formal.
- 4) Proses Sukarela: Proses mediasi non-litigasi bersifat sukarela, artinya para pihak yang bersengketa sepakat untuk mengikuti mediasi, dan dapat memutuskan untuk berhenti kapan saja jika mereka merasa proses tersebut tidak memberikan hasil yang diinginkan.
- 5) Mediator Non-Litigasi dapat berperan di berbagai bidang, antara lain:
 - a. Sengketa keluarga: Mediasi untuk perceraian, hak asuh anak, pembagian harta gono-gini, dan lain-lain.
 - b. Sengketa perjanjian: Mediasi dalam hal pelaksanaan kontrak atau perjanjian.
 - c. Sengketa pekerjaan: Mediasi dalam hubungan industrial atau masalah ketenagakerjaan.
 - d. Sengketa masyarakat: Penyelesaian konflik antar individu atau kelompok yang mungkin timbul di masyarakat.

Kualifikasi Mediator Non-Litigasi:

Mediator non-litigasi, meskipun tidak terikat dengan pengadilan, harus tetap memiliki kualifikasi tertentu. Di Indonesia, mediator non-litigasi dapat menjadi mediator yang terlatih melalui pelatihan yang diakui oleh lembaga yang berwenang, seperti Badan Mediasi Nasional atau lembaga pelatihan mediator lainnya. Mereka juga diharuskan untuk memiliki sertifikasi agar dapat berfungsi secara efektif dalam menyelesaikan sengketa.

Prosedur Mediasi Non-Litigasi:

- a. Pemilihan Mediator: Para pihak yang bersengketa akan memilih mediator secara sukarela. Mereka bisa memilih mediator yang memiliki kompetensi di bidang yang relevan dengan sengketa mereka.
- b. Tahap Mediasi: Proses mediasi biasanya dimulai dengan pertemuan pertama antara mediator dan para pihak yang bersengketa untuk memetakan masalah dan mencari

titik temu. Mediator akan membantu kedua pihak untuk berkomunikasi dan menjelaskan posisi masing-masing, serta mencari solusi yang diterima oleh kedua belah pihak.

- c. Kesepakatan: Jika mediasi berhasil, para pihak akan membuat kesepakatan yang dituangkan dalam perjanjian mediasi. Jika mediasi gagal, para pihak bebas untuk membawa perkara ke jalur hukum atau mencari penyelesaian alternatif lainnya.

Keuntungan Mediasi Non-Litigasi:

- a. Proses Cepat dan Biaya Lebih Rendah: Proses mediasi non-litigasi biasanya lebih cepat dan biayanya jauh lebih murah dibandingkan dengan prosedur pengadilan.
- b. Kerahasiaan: Proses mediasi bersifat lebih pribadi dan rahasia, sehingga informasi yang dibagikan dalam proses mediasi tidak akan dipublikasikan.
- c. Fleksibilitas: Para pihak memiliki kontrol lebih besar dalam menentukan hasil akhir penyelesaian sengketa, karena solusi yang dihasilkan adalah hasil kesepakatan bersama.
- d. Mengurangi Hubungan yang Renggang: Mediasi non-litigasi seringkali dapat memulihkan hubungan antar pihak yang bersengketa, karena prosesnya lebih bersifat kooperatif daripada adversarial.

Dengan demikian, mediator non-litigasi berperan penting dalam menyelesaikan sengketa dengan cara yang damai, efisien, dan mengurangi ketegangan di antara para pihak yang bersengketa.

Seorang psikolog yang berperan sebagai pihak yang membantu penyelesaian sengketa di luar pengadilan (non-litigasi), dengan menggunakan keterampilan psikologis dan komunikasi untuk memfasilitasi dialog dan mencapai kesepakatan antara pihak-pihak yang bersengketa. Dalam hal ini, psikolog tidak hanya berperan sebagai konselor atau terapis, tetapi juga sebagai mediator yang bertugas untuk membantu para pihak dalam menyelesaikan konflik secara damai, tanpa melibatkan proses hukum formal. (Lestari, D.: 2022).

Keuntungan Menggunakan Psikolog sebagai Mediator Non-Litigasi

- 1) Pendekatan yang Berorientasi pada Emosi: Psikolog mampu mengidentifikasi perasaan dan emosi yang menjadi hambatan dalam komunikasi dan penyelesaian sengketa. Dengan pendekatan yang lebih mendalam, psikolog dapat membantu pihak-pihak yang bersengketa untuk memahami akar masalah emosional yang mendasari sengketa mereka.
- 2) Kemampuan Mengelola Ketegangan: Dalam mediasi yang melibatkan perasaan yang sangat sensitif, seperti dalam sengketa keluarga atau hubungan percintaan, psikolog memiliki kemampuan untuk menenangkan para pihak dan mengurangi ketegangan, yang sangat penting untuk menciptakan suasana yang mendukung penyelesaian damai.
- 3) Penyelesaian yang Lebih Bersifat Kolaboratif: Dengan keterampilan psikologis, mediator psikolog dapat mendorong solusi yang lebih kolaboratif dan memenuhi kebutuhan emosional semua pihak, bukan hanya mencari hasil yang formal atau legal. Ini dapat memperbaiki hubungan yang mungkin terputus akibat sengketa.

Psikolog sebagai mediator non-litigasi memainkan peran penting dalam membantu penyelesaian sengketa di luar pengadilan, dengan memanfaatkan keterampilan psikologis mereka untuk membangun komunikasi yang sehat dan menangani dinamika emosional yang muncul dalam konflik. Proses mediasi ini dapat menjadi pilihan yang efektif, terutama dalam sengketa yang melibatkan hubungan personal atau emosional yang kompleks, seperti dalam sengketa keluarga atau hubungan industrial.

Dalam konteks mediasi perceraian, psikolog tidak hanya berfokus pada aspek legal dari perceraian, tetapi juga pada dimensi emosional dan psikologis yang sering kali terabaikan. Mereka membantu pasangan untuk mengeksplorasi perasaan mereka, memahami perspektif satu sama lain, dan menemukan solusi yang saling

menguntungkan. Dengan pendekatan yang berbasis empati dan komunikasi yang efektif, psikolog berperan dalam menciptakan lingkungan yang aman bagi pasangan untuk berdiskusi, sehingga dapat mengurangi ketegangan dan konflik yang ada. Lebih jauh lagi, mediasi yang melibatkan psikolog juga berkontribusi pada kesejahteraan anak-anak yang terlibat dalam proses perceraian. Ketika orang tua dapat berkomunikasi dengan lebih baik dan mencapai kesepakatan yang konstruktif, dampak negatif pada anak dapat diminimalkan. Dalam pendahuluan ini, akan dibahas secara mendalam mengenai peran psikolog dalam mediasi perceraian, metode yang digunakan, serta dampak positif yang dihasilkan dari intervensi mereka dalam konflik yang sering kali menyakitkan ini.

Psikolog memiliki peran yang sangat penting dalam proses mediasi perselisihan perceraian antara suami istri. Perceraian sering kali melibatkan emosi yang kompleks, komunikasi yang terputus, dan konflik yang mandala m, yang bisa mempengaruhi kesehatan mental kedua belah pihak, serta anak-anak yang terlibat (Iskandar, A:2019)

Berikut adalah beberapa peran utama psikolog dalam mediasi perceraian

1. Mediator yang Netral

Psikolog berfungsi sebagai pihak ketiga yang netral dalam proses mediasi. Mereka membantu pasangan untuk berkomunikasi dengan cara yang konstruktif dan efektif, mengurangi tensi emosional, dan mengarahkan percakapan menuju penyelesaian yang saling menguntungkan. Psikolog tidak memihak pada salah satu pihak, tetapi membantu kedua belah pihak memahami perspektif masing-masing.

Karakteristik Mediator yang Netral

1) Tidak Memihak

Mediator yang netral tidak memiliki kepentingan pribadi dalam hasil mediasi dan tidak mendukung pihak mana pun. Mereka berusaha untuk memperlakukan semua pihak dengan adil dan seimbang, tanpa adanya bias terhadap salah satu pihak. Tujuan utama mereka adalah untuk membantu menemukan solusi yang memadai untuk kedua belah pihak.

2) Objektif dan Tidak Terlibat Emosional

Mediator yang netral menjaga jarak emosional dari pihak-pihak yang terlibat dalam konflik. Mereka tidak terpengaruh oleh perasaan atau preferensi pribadi mereka. Sebagai pihak ketiga, mereka tetap fokus pada penyelesaian masalah dan bukan pada sisi emosional atau pribadi dari konflik yang terjadi.

3) Mendengarkan Semua Pihak Secara Setara

Mediator yang netral memberikan kesempatan yang setara kepada semua pihak untuk menyampaikan perasaan, pendapat, dan kebutuhan mereka. Mereka mendengarkan tanpa menghakimi atau menyarankan bahwa salah satu pihak lebih benar dari yang lain. Semua suara dihargai dan diberikan perhatian yang sama.

4) Menyediakan Ruang untuk Komunikasi Terbuka

Mediator yang netral menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi pihak-pihak yang terlibat untuk berbicara secara terbuka. Mereka sering menggunakan teknik untuk mendorong komunikasi yang efektif dan untuk mengurangi ketegangan di antara pihak-pihak yang sedang berselisih.

5) Tidak Memberikan Keputusan

Mediator yang netral tidak membuat keputusan bagi pihak-pihak yang terlibat. Mereka tidak bertindak sebagai hakim atau otoritas yang menentukan siapa yang benar atau salah. Sebaliknya, mereka hanya memfasilitasi proses diskusi dan membantu pihak-pihak tersebut untuk menemukan solusi yang dapat diterima bersama.

6) Menghormati Privasi dan Kerahasiaan

Mediator yang netral juga bertanggung jawab untuk menjaga kerahasiaan proses mediasi. Informasi yang dibagikan selama mediasi tidak akan dibocorkan kepada

pihak luar tanpa izin dari pihak yang terlibat, kecuali jika ada kewajiban hukum untuk mengungkapkan informasi tersebut.

Fungsi dan Tugas Mediator yang Netral

1) Memfasilitasi Diskusi

Mediator netral membantu membuka jalur komunikasi yang terhambat antara pihak-pihak yang terlibat dalam sengketa. Mereka dapat mengarahkan percakapan agar tidak terjebak dalam perselisihan atau kebuntuan.

2) Mendukung Proses Penyelesaian Konflik

Mediator membantu pihak-pihak yang terlibat untuk mengidentifikasi masalah utama dan kebutuhan mereka, serta menemukan solusi yang dapat diterima oleh semua pihak. Mereka juga dapat memberikan opsi atau alternatif untuk membantu pihak-pihak tersebut berpikir lebih fleksibel.

3) Membangun Kepercayaan

Keberhasilan mediasi sangat bergantung pada adanya kepercayaan antara mediator dan pihak-pihak yang terlibat. Mediator yang netral harus mampu membangun kepercayaan ini dengan tetap bersikap transparan, adil, dan menjaga integritas sepanjang proses.

4) Mencapai Penyelesaian Win-Win

Mediator yang netral berusaha membantu pihak-pihak yang berselisih mencapai kesepakatan yang saling menguntungkan atau win-win solution. Mereka mendorong kedua pihak untuk mencari solusi yang memenuhi kebutuhan dan kepentingan masing-masing, sehingga keduanya merasa dihargai dan puas dengan hasilnya.

Mengapa Keseimbangan dan Netralitas Sangat Penting?

1) Mencegah Ketidakadilan

Jika mediator berpihak pada salah satu pihak, itu dapat menyebabkan rasa ketidakadilan, yang memperburuk konflik. Mediator yang netral membantu memastikan bahwa keputusan yang diambil adalah hasil kesepakatan bersama dan bukan keputusan yang dipaksakan oleh salah satu pihak.

2) Meningkatkan Efektivitas Mediasi

Mediator yang netral dapat membantu menciptakan suasana yang lebih terbuka dan kooperatif, di mana kedua belah pihak merasa aman untuk berbicara dan bernegosiasi. Ketika pihak-pihak merasa bahwa mediator tidak berpihak pada salah satu pihak, mereka cenderung lebih percaya pada proses tersebut dan lebih bersedia untuk bekerja sama.

3) Menghindari Konflik Berkepanjangan

Mediasi yang dilakukan oleh mediator netral sering kali menghasilkan kesepakatan yang lebih baik dan lebih stabil, karena kedua pihak merasa bahwa prosesnya adil dan mereka tidak merasa terpaksa oleh pihak luar. Hal ini dapat mencegah konflik berlarut-larut atau bahkan menghindari pertikaian lebih lanjut.

Peran Mediator yang Netral dalam Mediasi Perceraian

Dalam konteks mediasi perceraian, mediator yang netral memiliki peran yang sangat penting untuk membantu pasangan yang bercerai menyelesaikan masalah yang timbul terkait dengan pembagian harta, hak asuh anak, tunjangan, dan hal-hal lain yang menjadi sumber perselisihan. (Lestari, D. :2022).

1) Mengelola Ketegangan Emosional: Perceraian sering kali disertai dengan perasaan marah, kecewa, dan frustrasi. Mediator yang netral dapat membantu meredakan ketegangan ini dan menciptakan ruang untuk komunikasi yang konstruktif.

2) Menghormati Keputusan Pasangan: Mediator yang netral tidak akan memaksakan solusi tertentu, melainkan membantu pasangan untuk bernegosiasi dan menemukan jalan keluar yang terbaik bagi keduanya, dengan tetap menghormati hak dan keputusan mereka.

3) Fokus pada Kepentingan Anak: Jika ada anak-anak yang terlibat, mediator yang netral berperan penting dalam memastikan bahwa keputusan yang diambil tidak hanya menguntungkan orang tua, tetapi juga melindungi kesejahteraan anak-anak.

Mediator yang netral adalah pihak ketiga yang berperan untuk membantu penyelesaian konflik tanpa memihak. Dalam mediasi perceraian, peran mediator yang netral sangat penting untuk menciptakan suasana yang adil, mengelola emosi yang tinggi, dan membantu pihak-pihak yang berselisih mencapai kesepakatan yang menguntungkan bagi semua pihak yang terlibat, termasuk anak-anak. Keberhasilan mediasi sangat bergantung pada kemampuan mediator untuk tetap objektif, menjaga komunikasi tetap terbuka, dan memastikan proses mediasi berjalan secara adil dan efektif.

2. Membantu Mengelola Emosi

Proses perceraian sering kali melibatkan perasaan marah, sakit hati, atau frustrasi yang bisa menghalangi proses komunikasi yang baik. Psikolog dapat membantu individu untuk mengenali dan mengelola emosi mereka, sehingga mereka dapat berinteraksi dengan cara yang lebih tenang dan rasional. Ini penting agar percakapan tidak berubah menjadi konflik yang lebih besar.

Berikut adalah beberapa cara yang dapat membantu dalam mengelola emosi:

1) Mengenali dan Menerima Emosi

Langkah pertama adalah menyadari dan menerima emosi yang muncul. Ini memungkinkan individu untuk memahami perasaan mereka tanpa terbawa arus atau bertindak impulsif. Psikolog atau mediator dapat membantu pihak yang berselisih mengenali perasaan mereka dan menjelaskan perasaan tersebut dengan cara yang lebih terkontrol.

2) Menggunakan Teknik Relaksasi

Teknik seperti pernapasan dalam, meditasi, atau visualisasi dapat membantu menenangkan tubuh dan pikiran. Dalam mediasi, mediator bisa mengajarkan cara-cara ini untuk meredakan ketegangan emosional dan membantu para pihak tetap fokus pada penyelesaian masalah.

3) Mengatur Waktu untuk Istirahat

Ketika emosi terlalu tinggi, memberi waktu untuk jeda atau istirahat dalam mediasi dapat membantu semua pihak meredakan perasaan mereka sebelum melanjutkan diskusi. Ini memberi kesempatan bagi masing-masing pihak untuk merenung dan kembali dengan perspektif yang lebih jernih.

4) Membangun Komunikasi yang Empatik

Mengajarkan cara berbicara dengan empati—dengan mendengarkan secara aktif dan menyampaikan perasaan tanpa menyalahkan—dapat membantu meredakan ketegangan. Teknik ini mendorong pemahaman yang lebih baik antara pihak-pihak yang terlibat, sehingga emosi bisa disalurkan dengan cara yang lebih produktif.

5) Fokus pada Solusi

Mengarahkan perhatian kepada solusi dan hasil positif yang ingin dicapai membantu mengalihkan fokus dari perasaan negatif. Mediator dapat membimbing pihak-pihak untuk lebih menekankan pada kebutuhan dan kepentingan bersama daripada perasaan pribadi yang bisa memperburuk situasi.

Mengelola emosi dalam situasi yang penuh konflik memungkinkan individu untuk membuat keputusan yang lebih rasional dan konstruktif, serta mencegah eskalasi ketegangan yang lebih lanjut.

3. Meningkatkan Komunikasi

Komunikasi yang buruk adalah salah satu penyebab utama perceraian. Psikolog dapat membantu pasangan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi mereka, seperti mendengarkan secara aktif, menyampaikan perasaan dengan cara yang tidak menyalahkan, dan mencari solusi bersama. Dengan keterampilan komunikasi yang lebih baik, pasangan dapat lebih mudah mencapai kesepakatan mengenai isu-isu yang ada, seperti pembagian aset, hak asuh anak, dan sebagainya.

Berikut adalah beberapa cara untuk meningkatkan komunikasi dalam mediasi perceraian:

- 1) Mendorong Komunikasi Terbuka dan Jujur
 - Pentingnya Transparansi: Kedua pihak perlu merasa aman untuk mengungkapkan perasaan, keinginan, dan kekhawatiran mereka tanpa takut dihukum atau disalahkan. Mediator dapat menciptakan suasana yang terbuka dan mendukung, di mana masing-masing pihak merasa didengar dan dipahami.
 - Tanpa Menghakimi: Dalam perceraian, sering kali ada perasaan sakit hati atau kesal yang disebabkan oleh tindakan pasangan sebelumnya. Mediator perlu memastikan bahwa komunikasi tetap bebas dari penilaian atau kritik yang bisa memperburuk ketegangan.
- 2) Menggunakan Teknik Mendengarkan Aktif
 - Mendengarkan dengan Empati: Salah satu teknik mendengarkan aktif adalah dengan memberikan perhatian penuh pada pihak lain saat berbicara, tanpa memotong atau menginterupsi. Ini menunjukkan bahwa pihak yang berbicara dihargai, dan perasaannya dianggap penting.
 - Mengulang atau Menyimpulkan: Setelah mendengarkan, mediator dapat merangkum atau mengulang apa yang telah dikatakan untuk memastikan bahwa pesan yang diterima benar. Ini juga membantu kedua pihak merasa bahwa mereka benar-benar didengarkan dan dipahami.
- 3) Menghindari Perkataan yang Menyalahkan
 - Berbicara dengan Menggunakan Pernyataan "Saya": Alih-alih mengatakan "Kamu selalu..." atau "Kamu tidak pernah...", lebih baik menggunakan pernyataan yang berfokus pada diri sendiri, seperti "Saya merasa..." atau "Saya perlu...". Pendekatan ini mengurangi konfrontasi dan membantu untuk lebih fokus pada perasaan dan kebutuhan masing-masing.
 - Mengurangi Konflik Negatif: Menyalahkan satu sama lain hanya akan memperburuk perasaan dan memperpanjang konflik. Mediator bisa mengingatkan kedua belah pihak untuk menghindari kata-kata yang mengandung penyerangan dan berfokus pada solusi.
- 4) Menjaga Nada dan Bahasa Tubuh yang Positif
 - Perhatikan Nada Suara: Nada suara yang tenang dan tidak agresif akan membantu mengurangi ketegangan dalam percakapan. Nada suara yang tinggi atau tajam dapat memicu pertahanan atau perasaan marah.
 - Bahasa Tubuh yang Mendukung: Sering kali, bahasa tubuh lebih kuat daripada kata-kata. Menjaga kontak mata, duduk dengan postur terbuka, dan menghindari gestur yang defensif (seperti menyilangkan tangan) dapat membuat percakapan lebih produktif.
- 5) Fokus pada Masalah, Bukan pada Pribadi
 - Pemisahan antara Masalah dan Pribadi: Sering kali dalam perceraian, masalah pribadi dapat bercampur dengan masalah yang lebih praktis, seperti pembagian harta atau hak asuh anak. Untuk meningkatkan komunikasi, mediator dapat membantu pihak-pihak terlibat untuk memisahkan masalah pribadi dan masalah yang perlu diselesaikan.
 - Bicara tentang Perasaan dan Kebutuhan: Alih-alih berfokus pada kesalahan pasangan, lebih baik mengungkapkan perasaan dan kebutuhan pribadi. Contohnya, "Saya merasa terabaikan ketika tidak ada pembicaraan tentang masa depan anak-anak" lebih mudah dipahami dan diterima dibandingkan dengan "Kamu tidak peduli dengan anak-anak!"
- 6) Menetapkan Waktu untuk Berbicara
 - Jadwalkan Waktu untuk Diskusi: Sering kali percakapan yang melibatkan emosi tinggi tidak dapat dilakukan pada saat yang tidak tepat. Menetapkan waktu

khusus untuk berdiskusi tentang topik tertentu membantu agar pembicaraan lebih fokus dan terstruktur.

- Patuhi Batasan Waktu: Setiap sesi percakapan dapat dibatasi waktu untuk mencegah pembicaraan yang berlarut-larut dan semakin emosional. Ini membantu pihak-pihak untuk menjaga ketenangan dan tetap pada topik yang sedang dibicarakan.

7) Menggunakan Teknik "Time-Out" untuk Menghindari Eskalasi

- Mengambil Jeda (Time-Out): Ketika percakapan mulai memanas atau emosi menjadi tidak terkendali, mediator dapat menyarankan untuk mengambil waktu sejenak untuk menenangkan diri. Waktu singkat untuk beristirahat dapat membantu mencegah konflik berkembang lebih jauh dan memberikan kesempatan untuk kembali dengan sikap yang lebih tenang.

Meningkatkan komunikasi dalam mediasi perceraian sangat penting untuk menciptakan suasana yang konstruktif dan damai, di mana kedua pihak merasa dihargai dan dipahami. Dengan menggunakan teknik mendengarkan aktif, berbicara secara empatik, menjaga sikap positif, dan berfokus pada masalah, komunikasi yang lebih efektif dapat dicapai. Mediator yang berpengalaman memainkan peran besar dalam memastikan komunikasi berjalan dengan baik, membantu kedua belah pihak untuk berinteraksi secara lebih sehat dan produktif, serta memfasilitasi penyelesaian konflik dengan cara yang lebih harmonis

4. Membantu Penyelesaian Konflik

Dalam mediasi perceraian, terdapat banyak isu yang perlu diselesaikan, mulai dari pembagian harta, hak asuh anak, hingga masalah finansial. Psikolog berperan dalam membantu pasangan menemukan solusi yang adil dan realistis bagi kedua belah pihak. Dengan pendekatan psikologis, solusi tersebut bisa mencakup kebutuhan emosional dan psikologis kedua belah pihak, sehingga dapat mengurangi rasa ketidakadilan.

Berikut adalah beberapa cara dan pendekatan yang dapat digunakan dalam membantu penyelesaian konflik:

1) Mengidentifikasi Masalah Utama

- Mendengarkan Semua Pihak: Langkah pertama dalam penyelesaian konflik adalah mendengarkan secara aktif apa yang menjadi masalah utama bagi masing-masing pihak. Dalam mediasi perceraian, ini bisa melibatkan pembicaraan mengenai pembagian harta, hak asuh anak, atau kewajiban finansial seperti tunjangan. Mediator berperan untuk menanyakan pertanyaan yang tepat dan membiarkan pihak-pihak tersebut mengungkapkan kekhawatiran dan kebutuhan mereka.
- Memisahkan Masalah Emosional dan Praktis: Konflik sering kali melibatkan emosi yang kuat, namun penting untuk memisahkan masalah emosional (seperti perasaan terluka atau dikhianati) dari masalah praktis (seperti perjanjian pembagian harta atau jadwal hak asuh anak). Mediator membantu mengidentifikasi mana yang lebih penting untuk segera diselesaikan dan mana yang bisa dibicarakan setelah ketegangan mereda.

2) Membangun Komunikasi yang Konstruktif

- Mendengarkan dengan Empati: Dalam konflik perceraian, salah satu penyebab utama ketegangan adalah kurangnya pemahaman antara pasangan. Mediator mendorong pihak-pihak untuk mendengarkan satu sama lain dengan penuh empati, dengan fokus pada perasaan dan kebutuhan masing-masing. Dengan ini, pihak yang satu merasa dihargai dan dipahami, yang pada gilirannya membantu menurunkan ketegangan.
- Menggunakan Teknik Komunikasi Non-Violent: Mediator mendorong penggunaan komunikasi non-agresif, seperti berbicara dengan pernyataan "saya" daripada menyalahkan ("kamu selalu..."). Hal ini membantu mengurangi eskalasi konflik dan menjaga percakapan tetap produktif.

3) Mengelola Emosi

- Menangani Emosi yang Meninggi: Konflik yang melibatkan perasaan pribadi yang dalam, seperti rasa marah atau kecewa, dapat menghalangi penyelesaian masalah. Mediator bertanggung jawab untuk menciptakan ruang yang aman di mana para pihak dapat mengungkapkan perasaan mereka dengan cara yang terkendali dan konstruktif. Mereka juga bisa membantu meredakan ketegangan melalui teknik relaksasi atau jeda waktu jika dibutuhkan.
- Menjaga Fokus pada Tujuan Bersama: Dalam mediasi perceraian, terutama jika ada anak yang terlibat, mediator seringkali akan mengingatkan kedua pihak untuk berfokus pada kesejahteraan bersama, seperti hak asuh anak atau pembagian yang adil, daripada terjebak dalam konflik pribadi atau emosional.

5. Memberikan Dukungan Emosional

Mediasi perceraian bisa sangat menegangkan, dan masing-masing pihak mungkin merasa cemas atau tertekan. Psikolog memberikan ruang bagi individu untuk mengekspresikan perasaan mereka secara aman dan mendukung mereka dalam menghadapi perasaan kesedihan, ketakutan, atau stres yang muncul selama proses tersebut. Berikut adalah beberapa cara mediator dapat memberikan dukungan emosional dalam proses mediasi perceraian:

1) Mendengarkan dengan Empati

- Menciptakan Ruang yang Aman untuk Bercerita: Salah satu cara paling efektif untuk memberikan dukungan emosional adalah dengan mendengarkan dengan sepenuh hati dan empati. Mediator harus menciptakan ruang di mana kedua pihak merasa mereka dapat mengungkapkan perasaan dan kekhawatiran mereka tanpa takut dihukum atau dihakimi.
- Mengakui Perasaan yang Dirasakan: Mediator dapat menunjukkan bahwa mereka memahami perasaan pihak yang bersangkutan dengan mengatakan hal-hal seperti, "Saya bisa memahami bagaimana Anda merasa" atau "Itu terdengar sangat sulit." Ini memberikan pengakuan atas perasaan yang sah dan memberi rasa nyaman kepada pihak yang sedang berbicara.

2) Menjaga Keseimbangan Emosi dalam Sesi Mediasi

- Menjaga Ketegangan Agar Tidak Meningkat: Ketika emosi mulai menggelegak, mediator harus mampu menenangkan situasi dengan cara yang bijaksana. Ini dapat melibatkan memberi jeda waktu, meminta pihak-pihak untuk berbicara satu per satu, atau bahkan menawarkan waktu singkat untuk menenangkan diri sebelum melanjutkan diskusi.
- Mengelola Ketegangan dengan Ketenangan: Mediator harus menunjukkan sikap tenang dan netral, yang dapat membantu menenangkan pihak-pihak yang sedang terlibat dalam konflik. Ketika mediator menunjukkan ketenangan, ini dapat membantu pihak lain merasa lebih terkontrol dan nyaman untuk mengungkapkan perasaan mereka.

6. Memfasilitasi Keputusan yang Rasional

Kadang-kadang, pasangan yang sedang bercerai mungkin terjebak dalam emosi atau reaksi impulsif yang bisa merugikan diri mereka sendiri atau anak-anak mereka. Psikolog dapat membantu mereka untuk mengambil jarak dan membuat keputusan berdasarkan pemikiran yang lebih rasional dan jernih, serta mempertimbangkan jangka panjang.

Berikut adalah beberapa cara seorang mediator dapat memfasilitasi keputusan yang rasional dalam mediasi perceraian:

1) Menjaga Keseimbangan antara Emosi dan Logika

- Mendengarkan Perasaan dan Menyaring Emosi: Mediator yang efektif tahu bagaimana mendengarkan perasaan dan kekhawatiran setiap pihak tanpa membiarkan emosi menguasai percakapan. Emosi yang kuat memang wajar, tetapi mediator perlu menuntun para pihak untuk mengenali perasaan mereka

dan kemudian membantu mereka beralih ke solusi yang lebih rasional dengan mempertimbangkan kebutuhan praktis dan jangka panjang.

- Menggunakan Teknik "Reframing": Dalam beberapa situasi, mediator dapat membantu pihak yang terlibat untuk melihat permasalahan dari sudut pandang yang berbeda dengan membingkai ulang situasi atau perasaan mereka. Ini membantu mereka untuk berpikir lebih rasional dan mengurangi reaksi emosional yang berlebihan. Misalnya, "Saya mengerti Anda merasa sangat marah, tetapi bagaimana Anda bisa melihat hal ini dari sudut pandang yang lebih konstruktif?"

2) Memberikan Informasi yang Jelas dan Objektif

- Memberikan Fakta dan Data: Salah satu cara yang efektif untuk memfasilitasi keputusan rasional adalah dengan memberikan informasi yang jelas, obyektif, dan relevan. Mediator dapat menginformasikan para pihak mengenai hak-hak hukum mereka, prosedur yang perlu diikuti, dan konsekuensi dari berbagai pilihan yang ada. Dengan demikian, pihak-pihak dapat membuat keputusan yang lebih terinformasi dan berbasis fakta.
- Menggunakan Contoh Kasus Sebelumnya: Mediator dapat menggunakan contoh dari kasus-kasus sebelumnya untuk menunjukkan bagaimana kesepakatan tertentu dapat bekerja secara efektif dalam situasi serupa. Ini membantu para pihak untuk melihat gambaran yang lebih besar dan membuat keputusan berdasarkan pengalaman orang lain.

3) Membantu Menyusun Prioritas dan Tujuan

- Mengidentifikasi Kepentingan Bersama: Sering kali, dalam mediasi perceraian, pihak-pihak terjebak dalam posisi atau tuntutan tertentu yang sangat dipengaruhi oleh perasaan pribadi. Mediator membantu mereka untuk mengidentifikasi kepentingan bersama yang lebih besar dan lebih rasional, seperti kesejahteraan anak-anak, pembagian aset yang adil, atau kebutuhan finansial yang realistis.
- Membuat Daftar Prioritas: Mediator bisa membantu pihak-pihak yang terlibat untuk menyusun daftar prioritas mereka, baik itu terkait dengan hak asuh anak, pembagian harta, atau aspek lainnya. Dengan cara ini, mereka dapat mengevaluasi masalah berdasarkan tingkat kepentingannya dan memfokuskan perhatian pada hal-hal yang paling mendesak dan penting.

7. Mendukung Penetapan Hak Asuh Anak

Jika ada anak-anak dalam perceraian, psikolog dapat membantu pasangan untuk mempertimbangkan faktor-faktor psikologis dalam menentukan hak asuh yang terbaik bagi anak. Ini termasuk mempertimbangkan kebutuhan emosional dan perkembangan anak-anak, serta memfasilitasi percakapan tentang bagaimana kedua orang tua bisa berperan secara positif dalam kehidupan anak-anak meskipun sudah bercerai.

Berikut adalah beberapa cara mediator dapat mendukung penetapan hak asuh anak dalam mediasi perceraian:

1) Memfokuskan pada Kesejahteraan Anak

- Prioritaskan Kepentingan Anak: Dalam mediasi hak asuh anak, mediator selalu mengingatkan kedua belah pihak bahwa keputusan yang diambil harus mengutamakan kesejahteraan anak. Mediator akan memastikan bahwa kedua orang tua tidak hanya fokus pada keinginan pribadi mereka, tetapi juga pada kebutuhan fisik, emosional, dan psikologis anak.
- Menggunakan Prinsip Terbaik untuk Anak (Best Interest of the Child): Konsep ini adalah prinsip dasar dalam hukum keluarga yang menyatakan bahwa semua keputusan yang diambil berkaitan dengan anak harus mengutamakan kesejahteraan dan perkembangan mereka. Mediator akan menuntun kedua pihak untuk mempertimbangkan apa yang terbaik bagi anak dalam jangka panjang, termasuk stabilitas emosional, pendidikan, dan lingkungan yang aman.

- 2) Mengidentifikasi Kebutuhan dan Keinginan Anak
 - Mempertimbangkan Usia dan Kematangan Anak: Mediator dapat meminta kedua orang tua untuk mempertimbangkan usia, kedewasaan, dan perasaan anak-anak mereka ketika membuat keputusan hak asuh. Untuk anak-anak yang lebih besar atau remaja, mediator bisa memberi ruang bagi mereka untuk mengungkapkan preferensi mereka tentang siapa yang ingin merawat mereka, asalkan keputusan tersebut tidak merugikan kepentingan mereka.
 - Menilai Kebutuhan Emosional Anak: Beberapa anak mungkin lebih membutuhkan kestabilan emosional, sementara yang lain mungkin memerlukan lebih banyak perhatian dari satu orang tua yang lebih dekat secara emosional. Mediator membantu orang tua untuk memahami kebutuhan unik anak-anak mereka, dan bagaimana menjaga keseimbangan emosional yang sehat dalam pengaturan hak asuh.
- 3) Mengelola Konflik antara Orang Tua
 - Mengurangi Ketegangan Antara Orang Tua: Salah satu tantangan terbesar dalam menetapkan hak asuh anak adalah adanya ketegangan emosional antara kedua orang tua yang mungkin saling berseberangan dalam hal hak asuh. Mediator membantu mengurangi ketegangan ini dengan menjaga komunikasi yang terbuka dan konstruktif. Dengan teknik komunikasi yang baik, mediator memfasilitasi diskusi yang memungkinkan orang tua untuk lebih mendengarkan kebutuhan masing-masing, sehingga mengurangi potensi konflik.
 - Membantu Kedua Pihak Menyusun Kesepakatan: Mediator tidak hanya mendengarkan masalah yang dihadapi kedua orang tua, tetapi juga membantu mereka untuk merumuskan kesepakatan yang realistis dan saling menguntungkan terkait hak asuh. Jika ada perbedaan dalam pengaturan hak asuh, mediator membantu mereka menemukan solusi kompromi yang dapat diterima oleh kedua pihak.
- 4) Memberikan Ruang bagi Kedua Orang Tua untuk Berbicara
 - Mendengarkan Kedua Pihak Secara Setara: Dalam mediasi hak asuh anak, penting bagi mediator untuk mendengarkan kedua orang tua tanpa bias. Mediator akan memastikan bahwa kedua belah pihak memiliki kesempatan yang adil untuk mengungkapkan pandangan dan keinginan mereka terkait hak asuh anak. Ini membantu memastikan bahwa keputusan yang diambil adalah hasil dari diskusi yang setara dan tidak didominasi oleh salah satu pihak.
 - Mendorong Kolaborasi dan Kerjasama: Mediator mendorong orang tua untuk bekerja sama dalam mencapai keputusan yang terbaik bagi anak mereka, meskipun mereka berpisah. Ini mengarah pada solusi yang lebih kolaboratif dan menghindari solusi yang lebih bersifat konfrontatif atau mengarah pada perasaan "menang-kalah" antara kedua orang tua.
- 5) Mempertimbangkan Pengaturan Waktu yang Fleksibel
 - Mengembangkan Jadwal Kunjungan yang Adil: Salah satu elemen penting dalam hak asuh adalah pengaturan waktu antara orang tua. Mediator dapat membantu orang tua untuk mengembangkan jadwal kunjungan yang memungkinkan kedua belah pihak tetap terlibat aktif dalam kehidupan anak. Pengaturan ini bisa melibatkan pembagian waktu yang adil, fleksibel, dan mempertimbangkan kebutuhan anak dalam keseharian mereka.
 - Mengatur Hak Asuh Bersama atau Tunggal: Mediator akan membantu kedua orang tua untuk mengevaluasi pilihan antara hak asuh bersama atau hak asuh tunggal. Untuk hak asuh bersama, mediator akan membantu mendiskusikan bagaimana orang tua dapat berkomunikasi dan bekerja sama dalam membuat keputusan terkait pendidikan, kesehatan, dan kegiatan lain yang melibatkan anak.
- 6) Mengidentifikasi Masalah yang Dapat Memengaruhi Keputusan Hak Asuh

- Mempertimbangkan Masalah Kesehatan dan Keamanan: Jika ada kekhawatiran mengenai kesehatan atau keselamatan anak, mediator akan membantu untuk mengidentifikasi dan mengatasi masalah tersebut. Jika salah satu orang tua memiliki riwayat kekerasan dalam rumah tangga, ketergantungan pada narkoba, atau masalah mental, mediator dapat membantu kedua pihak untuk mempertimbangkan dengan hati-hati apakah kondisi tersebut memengaruhi kemampuan orang tua untuk memberikan perawatan yang aman dan stabil bagi anak.
 - Menganalisis Kapasitas Setiap Orang Tua untuk Memenuhi Kebutuhan Anak: Mediator akan membantu menilai kemampuan masing-masing orang tua untuk memenuhi kebutuhan fisik dan emosional anak-anak mereka. Ini termasuk faktor-faktor seperti pekerjaan, stabilitas rumah, kedekatan hubungan antara orang tua dan anak, serta kemampuan orang tua untuk mendukung pendidikan dan perkembangan sosial anak.
- 7) Menegakkan Komunikasi yang Baik Setelah Perceraian
- Membantu Menyusun Rencana Komunikasi yang Efektif: Mediator dapat membantu kedua orang tua untuk menyusun rencana komunikasi yang jelas dan efektif setelah perceraian. Ini melibatkan bagaimana mereka akan mengatur keputusan bersama mengenai pendidikan, kesehatan, dan kesejahteraan anak. Mediator juga dapat membantu menegosiasikan mekanisme untuk mengatasi konflik yang mungkin timbul di masa depan tanpa melibatkan anak.
 - Menyarankan Terapi Keluarga atau Konseling Anak: Jika diperlukan, mediator dapat menyarankan terapi keluarga atau konseling untuk anak-anak yang mungkin mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan pengaturan hak asuh yang baru. Ini memberikan dukungan tambahan untuk membantu anak-anak mengatasi perubahan dan beradaptasi dengan lingkungan keluarga yang baru.
- 8) Menghasilkan Kesepakatan yang Tertulis
- Menyusun Kesepakatan yang Jelas dan Spesifik: Setelah proses mediasi selesai, mediator akan membantu menyusun kesepakatan yang jelas, spesifik, dan tertulis mengenai pengaturan hak asuh anak. Hal ini mencakup semua aspek penting, seperti jadwal kunjungan, pengambilan keputusan bersama, dan tanggung jawab masing-masing orang tua. Kesepakatan tertulis ini memberikan dasar hukum yang jelas dan meminimalkan kebingungan atau konflik di masa depan.
 - Memastikan Kepatuhan terhadap Kesepakatan: Mediator akan memastikan bahwa kedua orang tua memahami dan menyepakati isi dari kesepakatan yang telah dibuat, serta memastikan bahwa pengaturan hak asuh tersebut akan dapat dilaksanakan dengan baik dan sesuai dengan apa yang sudah disetujui.

Mendukung penetapan hak asuh anak dalam mediasi perceraian adalah proses yang memerlukan perhatian yang sangat hati-hati

8. Mencegah Perburukan Konflik

Jika perceraian terjadi dengan penuh permusuhan, psikolog dapat membantu untuk mencegah perburukan konflik di masa depan. Mereka dapat memberikan strategi untuk menjaga hubungan yang lebih baik pasca perceraian, terutama dalam konteks co-parenting (berbagi pengasuhan anak). Berikut adalah beberapa cara seorang mediator dapat memfasilitasi keputusan yang rasional dalam mediasi perceraian:

1. Menjaga Keseimbangan antara Emosi dan Logika

- Mendengarkan Perasaan dan Menyaring Emosi: Mediator yang efektif tahu bagaimana mendengarkan perasaan dan kekhawatiran setiap pihak tanpa membiarkan emosi menguasai percakapan. Emosi yang kuat memang wajar, tetapi mediator perlu menuntun para pihak untuk mengenali perasaan mereka dan kemudian membantu mereka beralih ke solusi yang lebih rasional dengan mempertimbangkan kebutuhan praktis dan jangka panjang.

- Menggunakan Teknik "Reframing": Dalam beberapa situasi, mediator dapat membantu pihak yang terlibat untuk melihat permasalahan dari sudut pandang yang berbeda dengan membingkai ulang situasi atau perasaan mereka. Ini membantu mereka untuk berpikir lebih rasional dan mengurangi reaksi emosional yang berlebihan. Misalnya, "Saya mengerti Anda merasa sangat marah, tetapi bagaimana Anda bisa melihat hal ini dari sudut pandang yang lebih konstruktif?"
2. Memberikan Informasi yang Jelas dan Objektif
 - Memberikan Fakta dan Data: Salah satu cara yang efektif untuk memfasilitasi keputusan rasional adalah dengan memberikan informasi yang jelas, obyektif, dan relevan. Mediator dapat menginformasikan para pihak mengenai hak-hak hukum mereka, prosedur yang perlu diikuti, dan konsekuensi dari berbagai pilihan yang ada. Dengan demikian, pihak-pihak dapat membuat keputusan yang lebih terinformasi dan berbasis fakta.
 - Menggunakan Contoh Kasus Sebelumnya: Mediator dapat menggunakan contoh dari kasus-kasus sebelumnya untuk menunjukkan bagaimana kesepakatan tertentu dapat bekerja secara efektif dalam situasi serupa. Ini membantu para pihak untuk melihat gambaran yang lebih besar dan membuat keputusan berdasarkan pengalaman orang lain.
 3. Membantu Menyusun Prioritas dan Tujuan
 - Mengidentifikasi Kepentingan Bersama: Sering kali, dalam mediasi perceraian, pihak-pihak terjebak dalam posisi atau tuntutan tertentu yang sangat dipengaruhi oleh perasaan pribadi. Mediator membantu mereka untuk mengidentifikasi kepentingan bersama yang lebih besar dan lebih rasional, seperti kesejahteraan anak-anak, pembagian aset yang adil, atau kebutuhan finansial yang realistis.
 - Membuat Daftar Prioritas: Mediator bisa membantu pihak-pihak yang terlibat untuk menyusun daftar prioritas mereka, baik itu terkait dengan hak asuh anak, pembagian harta, atau aspek lainnya. Dengan cara ini, mereka dapat mengevaluasi masalah berdasarkan tingkat kepentingannya dan memfokuskan perhatian pada hal-hal yang paling mendesak dan penting.

Peran psikolog dalam mediasi perceraian adalah untuk memastikan bahwa proses tersebut berjalan dengan cara yang konstruktif dan mendukung kesejahteraan emosional semua pihak yang terlibat, baik suami istri maupun anak-anak. Mereka bertindak sebagai fasilitator, pengelola emosi, dan pemberi saran yang bijak untuk menyelesaikan konflik dan membantu pasangan membuat keputusan yang sehat secara psikologis. Dengan kehadiran psikolog, mediasi perceraian dapat berlangsung dengan lebih lancar dan berdampak positif pada pemulihan hubungan dan kesehatan mental semua pihak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk menggali peran psikolog dalam mediasi perceraian suami istri. Metode kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang pengalaman, persepsi, dan dinamika yang terjadi dalam proses mediasi perceraian, serta bagaimana psikolog berperan dalam situasi tersebut. Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus dan wawancara mendalam, yang bertujuan untuk menggali informasi secara lebih komprehensif dari berbagai sumber yang relevan.

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah deskriptif kualitatif, yang bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis peran psikolog dalam proses mediasi perceraian suami istri. Peneliti akan mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan atau kegagalan mediasi, serta mendalami bagaimana

interaksi antara psikolog dan pasangan yang bercerai memengaruhi hasil akhir proses perceraian.

2. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini terdiri dari beberapa pihak yang terlibat dalam proses mediasi perceraian, antara lain:

- Psikolog yang berperan sebagai mediator: Mereka yang memiliki pengalaman dalam melakukan mediasi perceraian dan memahami dinamika psikologis dalam kasus tersebut.
- Pasangan yang sedang menjalani proses perceraian: Suami dan istri yang terlibat dalam mediasi perceraian, yang dapat memberikan wawasan tentang pengalaman mereka selama proses mediasi.
- Anak-anak (jika ada): Dalam beberapa kasus, psikolog juga terlibat dalam memberikan dukungan psikologis kepada anak-anak yang terpengaruh oleh perceraian orang tua mereka.

3. Teknik Pengumpulan Data

Beberapa teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

- Wawancara Mendalam: Wawancara akan dilakukan dengan psikolog yang terlibat dalam mediasi perceraian dan beberapa pasangan yang telah menjalani proses tersebut. Wawancara ini akan berfokus pada pengalaman mereka dalam mediasi, tantangan yang dihadapi, serta peran yang dimainkan oleh psikolog dalam menyelesaikan konflik.
- Observasi Partisipatif: Peneliti juga dapat melakukan observasi terhadap sesi mediasi, jika memungkinkan, untuk memahami interaksi antara psikolog dan pasangan yang bercerai, serta bagaimana proses mediasi berjalan secara langsung.

PEMBAHASAN

Perceraian adalah proses yang kompleks dan sering kali penuh dengan emosi. Dalam banyak kasus, pasangan mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dan bernegosiasi, yang dapat memperburuk situasi. Dalam Peraturan Mahkamah Agung No. 1 Tahun 2014 tentang Prosedur Mediasi di Pengadilan: Peraturan ini mewajibkan mediasi dalam perkara perceraian di pengadilan, dengan kemungkinan melibatkan tenaga profesional seperti psikolog. Serta diatur juga dalam Undang-Undang No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak: "Mengatur mengenai perlindungan anak dalam hal perceraian orang tua, di mana psikolog berperan dalam memberikan penilaian terkait kesejahteraan emosional dan psikologis anak". Oleh karena itu, peran psikolog dalam mediasi perceraian menjadi sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi penyelesaian konflik. Dalam sesi mediasi, psikolog menggunakan teknik mendengarkan aktif dan pertanyaan terbuka untuk mendorong pasangan berbagi perasaan dan perspektif mereka. Dengan menciptakan ruang yang aman untuk berbicara, pasangan dapat lebih terbuka dan jujur, sehingga mengurangi ketegangan. Perceraian sering kali memunculkan emosi yang kuat, seperti kemarahan, kesedihan, dan kebingungan. Psikolog membantu pasangan mengenali dan mengelola emosi tersebut, sehingga mereka tidak mengganggu proses mediasi. Teknik seperti mindfulness dan relaksasi bisa diajarkan untuk membantu individu tetap tenang dan fokus (Ramadhan, M. :2021)

Psikolog memiliki keahlian dalam menganalisis dinamika hubungan dan pola perilaku yang muncul dalam interaksi pasangan. Dengan memahami dinamika ini, psikolog dapat membantu pasangan mengidentifikasi masalah yang mendasari perselisihan mereka dan mendorong mereka untuk mengatasi isu-isu tersebut dengan cara yang konstruktif. Dalam proses mediasi, psikolog mendorong pasangan untuk berpikir secara kreatif dalam mencari solusi. Mereka membantu pasangan mengeksplorasi berbagai opsi dan mempertimbangkan kepentingan masing-masing. Dengan pendekatan yang berbasis kolaborasi, pasangan dapat mencapai kesepakatan

yang lebih memuaskan. Salah satu aspek penting dari mediasi perceraian adalah mempertimbangkan dampaknya terhadap anak-anak. Psikolog membantu pasangan untuk menyadari pentingnya menjaga kesejahteraan anak selama dan setelah proses perceraian. Mereka membantu pasangan merumuskan rencana parenting yang adil dan mendukung, sehingga anak-anak tidak menjadi korban dari konflik yang ada. Setelah proses mediasi, psikolog dapat membantu pasangan mengevaluasi hasil dan memastikan bahwa kesepakatan yang dicapai dipahami dengan baik oleh kedua belah pihak. Ini penting untuk menghindari *miscommunication* di kemudian hari dan memastikan bahwa pasangan merasa puas dengan hasilnya.

A. Pandangan Hukum Islam

Mediasi perceraian dalam konteks hukum Islam memiliki pendekatan yang unik, di mana prinsip-prinsip keadilan, saling menghormati, dan kemanusiaan sangat ditekankan. Dalam hal ini, peran psikolog dalam mediasi perceraian suami istri dapat dilihat sebagai tambahan yang berharga untuk proses hukum, membantu pasangan menghadapi konflik dan menyelesaikan masalah dengan cara yang lebih manusiawi. Berikut adalah beberapa aspek dari peran psikolog dalam konteks ini (Ramadhan, M. :2021):

1. Memahami Prinsip Hukum Islam
 - a) Asas Musyawarah: Dalam hukum Islam, musyawarah (diskusi dan perundingan) adalah bagian penting dalam menyelesaikan konflik. Psikolog dapat memfasilitasi musyawarah ini dengan menciptakan ruang untuk komunikasi yang terbuka dan konstruktif.
 - b) Keadilan dan Kemanusiaan: Psikolog mendukung prinsip keadilan dan kemanusiaan dengan membantu pasangan memahami hak dan kewajiban masing-masing dalam konteks perceraian.
2. Mendukung Proses Mediasi
 - a) Fasilitasi Dialog: Psikolog berperan sebagai fasilitator yang membantu pasangan berkomunikasi secara efektif, sehingga mereka dapat mencapai kesepakatan yang baik tanpa harus melalui proses litigasi yang panjang dan melelahkan.
 - b) Pengelolaan Emosi: Psikolog membantu pasangan mengelola emosi negatif yang mungkin timbul selama proses perceraian, seperti kemarahan, kekecewaan, dan kesedihan. Ini sangat penting dalam konteks hukum Islam, di mana stabilitas emosional diharapkan dalam menyelesaikan masalah.
3. Menggali Nilai-Nilai Bersama
 - a) Nilai-Nilai Keluarga: Psikolog dapat membantu pasangan untuk menggali kembali nilai-nilai keluarga dan keyakinan yang mungkin telah menyatukan mereka. Ini bisa menjadi dasar untuk merumuskan kesepakatan yang lebih baik dan saling menguntungkan.
 - b) Kepentingan Anak: Dalam hukum Islam, perhatian pada kesejahteraan anak merupakan prioritas. Psikolog berperan dalam membantu pasangan mengembangkan rencana parenting yang sehat dan sesuai dengan prinsip-prinsip Islam.
4. Membantu Penyelesaian Masalah Secara Berbasis Empati
 - a) Pendekatan Empatik: Psikolog menggunakan pendekatan berbasis empati untuk membantu pasangan memahami perspektif satu sama lain. Ini sejalan dengan ajaran Islam yang menekankan pentingnya saling menghargai dan memahami.
 - b) Mendukung Komunikasi Positif: Mengajarkan pasangan cara untuk berkomunikasi secara positif dan membangun, sehingga mereka dapat menghindari konflik yang lebih besar di masa depan.
5. Fasilitasi Kesepakatan yang Adil

- a) Penyusunan Kesepakatan: Psikolog membantu pasangan dalam merumuskan kesepakatan yang adil dan seimbang, mencakup hak dan kewajiban masing-masing pihak, sesuai dengan prinsip-prinsip hukum Islam.
- b) Pencegahan Ketidakadilan: Dengan pemahaman yang mendalam tentang dinamika hubungan, psikolog dapat membantu mencegah ketidakadilan yang mungkin terjadi selama proses perceraian.

Peran psikolog dalam mediasi perselisihan perceraian suami istri dalam hukum Islam sangat penting untuk menciptakan proses yang lebih manusiawi dan konstruktif. Dengan memahami prinsip-prinsip hukum Islam, psikolog dapat membantu pasangan berkomunikasi secara efektif, mengelola emosi, dan menemukan solusi yang saling menguntungkan. Pendekatan ini tidak hanya mendukung penyelesaian konflik, tetapi juga berkontribusi pada kesejahteraan keluarga dan anak-anak yang terlibat, sejalan dengan ajaran Islam.

B. Pandangan Dari Hukum Positif

Dalam konteks hukum positif, mediasi perceraian suami istri menjadi metode yang semakin diterima untuk menyelesaikan konflik dengan cara yang lebih efisien dan damai. Peran psikolog dalam proses mediasi ini sangat penting, terutama dalam membantu pasangan berkomunikasi, mengelola emosi, dan menemukan solusi yang saling menguntungkan. Berikut adalah beberapa aspek dari peran psikolog dalam mediasi perceraian dalam perspektif hukum positif: (...)

1. Mendukung Proses Mediasi Sesuai Hukum

- a) Penerapan Prinsip Hukum: Psikolog memahami bahwa mediasi harus mengikuti prinsip-prinsip hukum yang berlaku, termasuk aspek legal dari perceraian, seperti pembagian harta, hak asuh anak, dan tanggung jawab finansial.
- b) Kepatuhan pada Prosedur Hukum: Psikolog berkolaborasi dengan pengacara dan mediator lainnya untuk memastikan bahwa semua langkah dalam proses mediasi mematuhi hukum yang berlaku, sehingga hasilnya sah dan dapat diakui secara hukum.

2. Fasilitasi Komunikasi yang Konstruktif

- a) Pengembangan Keterampilan Komunikasi: Psikolog membantu pasangan mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih baik, sehingga mereka dapat menyampaikan perasaan dan kebutuhan dengan jelas tanpa menimbulkan konflik lebih lanjut.
- b) Pencegahan Konflik Berkelanjutan: Dengan memfasilitasi komunikasi yang positif, psikolog berperan dalam mengurangi kemungkinan konflik yang berkepanjangan, yang dapat berdampak pada proses hukum yang lebih rumit.

3. Pengelolaan Emosi dan Stres

- a) Dukungan Emosional: Psikolog memberikan dukungan emosional selama proses mediasi, membantu pasangan untuk mengelola perasaan sedih, marah, atau frustrasi yang sering muncul dalam situasi perceraian.
- b) Mencegah Dampak Negatif: Dengan membantu pasangan mengatasi emosi mereka, psikolog dapat mencegah dampak negatif yang lebih luas, seperti gangguan mental atau perilaku yang merugikan, yang dapat mempengaruhi keputusan hukum.

4. Fokus pada Kesejahteraan Anak

- a) Perlindungan Hak Anak: Dalam perspektif hukum positif, kesejahteraan anak menjadi prioritas utama. Psikolog membantu pasangan menyusun rencana pengasuhan yang mempertimbangkan kepentingan terbaik anak.
- b) Meningkatkan Hubungan Keluarga: Dengan fokus pada kesejahteraan anak, psikolog dapat membantu pasangan menjaga hubungan yang sehat meskipun perceraian terjadi, sehingga anak-anak tidak menjadi korban konflik.

5. Membantu Pembuatan Kesepakatan yang Adil

- a) **Negosiasi yang Seimbang:** Psikolog membantu pasangan dalam negosiasi untuk mencapai kesepakatan yang adil dan seimbang, termasuk aspek-aspek hukum seperti pembagian harta dan tanggung jawab finansial.
- b) **Dokumentasi Kesepakatan:** Psikolog berperan dalam memastikan bahwa kesepakatan yang dicapai didokumentasikan dengan jelas, sehingga dapat dijadikan rujukan hukum di masa depan.

6. Pencegahan Litigasi

- a) **Mendorong Penyelesaian Damai:** Dengan menawarkan pendekatan mediasi, psikolog membantu pasangan menemukan solusi tanpa harus melalui proses litigasi yang sering kali panjang, mahal, dan emosional.
- b) **Mengurangi Beban Sistem Hukum:** Dengan meningkatkan tingkat penyelesaian yang berhasil melalui mediasi, peran psikolog membantu mengurangi beban pada sistem hukum dan pengadilan.

Peran psikolog dalam mediasi perselisihan perceraian suami istri dalam perspektif hukum positif sangat penting untuk memastikan bahwa proses berjalan dengan cara yang konstruktif, efisien, dan sah secara hukum. Dengan memfasilitasi komunikasi, mengelola emosi, dan membantu pasangan menemukan solusi yang saling menguntungkan, psikolog berkontribusi pada penyelesaian konflik yang lebih baik dan kesejahteraan keluarga. Melalui pendekatan ini, mediasi dapat menjadi alternatif yang efektif untuk litigasi, mendukung hasil yang lebih positif bagi semua pihak yang terlibat (Fajrin, M. : 2022).

SIMPULAN

Dalam proses mediasi, psikolog tidak hanya mendampingi pasangan yang bercerai, tetapi juga memberikan perhatian khusus kepada anak-anak yang terlibat, membantu mereka memahami perubahan dalam keluarga, dan mengurangi dampak emosional dari perceraian orang tua. Selain itu, psikolog juga memainkan peran penting dalam menyusun solusi yang adil, terutama terkait hak asuh anak dan pembagian harta, dengan mempertimbangkan kebutuhan psikologis dan emosional setiap individu yang terlibat. Keberhasilan mediasi perceraian sangat bergantung pada kemampuan psikolog untuk menciptakan suasana yang mendukung komunikasi terbuka dan konstruktif. Oleh karena itu, kehadiran psikolog dalam mediasi perceraian dapat mempercepat penyelesaian masalah, mengurangi konflik, dan meminimalkan dampak negatif terhadap kesehatan mental para pihak, terutama anak-anak. Secara keseluruhan, peran psikolog dalam mediasi perceraian sangat penting untuk memastikan bahwa proses tersebut tidak hanya mengarah pada kesepakatan yang adil secara hukum, tetapi juga mendukung pemulihan emosional dan kesejahteraan mental bagi semua pihak yang terlibat.

DAFTAR BACAAN

- Elham Pranata Aji Suwari, (2023), Efektivitas Manajemen Konflik Keluarga Sebagai Alat yang Digunakan Mediator Dalam Upaya Mengurangi Tingkat Perceraian Di Pengadilan Agama Ponorogo, 61-65
- Fajrin, M. (2022). *Mediasi Perceraian dan Pendekatan Psikologi Keluarga dalam Penyelesaian Konflik*. Penerbit Universitas Gadjah Mada.
- Hargreaves, D. J. (2019). *Emotional Intelligence in Mediation*. London: Routledge.
<https://www.djkn.kemenkeu.go.id/kpknl-manado/baca-artikel/13448/Penyelesaian-Sengketa-Non-Litigasi-Melalui-Proses-Mediasi.html>
- Iskandar, A. (2019). "Psikologi Mediasi: Pendekatan Terhadap Penyelesaian Konflik Keluarga." *Jurnal Psikologi dan Hukum*, 10(2), 145-160.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005 : 849)
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. (2021). *Panduan Mediasi dalam Kasus Perceraian*. Diakses dari kpppa.go.id.

- Lestari, D. (2022). "Pentingnya Psikolog dalam Mediasi Perceraian: Studi Kasus di Pengadilan Agama." *Jurnal Hukum Keluarga*, 8(4), 345-360.
- M Aris Rofiqi, (2022) Peran Konseling dan Mediasi dalam Antisipasi Peningkatan Kasus Perceraian
- Mulyana, S. (2014). *Psikologi Keluarga: Pengaruh Perceraian terhadap Kesejahteraan Emosional Anak*. Penerbit Andi.
- Nur Hopipah, (2023) Efektivitas Mediasi Non Litigasi Dengan Menggunakan Metode Couple Therapy Sebagai Cara Penyelesaian Sengketa Perceraian, *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan* Vol.4 No.3
- Peraturan Mahkamah Agung Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2016 tentang Mediasi.
- Peraturan Mahkamah Agung Republik Indonesia tentang Mediasi.
- Ramadhan, M. (2021). "Peran Psikolog dalam Proses Mediasi Perceraian." *Jurnal Hukum dan Keadilan*, 12(1), 78-90.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2017). *Organizational Behavior*. New Jersey: Pearson.
- Sari, R. (2020). *Mediasi dalam Hukum Keluarga: Teori dan Praktik*. Jakarta: Penerbit Universitas.
- Undang-Undang No. 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan.