



COPING STRESS PADA REMAJA PUTRI YANG MENIKAH DI USIA MUDA

Novella Rosaline Murdiyana dan Haryo Goeritno✉

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima 15 September 2012
Disetujui 29 Oktober 2012
Dipublikasikan 1 November
2012

Keywords:

*coping stress, remaja putri
yang menikah di usia muda*

Abstrak

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang bertujuan untuk mengetahui gambaran tentang coping stress pada remaja putri yang menikah di usia muda yang di dalamnya meliputi perilaku coping stress yang ditampilkan oleh remaja putri yang menikah di usia muda dan jenis coping stress yang digunakan. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode wawancara dan observasi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah tiga orang dengan ciri-ciri remaja putri yang sudah menikah, berusia 15 sampai dengan 20 tahun, tinggal di Desa Malausma, Kecamatan Malausma, Kota Majalengka. Sebagai informan penelitian yang dapat menjadi data pembanding data utama, peneliti menggunakan satu orang informan yang memiliki hubungan dekat dengan ketiga subjek. Hasil penelitian menunjukkan beberapa hal, antara lain: (1) Perilaku coping yang ditunjukkan ketika sedang mengalami permasalahan adalah berusaha mencari jalan keluar dengan lebih memilih untuk diam ketika permasalahan sedang terjadi. Remaja putri yang menikah di usia muda lebih memilih untuk menyelesaikan permasalahan sendiri dari pada meminta saran kepada orang lain. Perilaku coping stress yang ditampilkan remaja putri yang menikah di usia muda dalam kehidupan pernikahan adalah berdoa untuk menenangkan diri agar masalah yang dihadapi dapat cepat selesai. Subjek sering sholat dan berdoa. Subjek mencoba bicara baik-baik dengan suaminya agar suami bisa mengerti. Selain itu, juga selalu menyibukkan diri dengan kegiatan-kegiatan, seperti pengajian, kumpul-kumpul di balai desa pada saat sedang mengalami masalah. (2) Jenis coping stress yang ditunjukkan remaja putri yang menikah di usia muda, sebagai berikut: jenis emotional focus coping antara lain pelepasan perilaku dan mental, pelarian dari masalah, memfokuskan diri. Sedangkan jenis problem focused coping ditunjukkan dengan keaktifan diri, dan mencari dukungan instrumental.

PENDAHULUAN

Di dalam proses kehidupan, setiap individu pastilah mengalami masa perkembangan sejak individu tersebut dilahirkan sampai akhir hayatnya. Salah satu masa perkembangan yang penting untuk pembentukan kepribadian individu adalah masa remaja. Masa remaja sebagai periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional yang dialami remaja dapat berkisar mulai dari perkembangan seksual hingga proses berpikir abstrak (Santrock, 2007 : 20).

Clarke-Steward & Friedman (dalam Agustiani, 2006: 28) mengungkapkan bahwa pada periods ini, remaja mulai melepaskan diri secara emosional dari orang tua dalam rangka menjalankan peran sosialnya yang baru sebagai orang dewasa. Remaja dituntut untuk mampu menampilkan tingkah laku yang dianggap pantas atau sesuai bagi orang-orang seusianya. Adanya perubahan baik di dalam maupun di luar dirinya membuat kebutuhan remaja semakin meningkat terutama kebutuhan sosial dan kebutuhan psikologisnya. Remaja perlu memperluas lingkungan sosial di luar lingkungan keluarga untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Semua perubahan yang terjadi dalam kurun waktu yang singkat membawa akibat bahwa fokus utama dari perhatian remaja adalah dirinya sendiri. Dalam beberapa dekade terakhir ini, maraknya kasus pernikahan remaja yang menikah di usia muda menjadi salah satu pusat perhatian yang tidak bisa diabaikan begitu saja oleh kalangan masyarakat. Banyak kaum muda yang masih berusia belasan tahun memutuskan untuk menikah dan menjalani kehidupan rumah tangga. Fenomena menikah di usia muda merupakan fenomena sosial yang sering terjadi di Indonesia. Fenomena menikah di usia muda apabila diibaratkan seperti fenomena gunung es, yang terdeteksi hanya muncul sedikit saja di permukaan tetapi lebih banyak lagi jumlah pernikahan muda yang tidak tercatat dan akan membawa dampak yang sangat luas di kalangan masyarakat. Berdasarkan Survey Data Kependudukan Indonesia tahun 2007, terkait dengan pernikahan di usia muda, di beberapa daerah tercatat sepertiga dari jumlah pernikahan terdata dilakukan pasangan usia di bawah 16 tahun. Di Jawa Timur, angka pernikahan dini mencapai 39,43%; Kalimantan Selatan 35,48%; Jambi 30,63%; dan Jawa Barat 36% (Kertamuda, 2009 : 30).

Walgito (2004 : 28) mengemukakan dalam Undang-Undang Perkawinan dengan tegas diny-

atakan bahwa dalam perkawinan pria harus sudah berumur 19 tahun, sedangkan Wanita sudah berumur 16 tahun. Umur tersebut bila dilihat dari segi fisiologis, seseorang umumnya sudah masak, ini berarti bahwa pada umur tersebut pasangan tersebut telah dapat membuahkan keturunan, karena dari segi fisiologis-biologis alat-alat untuk memproduksi keturunan telah dapat menjalankan fungsinya. Akan tetapi apabila dilihat dari segi psikologis, hal tersebut kurang sesuai karena pada usia tersebut umumnya masih digolongkan pada umur remaja. Bagaimanapun keadaan psikologis pada masa remaja akan lain dengan masa dewasa. Hurlock (dalam Walgito, 2004 : 28) juga menambahkan bahwa apabila dilihat dari segi psikologi, sebenarnya remaja putri yang bemsia 16 tahun belumlah dapat dikatakan bahwa remaja tersebut telah dewasa secara psikologis. Demikian pula pada anak pria umur 19 tahun, belum dapat dikatakan bahwa mereka sudah dewasa secara psikologi. Dengan bertambahnya umur dari seseorang, diharapkan keadaan psikologinya juga bertambah dewasa. Pernikahan pada usia muda akan mengundang banyak masalah yang tidak diharapkan, karena kondisi psikologisnya belum matang. Tidak jarang pasangan yang mengalami keruntuhan dalam rumah tangganya karena pernikahan yang masih terlalu muda (Walgito, 2004 : 29).

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 20 Desember 2010 di Desa Malausma, Kecamatan Malausma, Provinsi Jawa Barat masih banyak ditemukan kasus remaja putri yang menikah muda. Remaja putri disana hanya bersekolah sampai tingkat Sekolah Menengah Pertama saja, setelah lulus sekolah mereka langsung memutuskan untuk menikah, bahkan apabila remaja putri yang dirasa tidak bisa mencari pasangan sendiri maka kedua orang tua mereka pun memutuskan untuk ikut andil mencarikan pasangan dengan cara menjodohkan putri mereka dengan anak dari kerabat atau teman terdekat mereka. Hal tersebut banyak terjadi karena di kalangan masyarakat disana, masih terdapat stigma negatif bahwa remaja putri yang berusia hampir 20 tahun dan belum menikah maka dianggap sebagai "perawan tua".

Berdasarkan hasil dari wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada beberapa subjek pada tanggal 24 Desember 2010 dapat diketahui bahwa remaja putri yang menikah di usia muda mengalami stres di dalam kehidupan rumah tangga. Beberapa penyebab munculnya stres pada diri remaja putri adalah subjek merasa tidak bisa menyelesaikan permasalahan yang terjadi dengan pasangan, tidak bisa mengendalikan

emosi dan merasa tidak cocok dengan pasangan. Subjek merasa telah salah memilih pasangan sehingga mengakibatkan kecenderungan terjadinya perselingkuhan atau bahkan sampai pada perceraian. Dari keadaan seperti itu, gejala-gejala stres yang sering dialami oleh subjek adalah subjek sering marah-marah, sedikit-sedikit ngambek, dan pekerjaan rumah tidak dapat di selesaikan dengan baik. Dari beberapa stressor di atas, perilaku coping stress yang ditampilkan subyek bermacam-macam antara lain, ada subjek yang pergi ke rumah orang tuanya dalam beberapa hari, ada yang pergi ke rumah temannya untuk mencari hiburan, ada yang hanya diam saja dan berusaha mengalah, dan ada juga yang meminta nasehat dari orang tua atau orang terdekat. Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa remaja putri yang tinggal di Desa Malausma lebih banyak yang menggunakan jenis emotion focused coping dari pada problem focused coping. Pada remaja putri yang menikah muda seringkali mendapatkan masalah dalam kehidupan rumah tangga. Masalah tersebut apabila tidak segera ditangani akan mengakibatkan munculnya stres. Bootzin (dalam Setianingsih, 2003: 103) mengungkapkan bahwa di dalam kehidupan sehari-hari stres dikenal sebagai suatu stimulus atau respon yang menuntut individu untuk melakukan penyesuaian. Sama halnya dengan Johnson (dalam Smet, 1994: 113) yang mengungkapkan bahwa model stres yang sekarang seperti model interaktif, tidak hanya memfokuskan pada faktor biomedis saja tetapi juga faktor psikososial.

Coping terhadap stres pada masa remaja belum mendapat perhatian karena tidak adanya model perkembangan tentang coping selama masa remaja. Seiffe-Krenke (dalam Smet, 1994: 146) mengatakan bahwa riset tentang coping pada remaja telah dilakukan tetapi sebagian besar dengan sampel klinis, mengabaikan keterampilan coping yang ada pada orang muda yang normal. Bagaimanapun, menurutnya remaja semakin dipandang sebagai individu yang menguasai transisi menuju masa dewasa dengan secara tetap mengatasi tugas-tugas perkembangan secara relevan.

Berdasarkan beberapa uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti perilaku coping stress pada remaja putri yang menikah di usia muda karena pada remaja putri yang menikah di usia muda sangat rentan terhadap konflik yang terjadi dalam kehidupan rumah tangga. Selain itu, melalui penelitian ini peneliti juga ingin mengetahui jenis coping stress yang dilakukan oleh remaja putri dalam menghadapi keadaan yang penuh tuntutan dan tekanan.

METODE

Berdasarkan pendekatan dan jenis data yang digunakan, penelitian ini termasuk penelitian kualitatif. Menurut Moleong (2007: 6) penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian, seperti perilaku, persepsi, motivasi, tindakan secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah.

Subjek dalam penelitian ini berjumlah tiga orang yang memiliki karakteristik remaja putri yang sudah menikah, bemsia 15 - 20 tahun dan tinggal di Desa Malausma, Kecamatan Malausma, Kota Majalengka. Metode yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data dan informasi adalah dengan menggunakan metode wawancara dan metode observasi. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode analisis kualitatif yaitu analisis yang bertujuan untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai subjek penelitian berdasarkan data dari variabel yang diperoleh dari kelompok subjek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis (Azwar, 2004: 126).

Bogdan & Biklen (dalam Moleong, 2007: 248) mengemukakan bahwa analisis data adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan oleh orang lain. Patton (dalam Moleong, 2007: 249) analisis data adalah proses mengatur urutan data, mengorganisasiakannya ke dalam suatu pola, kategori dan satuan arti dasar.

Proses analisis data dimulai dengan menelaah seluruh data yang tersedia dari hasil wawancara dan data tambahan dari hasil observasi. Setelah dibaca, dipelajari dan ditelaah maka langkah berikutnya adalah mengadakan reduksi yang dilakukan dengan jalan membuat abstraksi. Abstraksi adalah usaha membuat rangkuman yang inti, proses dan pernyataan-pernyataan yang perlu di jaga sehingga tetap berada di dalamnya. Langkah selanjutnya adalah menyusun dalam satuan-satuan. Satuan-satuan itu kemudian dikategorikan pada langkah berikutnya. Kategori-kategori itu dilakukan sambil membuat koding. Tahap akhir dari analisis data ini adalah mengadakan pemeriksaan keabsahan data (Moleong, 2007: 247).

Seiddel (dalam Moleong, 2007: 248) berpendapat bahwa proses analisis data meliputi mencatat dan menghasilkan catatan lapangan dengan memberi kode agar sumber data tetap dapat ditelusuri, mengumpulkan, memilah-milah, mengklasifikasi, mensintesis, membuat ikhtisar, dan membuat indeksnya, dan berpikir dengan jalan membuat pola dan hubungan-hubungan dan membuat temuan-temuan umum.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Latar belakang subjek menikah di usia muda adalah adanya perasaan terpaksa dan mengikuti tradisi yang berlaku di lingkungan, bahwa menikah di usia muda adalah hal wajar terjadi, serta adanya kesiapan mental untuk menikah dan menjalani kehidupan rumah tangga. Subjek juga memilih menikah daripada melanjutkan sekolah ke jenjang yang lebih tinggi karena menurut orang tua subjek, kalau di kampung dimana subjek tinggal seorang perempuan harus menikah muda. Tidak perlu melanjutkan sekolah ke jenjang yang lebih tinggi karena hal tersebut tidak akan berguna. Meskipun menikah di usia muda, namun saat ini kehidupan rumah tangga subjek tergolong baik karena adanya kesadaran bahwa permasalahan adalah bagian dari kehidupan rumah tangga. Perbedaan keyakinan antara subjek dan suami dan usia yang masih tergolong muda, sehingga sifat sama-sama keras seringkali menjadi penyebab pertengkaran dalam kehidupan rumah tangga subjek. Namun, seiring berlalunya waktu, pengalaman yang dimiliki remaja putri yang menikah di usia muda semakin bertambah, sehingga permasalahan tersebut dapat teratasi dengan baik.

Perilaku coping stress yang ditampilkan subjek dalam kehidupan pernikahan adalah subjek sering menangis dan berdoa untuk menenangkan diri agar masalah yang dihadapi dapat cepat selesai. Subjek sering sholat dan berdoa. Subjek mencoba bicara baik-baik dengan suaminya agar suami bisa mengerti. Selain itu, subjek juga selalu menyibukkan diri dengan kegiatan-kegiatan seperti pengajian, kumpul-kumpul, di balai desa pada saat sedang mengalami masalah. Subjek tidak pernah menceritakan permasalahan yang sedang subjek alami dengan siapapun. Subjek selalu memendam masalah yang sedang subjek alami tanpa meminta bantuan orang lain. Subjek hanya bisa berdoa saja sama Tuhan agar masalah yang sedang dihadapi dapat cepat selesai. Ketika terjadi

di permasalahan dalam kehidupan rumah tangga, subjek merasa khawatir akan kelangsungan rumah tangganya. Remaja putri yang menikah di usia muda berusaha menyelesaikan masalah agar masalah yang terjadi bisa cepat selesai dan bisa kembali seperti semula. Dalam penyelesaian masalah yang terjadi, perbedaan pendapat kerap kali terjadi sehingga berakhir dengan pertengkaran. Namun demikian, setiap permasalahan yang terjadi dalam kehidupan remaja putri yang menikah di usia muda dapat teratasi.

Pembahasan

Bentuk emotional focused coping mencari dukungan sosial nampak dalam kesediaan untuk meminta bantuan kepada orang lain dalam penyelesaian permasalahan yang terjadi. Remaja putri yang menikah di usia muda biasanya meminta nasehat kepada orang tua ataupun teman.

Dalam setiap permasalahan, remaja putri yang menikah di usia muda selalu memfokuskan diri dengan cara mencoba menenangkan diri kemudian berusaha untuk memikirkan langkah yang akan dilakukan untuk mengatasinya. Remaja putri yang menikah di usia muda berusaha untuk memikirkan setiap permasalahan sehingga dapat diketahui solusi yang tepat atas permasalahan tersebut.

Bentuk emotional focused coping berpaling ke agama, remaja putri yang menikah di usia muda berusaha untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa. Remaja putri ingin agar pernikahannya diselamatkan oleh Tuhan Yang Maha Esa dari permasalahan yang semakin bertambah berat. Remaja putri yang menikah muda menganggap bahwa pendekatan kepada Tuhan Yang Maha Esa adalah langkah terbaik dalam mengatasi permasalahan dalam kehidupan perkawinan.

Bentuk emotional focused coping pelarian dari masalah yang ditunjukkan remaja putri yang menikah di usia muda adalah selalu menyibukkan diri ketika ada masalah dalam kehidupan rumah tangga. Remaja putri yang menikah di usia muda sering mencari orderan jahitan seperti payet, variasi-variasi baju atau kerudung, serta melakukan kegiatan sehari-hari di rumah dan lingkungan tempat tinggal agar subjek tidak terus-menerus memikirkan masalah yang sedang dialami.

Ketika permasalahan terjadi dalam diri remaja putri yang menikah di usia muda, kadang subjek bersikap tidak mau tahu dengan masalah yang ada. Hal tersebut dilakukan karena permasalahan yang terjadi terasa berat dan membebani

subjek. Remaja putri yang menikah di usia muda kerap kali bersikap pasrah terhadap permasalahan yang terjadi.

Bentuk emosional focused coping pelepasan perilaku dan mental, remaja putri yang menikah di usia muda selalu mengalah terhadap suami pada saat ada masalah. Oleh sebab itu remaja putri yang menikah di usia muda sering merasa tertekan karena harus mengalah terus kepada suami.

Bentuk problem focused coping keaktifan diri yang ditunjukkan remaja putri yang menikah di usia muda adalah remaja putri yang menikah di usia muda selalu berusaha keras agar masalah yang sedang dialami dapat terselesaikan dengan baik.

Pada saat menghadapi masalah, remaja putri yang menikah di usia muda pernah sesekali membatasi diri dengan kegiatan-kegiatan. Kegiatan-kegiatan yang kadang-kadang dibatasi adalah kegiatan pengajian. Hal tersebut mencerminkan bentuk problem focused coping yang ditunjukkan remaja putri yang menikah di usia muda dalam menghadapi permasalahan yang terjadi. Pada dasarnya remaja putri yang menikah di usia muda membatasi kegiatan sosial dengan teman-teman ketika terjadi permasalahan

Remaja putri yang menikah di usia muda menggunakan kesempatan yang baik untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Remaja putri yang menikah di usia muda menunggu waktu yang tepat dalam mengatasi permasalahan yang terjadi. Hal tersebut mencerminkan kemampuan diri remaja putri yang menikah di usia muda dalam penguasaan diri dengan tidak mudah terpancing dalam situasi yang menekan.

Bentuk problem focused coping mencari dukungan instrumental ditunjukkan remaja putri yang menikah di usia muda kepada teman-temannya. Bentuk permasalahan yang diceritakan kepada teman juga terbatas pada permasalahan yang bersifat ringan. Remaja putri yang menikah di usia muda enggan meminta bantuan saran kepada orangtua karena adanya perasaan malu. Remaja putri yang menikah di usia muda hanya menggunakan masukan dari teman-temannya yang masuk akal saja, apabila ada teman yang memberikan masukan yang menurutnya tidak masuk akal, maka tidak akan menggunakan saran tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, dapat diketahui bahwa remaja putri yang menikah di usia muda lebih banyak yang menggunakan jenis coping stress yang digunakan subjek adalah emotion focused coping.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan, analisis dan pembahasan kasus dalam penelitian ini, dapat disimpulkan sebagai berikut:

Remaja putri yang menikah di usia muda juga mampu menunjukkan perilaku coping untuk mengatasi permasalahan yang terjadi. Perilaku coping yang ditunjukkan ketika sedang mengalami permasalahan adalah berusaha mencari jalan keluar dengan lebih memilih untuk diam ketika permasalahan sedang terjadi. Remaja putri yang menikah di usia muda lebih memilih untuk menyelesaikan permasalahan sendiri dari pada meminta saran kepada orang lain. Perilaku coping stress yang ditampilkan remaja putri yang menikah di usia muda dalam kehidupan pernikahan adalah berdoa untuk menenangkan diri agar masalah yang dihadapi dapat cepat selesai. Subjek sering sholat dan berdoa. Subjek mencoba bicara baik-baik dengan suaminya agar suami bisa mengerti. Selain itu, juga selalu menyibukkan diri dengan kegiatan-kegiatan, seperti pengajian, kumpul-kumpul di balai desa pada saat sedang mengalami masalah.

Remaja putri yang menikah di usia muda seringkali terlibat dalam permasalahan dalam kehidupan rumah tangganya. Adapun jenis coping stress yang ditunjukkan remaja putri yang menikah di usia muda, adalah emotion focused coping.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. 2006. Psikologi Perkembangan. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Azwar, S. 2004. Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Moleong, L. 2007. Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Setianingsih, I. 2003. "Hubungan Perilaku Coping Sires Dengan Tingkat Religiusitas Pada Penghuni Panti Rehabilitasi". Jurnal Psiko Wacana. V. 2, h. 102. Salatiga: Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana
- Santrock, J. W. 2008. Psikologi Remaja. Terjemahan oleh Achmad Chusairi dan Juda Damanik. Jakarta: Erlangga
- Smet, B. 1994. Psikologi Kesehatan. Jakarta: PT. Grafindo
- Walgitto, B. 2004. Bimbingan dan Konseling Perkawinan. Yogyakarta: Andi