

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan proses tahap seseorang bertransformasi dari tahap anak-anak menuju tahap dewasa. Pada tahap ini dianggap sebagai tahap yang penting karena tahap ini berdampak langsung dan dampak yang terjadi itu memiliki pengaruh jangka panjang pada masa remaja. Masa remaja ini pula seseorang memiliki tuntutan sosial dan pendidikan, karena di tahap ini akan terjadi perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional yang dialami remaja mulai dari perkembangan fungsi seksual hingga proses berfikir abstrak dan kemandirian. Tetapi remaja akan lebih mudah terpengaruh dan meniruh berbagai gaya hidup baru yang cenderung merugikan, karena masa remaja mengalami perkembangan dari segala aspek yang dimana mengalami proses pematangan fisik lebih cepat daripada pematangan psikososialnya.

Di zaman sekarang tidak sedikit dari remaja yang terlibat dengan aktivitas seksual sebelum menikah yang berujung pada hamil di luar nikah. Kehamilan di luar nikah memuat persoalan yang sangat rumit dan kompleks bagi remaja. Akibat dari keadaan ini muncullah dampak dari kehamilan diluar nikah, kawin muda, anak-anak yang lahir diluar nikah, aborsi, penyakit menular seksual, depresi pada wanita yang terlanjur berhubungan seks dan lain sebagainya.¹

Remaja yang melakukan hubungan seksual di luar nikah akan menimbulkan perasaan yang negatif karena faktor belum siap pada dirinya. Najma mengungkapkan dengan terjadinya kehamilan diluar nikah akan menimbulkan dampak psikologis bagi remaja yang mengalaminya.

¹ Sarwono, W.S.1995. *Teori-teori Psikologi Sosial*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Dampak tersebut berupa stress atau depresi yang hal tersebut bisa jadi faktor berhentinya seorang remaja untuk meneruskan pendidikannya. dan juga akan muncul perasaan yang terasingkan oleh lingkungan sosial sehingga remaja tersebut akan kehilangan masa bermain yang mana seharusnya dimiliki saat remaja. Selain masalah psikologis yang terpengaruhi, remaja yang hamil diluar nikah akan kesulitan dalam ekonomi dan juga pendidikan.²

Kehamilan yang dialami seorang remaja tersebut biasanya merupakan pengalaman pertama bagi dirinya sehingga banyak hal belum dipahaminya. Perasaan cemas akan muncul sebagaimana remaja tersebut takut untuk menghadapi segala situasi selanjutnya yang bakal terjadi, selama kehamilan, persalinan bahkan setelah persalinan perasaan cemas itu tetap ada.

Remaja yang hamil diluar nikah tentunya akan menutup diri dari lingkungan sosial sehingga mereka akan berkejaran dengan waktu. Hal ini dikarenakan ramaja yang hamil diluar nikah tentunya lambat atau tidak kandungannya akan membesar sehingga remaja tersebut mengalami kehamilan pranikah semakin tertekan karena kecemasan tersisih dari keluarga dan juga lingkungan sosial.

Kehamilan diluar nikah akan menjadi aib bagi keluarga terlebih tentunya bagi pihak perempuan. Ada beberapa hal yang akan dilakukan untuk menutupi masalah tersebut yaitu yang pertama, dengan melakukan pernikahan agar anak yang dilahirkan kelak memiliki status hukum yang sah. Yang kedua, dengan cara menghilangkan janin didalam kandungan misalnya dengan ada yang melakuka aborsi, yang ketiga, kadang ada yang terpaksa mempertahankan kehamilan sampai lahir setelah itu bayi tersebut diberikan keorang lain dan remaja yang hamil diungsikan ketempat tertentu hingga bayi

² Hanum, Sri mukhodim Faridah (2015). *Dampak Psikologis Pada Kehamilan remaja* (studi eksplorasi di desa Watutulis Prambon Sidoarjo). *Midwiferia*;1(3)

tersebut lahir. Dalam ketiga cara alternatif tersebut tentunya memiliki resiko-resiko yang biasanya merupakan pilihan yang diambil dengan segala kelemahan dan kekurangannya.³

Hanum menjelaskan bahwa seorang remaja yang hamil diluar nikah akan mengalami perasaan tertekan karena adanya penolakan dari keluarga. Selain perasaan tertekan, kehamilan yang dialami remaja tersebut akan menimbulkan perasaan kecemasan tidak hanya pada saat kehamilan tetapi juga pasca melahirkan. Sumber utama kecemasan itu adalah padangan kehamilan yang terjadi di luar nikah merupakan perilaku tabu sehingga mendapatkan pandangan yang negatif di mata masyarakat.⁴

Kartini Kartono dalam bukunya menuliskan bahwa pada umumnya seorang yang wanita yang sedang hamil akan mengalami kecenderungan-kecenderungan psikologis dan ciri-ciri tingkah laku yang dimiliki sebelum hamil dan menjadi seorang ibu. Kehamilan pada umumnya akan menimbulkan tekanan emosi dan batin pada psikis seorang wanita. Selain itu kehamilan juga merupakan suatu ujian berat bagi seorang wanita karena munculnya ketakutan tertentu. Ketakutan tersebut memiliki macam bentuk misalnya takut pada kesulitan-kesulitan ekonomi dan emosional, macam-macam penyakit, kematian dalam keluarga, relasi yang tidak harmonis dengan suami, keluarga dan juga lingkungan sekitar.⁵

Berbagai kajian menunjukkan bahwa remaja yang hamil diluar nikah pada usia dini akan memiliki resiko tinggi untuk mengalami kecemasan, depresi, atau memiliki pikiran untuk bunuh diri, sebagian dapat disebabkan mereka sulit dalam mengontrol kehidupan mereka sendiri selanjutnya. Selain itu, permasalahan yang sering terjadi pada remaja yang telah menjadi ibu sebagai dampak dari hamil diluar nikah adalah kesulitan

³ Anastasia. H. (2001). *Dampak Psikologis Perempuan Hamil Di luar Nikah*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.

⁴ Hanum, Sri mukhodim Faridah (2015). *Dampak Psikologis Pada Kehamilan remaja* (studi eksplorasi di desa Watutulis Prambon Sidoarjo). *Midwifery*;1(3)

⁵ Kartini, Kartono (1992). *Psikologi Wanita (jilid 2); Mengenal wanita sebagai ibu dan nenek*. Bandung;Penerbit Mandara Maju

dalam hubungan dan tingkat kekerasan yang mendalam. Perubahan peran dari seorang gadis menjadi seorang ibu biasanya menjadi hal normal oleh seorang wanita yang sedang hamil, hal itu juga sangat membahagiakan jika keadaan itu didukung oleh kesiapan fisik, psikologis, dan spiritual. Namun, sebaliknya dengan hamil diluar nikah bisa dikatakan dari berbagai hal biasanya belum memiliki kesiapan untuk terjadinya perubahan dalam dirinya bahkan dalam mungkin untuk menerima kandungannya. Dalam keadaan ini bisa memunculkan kecemasan yang berat, karena adanya ketidak-siapan diri dalam menghadapi kehamilannya dan setelah melahirkan.⁶

Menurut Stanley Hall, pada masa remaja ini juga disebut masa stress dan badai dimana masa remaja adalah masa pengolakan yang penuh konflik dan perubahan suasana hati. Fluktuasi emosi remaja yang masih bergejolak terutama pada dalam menghadapi permasalahan seperti kehamilan sebelum menikah. Masa remaja termasuk dalam tahap oprasional formal. Pada tahap ini, individu melampaui pengalaman-pengalaman konkret dan berfikir secara abstrak serta lebih logis.

Pada tahap ini mereka bisa mengembangkan pemikiran-pemikiran tentang konsep ideal dalam menghadapi suatu masalah hal ini akan terlihat jika remaja tersebut dapat menghadapi masalah, tekanan dan tantangan yang dihadapi.⁷

Berdasarkan dari penjelasan tentang hamil diluar nikah dan tentang kecemasan-kecemasan yang ada dialami seorang remaja yang mengalami hamil diluar nikah tentunya dibutuhkan strategi *coping* untuk mengatasi segala permasalahan tersebut. Strategi *coping* ini dapat diartikan sebagai upaya baik bagi mental maupun perilaku, untuk menguasai , mentoleransi, mengurangi dan meminimalisasikan suatu situasi atau kejadian tekanan yang ada. Dan strategi *coping* ini juga dapat diartikan sebagai tingkah laku individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitar dengan tujuan untuk

⁶ Gullota, T.P. 1993. *Adolescent Sexuality*. USA: Sage Publication Inc.

⁷ Santrock ,J.W. (2007). Psikologi Pendidikan. Jakarta; Kencana.

menyelesaikan masalah yang ada. Jika individu tersebut bisa menggunakan strategi coping dengan baik untuk menyelesaikan masalah maka ia akan bisa menyesuaikan dengan baik pula.⁸

Menurut cheng strategi *coping* dipandang sebagai sesuatu yang dinamis. Individu akan mengubah pikiran dan perilaku mereka untuk menghadapi perubahan yang terjadi akibat situasi yang menekan individu tersebut. Pada masa remaja inilah individu akan mengalami masa yang penting untuk mengembangkan dan melatih kemampuan *coping* dan Pada saat tertekan dengan stress remaja bisa menggunakan coping untuk menghadapi permasalahan yang dihadapi.

Lazarus membagi strategi coping menjadi dua bentuk yaitu, perilaku *coping* yang berorientasi pada masalah (*Problem Focused Coping- PFC*) dan perilaku yang berorientasi pada emosi (*Emotion Focused Coping- EFC*). *Problem Focused Coping* merupakan strategi kognitif yang digunakan individu dalam menghadapi suatu masalah dan juga berusaha menyelesaikannya dan *Emotion Focused Coping* merupakan strategi individu yang digunakan untuk memberikan respon pada situasi dengan menekan dengan lebih mengutamakan pendekatan emosional. Strategi *coping* ini merupakan suatu cara atau metode yang dilakukan setiap individu untuk menghadapi, mengatasi dan mengendalikan situasi atau masalah yang dialami yang dianggap sebagai hambatan, tantangan yang bersifat menyakitkan, serta yang merupakan ancaman yang sangat merugikan. Strategi *coping* merupakan cara yang disadari dan rasional dalam menghadapi dan mengatasi suatu masalah. Dapat disimpulkan bahwa strategi coping ini merupakan usaha kognitif dan perilaku individu yang efektif untuk menghadapi tekanan atau ancaman yang merugikan dan memiliki tekanan pada penelitian ini difokuskan pada

⁸ Mu'tadin, Z. (2002). *Pengelolaan Stres*. Palembang: Wijaya Pustaka.

Strategi *Coping* Remaja Hamil diluar Nikah dalam Menghadapi Kecemasan Pasca Melahirkan di Desa Sungai Limau Sebatik Tengah.

B. Identifikasi Masalah

Penelitian ini berfokus pada strategi coping remaja hamil diluar nikah yang memiliki kecemasan pasca melahirkan dan remaja hamil diluar nikah tidak hanya memiliki kecemasan pra melahirkan tetapi melainkan pasca melahirkan juga kecemasan tentang ekonomi ,keluarga dan juga lingkungan sekitar .

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian Latar Belakang diatas dapat disusun rumusan masalah bagaimana Strategi *Coping* Remaja Hamil diluar Nikah dalam Menghadapi Kecemasan Pasca Melahirkan di Desa Sungai Limau Sebatik Tengah.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan Rumusan Masalah maka tujuan yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui bagaimana Strategi *Coping* Remaja Hamil diluar Nikah dalam Menghadapi Kecemasan Pasca Melahirkan di Desa Sungai Limau Sebatik Tengah.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini untuk menambah pengetahuan peneliti dalam mengetahui bagaimana strategi coping remaja hamil diluar nikah dalam menghadapi kecemasan pasca melahirkan di Desa Sungai Limau Sebatik Tengah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi remaja yang hamil diluar nikah: agar diharapkan hasil dari penelitian ini sebagai sumbangan informasi dan membantu remaja yang memiliki permasalahan

hamil diluar nikah dengan mengatasi masalahnya dan bagaimana strategi *coping* remaja hamil diluar nikah dalam menghadapi kecemasan pasca melahirkan.

- b. Bagi remaja lainnya: agar penelitian ini dapat memberikan gambaran dan juga akibat yang timbul dari hamil diluar nikah sehingga remaja bisa mencegah perilaku yang menyebabkan hamil diluar nikah
- c. Hasil dari penelitian ini diharapkan akan bermanfaat untuk para peneliti selanjutnya, sebagai acuan dan masukan bagi peneliti berikutnya yang akan meneliti permasalahan yang sama secara lebih mendalam.serta menyempurnakan variabel perilaku *coping* ini dengan memperhatikan kekurangan yang terdapat dalam penelitian ini.