

Coping Stress Pada Remaja Yang Melakukan Pernikahan Dini Di Desa Bukit Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin

Coping Stress in Adolescents Who Commit Early Marriage in Bukit Village, Betung Subdistrict, Banyuasin Regency

Marisa Anggraeni^(1*) & Itriyah⁽²⁾

Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma, Indonesia

Disubmit: 08 Februari 2025; Direview: 09 Februari 2025; Diaccept: 28 Februari 2025; Dipublish: 02 Maret 2025

*Corresponding author: marisa250303@gmail.com

Abstrak

Pernikahan dini dikalangan remaja semakin menjadi perhatian global karena memiliki dampak terhadap kesehatan dan psikologis. Remaja akan mengalami konflik yang akan menimbulkan stress baik internal maupun eksternal untuk kehidupan pribadi maupun sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi *coping stress* serta bentuk strategi *coping stress* yang digunakan oleh remaja yang menikah usia dini. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yaitu desain deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Metode pemilihan sampel yang digunakan adalah non-random sampling/non-probability sampling. Sumber data dalam penelitian kualitatif yaitu subjek, informan tahu, written document dan unwritten document dengan menggunakan 8 orang sumber yaitu 2 pasang suami istri sebagai subjek penelitian, dan 4 orang sebagai informan tahu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua subjek yaitu PINS dan R lebih cenderung pada *problem focused coping* sedangkan SS dan RZ lebih cenderung pada *emotion focused coping* dalam mengatasi tekanan dalam pernikahannya.

Kata Kunci: Coping Stress; Pernikahan Dini; Remaja.

Abstract

Early marriage among adolescents is increasingly becoming a global concern because it has an impact on health and psychology. Adolescents will experience conflicts that will cause stress both internally and externally for personal and social life. This study aims to describe the factors that influence stress coping and the form of stress coping strategies used by adolescents who marry at an early age. This research uses a qualitative method, namely a qualitative descriptive design with a case study approach with data collection techniques through observation, interviews and documentation. The sample selection method used is non-random sampling/non-probability sampling. Sources of data in qualitative research are subjects, informants know, written documents and unwritten documents using 8 sources, namely 2 couples as research subjects, and 4 people as informants know. The results showed that the two subjects, PINS and R, were more inclined to problem focused coping while SS and RZ were more inclined to emotion focused coping in overcoming pressure in their marriage.

Keywords: Coping Stress; Early Marriage; Teenagers.

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v6i1.662>

Rekomendasi mensitasi :

Anggraeni, M. & Itriyah. (2025), *Coping Stress Pada Remaja Yang Melakukan Pernikahan Dini Di Desa Bukit Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin*. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 6 (1): 126-139.

PENDAHULUAN

Keterkaitan antara proses biologis, kognitif, dan sosial-emosional menciptakan berbagai tahap perkembangan sepanjang hidup manusia. Salah satu tahap tersebut adalah masa remaja. Papalia dan Olds menjelaskan bahwa masa remaja adalah fase transisi dari kanak-kanak menuju dewasa, yang biasanya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia belasan tahun atau awal dua puluhan (Zarkasih, 2017). Drajat dalam (AlGhifari, 2014) menambahkan bahwa remaja berada dalam fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa dan mengalami perubahan yang cepat dalam berbagai aspek kehidupan remaja.

Stanley Hall berpendapat bahwa remaja ialah masa topan dan badai (gempa dan tekanan), di mana terjadi konflik dan perubahan suasana hati karena remaja memiliki keinginan sendiri untuk menentukan masa depan mereka. Namun, pada kenyataan yang terjadi keinginan remaja untuk mengekspresikan diri dan mengeksplorasi hal-hal baru bisa membuat remaja terlibat dalam perilaku berisiko, seperti seks bebas (Santrock, 2007). Di negara berkembang seperti Indonesia, fenomena pernikahan dini banyak terjadi, salah satu penyebabnya adalah pergaulan bebas. Namun, pergaulan bebas bukanlah satu-satunya faktor yang menyebabkan pernikahan dini; faktor lain yang berperan meliputi kondisi ekonomi, rendahnya tingkat pendidikan, pengaruh agama, budaya, globalisasi, serta kurangnya pendidikan seks di kalangan remaja.

Pernikahan adalah hubungan sakral yang memiliki tujuan agar bisa membuat suatu keluarga kecil untuk menciptakan

generasi baru. Menikah adalah hal yang pasti akan dilewati pada individu yang akan memasuki fase dewasa, ketika dewasa awal, seperti yang diungkapkan oleh Santrock, umumnya pernikahan ialah bentuk penyatuan keluarga terjadi pada usia dewasa awal, yaitu antara usia 20 hingga 40 tahun. Namun, di lapangan sering dijumpai kasus pernikahan pada usia yang dianggap belum cukup matang. Berdasarkan teori tersebut, usia yang dianggap belum memadai adalah individu yang menikah sebelum usia 20 tahun menurut Hurlock, atau di bawah usia 19 tahun menurut hukum Undang-Undang Perkawinan yang berlaku di Indonesia (Murcahya, 2010).

Selama 3 tahun belakangan, kasus pernikahan dini di Indonesia semakin meningkat. Berdasarkan data dari UNICEF, Indonesia menduduki peringkat ke-8 di dunia dan ke-2 di ASEAN dengan jumlah pernikahan dini terbanyak. UNICEF mencatat bahwa Indonesia berada pada peringkat ke-8 tertinggi dengan angka absolut “pengantin anak” sebesar 1.459.000 kasus. “Secara nasional, terdapat 11,2% anak perempuan yang menikah di bawah usia 18 tahun, dan 0,5% dari anak perempuan tersebut menikah pada saat mereka berusia 15 tahun (Darwis, 2023). Provinsi Sumatera selatan menempati peringkat 10 besar provinsi tertinggi kasus pernikahan dini di Indonesia dengan angka 56.216 kasus. Walgito menjelaskan bahwasanya perkawinan usia dini juga mengandung berbagai permasalahan yang tidak diinginkan disebabkan karena psikologisnya belum matang secara khusus bagi perempuan. Kemunculan ini dikarenakan adanya ketidaksiapan

melaksanakan berbagai tugas perkembangan yang timbul sesuai adanya perkawinan, namun ini tidak disertai dengan kematangan serta kemampuan diri yang dimilikinya (Surawan, 2019). Ketidakmatangan dalam hal fisik, psikis dan ekonomi berdampak pada pernikahan yang dijalani pada remaja. Dengan demikian remaja akan mengalami masalah yang menimbulkan stres dan dampak baik internal maupun eksternal untuk kehidupan pribadi maupun kehidupan sosial (Septiyani, 2017).

Di Desa Bukit, kasus pernikahan dini sudah banyak terjadi, akan tetapi beberapa dari banyaknya kasus khususnya di desa Bukit sebagian ada yang tidak terdata karena usia remaja yang melakukan pernikahan tersebut masih dibawah umur yaitu dibawah 19 tahun. Efek atau dampak yang ditimbulkan juga banyak diantaranya dari segi administrasi tidak ada kartu keluarga sehingga berimbas kepada anaknya kelak, dari segi psikologis pun juga mungkin remaja tersebut mengalami tekanan dan sebagainya. Diketahui juga penyebab dari pernikahan dini yang terjadi di desa Bukit diantaranya pergaulan bebas, kurangnya perhatian orang tua, putus sekolah, kurangnya kegiatan-kegiatan positif yang dilakukan dan rata-rata penyebab umumnya adalah hamil diluar nikah. Setelah melakukan pernikahan usia dini banyak sekali dampak yang dapat dilihat, diantaranya seperti aspek pengembangan diri yang menjadi terhambat, putus sekolah, pengabaian terhadap anak, stress menghadapi masalah-masalah keluarga, bahkan sampai pada perceraian.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan pola strategi *coping* stres dan

faktor-faktor yang berpengaruh padanya. Penelitian ini penting karena faktanya remaja sering kali berpikir bahwa kehidupan rumah tangga akan selalu berjalan dengan lancar. Berdasarkan fenomena dan latar belakang masalah tersebut yang terjadi maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "*Coping stress* Pada Remaja Yang Melakukan Pernikahan Dini" Di Desa Bukit Kecamatan Betung Banyuasin.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kualitatif serta menggunakan pendekatan studi kasus untuk dapat mengetahui strategi *coping* stres pada remaja yang melakukan pernikahan dini. Subjek pada penelitian ini yaitu peneliti menggunakan 8 orang sumber yaitu 4 orang (2 pasang suami istri) sebagai subjek penelitian, dan 4 orang sebagai informan tahu. Sumber data pertama yaitu subjek I berinisial "PINS dan R" yang menikah di tahun 2021 saat berusia 15 dan 16 tahun. Sumber data selanjutnya yaitu subjek II berinisial "SS dan RZ" yang menikah pada usia 17 dan 18 tahun. Sumber data berikutnya adalah informan tahu dari subjek I yaitu FLI dan OK. Sumber data selanjutnya adalah informan tahu dari dari subjek II yang berinisial VL dan Y.

Metode pemilihan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *non-random sampling/non-probability sampling*. Sumber data dalam penelitian kualitatif yaitu berupa subjek, dan informan tahu, *written document* dan *unwritten document*. Validasi terhadap peneliti sebagai instrumen meliputi validasi terhadap pemahaman metode

penelitian kualitatif, penguasaan wawasan terhadap bidang atau judul yang diteliti, kesiapan peneliti untuk memasuki objek penelitian, memilih informan sebagai sumber data, melakukan pengumpulan data, menilai kualitas data, analisis data, menafsirkan data, dan membuat kesimpulan atas temuannya. Pengumpulan data yang dilakukan peneliti mencakup gabungan dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Yin (dalam Supmawati, 2016) membagi empat kriteria keabsahan dan keajegan yang diperlukan dalam suatu penelitian pendekatan kualitatif. Empat hal tersebut meliputi, Keabsahan Konstruk (*Construct Validity*), Keabsahan Internal (*Internal Validity*), Keabsahan Eksternal (*External Validity*), dan Keajegan (*Reliabilitas*). Prosedur analisis dan interpretasi data kualitatif berlangsung selama proses pengumpulan data dari pada setelah selesai pengumpulan data, meliputi (1) analisis sebelum di lapangan; (2) analisis data di lapangan model Miles dan Huberman; (dan 3) analisis data selama di lapangan model Spardley.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek I (PINS dan R)

Subjek yang pertama yaitu pasangan PINS dan R. PINS merupakan salah satu remaja putri berusia 18 tahun yang sudah melakukan pernikahan di usianya yang ke 16 tahun pada saat subjek tersebut menduduki kelas 1 SMK. Lalu R yaitu suami dari PNS yang menikah pada usia 15 tahun saat subjek masih menempuh pendidikan SMK kelas 1 di jurusan otomotif atau mesin. Penyebab PINS dan R menikah adalah karena hamil diluar nikah disaat subjek berada di kelas 10 SMK sehingga

menyebabkan putusnya pendidikan di tingkat SLTA.

Informan tau I yang berinisial FLI merupakan perempuan yang berusia 18 tahun. FLI merupakan teman dekat dari subjek R dan PINS. Informan tau kedua subjek pertama berinisial "OK" yang berusia 25 tahun yang merupakan saudara ipar dari subjek PINS.

Menurut Lazarus dan Folkman dalam (Yusuf, 2021) pertahanan diri dalam mengatasi masalah diartikan sebagai usaha untuk mengendalikan diri dan tetap tenang agar tidak melakukan sesuatu tanpa pikir panjang. Dari banyaknya masalah yang terjadi dalam kehidupan rumah tangga, PINS dan R berusaha tetap bertahan menjalani kehidupan pernikahannya sebaik mungkin hingga sekarang. Walau tidak mudah, masalah yang terjadi seperti masalah kehamilan sebagai penyebab pernikahan subjek, keadaan kandungan, konflik bersama pasangan, pengasuhan anak sudah berusaha diatasi sehingga pernikahan subjek bertahan.

Tindakan instrumentasi merupakan tindakan secara langsung dan penyusunan langkah yang akan dilakukan saat menghadapi masalah yang membuat tertekan Lazarus dan Folkman (dalam Yusuf, 2021). Tindakan langsung dan penyusunan langkah yang dilakukan PINS dan R dalam mengatasi masalah yang dihadapi dalam rumah tangga dengan fokus ke masalah yang terjadi dan subjek akan menyelesaikannya satu per satu supaya tidak pusing dan bingung.

Lazarus dan Folkman (dalam Yusuf, 2021) mengartikan negosiasi upaya yang dilakukan oleh seseorang agar orang yang terlibat atau menjadi penyebab

masalahnya turut serta dalam menyelesaikan masalah. Usaha yang dilakukan PINS dan R untuk orang yang terlibat atau merupakan penyebab masalahnya untuk ikut menyelesaikan masalah yang membuat tertekan. Jadi, PINS dan R saling melibatkan diri saat terjadi masalah dan berdiskusi satu sama lain.

Active *coping* diartikan oleh Lazarus dan Folkman (dalam Yusuf, 2021) sebagai usaha untuk menghilangkan stressor atau memperbaiki efek yang terjadi dari masalah yang timbul. PINS mengungkapkan bahkan ia sering menghindar untuk menenangkan diri sebelum menghadapi dan menyelesaikan masalah untuk memperbaiki keadaan dan situasi yang membuat tertekan. R juga mengungkapkan bahwa tidak bisa lagi mementingkan diri sendiri dan lebih mengutamakan keluarga. R juga belajar dari kesalahan yang terjadi dan berpikir panjang agar keluarganya lebih baik kedepannya.

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Yusuf, 2021) penekanan terhadap aktivitas yang bersaing bertujuan untuk mengesampingkan masalah lain dan membiarkan masalah lain muncul sehingga dapat berdamai dengan stressor atau yang menjadi sumber stress seseorang. Saat masalah terjadi bersamaan PINS dan R selalu berfokus ke masalah yang bisa diatasi dan diubah terlebih dahulu. PINS mengatakan bahwa saat masalah sedang terjadi bersamaan PINS akan merasa bingung, menangis, dan terus berusaha membiasakan diri dan seiring berjalannya waktu akan terbiasa dengan tekanan yang terjadi.

Dukungan sosial yang bersifat instrumental bertujuan untuk mencari solusi masalah dengan meminta dukungan,

nasehat atau informasi dari orang lain seperti keluarga, teman dekat, sahabat, guru, pemuka agama dan lainnya menurut Lazarus dan Folkman (dalam Yusuf, 2021). Saat mengalami masalah yang terjadi dalam rumah tangga PINS dan R tidak pernah bercerita dan meminta bantuan kepada temannya namun pasangan ini tidak segan untuk meminta bantuan keluarga. R juga mengatakan bahwa sebagai kepala rumah tangga sering bertanya kepada ayah mertuanya untuk mendapatkan solusi dari masalah yang terjadi.

Penangan yang berfokus pada emosi seperti menghindar diartikan sebagai perilaku menghindari masalah dengan cara membayangkan seandainya berada dalam suatu situasi lain yang lebih menyenangkan, menghindari masalah dengan makan ataupun tidur, bisa juga dengan merokok ataupun meneguk minuman keras dan lainnya. Lazarus dan Folkman (dalam Yusuf, 2021). Saat sedang mengalami tekanan dan merasa frustrasi dan stress menghadapi konflik yang terjadi pasangan PINS dan R tidak pernah menghindar dari masalah akan tetapi lebih ke menenangkan diri. R juga mengakui bahwa dirinya bukan tipikal orang yang menghindari masalah dibuktikan dengan dirinya yang tidak lari dari masalah dan bertanggung jawab dengan apa yang sudah dilakukan bersama istrinya.

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Yusuf, 2021) pengabaian merupakan tindakan menghindari masalah dengan menganggap seakan-akan masalah yang tengah dihadapi itu jauh lebih ringan daripada yang sebenarnya. PINS pernah merasa ingin bersembunyi disituasi yang tidak menyenangkan seperti

saat awal pernikahan dikarenakan malu dengan teman dan warga sekitar akibat dari berita kehamilannya. Subjek PINS menghindari teman-temannya.

Lazarus dan Folkman (dalam Yusuf, 2021) mengemukakan bahwa dukungan sosioemosional sangatlah penting saat seseorang memiliki tekanan dalam hidupnya. Mencari dukungan sosioemosional diartikan sebagai usaha seseorang untuk mendapat dukungan moral dari orang terdekat seperti simpati. Selain mendapatkan dukungan secara sosial pasangan PINS dan R mendapatkan dukungan emosional dari keluarga seperti ayah, ibu, mertua dan saudara. Pasangan PINS dan R juga merasa terbantu dengan bantuan dalam bentuk dukungan emosional dan sosial.

Penerimaan diartikan sebagai usaha seseorang untuk menerima kenyataan mengenai situasi yang sedang dihadapi dan cenderung akan menjadi orang yang akan berusaha mengatasi situasi yang membuatnya merasa stress dan tertekan. Lazarus dan Folkman (dalam Yusuf, 2021). PINS dan R merasakan banyak perubahan yang terjadi di kehidupan masing-masing antara sebelum dan sesudah menikah. PINS dan R juga merasa harus fokus dengan anaknya. R juga mengungkapkan bahwa kesalahan yang dilakukan di masa lalu akan terus dijadikan pelajaran.

Menyalahkan diri merupakan strategi atau usaha yang bersifat pasif yang lebih diarahkan ke dalam, daripada usaha untuk keluar dari masalah sehingga seseorang akan berlarut dan lebih sulit untuk bangkit dari situasi yang membuat tertekan menurut Lazarus dan Folkman (dalam Yusuf, 2021). PINS dan R merasa tidak pernah merasa menyesali keputusan untuk

menikah karna merasa sebagai bentuk pertanggung jawaban satu sama lain. R juga merasa bersalah kepada istrinya karena sudah membuat dan menempatkan dalam keadaan yang sulit. R juga merasa tidak mampu menjadi ayah yang baik. Namun, R berusaha yang terbaik dan menjalani pilihan yang telah dibuat dengan mempertahankan keluarganya.

Seeking meaning diartikan sebagai sebuah proses di mana seseorang mencari makna dari kegagalan yang mereka alami untuk diri mereka sendiri dan berusaha mencari hal-hal yang dianggap penting dalam kehidupan mereka. Di sini, seseorang berupaya menemukan hikmah atau pembelajaran yang dapat dipetik dari masalah yang sudah dan sedang dihadapi Lazarus dan Folkman (dalam Yusuf, 2021). PINS dan R terus menjadikan kesalahan yang diperbuat di masa lalu sebagai pelajaran. Selebihnya PINS dan R selalu mengusahakan yang terbaik untuk keluarganya. PINS juga berpandangan positif dan berbaik sangka bahwa Tuhan sudah memiliki rencana dan menyiapkan yang terbaik.

PINS sering merasa kelelahan ketika mengurus anak dirumah terlebih jika kondisi fisik sedang tidak sehat. PINS terpaksa meminta bantuan kepada ibunya dan keluarga lainnya untuk membantu menjaga anaknya. Jika keadaan PINS sedang tidak sehat PINS beristirahat dan mengurus anak sebisanya. PINS juga terkadang merasa tidak ingin merepotkan suaminya karna PINS mengerti jika suaminya juga lelah ketika pulang bekerja. Kesehatan dan energi sering kali menjadi faktor fisik yang berpengaruh dalam penanganan atau penanggulangan masalah. Seseorang dapat lebih mudah

menghadapi masalah jika berada dalam keadaan sehat. Apabila sedang sakit atau lelah, seseorang akan kekurangan energi untuk mengatasi stres dengan baik, sehingga kesehatan dan energi sangat penting dalam penanggulangan masalah menurut Lazarus dan Folkman (dalam Armajayanthi dkk, 2017).

PINS mengatakan bahwa sudah banyak hal yang terjadi dalam hal pernikahannya sehingga PINS mendapatkan banyak sekali pengalaman dalam menghadapi masalah yang membuat tertekan dalam kehidupan pernikahannya. R juga selalu mencari tahu penyebab dan sumbernya, akibat, dan resiko dari masalah atau konflik yang terjadi dalam rumah tangganya. Lalu berusaha mencari solusi yang terbaik agar masalah yang dihadapi mereda dan selesai. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Armajayanthi dkk, 2017) Kemampuan dalam memecahkan masalah adalah kemampuan untuk menemukan informasi, menganalisis situasi, mengenali masalah untuk mencari solusi, mempertimbangkan opsi, memilih, dan melaksanakan rencana dengan tepat untuk mengatasi masalah.

Pasangan PINS dan R mempunyai keyakinan diri dan selalu bersikap optimis dalam menjalani kehidupan pernikahannya. Keyakinan positif terhadap kemampuan sendiri adalah faktor psikologis yang signifikan dalam mengatasi masalah. Hal ini akan meningkatkan dorongan untuk terus mencari solusi yang sesuai dalam penyelesaian masalah menurut Lazarus dan Folkman (dalam Armajayanthi dkk, 2017).

Hubungan pasangan PINS dan R dengan orang di sekitar baik, seperti dengan teman dan tetangga. Namun PINS

dan R jarang untuk bertemu teman-temannya karena sudah sibuk masing-masing. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Armajayanthi dkk, 2017) Keahlian dalam berinteraksi sosial mempermudah penyelesaian masalah secara bersama-sama dengan orang lain, memberikan kesempatan untuk bekerja sama, mendapatkan dukungan, dan melalui hubungan sosial yang terjalin memberikan kontrol yang baik bagi individu.

PINS dan R mendapatkan dukungan yang baik dari keluarga dalam menjalani pernikahan di usia yang masih muda. Keluarga subjek sangat memahami keadaan PINS dan R. Dukungan sosial mencakup bantuan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orangtua, anggota keluarga, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya.

Keadaan ekonomi dalam keluarga pasangan PINS dan R masih sangat pas-pasan dan minim sehingga masih dibantu dengan orang tua dan keluarga. PINS mengatakan bahwa materi atau keuangan merupakan hal utama yang sangat penting dalam keluarga. Pendidikan yang rendah, pengetahuan yang minim, dan sulitnya mendapatkan pekerjaan yang layak akan mempengaruhi pendapatan ekonomi keluarga (Minarni, 2014). Selain dari faktor-faktor yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman, peneliti juga menemukan faktor lain dari subjek yang mempengaruhi strategi *coping stress* yang digunakan yaitu faktor kepribadian atau karakteristik kepribadian.

PINS dan R memiliki kepribadian yang sedikit berbeda. PINS merupakan pribadi yang ramah, terbuka, ceria dan humble sehingga PINS mudah akrab

dengan orang lain seperti tetangga sehingga dalam keadaan mendesak sesekali PINS meminta tolong dengan tetangga. Berbeda dengan R yang merupakan pribadi yang tertutup, pemalu dan cuek dengan keadaan sekitar, sehingga dalam menyelesaikan konflik yang menekan R tidak pernah meminta bantuan kepada tetangga ataupun teman. Menurut Taylor (dalam Azzahra & Rosyidi, 2022) mengemukakan bahwa yang mempengaruhi strategi coping salah satunya adalah tipe kepribadian. Tipe kepribadian mempengaruhi respon seseorang dalam menghadapi stres dan pemilihan coping.

Subjek 2 (SS dan RZ)

Pasangan SS dan RZ menikah atas kemauan sendiri. Subjek SS merupakan remaja berusia 19 tahun yang menikah saat usia 17 tahun. Pendidikan terakhir SS adalah smp yang bersekolah di SMP PGRI Betung dan memilih tidak melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi karena merasa bosan bersekolah. Suami SS yaitu RZ merupakan remaja berusia 21 tahun dan menikah pada usia 19 tahun. RZ memiliki seorang kakak laki-laki dan orang tuanya sudah bercerai. RZ tidak menyelesaikan pendidikannya di SMP dan memilih bekerja diusia yang masih belia.

Informan tahu 3 dari subjek II berinisial VL. VL merupakan seorang perempuan berusia 54 tahun yang merupakan warga asli Desa Bukit sekaligus tetangga dan mertua tiri dari subjek SS. VL merupakan ibu tiri dari subjek RZ. Informan tahu keempat berinisial "Y" yang berusia 52 tahun. Y merupakan ayah kandung dari subjek RZ.

Subjek SS dan RZ mempunyai pandangan dan prinsip yang sama dalam pernikahan yaitu menikah hanya sekali

dalam hidup. Pertahanan diri yang dilakukan subjek SS dan RZ saat mengalami konflik dan masalah yang menekan dalam rumah tangga adalah dengan menenangkan diri atau mengalihkan pikiran ke hal yang lain agar tidak terlalu stress dan tertekan.

"yaa ngerjain pekerjaan rumah tangga aja, jadi kayak kalo konflik sama pasangan ya sibuk ria aja mba gak terlalu dipikirin banget....." (S2/W2, SS, 51-53)"

Saat mengalami tekanan yang mengakibatkan stress dalam menjalani kehidupan pernikahan, pasangan SS dan RZ mengalihkan tekanan dan pikiran kepada hal lain seperti tidur, makan, jalan-jalan, dan memancing. SS dan RZ membutuhkan waktu untuk menyelesaikan masalah.

"gimana ya belum bisa ngomongnya..sulitt..ya mancing..cerita ketemen main atau main sama anak..jalan-jalaann" (S2/W2, RZ, 94-96)

Subjek SS terkadang emosi atau marah pada saat mengetahui sumber masalah yang terjadi. Subjek R juga merasa tidak melibatkan istri dalam menyelesaikan masalah agar SS tidak tertekan.

"yaa Cuma kaget oh iya kayak misak dia (istri) gak dikasih uang..marah.. jadi kayak usaha nyari uang lagi..jadi kayak terbantu dengan tahu penyebabnya eh jadi tau jalan keluarnya" (S2/W2, RZ, 114-117)

SS dan RZ juga menyikapi masalah dengan perlahan tapi pasti dan tidak terburu-buru serta mempertimbangkan dan membedakan masalah yang bisa dihadapin dan masalah yang dihindari.

"aku menghindari aja mba khususnya konflik sama pasangan" (S2/W2, SS, 119-120)

Pasangan suami istri ini berpandangan bahwa setiap konflik dan masalah yang terjadi dalam rumah tangga

merupakan cobaan. Sebagai istri, SS lebih memilih menghindar jika masalah terjadi bersamaan dan mencoba menyelesaikan masalah dengan bantuan orang tua. RZ sebagai suami mencoba menyelesaikan masalah-masalah yang membuat tekanan dengan menyelesaikan satu per satu supaya tidak menjadi semakin rumit.

“sikap saya ya pokoknya kalau ada masalah barengan gitu diselesain satu-satu mba iya...nanti kalo gak diselesain tambah rumitt..tambah susah gitu..” (S2/W2, RZ, 200-203)

SS dan RZ mendapatkan bantuan dari orang tua RZ. Dukungan orang tua RZ berbentuk materi dan nasihat. SS dan RZ merasa terbantu dalam keadaan stress akan menghadapi masalah ekonomi ada orang tua yang memberikan bantuan.

“ada...mertua saya sering kasih uang mba..ada juga saudara dan adik yang kalo apa apa saya cerita kedia..ya dukungannya dalam bentuk itu tadi nasihat” (S2/W2, SS, 159-162)

SS dan RZ memilih menghindar dari permasalahan-permasalahan yang menekan dalam rumah tangga terutama masalah bersama pasangan. Saat merasa emosional merasa kesal dan merah-marah kepada pasangan. Perilaku menghindar yang dilakukan SS adalah dengan bersikap cuek dan mendiamkan suaminya. Sementara RZ melakukan kegiatan diluar rumah seperti memancing.

“ya jelasnya mnghindari lah mba karna masalahnya sama istri tadi...kalo keras kepala juga susah ya kalo mau ngomong langsung.. mba sendiri ya lebih paham kan” (S2/W2, RZ, 247-250)

Subjek RZ sebagai tidak pernah merasa bersembunyi dari suatu permasalahan yang tidak menyenangkan dalam konflik rumah tangga. Tetapi sebaliknya, SS merasa pernah ingin bersembunyi ketika terdapat konflik

dengan pasangan. SS dan RZ tidak terlalu memikirkan dan mengabaikan permasalahan yang sedang terjadi agar tidak mengganggu aktivitas lainnya.

“pernah mba dalam hal misalnya apa yaaa..kayak pas lagi berantem terus kerumah mamak...” (S2/W2, SS, 187-189)

Selain mendapatkan dukungan materi dari keluarga, SS dan RZ juga mendapatkan dukungan secara emosional berbentuk empati dan simpati. SS dan RZ lebih dekat dan sering berbagi cerita dengan ayah dan ibu tiri dari RZ. Kedua subjek merasa sangat butuh dengan keluarganya dalam banyak hal. Orang tua subjek yaitu Y dan VL sering memberikan nasihat-nasihat.

“pernah ngerasa emosional banget kan marah kayak pas dia main judi online aku butuh keluarganya buat bantu nasehatin ngobrolin suami gitu ke mereka” (S2/W2, SS, 199-202)

Pasangan muda SS dan RZ merasakan banyak perubahan setelah menikah seperti perubahan peran menjadi ibu dan ayah dan fokus kepada keluarga. SS dan RZ menerima keadaan yang terjadi karena menikah merupakan pilihan sendiri dari awal. Hal yang dilakukan SS dan RZ agar rumah tangga tetap berjalan baik adalah dengan bersabar, bersyukur dan tidak saling menuntut antara istri dan suami.

“sama aja ya mungkin sabar dan bersyukur” (S2/W2, SS, 114)

SS sebagai istri pernah menyesal dan menyalahkan diri terkait pernikahan. SS merasa sedih dan berpikir bahwa seharusnya masa mudanya dihabiskan untuk bersenang-senang dahulu. Berbeda dengan RZ sebagai suami, RZ tidak pernah menyesal dan menyalahkan diri terkait keputusan menikah yang sudah dilakukan.

“pernah mba..pernah merasa kayak gitu menyesal dan menyalahkan

diri..menyesalnya misal kayak pas diselingkuhi kenapa dulu gak seneng-seneng dulu” (S2/W2, SS, 240-243)

Dari segala tekanan dalam permasalahan yang dihadapi oleh SS dan RZ, pasangan ini mengartikan bahwa semua yang terjadi dapat dijadikan pelajaran apapun yang terjadi. Akan tetapi, dibandingkan dengan mendekatkan diri dengan tuhan pasangan SS dan RZ lebih memilih untuk mencoba usaha lain dan menghindari masalah yang terjadi.

“ya kalau yang kayak gitu mba pasti ada jalannya masing-masing iyaa..mungkin ya kita gak perlu takut gitu tuhan juga gak pernah tidur gitu dia selalu melihat kita..” (S2/W2, RZ, 355-358)

SS merasa lelah menghadapi konflik ketika keadaan fisik sedang tidak sehat sehingga SS memilih menghindari terlebih dahulu. R juga merasakan hal yang sama seperti kelelahan saat selesai bekerja sehingga saat mengalami konflik seperti dengan pasangan RZ lebih memilih menghindari dan mengalihkan pada kegiatan diluar seperti memancing supaya masalah yang dihadapi tidak semakin besar karena emosi saat kelelahan.

“oiya....apa ya mba yaa..ya kalo lagi sakit ish mending menjauh dulu menghindar dulu kalo keadaan lagi sehat juga beda mba masalah ya langsung diselesaikan” (S2/W3, SS, 44-47)

Dalam pernikahan 3 tahun yang sudah dijalani SS dan RZ sudah banyak menghadapi permasalahan dalam rumah tangga yang membuat tertekan. RZ sebagai suami merasa rumit dan banyak macamnya dalam pengalaman menghadapi tekanan rumah tangga seperti dengan cara dihindari, dialihkan pada kegiatan diluar, mendiamkan istri, lalu pada akhirnya berusaha diselesaikan

dengan mencari solusi terbaik dan berdiskusi bersama istri.

“kalo pengalaman saya.. yaa.. pengalaman saya menyelesaikan masalah itu agak-agak rumit dan banyak bermacam-macam” (S2/W3, RZ, 70-72)

Hubungan pasangan SS dan RZ dengan orang di sekitar baik akan tetapi hanya seperlunya saja, seperti dengan teman dan tetangga. SS dan RZ tidak pernah untuk bertemu teman-temannya karena sudah sibuk masing-masing. SS juga melakukan tolong menolong dalam masalah tertentu dengan tetangga disekitarnya.

“kalo sama keluarga kalo sama ibu pernah, kalo dengan orang disekitar tidak pernah jadi Cuma kayak sapa-sapa aja..” (S2/W3, RZ, 236-238)

Subjek SS dan RZ memiliki dukungan sosial dari keluarga seperti orang tua RZ dan adik perempuan SS. SS sangat dekat dengan adiknya selalu saling membahas dan menceritakan masalah yang dihadapi dalam pernikahan. Jika tidak ada dukungan seperti tempat bercerita SS merasa sangat tertekan karena tidak bisa berbagi beban.

“untuk orang lain mungkin keluarga..ke adek sih..keluarga dekat..kami saling cerita gitu tentang masalah rumah tangga” (S2/W3, SS, 177-179)

SS dan RZ beranggapan bahwa materi sangatlah penting dan sebagai sumber utama dalam kehidupan berumah tangga. Saat ini RZ bekerja serabutan sehingga secara ekonomi masih pas-pasan sementara SS sebagai istri tidak bekerja dan dirumah saja sehingga hal yang dilakukan SS adalah dengan berhemat agar kebutuhan sehari-hari tercukupi.

“emm kalo saya materi ya nomor satu ya sumber utama dalam kehidupan rumah tangga” (S2/W3, RZ, 309-310)

Jika masalah yang terjadi sangat penting seperti masalah ekonomi dan

pengasuhan anak sakit dan lainnya SS dan RZ akan bertindak cepat. Jika masalah berasal dari pasangan, SS dan RZ akan lebih banyak diam dan menghindari satu sama lain. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Yusuf, 2019) *coping* yang paling efektif adalah strategi yang sesuai dengan jenis stress atau masalah yang terjadi beserta situasinya. Keberhasilan *coping* lebih tergantung pada penggabungan strategi *coping* yang sesuai dengan ciri masing-masing kejadian yang penuh dengan stres, daripada mencoba menemukan satu strategi yang paling berhasil. Dari hal tersebut terlihat bahwa *coping stress* yang digunakan pasangan PINS dan R lebih mengacu kepada *problem focused coping* sedangkan pada pasangan SS dan RZ lebih mengacu kepada *emotion-focused coping* terlihat dari pada saat mengalami konflik atau permasalahan yang membuat tertekan.

Pasangan pertama yaitu PINS dan R tentu mengalami permasalahan dalam pernikahannya seperti masalah kandungan dan kehamilan yang dikarenakan usia sang ibu masih sangat belia, masalah pengasuhan, masalah dari pasangan dan keluarga, masalah stigma sosial karena terjadinya kehamilan diluar pernikahan, dan masalah yang paling utama adalah masalah ekonomi. Begitupun pada pasangan kedua yaitu SS dan RZ yang mengalami masalah pengasuhan, masalah pasangan dan keluarga dan juga masalah ekonomi. Selaras dengan hal itu, dalam psikologi keluarga menurut Ulfiah (dalam Oktaviani dkk, 2018) ditemukan bahwa ada beberapa permasalahan yang umumnya terjadi setelah menikah diantaranya masalah komunikasi, konflik orang tua-anak, cemburu, ekonomi,

merasa superior, perselingkuhan, campur tangan orang tua dan kekerasan dalam rumah tangga.

Selanjutnya, Raharjo dkk (dalam Oktaviani dkk, 2018) juga menyoroti bahwa isu utama setelah menikah adalah dilema ekonomi. Ini disebabkan oleh keluarga muda yang tidak berfungsi di mana suami merasa stres karena tidak mampu memenuhi kebutuhan, yang mengakibatkan pertengkaran di rumah tangga dan meningkatnya kasus KDRT. Menurut Dariyo (dalam Oktaviani dkk, 2018), kemakmuran keluarga bermula dari landasan yang kuat untuk memenuhi kebutuhan keluarga dengan memastikan situasi ekonomi yang stabil. Pernikahan remaja membawa peran baru sebagai orang dewasa, masalah dalam hubungan dapat menimbulkan tekanan yang dapat diatasi melalui strategi koping yaitu cara individu menghadapi situasi stres.

Menangani stres atau coping stress adalah proses untuk mengelola dan mengatasi tekanan psikis dengan melakukan tindakan nyata dan tindakan intrapsikis seperti meredakan emosi dan memproses input secara kognitif. Tujuan dari strategi coping adalah usaha dari remaja yang menikah dini untuk mengatasi atau menyesuaikan diri terhadap tekanan-tekanan masalah, baik dari dalam maupun dari luar. Menangani stres juga melibatkan kemampuan manusia seperti pikiran, emosi, pemrosesan informasi, pembelajaran, dan ingatan (Lazarus dan Folkman dalam Yuliasri, 2022).

Hasil wawancara pada subjek pertama yaitu PINS dan R yang mengarah kepada pertanyaan tema-tema baik *problem-focused coping* ataupun *emotional-focused coping* menunjukkan

bahwa subjek PINS dan R dalam pertahanan diri dalam menghadapi masalah pasangan ini mencari solusi dan melakukan yang terbaik dalam penanganan masalah yang membuat tertekan. Lalu fokus dan penuh rencana, mencari tahu penyebab masalah atau konflik yang terjadi, menerima resiko dan memperbaiki keadaan, mengesampingkan masalah yang rumit, dan mencari dukungan sosial yang bersifat instrumental dari keluarga tercinta. Pasangan PINS dan R tidak pernah menghindari masalah akan tetapi lebih kepada menenangkan diri agar tidak bertindak gegabah dalam menangani hal-hal yang membuat tertekan, lalu tidak pernah merasa ingin bersembunyi, memiliki dukungan emosional seperti simpati dan empati dari keluarga dan teman, menerima keadaan dengan ikhlas, pasangan ini juga pernah merasa menyesali kesalahan yang sudah diperbuat dimasa lalu namun berusaha bangkit karena memikirkan anak, saat ini PINS dan R berpandangan positif dengan bersyukur atas nikmat yang Tuhan berikan, bertawakal, legowo dan kembali kepada Tuhan dengan lebih mendekatkan diri.

Dari hal ini dapat dilihat bahwa penggunaan coping stress pada subjek PINS dan R lebih cenderung kepada penggunaan *problem-focused coping*. Individu melakukan *problem focused coping* jika ia menilai situasi yang dialaminya bisa diubah atau ia merasa situasi tersebut memiliki tingkat ancaman yang memiliki peran penting dalam kehidupan berumah tangga.

Lalu pada subjek kedua yaitu pasangan SS dan RZ ditemukan bahwa dalam aspek pertahanan diri menghadapi masalah pasangan ini memilih

mengalihkan pikiran ke hal yang dianggap lebih menyenangkan. SS dan RZ juga membutuhkan waktu yang lama untuk menghadapi tekanan dan memilih menyelesaikan masalah sendiri. Dalam penyelesaian masalah yang membuat tertekan SS dan RZ menghindari dan akan menyelesaikan konflik secara perlahan dan satu per satu. SS dan RZ juga mendapatlan dukungan materi dan nasihat dari orang tua.

Menjalani pernikahan pada usia muda merupakan beban mental karena membutuhkan kematangan pikiran dan tindakan untuk menjaga keutuhan hubungan keluarga. Menurut penelitian Tydar (2012) tentang pernikahan dini di Desa Legoksari, Temanggung, remaja yang belum dapat mengendalikan emosinya cenderung memicu konflik, contohnya menyebabkan perceraian. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan usia dalam persiapan mental untuk menghadapi masalah saat menikah (Oktaviani, 2018)

Pasangan ini lebih memilih diam dan merasa ingin bersembunyi dari situasi yang tidak menyenangkan. SS dan RZ mendapatkan dukungan emosional dari keluarga. Dalam menjalani pernikahan selama 3 tahun lebih, subjek banyak bersabar, bersyukur dan tidak banyak menuntut satu sama lain. SS merasa adanya sedikit penyesalan terkait keputusan untuk menikah. Pada akhirnya SS dan RZ menjadikan semua yang terjadi seperti masalah dan konflik yang menekan serta kehidupan pernikahan sebagai pelajaran kedepannya sehingga dapat disimpulkan bahwa jika penggunaan coping stress pada subjek SS dan RZ lebih mengacu pada penggunaan emotion-

focused coping pada proses penyelesaian dan pengurangan tekanan dalam masalah yang terjadi. Hal ini disebabkan karena kedua subyek lebih banyak menggunakan perasaan dan menunjukkan tanda emosional saat menghadapi masalah yang menekan.

Menurut Sears dkk (dalam Oktaviani, 2018) mengatakan jika terjadinya persoalan pada pasangan yang sudah menikah adalah karena adanya penyatuan dua kepribadian yang unik. Khairunnisa dan Setiali (dalam Oktaviani, 2018) menyatakan bahwa remaja yang telah menikah rentan mengalami stres ketika memasuki peran baru sebagai orangtua muda dikarenakan remaja belum mampu mengatasi tekanan dan mengatur emosi dengan baik. Hingga menyebabkan remaja yang menikah belum mampu beradaptasi dengan baik. Hal ini juga disebabkan oleh fakta bahwa usia dan emosi remaja yang masih labil memiliki dampak pada kemampuan yang belum sempurna dalam menyelesaikan konflik (Kartono, 2002). Apabila suami dan istri belum mampu beradaptasi dengan baik, hal tersebut dapat mengganggu keharmonisan keluarga karena emosi yang belum stabil dan cara berpikir yang belum dewasa. Perasaan remaja sangat tidak stabil yang dapat menyebabkan pengambilan keputusan menikah dengan cepat seperti yang dilakukan oleh pasangan SS dan RZ. Dari segi psikologi, remaja masih dalam proses perkembangan emosi sehingga menikah pada usia remaja dapat membentuk kepribadian yang tidak matang dan menyebabkan konflik akibat emosi yang tidak terkendali.

SIMPULAN

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan kedua subjek mengenai bagaimana bentuk *coping stress* pada pasangan PINS dan R serta pasangan SS dan RZ didapatkan hasil dengan gambaran bentuk strategi *coping stress* dari aspek-aspek dan faktor-faktor yang mempengaruhi *coping stress* pada pasangan remaja menikah dini. Dapat ditarik kesimpulan bahwa PINS dan R lebih cenderung pada problem focused *coping* dalam mengatasi tekanan dalam pernikahannya sedangkan SS dan RZ lebih cenderung pada emotion focused *coping* dalam mengatasi tekanan dalam pernikahannya. Adapun faktor yang mempengaruhi *coping stress* pada kedua subjek yaitu kesehatan dan energi, keterampilan memecahkan masalah, keyakinan positif dan sikap optimis, keterampilan sosial yang edukatif dan efektif, dukungan sosial, materi, kepribadian, dan sumber masalah yang terjadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, J. (2019). Strategi *coping* stres dalam mengatasi problema psikologis. *Jurnal At-taujih*, 37-55.
- Atmasari, A. (2023). Strategi *coping stress* remaja dalam menghadapi perceraian orang tua. *Jurnal Psimawa*, 6-10.
- Bills, N. K. (2023). Analisis deskriptif strategi *coping stress* pada mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi di fakultas ilmu pendidikan universitas negeri surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 447-459.
- Husodo, B. T. (2021). Strategi *coping stress* melalui media sosial pada Remaja di Kota Semarang. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 327-333.
- Lazarus, R. S. (1984). *Stress Appraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Minarni, M. (2014). Gambaran dampak biologis dan psikologis remaja yang menikah dini di desa munding kecamatan bergas kabupaten semarang. *Jurnal Keperawatan Anak*, 95-101.

- Murdiyana, N. R. (2012). *Coping stress* pada remaja putri yang menikah di usia muda. *Jurnal Psikologi Ilmiah*, 1-5.
- Nasrulloh, A. (2022). dampak psikologis perkawinan anak usia dini (Studi Kasus di Keluarga Desa Mulyo Baru Surabaya). *Jurnal penelitian keislaman*, 49-62.
- Pambudhi, Y. A. (2022). Strategi *coping stress* mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Amal Pendidikan*, 110-122.
- Rosalina, A. B. (2014). Gambaran *coping stress* pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 18-23.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development*. Jakarta: Erlangga.
- Sepriyani, R. (2017). Strategi *coping* stres pada remaja menikah dini di Desa Tangkisan Gantiwarno Klaten. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 398-411.
- Solehah, I. (2023). Faktor pendorong kejadian pernikahan pada remaja usia dini: literature review. *Jurnal ilmu kesehatan*, 56-63.
- Sunarto, M. Z. (2022). Pembatasan pernikahan ditinjau dari psikologi. *Jurnal sosial ekonomi dan humaniora*, 616-624.
- Surawan. (2019). Pernikahan Dini; Ditinjau dari Aspek Psikologi. *Al-Mudaris: Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam*, 200-219.
- Surur, K. (2022). *Coping stress* pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 215-231.
- Tarigan, R. (2023). *Coping stres* pada remaja wanita menikah dini di Desa Tembung Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 661-674.
- Triadhari, I. (2023). Dampak psikologis pernikahan Dini (Studi Kasus Di Kua Kecamatan Kejaksan Kota Cirebon). *Spiritualita: Journal of Ethics and Sprirituality*, 89-100.
- Yuwanda, R. (2024). Studi kasus mengenai *coping stress* pada remaja yang nikah muda akibat Married by Accident. *Jurnal Riset Psikologi*, 42-50.
- Zarkasih, K. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 25-32.