

## **Coping Stres pada Remaja Wanita Menikah Dini di Desa Tembung Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang**

### **Stress Coping in Adolescent Women in Early Marriage in Tembung Village, Percut Sei Tuan Sub-District, Deli Serdang District**

**Rahmawati Tarigan<sup>1\*</sup>, Dedi<sup>2\*</sup>, Elya Rosa Br.Sembiring<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Dosen S1 Psikologi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Helvetia, Medan

<sup>2</sup>Dosen D3 Keperawatan, Fakultas Farmasi Dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan,

<sup>3</sup>Dosen Profesi Bidan, Fakultas Farmasi Dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan

\*Korespondensi Penulis: [rahma.tarigan75@gmail.com](mailto:rahma.tarigan75@gmail.com), [dedisyaiful@Helvetia.ac.id](mailto:dedisyaiful@Helvetia.ac.id),  
[elyarosa96@gmail.com](mailto:elyarosa96@gmail.com)

#### **Abstrak**

Remaja adalah individu yang sedang dalam tahap perkembangan transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa awal, dimana terjadi perubahan secara anatomis, fisiologis, emosional dan intelektual serta hubungan lingkungan social. Ditandai dengan adanya perubahan dari aspek fisik, psikis dan psikososial. Masa remaja yang merupakan masa penuh dengan konflik dan tekanan baik dari dalam diri maupun dari luar individu tersebut sehingga menimbulkan perubahan. Untuk dewasa remaja mengalami masa kritis yaitu berusaha penentuan identitas diri. Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui coping stress pada remaja wanita menikah dini di Desa Tembung Kabupaten Deli Serdang. Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian campuran yaitu mixed method. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja wanita menikah dini di Desa Tembung sebanyak 10 ibu. Spesifikasi penelitian kuantitatif yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan pendekatan cross sectional. Dan penelitian kualitatif pada penelitian ini adalah dengan studi kasus (case study). Hasil penelitian bahwa 1. remaja menikah pada usia dini yaitu Pengaruh pergaulan bebas Kondisi ekonomi yang lemah membuat tidak berniat lanjut pendidikan. Kondisi lingkungan yang jarang melanjutkan pendidikan 2. sumber stres yang dialami oleh remaja menikah dini yaitu Kondisi ekonomi dan keuangan yang lemah, 3. stres pada remaja yang menikah di usia dini yaitu Pekerjaan suami yang tidak mapan dan tidak tetap. Tanggung jawab suami tidak baik. Sikap dan sifat suami yang buruk, kasar dan keras serta Tuntutan tanggung jawab sebagai istri yang dirasa berat 4. coping stress yaitu *Escapism* dengan pergi tidur dan menemui teman untuk cerita. *Instrumental action* dengan menangis dan memukuli diri. *Seeking social support* dengan meminta dukungan ibu dan sahabat. *Self control* dengan mengendalikan diri *Accepty reponbility* dengan menerima keadaan dan apa yang terjadi. *Problem solving* dengan berusaha sabar dan hati-hati dalam bersikap supaya tetap ada jalan terbaik, *Seeking meaning* berusaha mendekatkan diri kepada tuhan. *Possitif Reaprasial* dengan mendekatkan diri kearah yang positif dan campur tangan tuhan. dan *Mnimization*. Kesimpulan dari penelitian ini adalah mengedukasi dalam sumber informasi mengenai permasalahan stress pada kehidupan pernikahan remaja yang menikah dini. Dan juga agar subjek bisa menjadikannya sebagai pengetahuan baru dalam diri masing-masing sehingga bisa menjadi hal yang bermanfaat dalam kehidupan selanjutnya dengan melakukan hal yang lebih baik lagi.

**Kata Kunci :** Coping, Stres, Remaja, Menikah Dini

### **Abstract**

*Adolescents are individuals who are in a transitional developmental stage between childhood and early adulthood, where changes occur anatomically, physiologically, emotionally and intellectually as well as relationships in the social environment. It is marked by changes in the physical, psychological and psychosocial aspects. Adolescence is a period filled with conflict and pressure both from within and from outside the individual, causing change. For adolescents experiencing a critical period of trying to determine self-identity. The purpose of this study was to determine coping stress in young women who married early in Tembung Village, Deli Serdang Regency. This type of research uses a mixed research design, namely the mixed method. The population used in this study were young women who married early in the village of Tembung as many as 10 mothers. The sampling technique used a total population of 70 mothers. Quantitative research specification used in this research is cross sectional approach. And qualitative research in this study is a case study (case study). The results of the study are 1. adolescents marry at an early age, namely the influence of promiscuity. Weak economic conditions make them not intend to continue their education. Environmental conditions that rarely continue their education 2. sources of stress experienced by adolescents who marry early, namely weak economic and financial conditions, 3. stress on adolescents who marry at an early age, namely the husband's job which is not established and not fixed. The husband's responsibilities are not good. go to bed and meet friends to tell stories. Instrumental action by crying and beating yourself up. Seeking social support by enlisting the support of mothers and friends. Self control by self-control Acceptance responsibility by accepting circumstances and what is happening. Problem solving by trying to be patient and careful in behave so that there is still the best way..Seeking meaning trying to get closer to God.Reaprasial positive by getting closer to a positive direction and God's intervention.and Mnimization. The conclusion of this study is that it is hoped that it can become input or educational material in a source of information about the problem of stress in the married life of adolescents who marry early. then do something even better.*

**Keywords:** *Coping, Stress, Adolescents, Early Marriage*

### **PENDAHULUAN**

Setiap individu atau manusia akan mengalami beberapa tahap pertumbuhan, perkembangan, dan perubahan yang akan timbul dan muncul dalam diri muali dari lahir hingga dewasa. Setiap perkembangan memiliki peranan penting untuk menentukan kehidupan setiap individu. Dalam hal ini dapat dilihat bahwa remaja adalah salah satu tahap yang akan dilalui seseorang. Tahap ini ditandai dengan kematangan secara seksual dan berakhir pada matangnya usia secara hukum yang telah sesuai dengan semestinya.

Remaja adalah individu yang sedang dalam tahap perkembangan transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa awal, dimana terjadi perubahan secara anatomis, fisiologis, emosional dan intelektual serta hubungan dilingkungan social. Ditandai dengan adanya perubahan dari aspek fisik, psikis dan psikososial. Masa remaja yang merupakan masa penuh dengan konflik dan tekanan baik dari dalam diri maupun dari luar individu tersebut sehingga menimbulkan perubahan. Untuk dewasa remaja mengalami masa kritis yaitu berusaha penentuan identitas diri (Rahmawati et al., n.d.).

Penelitian *United Nations Children's Fund* (UNICEF) tahun 2012 melaporkan bahwa sekitar 150 jutaremaja di dunia menikah dibawah usia 16 tahun dan praktek pernikahan usia dini paling banyak terjadi di Asia Tenggara dan Afrika. Di Asia Tenggara

didapatkan data bahwa sekitar 10 juta remaja dibawah 16 tahun telah menikah, sedangkan di Afrika diperkirakan 42% dari populasi anak menikah sebelum mereka berusia 16 tahun (Afriзал & Frihandy, 2014).

Negara Indonesia termasuk yang persentase pernikahan usia mudanya tinggi di dunia yaitu menempatkan ranking ke 37 (BKKBN, 2012). Hal ini dikarenakan usia minimum menikah di Indonesia sekitar 16 tahun, seperti yang tercantum dalam undang-undang Republik Indonesia Nomor 1 tahun 1974 mengenai Perkawinan pada pasal 7 menyebutkan bahwa usia minimal seorang wanita diizinkan menikah adalah 16 tahun. Namun Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN, 2012) memberikan peringatan bahwa wanita sebaiknya menikah di atas usia 20 tahun dan pria pada 25 tahun, karena pada umumnya pasangan yang menikah muda emosinya cenderung menggebu-gebu dan lebih mudah menghadapi stres (Afriani, 2016).

Berdasarkan penelitian dari Risma Septiyani, yaitu untuk mengetahui coping stress remaja menikah dini di desa Tangkisan Klaten, dengan usia remaja usia 16-19 tahun dengan usia pernikahan maksimal 3 tahun. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa faktor menikah dini pada remaja meliputi kondisi ekonomi, pendidikan rendah, ketidakharmonisan keluarga, seks bebas, dan kehamilan diluar nikah dengan sumber stress yang meliputi kerja perubahan tanggung jawab dan konflik pasangan. (Septiyani, 2017).

Sejalan dengan penelitian tersebut masalah yang menyebabkan remaja menikah dini terutama remaja wanita yang mengambil keputusan karena faktor pendukung selain pergaulan bebas, faktor lain ialah agama, budaya dan tuntutan social. Salah satu desa yang masyarakatnya melakukan pernikahan dini yaitu di kabupaten Jember oleh penelitian yang dilakukan oleh Rani Fitrianiingsih, dengan hasil wawancara bahwa faktor menikah dini ialah tradisi kampung dan juga kehamilan diluar nikah. (Nurwita & Rudin, 2020).

Terjadinya pernikahan dini pada remaja dapat memiliki dampak yang dirasakan oleh para korban terutama wanita antara lain, masalah kesehatan reproduksi belum matang mengalami kehamilan yang beresiko tinggi baik ibu atau bayinya, munculnya KDRT karena masih konflik pernikahan, ekonomi yang tidak stabil, putus sekolah, kehamilan yang tidak dikehendaki yang kemudian menimbulkan stress. Faktor utama yang sering dialami ialah ekonomi. Stressor atau tekanan yang didapatkan karena ketidaksiapan menjalin hidup rumah tangga terlalu dini dan memiliki dampak negatif fisik atau psikologi remaja menikah dini. (Lestari, 2018).

Upaya yang juga dilakukan remaja menikah dini dalam mengatasi stressnya juga dilakukan dengan remaja wanita yang memilih mengalah dan menghindari pertengkaran dengan pergi ketetangga dan yakin bahwa setelah ini akan baik saja. Ada kalanya coping stress seperti *Self control* juga diperlihatkan remaja wanita menikah dini dengan saat ada masalah yang membuat dirinya merasa stress ia melampiasakan kekesalannya dengan melempar barang dan melampiasakan pada anaknya.

Berdasarkan hasil dari survey awal data di desa Tembung. Dari hasil observasi sementara yang dilakukan oleh peneliti dalam beberapa hal yang melatarbelakangi remaja menikah dini di desa Tembung yaitu karena terjadinya kehamilan diluar nikah, remaja yang putus sekolah karena kurangnya kesadaran akan pentingnya pendidikan. Diketahui bahwa subjek memiliki latar belakang keluarga yang berbeda-beda, ada yang berasal dari keluarga mampu dan ekonomi menengah kebawah. Dengan rata-rata memiliki pendidikan batas SMP dan SMA. Dan berdasarkan observasi awal bahwa dominan latar belakang remaja menikah dini di desa Tembung ialah karena keterikutan dengan lingkungan

sekitar dan hamil diluar nikah. Subjek mengungkapkan bahwa telah mengalami tekanan yang dating baik dari dalam maupun diluar sehingga menjadikannya mengalami stress. Berawal dari sering terjadi perdebatan dengan pasangan juga juga salah satu pemicu stress. Fokus dalam peneletian ini adalah latar belakang remaja menikah dini dan coping stress atau upaya yang dilakukan setiap Individu dalam menhadapi tekanan nya dalam masalah pernikahan dini tersebut. Yang meliputi sumber stress, dampat stress, dan bentuk coping stress maka jumlah selirih responden yaitu remaja yang menikah dini di desa Tembung.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara sementara yang dilakukan peneliti di Desa Tembung terdapat 1 orang subejk yang berhasil dimintai inforrmasinya terkait penelitian tersebut.

Subjek 1 (S) Pengaruh pergaulan dan pendidikan yang mendorong S melakukan hubungan diluar nikah dan akhirnya melakukan pernikahan dini, subjek juga mengatakan ingin meringankan beban orangtua. Subjek mengatakan bahwa sumber stress yang dialami ialah permasalahan ekonomi yang belum mapan dan penghasilan suami yang sdikit, perubahan tanggung jawab sebagai seorang istri juga membuatnya pening juga kehamilan dan seorang anak. Dampak stress yang ditunjukkan ialah mudah tersinggung, marah, sakit kepala, cemas, dan nafsu makan berkurang. Bentuk coping stress yang dilakukan subjek S ialah me nghindari masalah, menganggap maslah ini ringan dan meminta solusi teman terdekttat dan melibatkan suami terkait apa yang ia rasakan dalam pernikahan ini berikut dengan maslah ekonomi. Maka dari hal tersebut dapat menjadi salah satu lanadasan peneliti dalam melnjutkan penelitian selanjutnya di Desa Tembung.

Berdasarkan uraian daitas, peneliti tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul strategi coping stress pada remaja wanita menikah di Desa Tembung Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang.

## **METODE**

Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian campuran yaitu mixed method. Pendekatan ini emrupakan pendekatan yang mengkombinasikan bentuk pendekatan kualitatif dan kuatitatif. dengan pendekatan corss sectional. Dan penelitian kualitatif pada penelitian ini adalah dengan studikasus (case study). Adapun lokasi penelitian berada di Desa Tembung Kecamatan Percut Sei Tuan Kabuapten Deli Serdang, penelitian ini dilakukan pada bulan february 2023. Sampel pada penelitian 10 orang respondent.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **4.1. Hasil Penelitian**

#### **4.1.1. Hasil Kuantitatif .**

**Tabel 4.1.** Distribusi Frekuensi Umur Responden

<b>No</b>	<b>Umur</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
1	15	1	10
2	16	3	30
3	17	2	20
4	18	1	10
5	19	3	30
<b>Total</b>		<b>10</b>	<b>100</b>

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi umur adalah berumur 15 tahun sebanyak 1 orang (10%), 16 tahun sebanyak 3 orang (30%), 17 tahun sebanyak 2 orang (20%), 18 tahun sebanyak 1 orang (10%) dan 19 tahun sebanyak 3 orang (30%).

**Tabel 4.3.** Distribusi Frekuensi Hasil skor Kuesioner PSS-10

No	Skor PSS-10	f	%
1	17	1	10
2	22	3	30
3	23	2	20
4	24	1	10
5	27	1	10
6	28	1	10
7	29	1	10
<b>Total</b>		<b>10</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil pada tabel 4.3 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi Kuesioner PSS-10 dengan skor 17, 24, 27, 28 dan 29 sebanyak 5 orang (50%), skor 23 sebanyak 2 orang (20%) dan skor 23 sebanyak 3 (30%).

**Tabel 4.4.** Distribusi Frekuensi Stress Responden

No	Stress	f	%
1	Sedang	7	70
2	Berat	3	30
<b>Total</b>		<b>10</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil pada tabel 4.4 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi stress mayoritas stress sedang sebanyak 7 orang (70%) dan minoritas stress berat sebanyak 3 (30%).

#### **A. Latar belakang menikah dini**

No	Latar belakang menikah dini
1	Pengaruh pergaulan bebas
2	Pengaruh lingkungan yang buruk
3	Kondisi ekonomi lemah sehingga tidak lanjut pendidikan
4	Tingkat pendidikan yang rendah
5	Orangtua yang terlalu membebaskan
6	Kurangnya kesadaran akan pentingnya pendidikan
7	Sudah mengenal kehidupan seks sejak dini
8	Sudah melakukan hubungan seks sebelum menikah
9	Sudah hamil terlebih dahulu
10	Perjudohan
11	Sudah mengenal kehidupan malam dan seks sejak dini
12	Mayoritas lingkungan yang sudah banyak menikah
13	Merasa sudah cukup umur
14	Memilih menikah atas dasar cinta
15	Kurang perhatian dari orangtua
16	Berasal dari keluarga broken home
17	Keinginan menikah muda

### **B. Sumber Stres**

---

<b>No</b>	<b>Sumber stres</b>
1	Kondisi ekonomi dan keuangan yang lemah
2	Pekerjaan suami yang tidak mapan dan tetap
3	Tanggung jawab suami dianggap tidak baik
4	Sikap dan sifat suami yang buruk,kasar dan keras
5	Kebiasaan suami yang buruk
6	Perubahan peran dan tanggung jawab baru dan besar sbagi istri
7	Menerima perlakuan buruk ,kekerasan fisik dan hati
8	Suami selingkuh
9	Tuntutan tanggung jawab sbagai istri yang dirasa berat
10	Ucapan atau nasehat suami dianggap suatu tekanan
11	Lingkungan baru yang belum terbiasa
12	Kebiasaan suami yang baik dan merasa insecure
13	Sifat sensitif dan emosional diri sendiri yang datang tiba-tiba
14	Perubahan peran sebagai seorang ibu
15	Perubahan fisik
16	Syndrom babby blues
15	Tidak terpenuhinya keinginan atau kemauan diri oleh suami
16	Kebiasaan suami yang tidak disukai
17	Perbedaan pendapat yang tidak sejalan dengan suami
18	Pekerjaan suami yang tidak disukai
19	Lingkungan dan pergaulan suami yang tidak disukai
20	Rasa cemburu
21	Tanggung jawab pekerjaan yang membuat tambah lelah

---

### **C. Dampak Stres**

---

<b>No</b>	<b>Dampak Stres</b>
1	Mudah sedih dan perasaan terganggu
2	Mudah marah-marah
3	Menjadi kurang konsentrasi sampai sedikit linglung
4	Sering menangis
5	Perasaan tida tennag,jantung berdebar,takut dan cemas
6	Sering mengalami sakit kepala,pusing ,sakit leher dan sakit mata (sakit pada fisik)
7	Tidak nafsu makan
8	Tubuh sering lemas
9	Sulit tidur
10	Emosi tidak terkontrol
11	Mudah marah,kesal,teriak dan emosi tidak terkendali
12	Membuang dan merusak benda sedkitar
13	Otot tubuh sering tegang
14	Sering mengeluarkan kata-kata kasar
15	Cemas dan mudah tersinggung
16	Menganggap diri sendiri terkadang gila
17	Males melakukan kegiatan

---

---

### D.Coping Stres

No	Coping Stres
1	Problem solving
2	Negoitation
3	Active coping
4	Seeking of social suport
5	Instrumental action
6	Minimization
7	Escaipsm
8	Seeking of emotional support
9	Self control
10	Accepty responsibility
11	Seeking meaning
12	Positif reapparasial
13	Self blame

### Informan kualitatif

No.	Keterangan	Informan subjek DF	Informan subjek MI	Informan Subjek AR	Informan Subjek UR	Informan Subjek SW
1.	Nama	SY	OC	DD	KI	LK
2.	Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan	Perempuan	Perempuan	Perempuan
3.	Agama	Islam	Islam	Islam	islam	Islam
4.	Pekerjaan	Jasa laundry	Berjualan	Berjualan	Berjualan	IRT
5.	Identitas	Ibu kandung	Kaka kandung	Ibu kandung	Ibu kandung	Teman dekat

SY merupakan informan dari subjek DF, dimana SY adalah ibu kandung dari DF. Dan SY tidak tinggal satu rumah dengan DF selama menikah, dengan rumah yang tidak jauh dari kediaman SY. Namun setelah perceraian DF akhirnya DF tinggal kembali dengan SY dan juga bapaknya SY juga mengatakan setelah perceraian DF sempat menjadi orang yang pendiam sekali dan tidak suka keluar rumah, namun sekarang sudah jauh lebih baik. DF adalah anak yang lebih dekat dengan SY ibunya dibanding ayahnya. SY mengatakan bahwa DF adalah orang yang ceria dan ramah dengan lingkungannya.

### 5.1 Latar Belakang Menikah Dini

Faktor menikah dini pada beberapa subjek yang diteliti memiliki kesamaan dalam latar belakang menikah dini, yaitu yang pertama kurangnya pengawasan dari orangtua dan juga faktor tumbuh kembang remaja yang belum matang. Dimana dari Hurlock mengatakan segi kematangan yang dikenal juga dengan istilah masa remaja (adolescence) dimana Masa remaja yang sangat penting disaat pada usia remaja yang rentan dari segi emosional. (Wulandari, 2014).

Sejalan dengan pendapat Kartono (2011:9) yang menyatakan bahwa pola asuh orangtua dapat menjadi dorongan bagi seseorang terutama seorang anak untuk melakukan kejahatan. Subjek DF, AR, UR, dan SW merasa orangtua mereka tidak pernah melarang mereka untuk keluar rumah dan bahkan sampai pergi hingga larut malam dan hanya

menegur ala kadarnya yang dianggap tidak membuat subjek takut akan hal yang dilakukannya. Subjek DF yang sudah pacaran sejak SMP pun sudah mulai pacaran dan bahkan orangtua DF mengetahui dan tidak ada melarangnya. Seperti yang pernah diucapkan oleh subjek DF “ *Pergaulan dan lingkungan saya disini kak bebas, anak-anak seumur saya banyak yang nongkrong pulang kadang sampek malam, dan orangtua juga membebaskan aja jadinya ya gak terlalu takut gitu kalo dimarahi juga ala kadarnya aja* ” ungkap DF (Jannah, 2017).

faktor yang kedua adalah ekonomi, subjek DF, MI, AR, dan SW memiliki latar belakang ekonomi yang rendah sehingga mereka yang tidak mendapatkan financial lebih, karena orangtua tidak mampu dan mereka tidak bisa melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi. Pada saat tersebut orangtua pun akhirnya membiarkan para anaknya untuk menikah dini guna sedikit meringankan beban mereka sebagai orangtua, walau mereka tidak menyadari dampak dari pernikahan tanpa ilmu dan persiapan yang baik. Subjek DF, MI, AR, dan SW yang juga tidak melanjutkan pendidikan karena faktor ekonomi sehingga menikah muda. seperti yang diungkapkan oleh salah satu subjek yaitu subjek MI “ *Ditempat saya dulu emang jarang anak lanjut sekolah kaka, karena rata-rata nelayan yang uangnya pas –paskan jadi lebih baik kerja dan bantu orangtua. La kak terus dapat jodoh nikah* ” Ungkap MI. Tak hanya MI, DF, AR dan SW juga tidak lanjut pendidikan karena ekonomi yang dirasa kurang mampu untuk lanjut lagi dan memilih kerja. Silitonga mengungkapkan bahwa faktor-faktor ekonomi juga menjadi salah satu penyebab pernikahan di usia muda. Ekonomi adalah salah satu hal yang penting dalam keluarga dimana memiliki fungsi untuk memenuhi kebutuhan keluarga dan membuat kesejahteraan hidup yang baik pula (Pohan, 2017).

Faktor ketiga adalah pendidikan, baik itu pendidikan orangtua ataupun anaknya, yang dikatakan minimnya pendidikan sehingga tidak bisa memberikan edukasi yang baik terhadap anak. dengan kata lain pendidikan yang rendah mempengaruhi pola pikir orangtua yang membiarkan anak putus sekolah dan menikah muda. Sedangkan anak yang tidak melanjutkan pendidikan juga beranggapan bahwa menikah muda juga solusi atau sudah sepantasnya dilakukan. (Desiyanti, 2015).

Faktor keempat adalah lingkungan yang buruk atau pengaruh yang membuat mereka mengenal seks bebas diluar nikah. Hal tersebut yang dibawa oleh lingkungan dan juga pertemanan yang negative menyebabkan mereka juga mengikuti arus tersebut dan juga melakukannya. Sudarsono mengatakan bahwa dorongan berhubungan seks juga dipengaruhi oleh gambaran didalam pikirannya, bisa dibawa factor menonton film porno, atau teman yang sudah menceritakan dilingkungan sehingga diri berkhayal dan membayangkan hingga penasaran.

Hal tersebut jelas menjadi faktor penting dimana lingkungan dan pergaulan buruk yang didapat dilingkungan para responden menyebabkan mereka sudah mengenal kehidupan malam dan seks sejak dini sehingga menjadikan mereka lebih jauh mengenal kehidupan yang tidak sesuai usianya. Demikian pula dengan subjek DF, AR, dan SW yang memiliki pergaulan bebas dan pengaruh pertemanan yang buruk membuat mereka juga berdampak sehingga mereka melakukan seks diluar nikah di usia yang sangat muda. Seperti yang diungkapkan oleh salah satu subjek yaitu AR, AR mengatakan “ *kalo itu mulai SMA juga kak, dan cowok saya yang mulai kawan juga banyak yang udah giru, apalagi sering dugem di capital kak.* ” Ungkap AR. Hal tersebut sungguh membenarkan bahwa kehidupan seks dan juga kehidupan malam yang dipengaruhi lingkungan sudah membuat mereka melakukan hal yang tidak semestinya di usia mereka yang relative muda. (Pratama, 2014).

## 5.2 Sumber Stress

Siswanto mengungkapkan bahwa faktor atau sumber stress itu dapat berasal dari dalam dan luar individu ,dimana dari dalam individu ialah emosional diri dan usia dari seseorang yang bergantung terhadap matangnya mengatasi masaalah,adapun faktor dari luar ialah seperti lingkungan, keluarga, ekonomi, pasangan, kebiasaan dll (Septiyani, 2017).

Risma septiyani mengungkapkan ada beberapa faktor yang menyebabkan stress dalam pernikahan dini ,yaitu masalah ekonomi, pekerjaan yang belum mapan,sikap pasangan,kesalahpahaman antar pasangan ,perubahan peran,fisik dan tanggung jawab yang besar. Kondisi keuangan atau ekonomi keluarga yang dirasa tidak sangat baik,membuat tekanana dalam rumah tangga termasuk dalam hal ini dirasakan oleh DF, AR, dan SW .Selain itu Pekerjaan suami DF,AR,dan SW juga dianggap kurang mapan dan tidak menetap sehingga menyebabkan perekonomian semakin buruk dan juga membuat para subjek kepikiran hingga me njadi tekanan yang terus menerus dirasakan dihati hingga stress. Seperti yang pernah diungkapkan oleh salah satu subjek DF ,subjek DF mengungkapkan “ *ekonomi lah kak,tanggung jawab suami,kebiasaan suami,yang mabuk,judi,kasar sama saya ,pertengakaran yang jelas buat orang manapun stress la kak apalagi saya*” ungkap DF.Dalam ungkapan DF dapat diketahui bahwa banyak faktor yang menyebabkannya stress yang tak lain pertama ialan ekonomi. (Septiyani, 2017).

Tanggung jawab suami DF,AR,UR,dan juga SW yang dirasa tidak baik dan tidak lebih mempedulikan kepentingan istri atau uang untuk sepenuhnya diberikan keistri membuat para subjek menambah tekanan dalam hatinya yang sedih karena sudah menjadi istri, (Septiyani, 2017).

Lalu kebiasaan suami UR yang dirasa buruk oleh UR merupakan kebiasaan yang masih wajar seprti main gami dankumpul dengan teman-teman,tapi tidak berlaku buat UR yang merasa itu hal buruk dan membuat batinnya tersiksa apalgi sata tidka didengar.Nah bagaimana dengan kebiasaan buruk suami subjek DF,dan SW yang memang betul melakukan kebiasaan buruk,seperti merokok,minum alkohol,main judi bahkan suami subjek DF sampai pernah berhubungan dengan wanita malam. Hal tersebut pernah diungkapkan oleh subjek DF yang mengatakan “ *Masalah itu semua kak,suami gak ada tanggung jawabnya,judila,mabuk sampai pada usia hamil saya 7 bulan saya dikasi tau tetangga kalau suami saya main cewek dicafe pojokan hancur lah hati saya rasanya hingga semua saya ceritakan keorangtua setelah lama saya pendam hingga mutuskan cerai*”. Hal tersebut jelas membuat batin subjek sangat tsedih dan merasa menyesal telah menikah muda.

Hurlock (1980:212-213) mengungkapkan bahwa masa remaja adalah masa dimana seseorang mengalami ketidakstabilan emosi yang merupakan konsekuensi dari penyesuaian pola perilaku dan harapan social baru yang menjadikan remaja kembali pada pola emosianak-anak dimana emosi tidak sbail meledak-ledak ,suka menggerutu tdiak mau bicara dan bicara dengan suara keras terhadap orang yang menyebabkan amarah. (Septiyani, 2017).

### 5.2.1 Dampak Terhadap Stres

Dampak stress yang tampak pada individu berebeda-beda tergantung cara mereka menyikapi hal tersebut.Hal tersebut tentunya juga berpengaruh pada kelima subjek teresebut dalam menyikapi stress yang mereka rasakan dan alami.Tergantung cara pandang individu dalam menghadapi stress yang menjadikan dampak positif dan negatif. Risma septiyani mengatakan bahwa dampak stress berakibat pada psikis dan fisik pada

individu ,adapun yang berakibat pada psikis ditandai denganreaksi emosional diri seperti cemas,sedih,sensitive,dll sedangkan pada reaksi fisik berupa apapun yang menimbulkan sakit pada fisik seperti sakit kepala,jantung dll. (Septiyani, 2017).

Pada subjek MI,AR dan UR saat sedang stress menjadi mudah marah dan kesal,konsentrasi terganggu terutama saat bekerja dan melakukan tugas sebagai seorang istri dirumah.Subjek MI,AR dan juga UR juga suka merusak benda dan membuang benda yang ada disekitar mereka,malas untuk melakukan kegiatan terutama kehilangan semnagat untuk melakukan pekerjaan dirumah yang seharusnya mereka lakukan. Hal tersebut juga diungkapkan oleh salah satu subjek yaitu subjek MI yang saat sedang merasa stress atau dalam tekanan subjek MI marah-maraha,teriak,dan banting barang. (Septiyani, 2017).

Hal yang hampir dirasakan dan dialami dengan kesamaan antara subjek DF,MI,AR,UR dan SW yaitu fisik subjek yang terasa sakit,seperti rasa sakit dikepala yang kerap kali terjadi,lalu sakit pada bola mata,sakit leher,jantung berdebar lebih cepat,dan juga meraskan rasa cemas dan takut yang terkadang muncul begitu saja dipikiran mereka saat sedang stress.Kelima subjek juga merasakan yang namanya tidak nafsu makan ,sehingga mereka menjadi lemas dan juga sulit tidur.(Septiyani, 2017).

### 5.3 Bentuk Coping stress

Menurut Lazarus dan Folkman (Smet,1994:145) coping stres terdiri atas dua bagian yaitu *problem focused coping* dan *Emotion focused coping*.Dimana *problem focused coping* adalah adalah strategi yang diarahkan pada masalah yang dialami serta upaya untuk memecahkan masalah tersebut.Sedangkan *Emotion focused coping* adalah cara menghindari masalah,melakukan rasionalisasi terhadap peristiwa yang terjadi,menyangkal peristiwa untuk memperoleh dukungan. Adapun *problem focused coping* terdiri atas beberapa bagian yaitu,*Problem solving* ,*seeking of social support*,*active coping*,*negotiation*, dan *Instrumental action*. Sedangkan *Emotion focused coping* terdiri atas *minimization*,*self blame*,*escapism*,*seeking of emotional support**self control*,*accepty responsibility*,*seeking meaning*,dan *positif reappraisal* (Septiyani, 2017).

Bentuk coping stress dari kelima subjek ini berbeda –beda sesuai mereka bagaimana menyikapinya. Strategi yang digunakan oleh subjek yaitu dengan *problem focused coping* dan *emotion fococused coping* .kelima subjek menggunakan banyak strategi coping yang sama yang akan dikelompokkan menjadi satu bagian sesuai bagian coping stress yang diterkan oleh Lazarus Flokman yang terbagi atas dua bagian yaitu : yang pertama

- a) *Problem focused coping* ,dalam hasil penelitian tersebut sesuai subjek yang melakukan coping stress yaitu :
  - (1) *Problem solving* ,dimana mengartikan cara menganalisis setiap situasi yang menimbulkan masalah serta berusaha mencari solusi secara langsung terhadap masalah yang dihadapi.
  - (2) *Seeking of social support* ialah bentuk mengatasi masalah dengan meminta dukungan orang terdekat.Dalam hal ini digunakan oleh kelima subjek dengan meminta dukungan dan juga saran dari orang terdekat dengan cerita ke orangtua atau sahabat dekat yang dipercaya. *kak tempat ku cerita karena aku gk dekat sama orang selain mereka* “ ungkap MI.
  - (3) *Negotiation* merupakan bentuk komunikasi yang dianggap bisa memecahkan masalah dengan mendudukan suatu permasalahan yang sedang dihadapi,hal ini

- digunakan oleh kelima subjek dalam menghadapi masalah dan stress dirumah tangganya.
- b) Emotional focused coping ,dalam hal ini dapat diungkapkan dalam bagian strategi tersebut yaitu :
- (1) *Escaipsm* yang merupakan bentuk coping stress berupa menghindari masalah dengan mencari celah atau pengabaian supaya dianggap dapat membuat subjek sedikit melupakan masalah yang terjadi.Baik itu berupa bentuk pengabaian dengan pergi tidur,pergi menonton tv,pergi dari rumah,pergi dengan teman ataupun merokok yang juga dilakukan oleh kelima subjek tersebut.
  - (2) *Minimization* yaitu bentuk pengabaian masalah seperti yang dilakukan oleh subjek DF dan juga SW yang hampir memiliki banyak kesamaan dalam menangani masalahnya.
  - (3) *Self control* yang merupakan cara individu dalam meregulasi emosi dan dirinya terhadap masalah juga dilakukan oleh kelima subjek saat mereka terkadang berupaya menahan emosi mereka saat marah walaupun terkadang emosi subjek tetap tak terkendali.
  - (4) *Accepty responbility (Acceptance)* merupakan subjek yang berusaha menerima keadaan dan memiliki keyakinan bahwa mungkin suaminya akan menjadi lebih baik kedepannya dan juga dirinya bisa menerima posisinya dan bisa menjalani masalah dalam dirinya sebagai seorang istri atau ibu.
  - (5) *Seeking emotional support* adalah bentuk dukungan keorang terdekat dengan bentuk saran ataupun juga bentuk financial hal tersebut didapatkan oleh subjek DF, AR dan UR yang memperoleh dana dari orangtua sebagai bentuk dukungan.
  - (6) *Self blame* ,suatu tindakan pasif yang menyalahkan diri sendiri seperti yang dilakukan oleh subjek MI yang merasa bahwa dirinya lah yang menyebabkan permasalahan dan sumber stress dalam rumah tangganya.
  - (7) *Seeking Meaning* ialah bentuk pemecahan masalah dengan lebih mendekatkan diri kepada tuhan dan intropeksi diri juga mengaanngap semua yang terjaid adalah campur tangan tuhan yang harus dihadapi dan hal ini digunakan oleh kelima subjek dalam menghadapi masalahnya diakhir kemampuan mereka.
  - (8) *Positif reapparasial* ,suatu bentuk pemecahan masalah dengan mendekatkan diri kejalan tuhan juga berusha berbuat yang sebelumnya belum pernah dilakukan ,dan mengarah ke hal yang lebih positif. (Septiyani, 2017).

## **KESIMPULAN**

1. Remaja menikah pada usia dini yaitu Pengaruh pergaulan bebas Kondisi ekonomi yang lemah membuat tidak berniat lanjut pendidikan. Kondisi lingkungan yang jarang melanjutkan pendidikan
2. Sumber stres yang dialami oleh remaja menikah dini yaitu Kondisi ekonomi dan keuangan yang lemah,
3. Stres pada remaja yang menikah di usia dini yaitu Pekerjaan suami yang tidak mapan dan tidak tetap.Tanggung jawab suami tidak baik.Sikap dan sifat suami yang buruk,kasar dan keras serta Tuntutan tanggung jawab sbagai istri yang dirasa berat
4. Coping stres yaitu *Escaipsm* dengan pergi tidur dan menemui teman untuk cerita.*Instrumental action* dengan menangis dan memukuli diri.*Seeking social support* dengan meminta dukungan ibu dan sahabat.

## SARAN

Diharapkan agar dapat menjadi bahan masukan ataupun edukasi dalam sumber informasi mengenai permasalahan stress pada kehidupan pernikahan remaja yang menikah dini. Dan juga agar subjek bisa menjadikannya sebagai pengetahuan baru dalam diri masing-masing sehingga bisa menjadi hal yang bermanfaat dalam kehidupan selanjutnya dengan melakukan hal yang lebih baik lagi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, R. (2016). Analisis Dampak Pernikahan Dini pada Remaja Putri di Desa Sidoluhur Kecamatan Godean Yogyakarta. *PROSIDING SEMINAR NASIONAL & INTERNASIONAL*, 1(1).
- Afrizal, A., & Frihandy, R. (2014). *Peranan United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) dalam Menanggulangi Kelaparan dan Kekerasan pada Anak-anak di Yaman Tahun 2011-2013*. Riau University.
- Desiyanti, I. W. (2015). Faktor-faktor yang berhubungan terhadap pernikahan dini pada pasangan usia subur di Kecamatan Mapanget Kota Manado. *Jikmu*, 5(3).
- Jannah, M. (2017). Remaja dan tugas-tugas perkembangannya dalam islam. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 1(1).
- Lestari, H. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan Tingginya Pernikahan Dini pada Wanita Usia Subur (WUS) di Desa Suntalangu Kecamatan Suela Kabupaten Lombok Timur Nusa Tenggara Barat Tahun 2010-2015. *Prima: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 4(1).
- Nurwia, N., & Rudin, A. (2020). Faktor-faktor Penyebab Terjadinya Pernikahan Usia Dini Siswa. *Jurnal Ilmiah Bening (Belajar Bimbingan Dan Konseling)*, 4(1).
- Pohan, N. H. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Pernikahan Usia Dini terhadap Remaja Putri. *Jurnal Endurance*, 2(3), 424–435.
- Pratama, B. (2014). Perspektif Remaja Tentang Pernikahan Dini. *Tidak Dipublikasikan. Skripsi. Bengkulu: Universitas Bengkulu*.
- Rahmawati, M. N., Rohaedi, S., & Sumartini, S. (n.d.). Tingkat Stres Dan Indikator Stres pada Remaja yang Melakukan Pernikahan Dini. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 5(1).
- Septiyani, R. (2017). Strategi Coping Stres pada Remaja Menikah Dini di Desa Tangkisan Gantiwarno Klaten. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 3(4), 398–411.
- Wulandari, A. (2014). Karakteristik pertumbuhan perkembangan remaja dan implikasinya terhadap masalah kesehatan dan keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2(1), 39–43.