

**ARTIKEL RISET**URL Artikel : <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jpp>**STRES DAN STRATEGI PENYELESAIAN REMAJA WANITA YANG MEMUTUSKAN MENIKAH DINI DI DESA TEMBUNG KECAMATAN PERCUT SEI TUAN KABUPATEN DELI SERDANG*****Coping Stress In Adolescent Married Women In Tembung Village, Kecamatan Percut Sei Tuan, Deli Serdang District*****Nuriantika^k, Milna Chairunissa**

S1 Psikologi, Fakultas Farmasi Dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

Email Penulis Korespondensi : siskayantilwl@gmail.com**Abstrak**

BKKBN tahun 2012 melaporkan bahwa negara Indonesia berada pada posisi ke-37 dengan angka pernikahan dini di dunia. Dampak yang ditimbulkan dalam pernikahan dini adalah masalah kesehatan reproduksi, kehamilan yang berisiko tinggi, KDRT, ketidakstabilan ekonomi, putus sekolah, kehamilan yang tidak diinginkan sehingga menimbulkan stress. Penelitian menggambarkan dan mengeksplorasi, sumber stress, dampak stress dan coping stress remaja menikah usia dini di Desa Tembung Kabupaten Deli Serdang tahun 2020. Desain penelitian menggunakan *mixed method* yaitu dengan pendekatan *cross sectional* dan *case study*. Populasi adalah seluruh remaja wanita menikah usai dini dan sampel sebanyak 10 orang dengan informan penelitian sebanyak 5 orang menggunakan *aksidental sampling*. Teknik pengambilan data menggunakan observasi, indepth interview dan kuesioner PSS-10. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja wanita yang mengalami stress sedang sebanyak 7 orang (70%) dan stress berat sebanyak 3 orang (30%). Sumber stress disebabkan oleh factor ekonomi yang lemah, pasangan yang dipersepsi tidak bertanggung jawab secara materiil dan moril, factor penyesuaian perubahan peran dan tanggungjawab, penyesuaian awal masa pernikahan dan factor perubahan pada fisik. Coping stress yang dominan dilakukan adalah *instrumental action*.

Kata Kunci: Wanita Menikah Dini, Coping stress**Abstract**

The 2012 BKKBN reports that Indonesia is in 37th position with the number of early marriages in the world. The impacts of early marriage are reproductive health problems, high-risk pregnancies, domestic violence, economic instability, dropping out of school, unwanted pregnancies that cause stress. The research describes and explores, the sources of stress, the impact of stress and coping stress for young married adolescents in Tembung Village, Deli Serdang Regency in 2020. The research design used a mixed method, namely a cross sectional approach and a case study. The population was all young women who married at an early age and a sample of 10 people with 5 research informants using accidental sampling. The data collection technique used observation, in-depth interview and PSS-10 questionnaire. Result Research shows that there are 7 (70%) women who experience moderate stress and 3 (30%) severe stress. Sources of stress are caused by weak economic factors, couples who are perceived to be not responsible materially and morally, factors for adjusting changes in roles and responsibilities, adjustment at the beginning of the marriage period and factors in physical changes. The dominant stress coping is instrumental action.

Keywords: Early Married Women, Coping stress

PENDAHULUAN

Setiap individu atau manusia akan mengalami beberapa tahap pertumbuhan, perkembangan, dan perubahan yang akan timbul dan muncul dalam diri mulai dari lahir hingga dewasa (1). 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 (2).

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 sosial (3).

Sejalan dengan hal tersebut, masa remaja juga disebut sebagai masa topan dan badai (storm and stress) (4). Menikah dini merupakan salah satu yang menimbulkan konflik (5). Penelitian Yulianti menjelaskan bahwa sifat-sifat remaja menikah dini seperti emosi tidak stabil, belum mampu menyelesaikan konflik, serta belum mempunyai pemikiran matang tentang masa depan baik. Hal ini sangat mempengaruhi dalam penyelesaian konflik diri remaja menikah dini dengan keadaan. Pernikahan dini adalah pernikahan yang dilakukan apabila usia kurang dari 19 tahun (6).

Penelitian *United Nations Children's Fund* (UNICEF) tahun 2012 melaporkan bahwa sekitar 150 juta remaja 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 berusia 16 tahun (7).

Negara Indonesia termasuk yang persentase pernikahan usia mudanya tinggi di dunia yaitu menempatkan ranking ke 37 (BKKBN, 2012) (8).

Berdasarkan penelitian sebelumnya 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 tanggungjawab dan konflik pasangan (6).

Sejalan dengan penelitian tersebut, Chairunnisa, Afiriani, Sitorus juga menjelaskan bahwa pada masa remaja akhir merupakan masa yang paling banyak berperilaku pernah menggunakan NAPZA (9). Dan pada periode remaja awal yang paling sedikit berperilaku pernah menggunakan NAPZA. Masa remaja akhir ditandai salah satunya dengan ciri-ciri yaitu aspek-aspek psikis dan fisiknya mulai stabil serta berfikir realistis, memiliki sikap pandang yang sudah baik (10).

Nurwia dan Rudin juga menjelaskan bahwa penyebab remaja menikah dini selain karena pergaulan bebas, disebabkan karena faktor agama, budaya dan tuntutan sosial (7). 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 (8).

Rahmawati, Rohaedi dan Sumartini menjelaskan bahwa keadaan stress yang dialami oleh pasangan mempengaruhi kualitas pernikahan tersebut dalam beberapa cara yaitu, stress mempengaruhi komunikasi pasangan, mengurangi waktu bersama pasangan, terjadinya kesalahpahaman, konflik emosi dan meningkatkan masalah kesehatan. Aspek stress yang utama ialah penyesuaian pernikahan yang belum matang (1).

Pengaruh buruk dari stress dalam pernikahan ini dapat dan selalu dialami pasangan dengan coping stress (11). Coping stress yang merupakan upaya perubahan kognitif dan perilaku yang terjadi secara konstan untuk mengatur tuntutan yang terjadi (12). Septiyani menjelaskan adapun coping stress yang juga dilakukan dalam penelitian tersebut ialah mengabaikan masalah dan menganggap masalah yang dihadapi adalah ringan dari kenyataannya, dan meminta nasehat dari orang terdekat, mencari solusi soal ekonomi dengan mencari pekerjaan, introspeksi diri, cerita dengan suami dan pendekatan diri dengan Tuhan (13).

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. berdasarkan observasi awal bahwa factor stress yang terjadi adalah mengungkapkan bahwa telah mengalami tekanan dari suami, sulitnya masa penyesuaian perubahan peran dan tuntutan ekonomi (14). Coping yang umumnya dilakukan adalah emotional coping seperti marah-marah. Keluar dari rumah dan melempar barang-barang sehingga tidak menyelesaikan masalah (15).

Dengan demikian tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Dinamika Stres Dan Strategi Penyelesaian Remaja Wanita Yang Memutuskan Menikah Dini Di Desa Tembung Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian *mixed method* yang merupakan pendekatan dengan mengkombinasikan bentuk pendekatan kualitatif dan kuantitatif dengan studi kasus (*case study*) dan *cross sectional*.

Penelitian ini dilakukan di Desa Tembung Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang pada bulan April-Mei 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja wanita menikah dini di Desa Tembung pada tahun 2020. Pengambilan sampel menggunakan Teknik *accidental sampling* dengan responden sebanyak 10 responden dan 5 informan. Pengumpulan data menggunakan

observasi, *indepth interview* dan menggunakan kuesioner SPSS-10 yang diisi langsung oleh responden. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis model interaktif.

HASIL

Berdasarkan hasil analisa univariat di diketahui bahwa distribusi frekuensi stresssedang sebanyak 7 orang (70%) dan berat sebanyak 3 (30%) yang dapat dilihat pada tabel 1.

Berdasarkan hasil *indepth interview* diketahui bahwa gejala stress di bagi menjadi tiga yaitu gejala psikologis mudah sedih dan merasa terganggu, kurang konsentrasi sampai sedikit linglung, mudah menangis, perasaan tidak tenang, jantung berdebar,takut,dan cemas, mudah marah,kesal, teriak,dan emosi tidak terkendali, cemas dan mudah tersinggung, menganggap diri sendiri terkadang gila. Gejala fisiologis sering mengalami sakit kepala,pusing,sakit leher, tidak nafsu makan, lemasi, sulit tidur, otot sering tegang. Gejala perilaku mudah marah, merusak dan membuang benda sekitar, sering mengeluarkan kata-kata kasar, mudah marah,kesal,teriak dan emosi tidka terkendali yang dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Stress Responden

Stress	f	%
Sedang	7	70
Berat	3	30
Total	10	100

Berdasarkan Tabel 2. berdasarkan hasil jawaban responden diketahui bahwa distribusi frekuensi jawaban responden tentang kuesioner PSS-10 mayoritas jawaban pada pernyataan 1 adalah kadang-kadang dan cukup sering sebanyak 8 orang (80%), pada pernyataan 2 adalah sangat sering sebanyak 7 orang (70%), pada pernyataan 3 adalah cukup sering sebanyak 5 orang (50%), pada pernyataan 4 adalah kadang-kadang sebanyak 8 orang (80%),

pada pernyataan 5 adalah kadang-kadang sebanyak 9 orang (90%), pada pernyataan 6 adalah kadang-kadang sebanyak 7 orang (70%), pada pernyataan 7 adalah kadang-kadang sebanyak 8 orang (80%), pada pernyataan 8 adalah kadang-kadang sebanyak 7 orang (70%), pada pernyataan 9 adalah cukup sering sebanyak 6 orang (60%) dan pada pernyataan 10 adalah kadang-kadang sebanyak 6 orang (60%).

Tabel 2.
Gejala Stress Responden

Gejala Stress		
Psikologis	Fisiologis	Perilaku
Mudah sedih dan merasa terganggu	Sering mengalami sakit kepala, pusing, sakit leher dan	Mudah marah-marah
Menjadi kurang konsentrasi sampai sedikit linglung	Tidak nafsu makan	Merusak dan membuang benda sekitar
Mudah menangis	Tubuh sering lemas	
Perasaan tidak tenang, jantung berdebar, takut, dan cemas	Sulit tidur	Sering mengeluarkan kata-kata kasar
Mudah marah, kesal, teriak, dan emosi tidak terkendali	Otot tubuh sering tegang	Mudah marah, kesal, teriak dan emosi tidak terkendali
Emosi tidak terkendali Cemas dan mudah tersinggung Menganggap diri sendiri terkadang gila	Males melakukan kegiatan	

PEMBAHASAN

Berdasarkan Analisa data menggunakan model interaktif dapat

diketahui bahwa Langkah verifikasi penelitian yang dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3.
Hasil Penelitian Kualitatif

Subjek	Faktor Stress	Gejala Stress	Coping Stress
DF	Level Berat: – Ekonomi – Pekerjaan suami – Tanggung, kebiasaan dan sikap serta sifat suami – Kondisi putus sekolah – perubahan peran yang tidak sesuai ekspektasi	Gejala Psikologis: perasaannya terganggu dan menjadi sering linglung, sering menangis dan kadang kurang konsentrasi, takut, cemas, lemas, tidak nafsu makan, Gejala Fisiologis: jantung berdebar, tubuh tidak enak, pingsan, sulit tidur. Gejala Perilaku: sering menangis	Berfokus pada emosi dengan strategi: – <i>minimization</i> : mengabaikan masalah – <i>Escapism</i> : tidur – <i>seeking emotional support</i> : mendapat dukungan moral dan materi dari orangtua Berfokus pada masalah dengan strategi: – <i>negotiation</i> : negoisasi dengan suami – <i>active coping</i> : bercerai. Meminta dukungan sosial Perilaku mengatasi masalah secara langsung (<i>Problem solving</i>): berusaha tenang dan sabar.

MI	<p>Level Berat:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Perubahan peran - Perubahan kebiasaan dan aturan suami, lingkungan keluarga suami, sikap suami yang menyalahkan, - Kehadiran suami yang sempurna dan merasa dirinya tidak berharga 	<p>Gejala emosinya terkontrol, sensitive dan mudah sakit hati, sering marah, tiba-tiba menangis, tidak bisa mengendalikan diri</p> <p>Gejala Fisiologis: sakit kepala dan leher yang tegang, keram diperut, tubuhnya lemas, sakit dan pingsan, ketegangan otot dan pikiran, Pre eclampsia serta sindrom baby blues.</p> <p>Gejala Perilaku: sering marah-marah tidak jelas dan tidak beralasan dan membuat dia sering ngamuk dan ringan tangan</p>	<p>Psikologis: tidak</p> <p>Berfokus pada emosi dengan strategi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Escapism</i>: tidur - <i>Self blame</i>: menyalahkan diri sendiri - <i>accepting responsibility</i>: menerima keadaan dan peran dirinya - <i>seeking meaning</i>: berdoa <p>Meminta dukungan sosial</p> <p>Perilaku menganalisa dan merestrukturisasi masalah dengan cara positif (<i>Positive Reappraisal</i>): mengankan hijab panjang g dan juga rajin shalat juga ikut pengajian</p>
AR	<p>Level sedang:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Perubahan peran - Ekonomi - Kurangnya tanggung jawab, Sikap, perhatian suami serta kebiasaan yang tidak berubah dan sifat temperament dan emosonal suami - Perubahan fisik akibat hamil 	<p>Gejala psikologis: sangat sedih dan terkadang putus asa, mau marah aja kesemua orang, tidak konsentrasi</p> <p>Gejala fisiologis: tubuh berat,sakit dan kepala sering mengalami pusing, lemas, malas</p> <p>Gejala perilaku: memaki bahkan memukul suaminya, melempar barang,</p>	<p>Berfokus pada emosi dengan strategi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Escapism</i>: tidur dan terkadang pergi menemui temanny - <i>Acceptance</i>: menerima kenyataan akan kekurangan dirinya dan suaminya <p>Berfokus pada masalah dengan strategi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>instrumental action</i>: marah-marah, teriak-teriak keras, memukul suami dan membanting barang - <i>negotiation</i>: mengatasi kesalah pahaman atau ketidakcocokan dalam rumah tangga - <i>active coping</i>: membantu suami bekerja lewat jualan online

			Meminta dukungan sosial
UR	<p>Level sedang:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Penyesuain diri - Tanggung jawab sebagai istri - Ketidak cocokan pendapat dan Kesalahpahaman - Pekerjaan suami - Lingkungan dan pergaulan suami yang tidak baik - Rasa cemburu - Perubahan fisik saat hamil 	<p>Gejala psikologis: merasakan sedih, Emosi tidak terkontrol dan sering marah-maraha,bicara kasar, tidak konsentrasi, cemas dan takut berlebihan, perubahan mood.</p> <p>Gejala fisiologis: merasa pusing, badannya sakit ,lemas.</p> <p>Gejala perilaku: mudah marah, kesal, teriak dan emosi tidak terkendali.</p>	<p>Berfokus pada emosi dengan strategi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Escapism</i>: pergi bersama teman-teman, merokok - <i>seeking emotional support</i>: tinggal dirumah orangtua, menerima uang dari orangtua - <i>acceptance</i>: menerima kenyataan akan kekurangan dirinya dan suaminya <p>Berfokus pada masalah dengan strategi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>instrumental action</i>: marah-maraha,teriak-teriak keras,memukul suami, membuang barang yang ada dikamarnya saat bertengkar dengan suaminya - <i>negotiation</i>: mengatasi kesalah pahaman atau ketidakcocokan dalam rumah tangga <p>Meminta dukungan sosial</p>
SW	<p>Level berat:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ekonomi - Tanggung jawab, kebiasaan, kurang perhatian dan sikap suami - Beban hidup 	<p>Gejala psikologis: merasa sedih dan tertekan, sering menangis dan melamun, tidak konsentrasi</p> <p>Gejala fisiologis: merasa pusing dan sakit kepala hebat, badannya sakit ,lemas, gemetaran,jantung debar-debar</p>	<p>Berfokus pada emosi dengan strategi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Escapism</i>: tidur, menonton TV - <i>accepting responsibility</i>: menerima keadaan dan peran dirinya, bererah diri kepada Tuhan,

Gejala perilaku: Mudah marah-marah	<p>bertahan demi anaknya</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>seeking meaning</i>: menyadari tentang kehidupannya adalah campur tangan tuhan dan mulai rajin berdoa <p>Berfokus pada masalah dengan strategi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>instrumental action</i>: mennggis dan memukul kepalanya, nangis dan meratapi kehidupannya - <i>negotiation</i>: mencoba komunikasi yang baik dengan suaminya <p>Meminta dukungan sosial</p> <p>Perilaku mengatasi masalah secara langsung (<i>Problem solving</i>): tidak gegabah dalam bertindak dan selalu sabar</p> <p>Perilaku menganalisa dan merestrukturisasi masalah dengan cara positif (<i>Positive Reappraisal</i>): menciptakan makna positif dalam hidup</p>
------------------------------------	---

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis dari temuan data di lokasi penelitian disimpulkan bahwa stress sedang sebanyak 7 orang (70%) dan stress berat sebanyak 3 orang (30%). Terjadinya stress dilatar belakangi pengaruh pergaulan dan lingkungan, orang tua yang membebaskan, dijodohkan, perceraian orang tua, kurangnya kepedulian orang tua, pendidikan, kondisi ekonomi yang lemah, memilih bekerja, keinginan sendiri. Sumber stress disebabkan ekonomi yang lemah, suami tidak mapan, kebiasaan suami yang buruk, kurang

bertanggung jawab, suami tidak perhatian, perubahan peran dan tanggungjawab serta lingkungan terhadap istri, suami tidak mampu memenuhi kebutuhan istri, perbedaan pendapat dan kesalahpahaman, perubahan pada fisik, dampak stress terjadi perubahan pada emosi, rasa sakit pada fisik, malas beraktivitas dan merusak barang. Coping stress dengan *Minimization, Escapism, Instrumental action, Problem solving, Problem solving, Self Blame, seeking emotional support, Active coping, Self control, Negotiation, Accepty responbility, Seeking meaning, Positif reaprasial*.

SARAN

Diharapkan kepada petugas kesehatan khususnya Bidan dan Dokter untuk meningkatkan pelayanan kesehatan khususnya ibu hamil agar status kesehatan ibu hamil dapat ditingkatkan sehingga kejadian anemia dapat dihindari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Kepala Desa atas izin yang diberikan untuk dapat melaksanakan penelitian, serta terima kasih kepada remaja atas izin yang diberikan untuk menjadi responden dalam penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

1. Aziz YA. Strategi Coping Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran di Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta. *Komunika J Dakwah dan Komun.* 2018;12(1):58–84.
2. Pratiwi WH. Strategi Mengatasi Dampak Psikologis pada Perempuan yang Menikah Dini. *Character J Penelit Psikol.* 2022;9 No 7(2080–8644).
3. Rahmawati MN, Rohaedi S, Sumartini S. Tingkat Stres dan Indikator Stres pada Remaja yang Melakukan Pernikahan Dini. *J Pendidik Keperawatan Indones.* 5(1).
4. Santrock JW. *Remaja* edisi 11 jilid 1. Jakarta: Erlangga; 2007.
5. Hadi S. Stabilitas Emosi Pelaku Pernikahan Dini dalam Mendidik Anak Balita. *UIN Mataram.* 2019;13(2):123–34.
6. Septiyani R. Strategi Coping Stres pada Remaja Menikah Dini di Desa Tangkisan Gantiwarno Klaten. *J Ris Mhs Bimbing Dan Konseling.* 2017;3(4):398–411.
7. Afrizal A, Frihandy R. Peranan United Nations International Children s Emergency Fund (UNICEF) dalam Menanggulangi Kelaparan dan Kekerasan pada Anak-anak di Yaman Tahun 2011-2013. Riau: Riau University; 2014.
8. Afriani R. Analisis Dampak Pernikahan Dini pada Remaja Putri di Desa Sidoluhur Kecamatan Godean Yogyakarta. In: *Prosiding Seminar Nasional & Internasional.* Jakarta: Hasanuddin University; 2016.
9. Rahayu A. *Buku Ajar: Kesehatan Reproduksi Remaja dan Lansia.* Yogyakarta: Edu Publisher; 2018.
10. Oktaviani F, Djamal NN, Sunardi I. Gambaran Coping Strategy pada Remaja Putri yang Melakukan Pernikahan Dini. *Psymphathic J Ilm Psikol.* 2018;5(1):23–42.
11. Indrianingsih I, Nurafifah F, Januarti L. Analisis Dampak Pernikahan Usia Dini dan Upaya Pencegahan di Desa Janapria. *J War Desa.* 2020;2(1):16–26.
12. Lazarus RS, Folkman S. *Stress, Appraisal, and Coping.* New York: Springer Publishing Company; 1984.
13. Saidiyah S, Julianto V. *Problem Pernikahan dan Strategi Penyelesaiannya: Studi Kasus pada Pasangan Suami Istri dengan Usia Perkawinan di Bawah Sepuluh Tahun.* *J Psikol Undip.* 2016;15(2):124–33.
14. Rahyu SS, Palupi MA. *Manajemen Konflik, Komunikasi Keluarga, Pernikahan Dini.* Surakarta: Elex Media Komputindo; 2021.
15. Grijns M, Horii H, Irianto S, Saptandari P, Marhamah US, Karolus ML, et al. *Menikah Muda di Indonesia: Suara, Hukum, dan Praktik.* Jakarta Selatan: Yayasan Pustaka Obor Indonesia; 2018.