



KOPING STRES WANITA MENIKAH YANG BELUM DIKARUNIAI ANAK

Gantina Komalasari*

Rizka Septiyanti**

*Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

**Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

DOI: <https://doi.org/10.21009/JPPP.062.01>

Alamat Korespondensi:

gantina-komalasari@unj.ac.id

ABSTRACT

Getting married is a phase in the cycle of human life. The purpose of marriage are very diverse one of which is the desire to have a child as a complement in a family. For some people in Indonesia, to have children as the successor of their generations is a must. Even though most of married couple want to have a child, but unfortunately not every married couple are blessed with child. This can be caused by several factors, one of which is a biological factor, namely infertility. This study was conducted to determine coping strategies that are more often used by married women while facing the stress due to not having children. This study used quantitative method. The instrument used to measure coping stress is a modified inventory of The Ways of Coping (WOC) and associated with a stressor of infertility from The Infertility Problem Inventory (FPI) with coefficient Cronbach Alpha 0,88. The sample for this study is 42 subjects, with non-probability sampling technique and incidental technique. Data was analyzed using Winstep software (RASCH Model) version 3.73 and SPSS version 16.0. The result of this research shows that married women more often use emotion focused coping strategy in facing stress because haven't been blessed with child, with percentage equal to 67,33%.

Keywords

coping stress, infertility, marriage, child

1. Pendahuluan

Menikah adalah sebuah fase dalam siklus kehidupan manusia. Tujuan dilaksanakannya suatu pernikahan sangat beragam, mulai dari memenuhi kebutuhan secara finansial, kebutuhan sosial, hingga ingin memiliki keturunan sebagai pelengkap dalam sebuah keluarga. Pada sebagian masyarakat di Indonesia, memiliki keturunan sebagai penerus generasi merupakan suatu keharusan. Dalam sebuah keluarga hadirnya keturunan memiliki arti tersendiri, salah satunya adalah anak mampu menyatukan dan menjaga agar suatu keluarga atau pernikahan tetap utuh (Wirawan & Arief, 2004).

Dalam sebuah keluarga di masyarakat Indonesia, adanya ayah, ibu dan anak menjadi gambaran ideal dari sebuah keluarga. Menurut Moeloek (dalam Hidayah, 2012) sesuai dengan latar belakang budaya masyarakat Indonesia, anak memiliki beberapa fungsi. Pertama, anak sebagai simbol kesuburan dan keberhasilan. Kedua, anak sebagai pelanjut keturunan keluarga. Ketiga, anak sebagai teman dan penghibur bagi kedua orang tuanya. Keempat, anak merupakan anugerah dan amanat yang diberikan Tuhan. Kelima, anak yang sholeh dan sholeha akan mendoakan dan menolong orangtuanya di dunia dan akhirat.

Oleh karena itu, bagi sebagian besar pasangan suami istri kehadiran anak merupakan suatu hal yang sangat didambakan, mengingat arti dan

fungsi anak dalam keluarga sangat memberikan pengaruh bagi kelangsungan hidup manusia. Hal tersebut tercermin dalam hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, sebanyak 83.9% responden wanita menginginkan anak dengan segera (Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia, 2012).

Meskipun sebagian besar pasangan suami istri menginginkan kehadiran anak dalam keluarga, namun sayangnya tidak setiap perkawinan dianugerahi keturunan. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor biologis, yaitu ketidaksuburan atau biasa disebut infertilitas. Di Indonesia kira-kira 15-20% perkawinan atau sekitar 50 juta pasangan mengalami kesulitan untuk memperoleh anak (Riset Kesehatan Dasar, 2013).

Salah satu unsur keluarga sejahtera adalah bila mana dalam sebuah keluarga terdapat keturunan, oleh karena itu infertilitas dapat dikatakan sebagai pengalaman yang *stressful*, dikarenakan pasangan suami istri mempersepsikan masalah infertilitas sebagai ancaman terhadap kesejahteraan mereka (Rahmani & Abrar, 1999). Infertilitas yang dialami oleh seorang wanita menikah akan memberikan beberapa konsekuensi psikologis, salah satunya ialah stres. Stres ini disebut stres infertilitas, yaitu stres yang dirasakan sejak bulan-bulan pertama pernikahan hingga menunggu hasil pengobatan yang sudah mereka jalani (Ratna dalam Hidayah, 2007). Pendapat ini didukung oleh Menning (1980) bahwa infertilitas merupakan krisis kehidupan yang kompleks, menimbulkan stres secara emosional, serta mengancam secara psikologis. Dalam beberapa penelitian menunjukkan bahwa wanita menikah yang memiliki masalah infertilitas mengalami kurangnya kontrol dalam hidup mereka, isolasi sosial, disfungsi seksual, kesepian, rendah diri, dan tertekan secara psikologis (Aflakseir & Zarei, 2013).

Penelitian lain menunjukkan bahwa wanita menikah yang memiliki permasalahan infertilitas akan mengalami stres yang cukup berat (Aisia dalam Hidayah, 2007). Stres tersebut bersumber dari tuntutan lingkungan, terutama dalam lingkup sebuah keluarga yang mengharuskan pasangan suami istri memiliki anak biologis.

Pengalaman individu dalam menghadapi permasalahan infertilitas merupakan sesuatu yang

unik, dikarenakan penghayatan dan respon setiap wanita yang sudah menikah terhadap masalah tersebut pastinya akan berbeda-beda. Dengan didorong oleh keinginan untuk memiliki keturunan maka individu yang mengalami masalah infertilitas khususnya wanita pada umumnya akan berupaya untuk mencari jalan pemecahan masalah tersebut (Rahmawati, 2004). Usaha-usaha yang dilakukan seseorang, dalam hal ini wanita menikah untuk mengatasi atau paling tidak mengurangi stres yang dihadapi akibat belum dikaruniai anak disebut koping.

Menurut Cohen dan Lazarus (dalam Folkman, 1984) tujuan melakukan koping adalah untuk menyesuaikan diri terhadap kejadian-kejadian negatif yang dijumpai dalam kehidupan nyata, mempertahankan keseimbangan emosional, mengurangi hal-hal yang membahayakan dari situasi dan kondisi lingkungan yang menuntut, serta mempertahankan citra diri positif. Koping yang dilakukan oleh wanita yang sudah menikah dalam menangani masalah infertilitas pastinya berbeda, seperti yang telah digolongkan oleh para ahli, terdapat dua strategi koping yang biasanya digunakan, yaitu ada yang menggunakan *Problem Focused Coping* (PFC), dimana individu secara aktif mencari penyelesaian dari masalah untuk menghilangkan kondisi atau situasi yang menimbulkan stres dan adapula yang menggunakan *Emotion Focused Coping* (EFC), dimana individu melibatkan usaha-usaha untuk mengatur emosinya dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan (Lazarus & Folkman, 1984).

Folkman dan Lazarus (Carpenter, 1992) mengelompokkan jenis strategi yang termasuk ke dalam *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Terdapat tiga jenis strategi *problem focused coping*, yaitu *seeking informational support*, *confrontive coping*, dan *planful problem solving*, sedangkan enam jenis strategi *emotion focused coping*, yaitu *seeking social emotional support*, *distancing*, *escape avoidance*, *self control*, *accepting responsibility*, dan *positive reappraisal*.

Dalam hal ini supaya kondisi seorang wanita yang sudah menikah tetap stabil dalam menghadapi masalah stres akibat infertilitas diperlukan strategi koping yang adaptif. Dengan memiliki

kemampuan koping yang adaptif, seorang wanita menikah akan mampu melakukan penyesuaian dalam hal perilaku, emosi serta kognitif dengan tujuan mengurangi atau menghilangkan kondisi dan situasi yang tidak menyenangkan diluar batas kemampuan yang dimilikinya.

Berdasarkan uraian permasalahan yang telah dipaparkan serta kenyataan yang ada bahwa tuntutan untuk memiliki keturunan pada seorang wanita yang sudah menikah cukup tinggi dan rentan terhadap stres, maka dapat dikemukakan rumusan masalah penelitian ini adalah “Apa strategi koping yang lebih sering digunakan wanita menikah yang belum dikaruniai anak?”

2. Metode Penelitian

Tipe penelitian ini tergolong penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan kuantitatif melalui metode survei. Penelitian deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran yang lebih detail mengenai suatu gejala atau fenomena. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita menikah yang belum dikaruniai anak. Subjek penelitian ini memiliki karakteristik sebagai berikut, seorang wanita menikah berusia 20-45 tahun yang berdomisili di Jakarta, sudah menjalani masa pernikahan selama ≥ 3 tahun, dan mengalami masalah infertilitas primer. Teknik non probabilitas yang digunakan adalah jenis

purposive sampling dan *incidental sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 42 orang.

Variabel dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan instrumen koping stres yang telah dimodifikasi dari instrumen *The Ways of Coping* (WOC) milik Lazarus dan Folkman (1984) dan dikaitkan dengan sumber stres pada infertilitas yang beracuan pada *The Infertility Problem Inventory* (FPI) milik Newton (1990). Instrumen dalam penelitian ini berjumlah 37 pertanyaan.

Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisa deskriptif, melalui statistika deskriptif. Menurut Sugiyono (2008) analisis deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisa data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.

3. Hasil Penelitian dan Diskusi

Dari perhitungan data variabel koping stres dalam aspek *problem focused coping* memiliki mean sebesar 36,14 dan nilai standar deviasi sebesar 5,70, sedangkan aspek *emotion focused coping* memiliki mean sebesar 75,95 dan nilai standar deviasi sebesar 9,66.

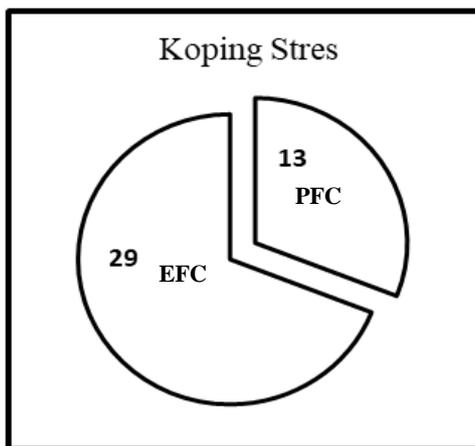
Tabel 1. Kategori Skor Koping Stres

Aspek	Jumlah Subjek	Persentase
PFC ($\geq 36,14$)	13	32,67%
EFC ($\geq 75,95$)	29	67,33%

Berdasarkan Tabel 1 maka dapat disimpulkan bahwa subjek yang memiliki skor *problem focused coping* lebih besar dari 36,14 cenderung menggunakan strategi PFC, sedangkan subjek yang memiliki skor *emotion focused coping* lebih besar dari 75,95 cenderung menggunakan strategi EFC.

Berdasarkan proses perhitungan pengkategorian skor koping stres dapat diketahui bahwa terdapat 13 subjek dengan persentase 32,67% yang lebih sering menggunakan strategi *problem*

focused coping, sedangkan 29 subjek lebih sering menggunakan strategi *emotion focused coping* dengan persentase 67,33%. Berikut disajikan dalam bentuk histogram, sehingga secara umum dapat dilihat bahwa wanita menikah yang belum dikaruniai anak lebih cenderung menggunakan strategi *emotion focused coping* dalam menghadapi stres dikarenakan belum dikaruniai anak. Hal ini terbukti dari penelitian yang dilakukan menunjukkan hasil bahwa lebih banyak subjek yang menggunakan strategi EFC.



Gambar 1. Diagram Kategori Skor Koping Stres

Berdasarkan data distribusi koping stres, pada aspek *emotion focused coping* diperoleh skor tertinggi pada indikator *escape avoidance* dengan persentase sebesar 14,09% hal ini menunjukkan bahwa dalam penggunaan strategi *emotion focused coping*, wanita menikah cenderung memainkan fantasi, beranda-andai memiliki seorang anak untuk menghibur diri dari kondisi infertilitas yang dihadapi. Salah satu penyebab mengapa *escape avoidance* merupakan aspek tertinggi pada *emotion focused coping* dikarenakan wanita menikah yang belum dikaruniai anak menganggap pentingnya nilai anak bagi kehidupan, serta norma budaya yang masih erat dimasyarakat Indonesia bahwa wanita harus menjadi Ibu (Hidayah 2012). Kondisi infertilitas atau belum dikaruniai anak ini merupakan hal yang tak bisa dihindari oleh wanita menikah, sehingga saat dalam keadaan tertekan karena stres yang dialami, mereka melakukan koping dengan cara membayangkan betapa bahagianya jika memiliki anak. Berdasarkan hasil penelitian Jordan dan Revenson (2009), *escape avoidance* merupakan strategi koping yang paling banyak digunakan oleh wanita menikah yang mengalami infertilitas.

Strategi koping yang jarang digunakan adalah *positive reappraisal* atau membuat arti positif. Hal ini dilakukan oleh wanita menikah yang belum dikaruniai anak ketika semua usaha yang dilakukan untuk memiliki keturunan belum juga membuahkan hasil, wanita menikah memaknai kondisi infertilitas yang dialami memiliki hal positif atau ada hikmah dibalik kondisi tersebut,

hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Jordan dan Revenson (2009).

Jika ditinjau dari sisi sosiodemografis, menurut Menaghan (dalam McCrae, 1984; Sijangga, 2010) seseorang dengan tingkat pendidikan yang semakin tinggi akan semakin tinggi pula kompleksitas kognitifnya, demikian pula sebaliknya. Hal ini berpengaruh terhadap sikap dan cara berpikir individu dalam menghadapi suatu permasalahan sehingga berdampak pada strategi koping yang digunakan. Dalam penelitian ini strategi yang lebih sering digunakan wanita menikah adalah *emotion focused coping*, karena subjek didominasi oleh individu yang tingkat pendidikan terakhirnya adalah sekolah menengah (SMP & SMA) yaitu sebesar 61,9%, sedangkan sekolah tinggi (Diploma, S1, S2) sebesar 38,1%.

Pada penelitian ini, subjek didominasi oleh wanita menikah yang telah menjalin masa pernikahan selama 6-8 tahun (40,5%). Jika ditinjau berdasarkan usia pernikahan dan usia infertilitas, wanita menikah yang memiliki pengalaman lebih dari 5 tahun menikah dan mengalami infertilitas cenderung lebih tinggi tingkat stresnya (Patel dkk, 2015). Tingkat stres yang tinggi tersebut mengarahkan wanita menikah kepada strategi koping yang berfokus pada emosi.

Koping tidak dapat dilihat sebagai hal yang baik ataupun buruk, tetapi tergantung kepada individu tersebut. Jika sumber stres yang dihadapi bisa diubah, strategi *problem focused coping* (PFC) cenderung akan lebih dominan, sementara jika sumber stres tidak dapat diubah, strategi *emotion focused coping* (EFC) akan lebih dominan (Padden, Connors, & Agazio, 2010).

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data dalam penelitian ini maka diperoleh kesimpulan bahwa strategi yang lebih sering digunakan oleh wanita menikah yang belum dikaruniai anak adalah *emotion focused coping* dengan persentase sebesar 67,33%. Pada aspek *emotion focused coping*, strategi yang paling sering digunakan adalah *escape avoidance* dengan persentase sebesar 14,09% dan strategi yang paling jarang digunakan oleh wanita menikah dalam menghadapi stres akibat belum dikaruniai anak adalah *positive reappraisal* dengan persentase sebesar 5,85%.

5. Daftar Pustaka

- Aflakseir, A., & Zarei, M. (2013). Association between Coping Strategies and Infertility Stress Among a Group of Women with Fertility Problem in Shiraz, Iran. *Departement Clinical Psychology, Journal Reprod Infertil*, 14(4), 202-206.
- Carpenter, B. N. (1992). *Personal Coping: Theory Research and Application*. United States of America: Praeger Publisher.
- Folkman S. & Lazarus R. S. (1984). Personal Control, Stress and Coping Process: A Theoretical Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839-852.
- Hidayah, N. (2012). Nilai Anak, Stres Infertilitas dan Kepuasan Perkawinan pada Wanita yang Mengalami Infertilitas. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*.
- Jordan, C., & Revenson, T. A. (2009). Gender Differences in Coping with Infertility: A Meta-Analysis. *Journal of Behavioral Medicine*, 22(4), 341-358.
- Menning, B. E. (1980). The Emotional Needs of Infertile Couples. *Journal Fertility and Sterility*. 34, 313-319.
- Rahmani, D., & Abrar, A. N. (1999). *Infertilitas dalam Perspektif Jender*. Yogyakarta: Pusat Penelitian Kependudukan, UGM. Cet. ke-1.
- Padden, D. L., Connors, R. A., & Agazio, J.G. (2011). Stress, Coping, and Well Being in Military Spouses During Deployment Separation. *Western Journal of Nursing Research*, 33(2), 247-267.
- Sijangga, W. N. (2010). Hubungan Antara Strategi Coping dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Hipertensi. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Bisnis: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wirawan, H. E., & Arief. S. I. (2004). Penyesuaian Diri Suami yang Mengalami Infertilitas. Diakses dari: <http://www.psikologi-untar.com/skripsiphp>. (23/1/2017).