



PENYESUAIN DIRI PADA REMAJA YANG MENJADI IBU

Mira Ariyani*

Fadhilah Kamilia**

*Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

** Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

DOI: <https://doi.org/10.21009/JPPP.041.04>

Alamat Korespondensi:

yufiarti@unj.ac.id

mira_ariyani@unj.ac.id

dhilakamilia@gmail.com

ABSTRACT

This research aims to see the adolescent maternal adjustment (teenage mother). Methods of data collection in this study used interview method. The subjects of this study were three people and analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) method. The problems on teenage mother is financial problems, still dependent on their parents, drop out and not work. The results of this study show that three subjects have been able and unable to adjustment to their partner, some are able and unable to sexual adjust with their spouses, have problems with financial adjustment, some are able and unable to adjust to the couple's family.

Keywords

self-adjustment, teenager, teenage mother

1. Pendahuluan

Masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak-anak tidak lagi merasa dibawah di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang- kurangnya dalam masalah hak. Pertumbuhan dan perkembangan remaja diawali dengan perubahan fisiologis. Masa remaja ditandai dengan munculnya pubertas. Proses yang harus dilewati oleh seseorang untuk mencapai kematangan seksual dan kematangan untuk melakukan reproduksi. Menurut Chomaria (2011) perkembangan fisik remaja diikuti dengan proses pematangan organ-organ seksual, proses inilah yang menimbulkan dorongan kuat dari dalam diri untuk menyalurkan dorongan seksual yang bersifat ilmiah dan setiap remaja mempunyai dorongan ini. Pada tahap awal, remaja akan tertarik dengan lawan jenis, remaja putri tertarik pada pria, demikian pula

sebaliknya (Chomaria, 2011). Proses tertarik pada lawan jenis tersebut membuat remaja akan membentuk hubungan baru dan menginginkan mengekspresikan ketertarikan seksual.

Pada dasarnya, setiap orang mempunyai kebutuhan seksual yang menuntut untuk dipuaskan melalui hubungan kelamin antar jenis (Hurlock, 1991). Namun, masyarakat masih membatasi perilaku seksual remaja karena melihat bahwa mereka belum dapat melepaskan remaja untuk menunjukkan perilaku seksual yang sebanding dengan kebutuhannya. Hubungan seksual dengan lawan jenis dibatasi hanya untuk pasangan-pasangan yang telah menikah.

Angka kehamilan pada remaja terus meningkat. Organ reproduksi belum matang pada usia remaja sangat membahayakan bagi kehamilan di usia remaja. Badan Pusat Statistik mencatat tahun 2012 ditemukan angka kehamilan remaja pada usia 15-19 tahun mencapai 1000 kehamilan. Remaja usia 15-19 tahun yang belum menikah,

40% sudah pernah berhubungan seksual. Jumlah kematian ibu dan bayi di Tanah Air meningkat akibat tingginya angka kehamilan pada remaja.

Menurut Coleman (2006), kehamilan di luar pernikahan membuat perempuan mengalami masa sulit untuk membuat keputusan apakah akan dilanjutkan atau digugurkan (melakukan aborsi). Kurangnya pengalaman, mengalami kecemasan emosional dan tekanan dari lingkungan sekitar dan beberapa hal lainnya mempengaruhi pengambilan keputusan pada saat remaja.

Walaupun maraknya kasus aborsi, terdapat pula remaja yang mengalami kehamilan yang memilih mempertahankan kehamilannya sampai bayi tersebut lahir. Mereka yang mempertahankan kehamilannya dipengaruhi oleh keluarga dan keadaan finansial. Keluarga menerima dan mendukung secara psikologis serta memberikan dukungan secara ekonomi. Sebagian masih bergantung dengan orang tua dan belum bisa mandiri secara penuh. Dukungan pada remaja sangat penting, terutama dukungan dari keluarga. Dukungan sosial khususnya keluarga, akan membentuk emosi positif dan mampu beradaptasi dengan keadaan yang ada.

Kehamilan terlalu dini di usia remaja secara psikologis menjadi penyebab tekanan psikologis pada remaja. Remaja yang menjadi ibu akan merasakan dampak psikososial seperti ketegangan mental dan kebingungan akan peran sosial, selain itu juga akan mengalami cemoohan dari lingkungan masyarakat sekitar.

Remaja dituntut untuk dapat berpikir ke depan dan memilah sisi yang positif dan negatif dalam membina suatu rumah tangga yang harmonis. Remaja putri harus mempersiapkan fisik dan mental yang matang dan kuat untuk menerima kehamilan serta mempersiapkan diri untuk berperang dengan maut saat bersalin atau melahirkan. Apalagi setelah melahirkan remaja putri harus mempersiapkan diri sebagai seorang ibu baru sekaligus sebagai seorang istri yang mempunyai tugas dan kewajiban yang lebih besar dari sebelumnya. Pada umumnya pernikahan di usia remaja hanya dilandasi rasa cinta tanpa adanya kesiapan mental dan materi yang akan berdampak buruk dalam rumah tangga. Usia yang masih terlalu muda membuat keputusan-keputusan yang diambil hanya berdasarkan emosi atau mengatasnamakan cinta yang membuat mereka salah dalam

bertindak. Remaja yang menjadi orang tua memiliki perbedaan sendiri khususnya transisi saat menjadi orang tua akan lebih sulit bagi orang tua yang masih remaja. Tugas dan kewajiban sebagai orang tua dialami oleh remaja yang sudah memiliki anak. Berbagai kewajiban dan tugas-tugas perkembangan orang tua sering kali diperburuk oleh kebutuhan dan tugas perkembangan remaja yang belum dipenuhi (Bobak, Lowdermilk & Jensen, 2005). Menjadi orang tua di usia dini menciptakan ketidakstabilan perilaku transisi untuk menjadi orang tua. Peran ibu sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Salah satunya, mengasuh anak adalah tugas penting saat menjadi ibu. Ini termasuk tugas yang sulit. Ibu harus kompeten dalam melaksanakan perannya dengan cara memiliki kemampuan dan keyakinan untuk menampilkan peran menjadi seorang ibu. Sikap pengasuhan yang positif harus dimiliki dan dibutuhkan oleh para ibu (Mercer 1986).

Tugas menjadi ibu bukanlah sebuah tugas yang ringan, ibu harus mengerjakan beberapa peran seperti, menyelesaikan peran dalam merawat anak, mengatur rumah dan membina karier. Beberapa ibu sulit menyesuaikan diri terhadap peran barunya dalam membagi semua tugasnya.

Remaja juga mengalami proses penyesuaian diri dimana proses penyesuaian diri ini merupakan suatu peralihan dari satu tahap ke tahap perkembangan berikutnya. Remaja perempuan juga akan mengalami konflik ketika ia berusaha memenuhi tanggung jawabnya pada saat harus menjadi ibu di usia yang sangat muda. Hal ini menyebabkan remaja secara ekonomi masih tergantung dengan orang tua justru seharusnya bebas dari orang tua. Ini menjadi salah satu penghambat remaja memenuhi tugas perkembangan untuk mandiri dari orang tua (Murray & McKinney, 2007).

Kephart (1991) menyatakan bahwa pasangan yang berpacaran terlebih dahulu sebelum menikah, ketika mereka telah melangsungkan pernikahan mereka tetap memerlukan penyesuaian diri terhadap pasangannya. Hal ini terjadi karena dua orang yang berpacaran mempunyai kecenderungan untuk lebih memperhatikan persamaan yang ada dan tidak banyak mempelajari perbedaan-perbedaan yang ada di antara mereka.

Setelah menikah dan berumah tangga, kepribadian, harapan mengenai peran, dan keterlibatan

dengan hal-hal di luar keluarga sering tidak sesuai dengan ketika pacaran, sehingga ketika sudah menikah setiap individu baik suami ataupun istri membutuhkan upaya yang lebih besar untuk membuat kesepakatan-kesepakatan, komunikasi yang jelas, dan fleksibel untuk menyesuaikan diri dengan pasangan dan dunia di sekeliling mereka. Penyesuaian diri yang sehat akan membawa pada suatu kondisi pernikahan yang bahagia begitu juga sebaliknya, individu yang gagal dalam menyesuaikan diri akan mengalami kendala dalam pernikahan mereka (Hurlock, 1999). Individu yang berhasil dalam melakukan penyesuaian diri pada kehidupan pernikahannya akan mengalami kehidupan pernikahan yang harmonis. Hal ini juga terjadi pada remaja yang menikah, baik itu remaja putri maupun remaja putra.

Berdasarkan masalah-masalah di atas, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan mengenai gambaran penyesuaian diri pada remaja yang menjadi ibu.

2. Metode Penelitian

Jenis Penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian ini menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) yang merupakan pendekatan fenomenologi, dimana pendekatan ini berusaha untuk memahami makna peristiwa serta interaksi pada orang-orang dalam situasi tertentu, pendekatan ini menghendaki adanya sejumlah asumsi yang berlainan dengan cara yang digunakan untuk mendekati perilaku orang dengan maksud menemukan fakta atau penyebab. Metode pengumpulan data secara kualitatif berupa Wawancara. Metode dalam pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Besarnya sampel dalam penelitian ini keseluruhan subjek ada 3 orang remaja yang berusia 15-19 tahun. Langkah-langkah yang diambil dalam analisis data kualitatif ini adalah reduksi data, penyajian data, kesimpulan dan verifikasi.

3. Hasil Penelitian dan Diskusi

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian yang berjudul Penyesuaian Diri pada Remaja yang menjadi Ibu adalah ditemukannya masalah-masalah saat menjadi *teenage mother* yaitu tidak-siapan saat mengalami kehamilan,

putus sekolah dan putus kerja, adanya konflik keluarga, keterbatasan ekonomi dan masih bergantung hidup dengan orang tua.

Penyesuaian dengan pasangan. Berdasarkan hasil wawancara ketiga subjek, subjek NS mengalami kekecewaan terhadap pasangannya. Ia tidak diperhatikan setelah menikah. NS belum mampu menyesuaikan diri dengan pasangannya. Sedangkan subjek AZ dan PI mampu menyesuaikan diri dengan pasangannya, hal ini terlihat dari subjek yang mendapat perhatian dan kasih sayang yang cukup dari sang suami. Mereka memahami keadaan suami dan mengerti bagaimana cara menyelesaikan masalah dengan baik bersama pasangan sehingga permasalahan tidak terlalu berlarut-larut.

Penyesuaian keuangan mempunyai pengaruh yang kuat terhadap penyesuaian diri individu dalam perkawinan. Ketiga subjek mengalami masalah dalam penyesuaian keuangan. Pada subjek NS, uang yang diberikan suami tidak menentu. Pada subjek AZ, penghasilan suami masih dicampuri oleh keluarganya. Pada subjek PI, uang yang di dapat suami semua di berikan kepadanya tetapi ia sulit mengatur keuangan.

Penyesuaian dengan pihak keluarga pasangan. Berdasarkan hasil wawancara ketiga subjek, subjek NS dan AZ belum mampu menyesuaikan dirinya dengan pihak keluarga pasangan karena mereka terlibat konflik dengan mertuanya. Sementara, PI sudah mampu menyesuaikan diri dengan keluarga pasangan karena hubungan yang terjalin baik sampai saat ini.

Berdasarkan hasil wawancara, ketiga subjek mengetahui hal yang berhubungan seksual dan *sex education* dari teman dan internet. Mereka terlihat tidak tertarik saat membahas seksual. Ketiga subjek awalnya tidak mengerti karena mereka baru melakukan seks bersama pasangannya. Pada subjek NS, ia terpaksa melakukan seks pertama kali karena dirinya dijebak. Sedangkan pada subjek AZ dan PI mereka melakukannya secara sadar atas dasar suka sama suka.

4. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran penyesuaian diri pada remaja yang menjadi Ibu. Berdasarkan hasil wawancara ketiga subjek pada subjek NS ia belum dapat menyesuaikan dirinya setelah memiliki anak karena semua kebutuhan masih bergantung dengan orangtua. Pada subjek AZ dan PI, mereka dapat menerima dirinya karena pengaruh dukungan sosial.

5. Daftar Pustaka

- Engelmore, A. M., & Asrosi, M. (2009). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Bumi Aksara.
- Aruna, Y. (2008). Penyesuaian Diri pada Pasangan Suami Istri Usia Remaja Yang Hamil Sebelum Menikah. *Jurnal Psikologi Perkembangan*.
- Atwater, E. (1983). *Psychology of Adjustment Personal Growth in A Changing World*. (2nd ed). New Jersey: Prentice Hall.
- Botting, B. (1998). Teenage Mothers and the Health of Their Children. *Population Trends* 93, 19-28.
- Bobak, L (2005). *Keperawatan Maternitas, Edisi 4*. Jakarta: EGC.
- Bogdan & Taylor, 1975 dalam J. Moleong, Lexy. 2007. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remadja Karya.
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Pustaka.
- Clare, J. S. (2004). *Positive Experiences of Teenage Motherhood*. Peninsula Medical School: British. *Jurnal Psikologi*.
- Dariyo, A. (2003). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Penyesuaian Diri pada Remaja yang Menjadi Ibu
- Devi, O. (2014). Penyesuaian Diri Remaja ang Menikah Muda. *Jurnal Psikologi Perkembangan*.
- Elkind, D. (1976). *Child Development and Education*. New York: Oxford University Press.
- Gunarasa, S. S. (1995). *Psikologi untuk Keluarga. Edisi Kedua Belas*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Harber, A. & Runyon, P.R. (1984). *Psychology of Adjustment*. Illinois: The Dorsey Press.
- Hapsariyanti, D. (2007). *Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Penyesuaian Diri dalam Perkawinan Pada Pasangan yang Baru Menikah Selama Tiga Tahun*. Skripsi. Universitas Gunadharma.
- Hurlock, E. B. (2007). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan edisi kelima*. (alih Bahasa: Dra. Istiwidayanti & Drs. Soedjarwo). Jakarta: PT Erlangga.
- Lazarus, R.S. (1991). *Patterns of adjustment*. New York : Mc Graw-Hill Kogakusha. Ltd.
- Mack, N., Woodsong, C., MacQueen, K.M., Guest, G., Namey, E. (2005). *Qualitative Research Method's: A Data collector's Fields Guide*. Family Health International. USAID
- Moleong, L. J. (2004). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Monks, F. J. (2006). *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya (Cetakan ke- 16)* (Penerjemah: Siti Rahayu H). Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nana, Y. K. G., & Ankomah, A. (2013). *Experiences of Pregnancy and Motherhood Among Teenage Mothers in Suburb of Accra, Ghana*. University of Ghana. *Jurnal Psikologi Perkembangan*.

Mira Ariyani
Fadhilah Kamilia

Penyesuaian Diri pada Remaja yang Menjadi Ibu

- Papalia, O. F. (2009). *Human Development: Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Patton, M. Q. (2001). *Qualitative Research and Evaluation Methods*. California: Sage Publication.
- Poerwandari, K. (2001). Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia. edisi revisi. Jakarta: LPSP3 UI.
- Sarlito, W. S. (2012). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Santrock, W. J. (2003). *Adolecent, Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Scott, R., Scott, W. A. (2005). *Adjustment of Adoloscent, Cross Cultural Similatities and Differences*. London: Routledge.
- Schneider, A. A. (1964). *Personal Adjusment and Mental Health*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Smith, J. H. (2009). *Dasar-Dasar Psikologi Kualitatif: Pedoman Praktis Metode Penelitian*. Bandung: Nusamedia.