

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pernikahan merupakan impian banyak orang sebagai salah satu sarana mencapai kebahagiaan. Pernikahan mendatangkan beberapa manfaat seperti mendapatkan keturunan, meningkatkan keimanan, memperoleh dukungan sosial serta memperoleh ketentraman dan kesejahteraan. Menurut Hurlock (2013) mendefinisikan pernikahan sebagai periode individu belajar hidup bersama sebagai suami istri membentuk keluarga, membesarkan anak-anak dan mengelola sebuah rumah tangga. Jika tugas ini dapat dilalui dan diselesaikan dengan baik, akan membawa kebahagiaan bagi pasangan tersebut. Tugas dan kewajiban dalam fase pernikahan tidaklah mudah untuk dilalui oleh pasangan suami istri karena banyak hal yang harus dihadapi setelah menikah antara lain pengelolaan keuangan rumah tangga, membina komunikasi yang baik dengan pasangan dan keluarga, mendidik serta membesarkan anak, dan sebagainya. Pernikahan merupakan bagian penting dalam fase kehidupan perempuan untuk membentuk rumah tangga dan mampu melahirkan anak untuk meneruskan keturunan keluarganya. Saat perempuan berhasil mencari pasangan dan kemudian menikah serta mampu melahirkan keturunannya merupakan salah satu sumber kebahagiaan namun pernikahan juga merupakan salah satu sumber stres bagi perempuan (Fala, Sunarti dan Herawati, 2020). Konflik yang terjadi dalam sebuah pernikahan tentu membawa dampak fisik dan psikologis bagi kedua atau salah satu pasangan yang dapat menyebabkan stres atau tekanan. Stres pernikahan dapat bersumber dari faktor eksternal maupun internal. Beberapa hal yang dapat menyebabkan stres pada perempuan yang telah menikah yaitu, suami memiliki idaman wanita lain, KDRT, kekerasan fisik, psikologis, seksual maupun ekonomi yang dilakukan oleh suami, istri tidak mampu menghasilkan keturunan, sistem budaya pernikahan patriaki dan sebagainya. Kondisi tersebut tentu dapat menimbulkan stres pada perempuan dalam pernikahannya (Sukmawati, 2014).

Pernikahan di Indonesia umumnya dilandasi oleh budaya patriaki dimana kekuasaan dalam pernikahan ada pada pihak kaum laki-laki atau suami, sehingga kondisi ini menyebabkan perempuan rentan mengalami kekerasan atas kekuasaan yang dimiliki sepenuhnya oleh kaum suami yang berdampak pada tekanan yang dirasakan oleh kaum perempuan atau istri (Ariyanti dan Ardhana, 2020). Sistem pernikahan yang berdasarkan budaya patriaki juga berlaku dalam budaya Bali yaitu sistem pernikahan budaya patrilineal. Windia (2015) menjelaskan budaya patrilineal di Bali yaitu keturunan atau anak yang lahir akan dilacak atau mengikuti garis atau darah sang bapak atau ayah. Sistem kekerabatan ini menyebabkan anak laki-laki mendapatkan

perlakuan lebih istimewa dibandingkan anak perempuan yang kedudukan dalam keluarga dinomorduakan. Hak istimewa yang dimiliki oleh kaum lelaki dan suami di Bali dapat memunculkan pada perilaku semena-mena pada kaum perempuan atau istri.

Kekuasaan budaya patrilineal yang berdampak kekerasan pada perempuan Bali yang dilakukan oleh suami seperti yang dimuat dalam BBC.com (Divianta, 2017). Seorang istri yang mengalami penganiayaan yang dilakukan oleh suami dengan memotong kaki istrinya sudah terjadi selama bertahun-tahun, baik penganiayaan besar maupun kecil empat atau lima kali. Istri pernah pulang dengan kepala benjol berisi cairan dan akhirnya harus dioperasi, tubuh disundut rokok, memar-memar, itu terjadi bertahun-tahun tapi dari keluarga pihak istri menyarankan bertahan dengan harapan suaminya bisa berubah. Kondisi tersebut tentunya menyebabkan tekanan psikis bagi korban atau istri. Kasus lain yang dimuat dalam NusaBali.com (Sunariyah, 2018) seorang ibu yang meracuni ketiga anaknya di rumah orangtua karena rencana perceraian yang disebabkan oleh perselingkuhan yang dilakukan oleh suaminya, dimana ketiga hak asuh anaknya berencana diambil alih oleh suaminya dengan dalih bahwa anak sepenuhnya menjadi hak ayah/suami.

Peneliti melakukan wawancara kepada enam orang perempuan Bali yang telah menikah dengan rentang usia 10-40 tahun. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan, keenam perempuan Bali yang telah menikah tersebut dalam pernikahan budaya patrilineal mengaku pernah mengalami kekerasan baik secara fisik maupun psikologis oleh suami seperti berperilaku sesuka hati dan sewenang-wenang, memukul, memaki, tidak boleh memberikan pendapat jika tidak setuju dengan pendapat suami, mendapatkan makian serta kata-kata merendahkan jika tidak sesuai dengan kehendak suami, mendapat bentakan dari suaminya saat sedang marah dan harus diam saja dan tidak boleh menimpali kata-kata suami, harus turut serta aktif membantu pekerjaan apapun yang dikerjakan oleh suaminya baik di sawah maupun di rumah, pengabaian dalam pemberian nafkah secara ekonomi, suami suka bermalasan sehingga beban kerja istri bertambah untuk memenuhi kebutuhan keluarga, berjudi sabung ayam sehingga kebutuhan anak tidak tercukupi, berselingkuh dengan perempuan lain dan direndahkan jika tidak mampu melahirkan anak laki-laki untuk menuruskan keturunan suami.

Berdasarkan dari hasil wawancara awal di atas, keenam perempuan Bali yang telah menikah ditemukan mengalami gejala-gejala stres seperti menjadi takut saat suami pulang ke rumah, menjadi sering hilang konsentrasi, merasa tertekan dan merasa putus asa. Lubis (2009) menjelaskan bahwa ciri-ciri seseorang yang mengalami stres (distress) seperti mudah marah, cepat tersinggung, sulit berkonsentrasi, sukar mengambil keputusan, pelupa, pemurung, tidak energik, selalu merasa cemas atau

takut dan cepat bingung. Keenam perempuan Bali yang diwawancara tersebut mengaku bertahan dalam pernikahannya oleh beberapa alasan seperti tidak ingin melihat anak-anaknya memiliki ibu tiri yang akan membuat anak-anaknya menderita, berjuang untuk memenuhi dan menghidupi anak-anaknya agar memiliki masa depan yang lebih baik, merasa malu untuk pulang ke rumah saudara-saudara untuk menumpang hidup, merasa malu jika menyandang status sebagai janda serta stigma buruk yang diberikan oleh lingkungan sekitar.

Dampak dari budaya patrilineal yang berlaku Bali mengakibatkan kaum perempuan Bali menerima ketidakadilan, subordinasi, *marginalisasi*, beban ganda menjadi ibu rumah tangga sekaligus sebagai pekerja untuk menopang ekonomi keluarga. Selain itu, kaum perempuan Bali sering kali mendapatkan kekerasan fisik dan psikologis dari kaum laki-laki/suami. Budaya patrilineal di Bali tidak hanya berwujud ideologi, melainkan terkait pula dengan struktur sosial, yakni laki-laki memiliki superioritas bahkan berhak mendominasi perempuan Bali dalam berbagai cara. Pendominasian tersebut diperkuat oleh budaya dan pola asuh keluarga sehingga subordinasi laki-laki atas perempuan tidak hanya bercorak dominasi tetapi mengarah pada pengaruh kepemimpinan dan kekuasaan. Fakhri (1996) menyatakan bahwa perbedaan peran, kedudukan, tanggung jawab dan pembagian kerja antara laki-laki dan perempuan yang ditetapkan oleh masyarakat berdasarkan sifat perempuan dan laki-laki yang dianggap pantas menurut norma, adat istiadat, kepercayaan atau kebiasaan masyarakat melahirkan ketidakadilan bagi kaum perempuan seperti *marginalisasi*, subordinasi, kekerasan, beban kerja berlebih. Fakhri (1996) menjelaskan bahwa pelanggaran posisi subordinasi serta kekerasan terhadap kaum perempuan secara tidak sadar dijalankan oleh ideologi patriarki, yakni ideologi kekelakian. Perilaku semena-mena suami terhadap istri merupakan salah satu dampak dari budaya patriarki yang mengarahkan bahwa laki-laki lebih berkuasa dari perempuan atau istrinya, dan budaya patrilineal juga mengarahkan kaum perempuan untuk menerima apa pun kehendak suami.

Berdasarkan penjelasan para ahli tersebut di atas, bahwa budaya patrilineal di Bali membuat keberadaan laki-laki Bali lebih berkuasa sehingga perempuan Bali tunduk dan mengalami subordinasi. Tekanan yang berlangsung terus-menerus akan berdampak pada kelelahan fisik dan mental. Kondisi ini dapat menimbulkan konflik batin bagi perempuan Bali, tekanan psikologis bahkan dapat menimbulkan stres. Tekanan, tuntutan maupun kejadian negatif yang dialami dapat menimbulkan stres. Lazarus & Folkman (1984) mendefinisikan stres sebagai suatu kejadian atau keadaan yang menekan yang dapat menimbulkan tekanan psikologis. Menurut Nevid, Rathus dan Greenberg (2005) stres adalah suatu kondisi adanya tekanan fisik dan psikis akibat adanya tuntutan dalam diri dan lingkungan. Keadaan yang dapat menimbulkan

stres ini akan menstimulasi individu untuk bereaksi. Setiap orang pada hakikatnya akan bereaksi atau berespon terhadap setiap tuntutan yang datang atas dirinya dan akan berusaha mengatasi stres tersebut. Menurut Nevid, Rathus dan Greenberg (2005) ketika seseorang dihadapkan pada keadaan yang menimbulkan stress maka individu itu terdorong untuk melakukan perilaku *coping*. Lazarus dan Folkman (1984) mengartikan *coping* stres sebagai suatu upaya yang dilakukan oleh seseorang ketika dihadapkan pada tuntutan-tuntutan internal maupun eksternal yang ditujukan untuk mengatur suatu keadaan yang penuh stres dengan tujuan mengurangi distress. Menurut Hapsari (2002) *coping* stres merupakan suatu proses yang dinamis individu mengubah secara konstan pikiran dan perilaku mereka dalam merespon perubahan-perubahan dalam penilaian terhadap kondisi stres dan tuntutan-tuntutan dalam situasi tersebut.

Berbagai tuntutan yang menekan tidak menimbulkan stres diperlukan suatu upaya untuk menanggulangnya antara lain dengan *coping*. *Coping* dipandang sebagai proses penting dalam proses pengelolaan stres. *Coping* yang adaptif menjadi kunci untuk dapat mengurangi stres, meningkatkan toleransi terhadap stres. Strategi *coping* merupakan suatu upaya mengatasi stres yang memerlukan proses kognitif dan afektif untuk menyesuaikan diri terhadap stres (Lazarus & Folkman, 1984). Strategi *Emotional Focus Coping* adalah usaha mengatasi stres dengan cara mengatur emosi dalam menyesuaikan diri dari dampak yang ditimbulkan oleh suatu kondisi dan situasi yang dianggap penuh tekanan (Lazarus & Folkman, 1984). Penggunaan strategi *emotional focus coping* adalah upaya yang dilakukan oleh seseorang untuk mengatasi berbagai tuntutan dalam bentuk respon-respon emosi negatif yang didahului oleh adanya penilaian terhadap sumber *coping* yang dimiliki yang tidak memungkinkan untuk mengatasi permasalahan secara langsung. Jika seseorang menilai bahwa sumber *coping* yang dimiliki tidak dapat membantunya mengatasi permasalahan secara langsung maka strategi *emotional focus coping* yang akan dilakukannya. *Emotional focus coping* yang adaptif akan mampu memberikan ruang untuk mengidentifikasi emosi yang dirasakan setiap kali menghadapi kondisi-kondisi yang menekan, serta dapat memproses dan mengekspresikan emosi secara adaptif (Lazarus & Folkman, 1984). Hasil penelitian dari Refi (2019) menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara variabel *emotional focus coping* dengan variabel stres, artinya semakin tinggi *emotional focus coping* maka semakin rendah stres. Penelitian Rahmatika (2014) juga menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara variabel *emotional focus coping* dengan variabel stres, artinya semakin tinggi *emotional focus coping* maka semakin rendah stres. Penggunaan *emotional focus coping* diasumsikan dapat menjadi benteng dari stres pernikahan atas

ketidakberdayaan karena dominasi pihak laki-laki terhadap perempuan Bali karena hak istimewa yang didapatkan oleh kaum laki-laki atas budaya patrilineal tersebut.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang turut berperan mengurangi timbulnya stres. Dukungan sosial dibutuhkan untuk mengurangi dampak negatif yang muncul dari kondisi stres. Manfaat dukungan sosial, yakni adanya dukungan sosial yang dapat mengurangi munculnya stres. Dukungan sosial memiliki tujuan untuk menekan pengaruh stress yang dialami seseorang. Dalam hal ini dapat diaplikasikan dalam pernikahan bahwa adanya tingkat dukungan sosial yang tinggi dalam menyelesaikan masalah dengan cara mengurangi stress dan konstruktif, sikap positif yang dapat membantu menyelesaikan masalah pernikahan. Dukungan sosial sangat efektif diterapkan pada seseorang yang mengalami stres (Sarafino & Smith (2011).

Manfaat dari penerimaan dukungan sosial dari orang yang dipercaya akan merasa dirinya diperhatikan, dihargai, serta merasa dicintai. Dampak positif dari individu yang menerima dukungan sosial dari orang lain dengan tepat, yaitu dapat menjadi *coping* stres ketika individu memiliki masalah, dan dapat memberikan kesejahteraan dalam diri individu tersebut. Dampak positif bagi individu yang menerima dukungan sosial dari orang lain, individu tersebut akan lebih mampu melakukan penyesuaian diri di lingkungannya, ataupun menyesuaikan diri dalam keadaan atau masalah yang dialami. Seseorang yang menggunakan *emotional focus coping* melakukan pendekatan secara emotional untuk mengurangi tekanan yang dirasakan cenderung mencari dukungan sosial untuk mendapatkan rasa aman, empati ataupun pertolongan dari tekanan permasalahan yang dialaminya.

Sapardo (2019) berpendapat salah satu faktor yang mempengaruhi *coping* stres, adalah dukungan sosial. Seseorang yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi ada kecenderungan tidak mengabaikan stres karena tahu akan mendapatkan pertolongan dari orang lain, Sarafino & Smith (2011). Hasil penelitian dari Refi (2019) menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara variabel dukungan sosial dengan variabel stres, hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah stres yang dirasakan. Hasil penelitian Handono & Bashori (2013); Pamungkas (2019); Sapardo (2019) menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara variabel dukungan sosial dengan variabel stres, artinya bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah stres yang dirasakan. Dukungan sosial mengacu pada berbagai sumber daya yang disediakan oleh hubungan antar pribadi seseorang. Sarafino dan Smith (2011) mendefinisikan dukungan sosial sebagai suatu penerimaan terhadap rasa aman, kesenangan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang didapatkan seseorang dari orang lain atau kelompok. Dukungan sosial diyakini bisa menguatkan orang dalam menghadapi efek stress dan dapat meningkatkan kesehatan fisik pula. Dukungan sosial sebagai keberadaan dan

kesediaan orang lain yang dapat diandalkan, peduli, menghargai, dan mencintai. Dukungan sosial juga merupakan bantuan langsung, saran, dorongan, persahabatan dan ungkapan kasih sayang, semuanya terkait dengan hasil positif terhadap orang-orang yang menghadapi berbagai dilema dan tekanan hidup. Dukungan sosial sebagai perasaan kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diterima oleh orang banyak atau kelompok lain. Seseorang yang menerima dukungan sosial memiliki keyakinan bahwa ia dicintai, bernilai, dan merupakan bagian dari kelompok yang dapat menolong mereka disaat membutuhkan bantuan Sarafino dan Smith (2011). Taylor (2009) mendefinisikan dukungan sosial sebagai informasi yang diterima oleh orang lain yang membuat individu tersebut merasa disayangi, diperhatikan, dihargai, dan bernilai dan merupakan bagian dari jaringan komunikasi dari orang tua, suami atau orang yang dicintai, sanak keluarga, teman, hubungan sosial komunitas. Berdasarkan pengertian di atas, menggambarkan dukungan sosial adalah dukungan yang diberikan oleh orang-orang terdekat individu meliputi dukungan keluarga, teman dan orang-orang yang berarti disekitarnya. Keluarga dapat berperan sebagai pemberi dukungan sosial yang membantu individu ketika suatu masalah muncul. Individu yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi akan menjadi individu yang lebih optimis dan lebih mampu beradaptasi terhadap stres. Dukungan yang dapat diberikan oleh keluarga bisa berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan alat dan dukungan informatif.

Perempuan yang mengalami tekanan dalam pernikahan akan mengalami keadaan lemah fisik dan mental sehingga membutuhkan dukungan bantuan dan perhatian yang lebih dari lingkungannya, baik itu dari suami, keluarga maupun teman. Kurangnya dukungan sosial dapat mempengaruhi muncul dan berkembangnya kondisi stres. Dukungan memberi pengaruh dalam mengurangi stres yang dihadapi. Individu yang mendapat dukungan sosial akan merasa dihargai, diperhatikan dan dicintai oleh suami dan keluarganya. Seseorang sedang mengalami tekanan jika mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya maka dapat menurunkan tekanan atau stres yang dirasakan. Dukungan sosial terutama dari keluarga sangat dibutuhkan oleh perempuan yang mengalami tekanan dalam pernikahannya. Dukungan keluarga dapat berupa dukungan empati, perhatian, informasi maupun sarana dan prasarana yang dibutuhkan yang diberikan oleh lingkungan sekitarnya seperti dari keluarga, saudara, orangtua, teman ataupun tetangga.

Merujuk pada latar belakang tersebut, maka *emotional focus coping* dan dukungan sosial menjadi variabel yang perlu diuji hubungannya dengan stres pernikahan pada perempuan Bali.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah *emotional focus coping* dan dukungan sosial berkorelasi dengan stres pada perempuan Bali dalam pernikahan budaya patrilineal?
2. Apakah *emotional focus coping* berkorelasi dengan stres pada perempuan Bali dalam pernikahan budaya patrilineal?
3. Apakah dukungan sosial berkorelasi dengan stres pada perempuan Bali dalam pernikahan budaya patrilineal?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan hasil dari rumusan masalah pada penelitian ini, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Menganalisis hubungan antara *Emotional Focus Coping* dan Dukungan Sosial dengan Stres Perempuan Bali pada pernikahan budaya patrilineal.
2. Menganalisis hubungan antara *emotional focus coping* dengan stres perempuan Bali pada pernikahan budaya patrilineal.
3. Menganalisis hubungan antara dukungan sosial dengan stres perempuan Bali pada pernikahan budaya patrilineal.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih secara teroretis dalam bidang psikologi, terutama dalam bidang psikologi sosial yang berkaitan dengan stres perempuan Bali pada pernikahan budaya patrilineal, terkait dengan *emotional focus coping*, serta dukungan sosial.

2. Manfaat Praktis

Melalui Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam menurunkan stress, terkait dengan EFC dan dukungan social. Selain itu hasil penelitian ini dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya yang memiliki topik yang serupa.

E. Keaslian penelitian

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arifin (2017) membahas tentang Dukungan Sosial, *Emotional Focus Coping* dan Stres Peserta Program Keluarga Harapan. Subjek penelitian adalah 106 ibu ibu peserta PKH Lenteng kabupaten Sumenep. Pemilihan subjek dilakukan secara random sampling.

Data penelitian diukur dengan skala dukungan sosial, skala *Emotional Focus Coping* dan skala stres. Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian korelasional dengan menggunakan variabel bebas dukungan sosial dan Emotional Focus coping serta Stres sebagai variabel tergantung. Berdasarkan hasil uji asumsi, yakni uji normalitas sebaran dan uji linieritas hubungan, maka didapatkan bahwa asumsi linieritas tidak terpenuhi, sehingga melakukan analisis data dengan menggunakan dengan menggunakan analisis non parametrik *Spearman's Rho*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi korelasi antara *Emotional Focus Coping* dengan Stres peserta program keluarga harapan.

Penelitian yang dilakukan oleh Mulyanto, Agus (2017) membahas tentang *Problem Focus Coping*, Dukungan Sosial dan Stres Pada Mahasiswa yang Bekerja. Metode pengumpulan data menggunakan Skala Likert. Lokasi penelitian adalah di Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Sampel penelitian berjumlah 96 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Analisis data dilakukan dengan teknik analisis regresi berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan secara bersama-sama antara *problem focus coping* dan dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa yang bekerja.

Penelitian yang dilakukan oleh Refi (2019) membahas tentang *Emotional Focus Coping*, Dukungan Sosial dan Stres Akademik dengan Siswa X di Yogyakarta. Subjek penelitian adalah siswa SMA X Yogyakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Stres Akademik, Skala *Emotional focus coping* dan Skala Dukungan Sosial. Teknik sampling yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara *Emotional Focus Coping*, Dukungan Sosial dengan Stres Akademik

Berdasarkan penelitian-penelitian yang pernah dilakukan diatas, yang membedakan penelitian ini adalah a) latar belakang penelitian, b) subjek dalam penelitian ini yaitu perempuan Bali, dan c) lokasi penelitian ini berada di Bali. Persamaannya terletak pada variabel yaitu *emotional focus coping*, dukungan sosial, stres, metode penelitian yaitu kuantitatif serta teknik analisis yang digunakan yaitu regresi berganda. Oleh karena itu, penelitian tentang hubungan *emotional focus coping* dan dukungan sosial dengan stres pada perempuan Bali dalam pernikahan budaya patrilineal, cukup original.