

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kesehatan Mental

1. Definisi Kesehatan Mental

Dalam mendefinisikan kesehatan mental, sangat dipengaruhi oleh kultur dimana seseorang tersebut tinggal. Apa yang boleh dilakukan dalam suatu budaya tertentu, bisa saja menjadi hal yang aneh dan tidak normal dalam budaya lain, dan demikian pula sebaliknya (Sias,2006).

Menurut Pieper dan Uden (2006), kesehatan mental adalah suatu keadaan dimana seseorang tidak mengalami perasaan bersalah terhadap dirinya sendiri, memiliki estimasi yang realistis terhadap dirinya sendiri dan dapat menerima kekurangan atau kelemahannya, kemampuan menghadapi masalah-masalah dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidupnya.

Notosoedirjo dan Latipun (2005), mengatakan bahwa terdapat banyak cara dalam mendefinisikan kesehatan mental (*mental hygiene*) sebagai berikut :

- a. Karena tidak mengalami gangguan mental
- b. Tidak jatuh sakit akibat stressor
- c. Sesuai dengan kapasitasnya dan selaras dengan lingkungannya
- d. Tumbuh dan berkembang secara positif.

Sehat mental karena tidak mengalami gangguan mental Orang yang sehat mentalnya adalah orang yang tahan terhadap sakit jiwa atau terbebas dari sakit dan gangguan jiwa. Vaillaint (dalam Notosoedirjo & Latipun, 2005), mengatakan

bahwa kesehatan mental atau psikologis itu “*as the presence of successful adjustmet or the absence of psychopatology*”.

Pengertian ini bersifat dikotomis, bahwa orang berada dalam keadaan sakit atau sehat psikisnya. Sehat jika tidak terdapat sedikitpun gangguan psikisnya, dan jika ada gangguan psikis maka diklasifikasikan sebagai orang sakit. Dengan kata lain sehat dan sakit mental itu bersifat nominal yang dapat dibedakan kelompok-kelompoknya.

Frank, L. K. (dalam Notosudirjo & Latipun, 2005) merumuskan pengertian kesehatan mental secara lebih komprehensif dan melihat kesehatan mental secara ”positif”. Dia mengemukakan bahwa kesehatan mental adalah orang yang terus menerus tumbuh, berkembang dan matang dalam hidupnya, menerima tanggung jawab, menemukan penyesuaian (tanpa membayar terlalu tinggi biayanya sendiri atau oleh masyarakat) dalam berpartisipasi dalam memelihara aturan sosial dan tindakan dalam budayanya.

Federasi Kesehatan Mental Dunia (*World Federation for Mental Health*) merumuskan pengertian kesehatan mental sebagai kondisi yang memungkinkan adanya perkembangan yang optimal baik secara fisik, intelektual dan emosional, sepanjang hal itu sesuai dengan keadaan orang lain. Sebuah masyarakat yang sehat secara mental adalah masyarakat yang membolehkan anggota masyarakatnya berkembang sesuai kemampuannya. Dalam konteks Federasi Kesehatan Mental Dunia ini jelas bahwa kesehatan mental itu tidak cukup dalam

pandangan individual tetapi sekaligus mendapatkan dukungan dari masyarakatnya untuk berkembang secara optimal.

Berdasarkan dari sekian pemaparan tokoh diatas dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental adalah kesesuaian diri dengan lingkungannya serta tumbuh dan berkembang secara positif serta matang dalam hidupnya, menerima tanggung jawab dan memelihara aturan sosial di dalam lingkungannya.

2. Prinsip Kesehatan Mental

Prinsip-prinsip pengertian kesehatan mental adalah sebagai berikut:

- a. Kesehatan mental adalah lebih dari tiadanya perilaku abnormal. Prinsip ini menegaskan bahwa yang dikatakan sehat mentalnya tidak cukup kalau dikatakan sebagai orang yang tidak mengalami abnormalitas atau orang yang normal. Karena pendekatan statistik memberikan kelemahan pemahaman normalitas itu. Konsep kesehatan mental lebih bermakna positif daripada makna keadaan umum atau normalitas sebagaimana konsep statistik.
- b. Kesehatan mental adalah konsep yang ideal. Prinsip ini menegaskan bahwa kesehatan mental menjadi tujuan yang amat tinggi bagi seseorang. Apalagi disadari bahwa kesehatan mental itu bersifat kontinum. Jadi sedapat mungkin orang mend apatkan kondisi sehat yang paling optimal dan berusaha terus untuk mencapai kondisi sehat yang setinggi-tingginya.

- c. Kesehatan mental sebagai bagian dan karakteristik kualitas hidup. Prinsip ini menegaskan bahwa kualitas hidup seseorang salah satunya ditunjukkan oleh kesehatan mentalnya. Tidak mungkin membiarkan kesehatan mental seseorang untuk mencapai kualitas hidupnya, atau sebaliknya kualitas hidup seseorang dapat dikatakan meningkat jika juga terjadi peningkatan kesehatan mentalnya.

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental adalah suatu kondisi dimana kepribadian, emosional, intelektual dan fisik seseorang tersebut dapat berfungsi secara optimal, dapat beradaptasi terhadap tuntutan lingkungan dan stressor, menjalankan kapasitasnya selaras dengan lingkungannya, menguasai lingkungan, merasa nyaman dengan diri sendiri, menemukan penyesuaian diri yang baik terhadap tuntutan sosial dalam budayanya, terus menerus bertumbuh, berkembang dan matang dalam hidupnya, dapat menerima kekurangan atau kelemahannya, kemampuan menghadapi masalah-masalah dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidupnya.

3. Aspek-aspek Kesehatan Mental

Kartono (1989) menyatakan bahwa orang yang memiliki mental sehat ditandai dengan sifat-sifat khas, antara lain mempunyai kemampuan kemampuan untuk bertindak secara efisien, memiliki tujuan-tujuan hidup yang jelas, punya konsep diri yang sehat, ada koordinasi antara segenap potensi dengan usaha-

usahanya, memiliki regulasi-diri dan integrasi kepribadian, dan batinnya selalu tenang.

Orang yang sehat mentalnya menurut Marie Jahoda memiliki karakter utama sebagai berikut:

- a. Sikap kepribadian yang baik terhadap diri sendiri dalam arti ia dapat mengenal dirinya dengan baik.
- b. Pertumbuhan, perkembangan, dan perwujudan diri yang baik.
- c. Integrasi diri yang meliputi keseimbangan mental, kesatuan pandangan, dan tahan terhadap tekanan-tekanan yang terjadi.
- d. Otonomi diri yang mencakup unsur-unsur pengatur kelakuan dari dalam atau kelakuan-kelakuan bebas.
- e. Persepsi mengenai realitas, bebas dari penyimpangan kebutuhan serta memiliki empati dan kepekaan sosial.
- f. Kemampuan untuk menguasai lingkungan dan berintegrasi dengan lingkungan secara baik.

Bastaman (2001) memberikan tolak ukur kesehatan mental, dengan kriteria-kriteria yang terdapat didalam Al Qur'an sebagai berikut :

- a. Bebas dari gangguan dan penyakit-penyakit kejiwaan (Al Baqarah: 75-76).
- b. Mampu secara luwes menyesuaikan diri dan menciptakan hubungan antar pribadi yang bermanfaat dan menyenangkan (Al Isra': 23).

- c. Mengembangkan potensi-potensi pribadi (bakat, kemampuan, sikap, sifat, dan sebagainya) yang baik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan lingkungan (Al Maidah: 9).
- d. Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan dan berupaya menerapkan tuntutan agama dalam kehidupan sehari-hari (Al Mukminun: 1-7).

Dari berbagai aspek kesehatan mental di atas, aspek kesehatan mental dalam penelitian ini adalah aspek menurut Bastaman (1995). Peneliti memilih aspek-aspek dari Bastaman karena aspek-aspek tersebut sudah mewakili tentang kesehatan mental.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Kesehatan mental dipengaruhi oleh beberapa faktor baik eksternal maupun internal. Yang termasuk faktor internal adalah faktor biologis dan psikologis. Beberapa faktor biologis yang secara langsung berpengaruh terhadap kesehatan mental, di antaranya: otak, sistem endokrin, genetika, sensori, dan kondisi ibu selama kehamilan. Faktor psikologi yang berpengaruh terhadap kesehatan mental, yaitu: pengalaman awal, proses pembelajaran, dan kebutuhan (Muhyani, 2012).

Faktor eksternal yang memengaruhi kesehatan mental yaitu sosial budaya, diantaranya:

- a. Stratifikasi Sosial

Holingshead dan Redlich menemukan bahwa terdapat distribusi gangguan mental secara berbeda antara kelompok masyarakat yang berada pada strata sosial tinggi dan rendah.

b. Interaksi Sosial

Faris dan Dunham mengemukakan bahwa kualitas interaksi sosial individu sangat mempengaruhi kesehatan mentalnya.

c. Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan mikrosistem yang menentukan kepribadian dan kesehatan mental anak.

d. Sekolah

Sekolah juga merupakan lingkungan yang turut mempengaruhi terhadap perkembangan kesehatan mental anak (Muhyani, 2012).

Johnson (dalam Videbeck, 2008) menyatakan kesehatan mental dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu:

- a. Otonomi dan kemandirian: individu dapat melihat ke dalam dirinya untuk menemukan nilai dan tujuan hidup. Individu yang otonom dan mandiri dapat bekerja secara interdependen atau kooperatif dengan orang lain tanpa kehilangan otonominya.
- b. Memaksimalkan potensi diri: individu memiliki orientasi pada pertumbuhan dan aktualisasi diri.

- c. Menoleransi ketidakpastian hidup: individu dapat menghadapi tantangan hidup sehari-hari dengan harapan dan pandangan positif walaupun tidak mengetahui apa yang terjadi di masa depan.
- d. Harga diri: individu memiliki kesadaran yang realitis akan kemampuan dan keterbatasannya.
- e. Menguasai lingkungan: individu dapat menghadapi dan memengaruhi lingkungan dengan cara yang kreatif, kompeten, dan sesuai kemampuan.
- f. Orientasi realitas: individu dapat membedakan dunia nyata dari dunia impian, fakta dari khayalan, dan bertindak secara tepat.
- g. Manajemen stress: individu menoleransi stress kehidupan, merasa cemas atau berduka sesuai keadaan, dan mengalami kegagalan tanpa merasa hancur. Ia menggunakan dukungan dari keluarga dan teman untuk mengatasi krisis karena mengetahui bahwa stress tidak akan berlangsung selamanya.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, seperti faktor psikologis, biologis, interaksi sosial, keluarga, sekolah, dan lain sebagainya.

B. Pernikahan

1. Pengertian Pernikahan

Berdasarkan UU no 1 tahun 1974 tentang perkawinan mendefinisikan perkawinan adalah ikatan lahir batin antara pria dan wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga yang bahagia berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Perkawinan akan di anggap sah apabila dilakukan sesuai dengan hukum agama masing-masing mempelai dan perkawinan juga di catat menurut undang-undang yang berlaku.

Pernikahan adalah sebuah kesepakatan sosial antara pihak-pihak terkait antara laki-laki dan wanita dewasa. Pernikahan adalah sebuah akat data kontak yang mengikat dua pihak yaitu laki-laki dan wanita yang masing-masing sudah memenuhi persyaratan secara hukum yang berlaku atas kerelaan atau kesukaan antar sesame (Murtadho, 2009).

Sedangkan menurut Azis (dalam Murtadho) mengatakan bahwa dalam ensiklopedi hukum islam perkawinan adalah salah satu upaya untuk menyalurkan naluri seksual suami istri dalam sebuah rumah tangga sekaligus sarana untuk menghasilkan keturunan yang tidak menjamin kelangsungan eksistensi manusia di Bumi ini.

Beda halnya seperti yang dipaparkan oleh Humm (dalam Murtadho, 2001) yang mengatakan bahwa pernikahan adalah sebuah kontrak kerja dimana suami mendapatkan pekerjaan tanpa upah dari istrinya. Hal ini sama dengan hukum domestic dan model eksploitasi patriarkhis dimana kedua pasangan tersebut seimbang untuk memeperalat satu sama lainnya demi kepentingan rumah tangga.

Sedangkan menurut Abdul Ghoni yang dikutip oleh Murtadho (2009) mengatakan perkawinan adalah pertemuan yang teratur antara pria dan wanita dalam satu atap untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan tertentu baik yang bersifat biologis, ekonomi, budaya dan psikologis.

Imam Muhammad Abu Zahra (dalam Dadang, 2009) mengatakan perkawinan adalah perjanjian yang menjadikan halalnya hubungan seksual antara seorang pria dan wanita, saling tolong menolong di antara keduanya serta menimbulkan hak dan kewajiban antara keduanya.

Berdasarkan definisi-definisi diatas tentang pernikahan dapat disimpulkan bahwa pernikahan adalah sebuah perjanjian atau aqad yang disepakati oleh kedua belah pihak antara seorang pria dan seorang wanita untuk bersama-sama mengikat diri dan saling mengasihi demi kepentingan rumah tangganya dengan batasan-batasan hukum yang ada.

2. Tujuan Pernikahan

Pernikahan merupakan sebuah institusi yang keberadaannya diatur dan dilindungi oleh hukum, baik agama maupun Negara. Adapun tujuan pernikahan menurut Sabiq (dalam Murtadho, 2001) adalah sebagai berikut :

- a. Adanya perkawinan dapat menumbuhkan tali kekeluargaan, memperteguh kelanggengan, rasa cinta antar keluarga dan memperkuat hubungan kemasyarakatan.
- b. Dengan adanya sebuah pernikahan semakin menumbuhkannya rasa tanggung jawab antara suami dan istri sebagaimana mestinya.

Sedangkan menurut Azis (dalam Murtadho, 2001) mengatakan tujuan perkawinan adalah sebagai berikut :

- a. Menyalurkan nalur seksual secara sah dan benar baik hukum maupun agama.
- b. Cara paling baik untuk mengembangkan keturunan secara sah.
- c. Memupukkan rasa tanggung jawab dalam rangka memelihara dan mendidik anak sehingga memberikan motivasi yang kuat bagi seseorang untuk membahagiakan orang-orang yang menjadi tanggung jawab bersangkutan.

Berbeda dengan apa yang di sampaikan oleh Hakim (dalam Murtadho, 2001) yang mengatakan bahwa tujuan pernikahan dibagi menjadi 5 aspek, yaitu :

- a. Aspek personal
 - 1) Penyaluran kebutuhan biologi

Sebagaimana mestinya setiap manusia tertuntut untuk memiliki pasangan yang disebabkan oleh daya tarik yang dimiliki manusia sebagai makhluk

yang berakal. Daya tarik inilah yang dapat menimbulkan syahwat manusia sehingga dengan pernikahan maka manusia dapat menyalurkan syahwatnya dengan sah.

2) Reproduksi generasi

Tujuan ini berhubungan dengan bagaimana seseorang dapat memiliki keturunan yang jelas hukum perwaliannya.

b. Aspek sosial

1) Fondasi masyarakat

Pernikahan adalah langkah awal seseorang dalam membentuk kesejahteraan dirinya. Apabila dalam sebuah rumah tangga memiliki fondasi yang kuat dalam menciptakan keharmonisan keluarga maka inilah sumbangan awal keluarga dalam menciptakan masyarakat yang harmonis.

2) Manusia yang kreatif

Perkawinan mengajarkan seseorang dapat bertanggung jawab yang menimbulkan sebuah keinginan untuk mengubah keadaan lebih baik dan hanya terkonstruksi dalam pikiran-pikiran yang kreatif.

c. Aspek spritual.

Hal ini berkaitan dengan bagaimana seseorang mampu mengikat dirinya dengan orang lain dalam ikatan yang sah menurut ritual yang ada didalam Agama dan Negara.

d. Aspek moral.

Libido seksualitas yang ada dalam setiap diri manusia adalah sebuah fitrah. Agar libido tersebut dapat tersalurkan sesuai dengan norma yang ada maka pernikahan wadah untuk melampiaskannya.

e. Aspek kultural.

Pernikahan adalah selain pembeda anantara manusia dengan hewan juga dapat menjadi pembeda antara manusia yang beradap dengan yang tidak beradap atau manusia yang prifitif dengan manusia yang modern.

Beberapa tujuan yang sudah dipaparkan diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan perkawinan adalah untuk menciptakan sebuah kehidupan yang dilandasi oleh kasih sayang antara suami dan istri serta menciptakan sebuah keluarga yang berlandaskan norma dalam masyarakat.

3. Persyaratan Pernikahan

Suatu pernikahan yang sukses menuntut adanya kedewasaan dan kematangan dari segi fisik maupun emosional sehingga dalam melangsungkan pernikahan harus memperhatikan berbagai persyaratan yang telah ditetapkan. Walgito (1984) mengatakan perkawinan atau pernikahan dikatakan matang apabila telah

memenuhi tiga aspek yaitu aspek psikologi, sosial dan sosial ekonomi. Adapun ketiga aspek tersebut adalah sebagai berikut :

a. Aspek Biologis

Pernikahan merupakan bagian terpenting dalam hidup setiap orang sehingga setiap individu harus memiliki kesiapan atau kematangan secara biologis yang dalam hal ini ditentukan oleh faktor usia. Usia atau kesehatan jasmani secara keseluruhan bukan saja mempengaruhi hubungan suami istri melainkan juga dapat menimbulkan dampak yang lebih luas dalam membina rumah tangga di tengah-tengah masyarakat.

b. Aspek Psikologis

Dalam perkawinan atau pernikahan seseorang dituntut untuk melibatkan diri secara emosional, lahir dan batin. Seseorang yang memasuki dunia perkawinan harus mampu mengendalikan dan menyeimbangkan emosional dengan pasangannya agar tercapai suasana rumah tangga yang bahagia.

c. Aspek Sosial Ekonomi

Aspek sosial ekonomi merupakan syarat penting dalam menjalankan sebuah pernikahan. Seseorang yang berani membentuk sebuah rumah tangga melalui pernikahan maka tanggung jawab atas segala hal kehidupan keluarganya terletak pada pasangan suami istri tersebut. Bila seseorang belum memiliki pijakan ekonomi yang matang dalam hal

pemenuhan kebutuhan rumah tangganya akan sangat sering muncul konflik yang menimbulkan perpecahan atau perceraian.

Namun menurut UU perkawinan nomor 1 tahun 1974 pada BAB II mengatakan syarat-syarat perkawinan pasal 6 adalah sebagai berikut :

- a. Perkawinan harus didasarkan berdasarkan persetujuan kedua calon mempelai.
- b. Untuk melangsungkan perkawinan seseorang yang belum mencapai umur 21 (dua puluh satu) tahun harus mendapat izin dari kedua orang tua.
- c. Dalam hal salah seorang kedua orang tua telah meninggal dunia atau dalam keadaan tidak mampu menyatakan kehendaknya, maka di maksud ayat (2) pasal ini cukup di peroleh dari orang tua yang masih hidup atau dari orang tua yang mampu menyatakan kehendaknya.
- d. Dalam hal kedua orang tua telah meninggal dunia atau dalam keadaan tidak ampu untuk menyatakan kehendaknya, maka izin diperoleh dari wali, orang yang memelihara atau orang yang mempunyai hubungan darah dalam garis keturunan lurus keatas selama mereka masih hidup dan dalam keadaan dapat menyatakan kehendaknya.
- e. Dalam hal perbedaan pendapat antara orang-orang yang di sebut dalam ayat (2), (3) dan (4) pasal ini, atau salah seorang atau lebih di antara mereka tidak menyatakan pendapatnya, maka pengadilan dalam daerah hukum tempat tinggal orang yang melangsungkan perkawinan atas

permintaan orang tersebut dapat memberikan izin setelah lebih dahulu mendengar orang-orang tersebut dalam ayat (2), (3) dan (4) pasal ini.

- f. Ketentuan tersebut ayat (1) samapai dengan ayat (5) pasal ini berlaku sepanjang hukum masing-masing agamanya dan kepercayaannya itu dari yang bersangkutan tidak menentukan lain.

Pada pasal 7 dalam UU nomor 1 tahun 1974 BAB II menegaskan syarat-syarat usia untuk menikah adalah sebagai berikut :

- a. Perkawinan hanya di ijinan jika pria sudah mencapai umur 19 (Sembilan belas) tahun dan pihak wanita mencapai umur 16 (enam belas) tahun.
- b. Dalam hal penyimpangan terhadap ayat (1) pasal ini dapat meminta dispensasi kepada pengadilan atau pejabat lain yang di tunjuk oleh kedua orang tua pria maupun pihak wanita.
- c. Ketentuan-ketentuan ini mengenai keadaan salah seorang atau kedua orang tua tersebut dalam pasal (6) ayat (3) dan (4) undang-undang ini, berlaku juga dalam hal permintaan dispensasi tersebut ayat (2) pasal ini dengan tidak mengurangi yang di maksud dalam pasal 6 ayat (6).

4. Pernikahan Sebagai Tugas Perkembangan

Dalam perjalanan hidup manusia, manusia berada pada titik-titik yang berbeda dalam siklus kehidupan keluarga. Fase-fase kehidupan keluarga salah

satunya adalah seseorang mampu keluar dari kehidupan keluarganya untuk pendewasaan dirinya (Santrock, 2002). Hal tersebut bisa tercapai melalui sebuah pernikahan yang nantinya diharapkan membentuk sebuah keluarga.

Pasangan baru merupakan fase kedua dalam siklus kehidupan keluarga, dimana pasangan suami dan istri dari keluarga yang berbeda akan membentuk sebuah keluarga baru. Fase ini bukannya saja membangun sebuah rumah tangga namun lebih kepada penyusunan kembali hubungan dengan keluarga jauh dan teman-teman yang melibatkan pasangan (Santrock, 2002).

Beberapa ahli pernikahan dan keluarga percaya bahwa pernikahan mencerminkan fenomena yang berbeda bagi perempuan dan laki-laki. Bernard (dalam Santrock, 2002) mengatakan bahwa pernikahan adalah gambaran bersatunya dua sistem keluarga untuk membentuk sebuah sistem baru.

Berdasarkan definisi di atas bisa disimpulkan bahwa pernikahan merupakan sebuah proses perkembangan manusia untuk mencapai hakikat hidupnya dan pernikahan merupakan titik akhir yang sah bagi manusia dewasa, dimana dengan pernikahan seseorang dapat memenuhi segala kebutuhan biologis dan psikologisnya.

C. Pernikahan Dini

1. Pengertian Pernikahan Dini

Pernikahan dini adalah akad nikah yang dilangsungkan pada usia dibawah kesesuaian aturan yang berlaku. Seperti yang disebutkan pada BAB I dalam UU perkawinan nomor 1 tahun 1974 pasal 7 usia yang boleh menikah bagi pria adalah 19 tahun dan usia 16 tahun bagi wanita.

Pernikahan dini adalah akad nikah yang dilakukan oleh sepasang remaja dengan tujuan untuk membentuk keluarga (rumah tangga) dan melanjutkan keturunan (Mulyaningrum, 2000).

Berdasarkan definisi diatas dapat di simpulkan pernikahan dini adalah perijodohan antara laki-laki dan perempuan untuk menjadi suami istri dan membentuk keluarga (rumah tangga) yang belum saatnya dilakukan atau terlalu cepat dilakukan.

2. Faktor yang Mempengaruhi

Pernikahan dini kerap terjadi dimana-mana, sebagaimana yang sudah di sebutkan pada Latar Belakang Masalah di berbagai daerah terdapat banyak kasus pernikahan dini. Dahlan (1996) menyebutkan beberapa factor yang memepengaruhi pernikahan dini terjadi adalah sebagai berikut :

- a. Keinginan orang tua yang cepat-cepat memiliki menantu.
- b. Karena ada lamaran dari orang yang disegani.
- c. Untuk menutupi aib karena hamil dengan pacar.

- d. Dari yang bersangkutan ingin cepat kawin dan menganggap hidup bermahatangga lebih nikmat.
- e. Malu dengan teman sebayanya yang sudah menikah atau orang tua khawatir anaknya menjadi perawan tua atau bujang tak laku.
- f. Menyadari hal-hal negative seperti hamil di luar nikah.

Nelwan (2001) menyatakan bahwa berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di kecamatan Lawang Kabupaten Malang pernikahan dini di usia 15-18 tahun disebabkan karena :

- a. Kondisi ekonomi yang serba kekurangan.
- b. Desakan orang tua agar aman dari pergaulan bebas.
- c. Adanya system budaya.

Manusia sebagai makhluk sosial yang memiliki banyak kebutuhan dalam menjalani hidupnya sehingga segala hal yang dilakukan oleh manusia adalah bentuk dari pemenuhan kebutuhannya. Menurut Walgito (1984) terdapat 4 faktor seseorang melakukan pernikahan dini :

- a. Faktor biologik

Faktor ini berkaitan dengan kejasmanian seseorang. Factor yang di perlukan untuk memaparkan eksistensinya sebagai makhluk hidup, salah satunya adalah kebutuhan seksual. Bila kebutuhan ini tidak di penuhi atau di mengerti oleh individu tersebut dapat menyebabkan hambatan

bagi kehidupannya. Hal ini berhubungan dengan konsep budaya di mana sebuah hubungan yang di terima oleh masyarakat antara laki-laki dan wanita adalah hubungan perkawinan.

b. Faktor psikologik

Faktor ini berkaitan dengan kondisi psikologis seseorang yaitu rasa sayang, rasa aman, harga diri dan aktualisasi diri. Adanya pernikahan individu akan merasa di lindungi dan dapat perlindungan serta bebas mencurahkan perasaannya. Sehingga bisa di katakana bahwa perkawinan adalah salah satu cara untuk memenuhi kebutuhan psikologis seseorang.

c. Faktor sosial

Merupakan faktor yang berkaitan dengan interaksi sosial yaitu kebutuhan akan hubungan dengan orang lain. Dengan demikian dapat di jelaskan bahwa alah satu yang melatar belakangi perkawinan adalah norma-norma dan pandangan yang ada dalam masyarakat sebagai langkah berinteraksi individu dengan yang lainnya.

d. Faktor religi

Faktor ini berkaitan dengan kekuatan yang ada di luar diri manusia yaitu kebutuhan untuk berhubungan dengan sang pencipta. Perkawinan adalah salah satu anjuran oleh semua agama yang ada, maka dengan perkawinan seseorang dapat juga melaksanakan anjuran yang diyakininya.

3. Dampak Pernikahan Dini

Hapniah (2006) mengatakan dampak pernikahan dini ada 2 bagi yaitu :

a. Dari segi fisik

Pada umumnya remaja belum kuat karena tulang panggulnya masih terlalu kecil, sehingga hal ini mengkhawatirkan proses persalinan. Rahim remaja putri masih dalam tahap perkembangan sehingga bisa berakibat pendarahan ketika hamil dan menyebabkan bayi lahir prematur berbearat badan rendah.

b. Dari segi mental

Kestabilan emosi umunya terjadi pada usia 24 tahun keatas sehingga jika pernikahan dilakukan di bawah usia 20 tahun maka bisa menyebabkan emosi tidak stabil.

Ramulya (1993) juga mengungkapkan bahwa pernikahan dini dapat menyebabkan dampak sebagai berikut :

a. Dampak terhadap kesehatan jasmani

Kondisi rahim wanita yang masih terlalu dini dapat menyebabkan kandungan lemah dan sel telur masih belum masak sempurna sehingga kemungkinan anaknya akan lahir secara prematur atau cacat fisik.

b. Dampak terhadap psikologis

Masa remaja adalah masa transisi yang di tandai dengan adanya gejala emosi yang tidak stabil dan juga di kenal sebagai masa pencarian identitas diri. Kondisi jiwa yang tidak stabil akan berpengaruh pada hubungan suami istri, akan banyak konflik yang terjadi dan mengakibatkan perceraian jika masing-masing individu tidak dapat mengendalikan diri.

c. Dampak terhadap perkembangan anak

Dari emosi yang tidak stabil akan berpengaruh pada pola asuh orang tua pada anaknya, padahal dalam perkembangannya anak membutuhkan lingkungan keluarga yang tenang, penuh harmonis serta stabil sehingga anak merasa aman dan berkembang secara optimal.

d. Dampak terhadap sikap masyarakat

Memutuskan untuk menikah berarti juga harus siap dengan menalami perubahan dari segi sosial akibat adanya hak dan kewajiban sebagai istri atau suami dan ayah atau ibu. Hal ini jelas memiliki beban dan tanggung jawab yang tidak ringan dalam masyarakat.

D. Perceraian

1. Pengertian Perceraian

Setiap pasangan suami istri tidak pernah meniatkan berpisah, namun terkadang manusi dengan segala sifat egoisnya mengalahkan komitmen yang sudah dibuatnya. Istilah “putus” perkawinan dapat diartikan sebagai pemberhentian sehingga tidak ada tanggung jawab lagi antara pelaku perkawinan (Tency, Elmi, 2009).

Perceraian menurut UU nomor 1 tahun 1974 pasal 39 ayat (2) adalah tidak adanya ikatan lagi antara pasangan suami istri yang disebabkan oleh beberapa hal dan harus mendapat putusan dari pengadilan. Biasanya persoalan yang terjadi adalah adanya perselingkuhan atau perzinaan pasangan dan meninggalkan tanggung jawab sebagai pasangan suami ataupun istri (Tency, Elmi, 2009).

Berbeda halnya dengan konsep yang dipaparkan oleh Segaf Baharun (dalam Haya, 2010) mengeni perceraian. Perceraian adalah tindakan mubah yang paling di benci oleh Allah swt, manusia terlalu dikuasai oleh iblis sehingga manusia tidak dapat mengendalikan syahwatnya dan terjadilah perpecahan rumah tangga. Mengutip dari hadist yang di paparkan oleh Rasulullah saw perceraian adalah sikap yang tidak tepat dalam menyelesaikan sebuah problem rumah tangga yang

dapat menyengsarakan anak-anaknya dan putus tali silaturahmi antara keluarga besar yang sudah terbangun.

Berbeda dengan apa yang dipaparkan oleh Huda Haem konsultan keluarga dan mantan penghulu ini (2010) perceraian adalah ketidak mampuannya seseorang menemukan faktor sebab dan akibat serta kerangka berfikir (*mindest*) yang didominasi oleh pembicaraan pribadi yang negatif. Oleh karena itu pentingnya berfikir positif terhadap segala masalah atau kesulitan yang dialami manusia adalah penting sehingga tidak terjadi sesuatu yang buruk.

Sehingga bisa disimpulkan bahwa perceraian adalah sikap tidak bijak yang di ambil oleh pasangan suami-istri yang mengakibatkan banyak hal negatif terutama pada perkembangan mental anak. Perceraian merupakan tindakan yang diambil oleh pasangan suami-istri untuk memutuskan ikatannya sehingga tidak adanya lagi tanggung jawab diantara keduanya.

2. Penyebab Terjadinya Perceraian

Tidak seorangpun yang menginginkan perceraian terjadi, namun terkadang *alibi* perceraian adalah jalan terbaik untuk menyelesaikan masalah sehingga perceraian banyak dilakukan sebagai jalan untuk menyelesaikan *problem* rumah tangga. Adapun alasan perceraian itu terjadi menurut Kompilasi Hukum Islam (KHI) pasal 116 (Tency, Elmi, 2009) adalah sebagai berikut :

- a. Salah satu pihak berbuat zina atau menjadi pemabuk, pemadat, penjudi dan lain sebagainya yang sukar disembuhkan.

- b. Salah satu pihak meninggalkan pihak lain selama 2 (dua) tahun berturut-turut tanpa izin pihak lain dan tanpa alasan yang sah atau karena hal lain diluar kemampuannya.
- c. Salah satu pihak mendapat hukuman penjara 5 (lima) tahun atau hukuman yang lebih berat setelah perkawinan berlangsung.
- d. Salah satu pihak melakukan kekejaman atau penganiyaan berat yang membahayakan pihak lain.
- e. Salah satu pihak mendapatkan cacat badan atau penyakit dengan akibat tidak dapat menjalankan kewajibannya sebagai suami atau istri.
- f. Antara suami dan istri terus menerus terjadi perselisihan dan pertengkaran dan tidak ada harapan akan hidup rukun lagi dalam rumah tangga.
- g. Suami melanggar taklik talak.
- h. Peralihan agama atau murtad yang menyebabkan terjadinya ketidakrukunan dalam rumah tangga.

Baharun (dalam Haya, 2010) mengatakan sebab-sebab terjadinya perceraian adalah sebagai berikut :

- a. Kebodohan pasangan tersebut tentang perihal hukum nikah.
- b. Pasangan suami atau istri yang melepaskan pandangan pada sesuatu yang haram.
- c. Tidak menjaga kesucian diri.

- d. Status karier yang tidak seimbang atau istri cenderung tingga kariernya.

Berbeda dengan yang dipaparkan oleh konsultan keluarga Nurul Huda Haem. Dari beberapa kasus yang ditanganinya selama ini ada beberapa hal yang menyebabkan pasangan ingin melakukan perceraian (2010) :

- a. Sikap pasangan yang tidak sewajarnya menjalani profesi yang digelutinya.
- b. Melupakan kewajiban dan tanggung jawab sebagai suami, ayah, istri dan ibu.
- c. Tidak adanya keharmonisan didalam keluarga sehingga menyebabkan perceraian.
- d. Masalah ekonomi keluarga.
- e. Keceburuan pasangan terhadap lingkungan yang dekat dengan pasangannya.

3. Dampak Perceraian

Perceraian merupakan peristiwa yang sangat tidak di inginkan bagi setiap pasangan dan keluarga. perceraian dapat menimbulkan banyak hal yang tidak menyenangkan dan kepedihan semua pihak, termasuk didalamnya adalah kedua pasangan dan dua keluarga besar serta anak-anak mereka (Kertamuda, 2009). Kertamuda menambahkan bahwa perceraian dapat menyebabkan kurangnya dukungan sosial dari berbagai pihak terutama pada pasangan suami dan istri.

Kasus perceraian sering di anggap suatu peristiwa tersendiri dan menegangkan dalam kehidupan keluarga. Seperti yang di ungkapkan oleh Save (2002) bahwa dampak dari perceraian dapat menimbulkan stress, tekanan dan menimbulkan perubahan fisik akibat pola makan yang tidak teratur pada pasangan suami istri. Perceraian juga dapat menyebabkan kekacauan jiwa seperti kecemasan yang berlebihan dan hilangnya rasa aman terhadap kehidupannya.

Hetherington (dalam Save, 2002) mengatakan dampak perceraian akan menyebabkan istri cenderung merasa cemas ketika menghadapi sesuatu yang mengancam dirinya, tertekan dan menimbulkan ketidak stabilan emosi yang biasanya dalam bentuk marah-marah. Bahkan sampai usia perceraianya mencapai 2 (dua) tahun istri masih merasakan ketidak mampuan menjalani kehidupannya sendiri.

Sama halnya dengan apa yang dikatakan oleh Mastekaasa Waite (dalam Kertamuda, 2009) mengatakan bahwa perceraian akan menimbulkan banyak efek, diantaranya adalah efek fisik, efek emosional dan efek psikologis bagi pasangan suami istri. Efek fisik bisa di tandai dengan tidak teraturnya pola makan setelah perceraian sehingga dapat menyebabkan berubahnya bentuk fisik dan kondisi fisik tidak sehat. Efek emosional dapat berupa gampang marah dan tidak dapat mengontrol emosi dengan baik, sedangkan untuk efek psikologis berupa stress dan gampang panik terhadap masalah yang di hadapi berikutnya.

Kramer (dalam Kertamuda, 2009) mengungkapkan beberapa dampak perceraian yaitu, membentuk peran pasangan menjadi buruk, kurang memiliki

kontrol sosial yang kuat seperti kurangnya dukungan dari berbagai pihak terutama keluarga pasca perceraian dan dapat membentuk anak-anak mereka menjadi tipikal buruk akibat perceraian.

Menurut Hurlock (dalam Kertamuda, 2009) perceraian dapat menimbulkan dampak psikologis negatif pada anak. Anak akan cenderung sulit menyesuaikan diri dengan keadaan yang baru bagi dirinya dan cenderung menciptakan karakter berbeda bagi anak setelah perceraian. Hurlock menambahkan perceraian dan perpisahan orang tua dapat menjadi faktor yang sangat berpengaruh dalam pembentukan perilaku dan kepribadian anak. Anak cenderung tidak mampu untuk mengungkapkan apa yang dirasakannya setelah orang tuanya bercerai karena ada kecemasan dan kekhawatiran bahwa kondisi yang terjadi antara kedua orang tuanya di sebabkan oleh dirinya.

Selain itu Hetherington (dalam Save, 2002) menambahkan dampak perceraian akan berakibat buruk pada perkembangan anak. Anak dari orang tua bercerai bisa mengalami trauma pada setiap tingkat usianya walaupun kadar ketraumaannya berbeda. Hal ini disebabkan karena ketidak siapan seorang anak untuk memahami keadaan yang dialaminya.

Hasil penelitian dari Weellerstein dan Kelly (dalam Save, 2002) di Kalifornia terhadap anak usia belum sekolah korban perceraian orang tuanya menghasilkan bahwa anak akan cenderung mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya apalagi ketika lingkungan tersebut baru dikenalnya. Hal

tersebut di karenakan ketraumaan yang mendalam pada anak bahkan bisa menyebabkan ketraumaan hingga dewasa.

E. *Psychological well being*

1. *Pengertian Psychological well being*

Istilah *psychological well being* (PWB) dipopulerkan oleh Ryff (1989) dengan konsep dasar yang berasal dari penelitian psikologi klinis, psikologi perkembangan dan kesehatan mental. Konsep Ryff berawal dari adanya keyakinan bahwa kesehatan yang positif tidak sekedar tidak adanya penyakit fisik saja. Kesejahteraan psikologis terdiri dari adanya kebutuhan untuk merasa baik secara psikologis (*psychologically-well*).

Ryff (1989) menambahkan bahwa gambaran karakteristik individu yang memiliki kesejahteraan psikologis merujuk pada beberapa pandangan tokoh psikologi yang sesuai dengan teorinya. Konsep Rogers tentang orang yang berfungsi penuh (*fully-functioning person*), pandangan Maslow tentang aktualisasi diri (*self actualization*), pandangan Jung tentang individuasi, konsep Allport tentang kematangan, dan terakhir sesuai dengan konsep Erikson dalam menggambarkan individu yang mencapai integrasi.

Psychological well being (PWB) merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan individu mengenai aktivitas dalam kehidupan sehari-

hari serta mengarah pada pengungkapan perasaan pribadi berdasarkan apa yang dirasakannya sebagai hasil dari pengalaman. Seperti yang dikatakan Hurlock (1980) bahwa *Psychological well being* adalah kebahagiaan seseorang yang bisa dicapai melalui sikap penerimaan diri (*acceptance*), kasih sayang (*affection*), dan pencapaian tujuan hidup (*achivement*).

Psychological well being (Ryff, 1989) adalah keadaan atau kondisi dimana individu mampu menerima dirinya dengan apa adanya serta mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, dapat menciptakan dan mengatur dirinya ditengah lingkungan yang kompatibel sesuai kebutuhannya, dan memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial.

Psychological well being (PWB) dapat ditandai dengan diperolehnya kebahagiaan, kepuasan hidup dan tidak adanya gejala-gejala depresi dalam menjalani hidupnya (Ryff, 1989). Kebahagiaan (hapiness) merupakan komponen penting dalam psikologi positif dan merupakan tujuan tertinggi yang ingin dicapai oleh setiap manusia.

Bradrum (dalam Ryff, 1989) mendefinisikan *Psychological well being* (PWB) adalah sebuah kebahagiaan yang merupakan hasil kesejahteraan psikologis dan merupakan tujuan tertinggi yang ingin dicapai oleh manusia. Sejalan dengan hal tersebut Aristoteles menjelaskan bahwa eudomonía (Yunani) merupakan konsep kesejahteraan dimana manusia tersebut menjalani hidupnya sesuai dengan keadaan dirinya (Ryan & Dec, 2001).

Dari uraian definisi diatas dapat disimpulkan *Psychological well being* adalah konsep kesejahteraan psikologis individu yang mampu menerima dirinya apa adanya, tidak memiliki gejala-gejala depresi dan selalu memiliki tujuan hidup yang di pengaruhi oleh fungsi psikologi positif yang berupa aktualisasi diri, penguasaan lingkungan sosial dan perkembangan pribadi.

2. Dimensi *Psychological well being*

Terdapat enam (6) dimensi *psychological well being* yang merupakan intisari dari teori *positive functioning psychology* yang di rumuskan oleh Riff (1989):

a. Dimensi penerimaan diri (*self acceptance*)

Dimensi ini merupakan ciri utama kesehatan mental dan juga sebagai karakteristik utama dalam aktualisasi diri, berfungsi optimal, dan kematangan. Penerimaan diri yang baik ditandai dengan kemampuan menerima diri apa adanya. Kemampuan tersebut memungkinkan seseorang untuk bersikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupan yang dijalaninya.

Hal tersebut menurut Ryff (1989) menandakan *psychological well being* yang tinggi. Individu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang baik ditandai dengan bersikap positif terhadap dirinya sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya baik positif maupun negatif, dan memiliki pandangan positif terhadap masa lalunya.

Demikian pula sebaliknya, seseorang bisa dikatakan rendah dalam dimensi penerimaan dirinya apabila ia memunculkan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, merasa kecewa dengan apa yang terjadi pada masa lalu, dan memiliki pengharapan untuk tidak menjadi dirinya saat ini.

b. Hubungan positif dengan orang lain

Dimensi ini berulang kali ditekankan sebagai dimensi yang penting dalam konsep *psychological well being*. Kemampuan mencintai seseorang di anggap kemampuan utama dari kondisi mental yang sehat. Ryff menekankan pentingnya menjalin hubungan saling percaya dan hangat dengan orang lain.

Individu yang tinggi atau baik dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain ini ditandai dengan adanya hubungan yang hangat, memuaskan dan saling percaya dengan orang lain. Begitu sebaliknya jika seseorang tidak memiliki hubungan positif dengan orang lain ditandai dengan ketidakpercayaan kepada lingkungan, ia akan menjadi pribadi yang tertutup dan tidak peduli dengan orang lain, merasa terisolasi dari lingkungannya dan tidak ingin berkompromi dengan lingkungan untuk mempertahankan hubungan dengan orang lain.

c. Dimensi otonomi (*autonomy*)

Dimensi otonomi menjelaskan mengenai kemandirian, kemampuan untuk menentukan diri sendiri, dan kemampuan untuk mengatur tingkah

laku. Ciri individu yang memiliki otonomi yang tinggi ditandai dengan adanya penolakan terhadap tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak laku dengan cara-cara tertentu, serta dapat mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal.

Begitu juga dengan individu yang kurang baik dalam dimensi otonomi ini akan memperhatikan harapan dan evaluasi dari orang lain, membuat keputusan berdasarkan penilaian orang lain, cenderung bersikap konformis dan bertindak sesuai dengan penilaian serta harapan orang lain.

d. Kemampuan penguasaan lingkungan (*environmental mastery*)

Salah satu karakteristik kondisi sehat secara mental adalah bagaimana menciptakan lingkungan yang kondusif secara psikis. Dimensi ini menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mencapai tujuan dalam hidupnya. Alport (1961) mengatakan bahwa manusia yang matang akan mampu berpartisipasi dalam aktivitas diluar dirinya (dalam Riff, 1989).

Individu dengan PWB yang baik memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisik dirinya. Individu tersebut mempunyai kemampuan dalam menghadapi kejadian-kejadian diluar dirinya, mampu untuk memanipulasi keadaan sehingga sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi yang dianutnya, serta mampu untuk mengembangkan diri secara kreatif melalui aktivitas fisik maupun mentalnya.

Begitupula individu yang kurang baik dalam dimensi ini akan menampakkan ketidakmampuan untuk mengatur kehidupan sehari-hari, dan kurang memiliki kontrol terhadap lingkungan luar.

e. Dimensi tujuan hidup

Kondisi mental yang sehat memungkinkan individu untuk menyadari bahwa ia memiliki tujuan tertentu dalam hidupnya dan mampu menjalani segala konsekuensi kehidupannya. Dimensi ini menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mencapai tujuan dalam hidupnya.

Seseorang yang memiliki dimensi tujuan hidup baik akan mempunyai rasa keterarahan dalam hidupnya, ia akan memiliki perasaan bahwa kehidupan saat ini dan masa lalunya mempunyai keberartian, dan mempunyai target yang ingin dicapai dalam hidup.

Sebaliknya, seseorang yang kurang baik dalam dimensi ini mempunyai perasaan bahwa tidak ada tujuan yang ingin dicapai dalam hidup, tidak melihat adanya manfaat dalam masa lalu kehidupannya, hilangnya keterarahan hidupnya dan tidak mempunyai kepercayaan yang dapat membuat hidup lebih berarti.

f. Dimensi pertumbuhan pribadi (*personality growth*)

Kebutuhan aktualisasi diri untuk mengembangkan potensi diri individu adalah tujuan utama dari pada dimensi ini. Pengoptimalan fungsi psikologis tidak hanya sebatas pencapaian karakteristik saja

namun pada sejauh mana seseorang terus dapat mengembangkan dirinya sesuai dengan potensi yang dimilikinya dan meningkatkan kualitas positif dirinya.

Dimensi ini dibutuhkan oleh setiap individu agar dapat mengoptimalkan dirinya untuk berfungsi secara psikologis. Salah satu hal penting dalam dimensi ini adalah adanya kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri, misalnya dengan keterbukaan terhadap pengalaman.

Seseorang yang baik dalam dimensi ini mempunyai perasaan untuk terus berkembang bahwa perkembangan hidupnya berkesinambungan, melihat diri sendiri sebagai sesuatu yang bertumbuh, menyadari potensi yang terdapat di dalam dirinya untuk dikembangkan, dan mampu melihat peningkatan dalam diri dan tingkah laku dari waktu ke waktu.

Sebaliknya, seseorang yang kurang baik dalam dimensi ini akan menampilkan ketidakmampuan untuk mengembangkan sikap dan tingkah laku baru, mempunyai perasaan bahwa ia adalah seorang pribadi yang tidak dapat mengembangkan potensinya, dan tidak tertarik dan bosan dengan kehidupan yang dijalani.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Psychological well being*

Ada banyak faktor yang berpengaruh terhadap *psychological well being* seseorang, sehingga tidak semua orang memiliki tingkat *psychological well being*

yang sama. Berikut ini akan dijelaskan mengenai faktor-faktor yang berpengaruh dalam pembentukan *psychological well being* seseorang :

a. Usia

Riff (1989) mengatakan bahwa usia seseorang dapat mempengaruhi perbedaan dimensi-dimensi *psychological well being*. Dalam penelitiannya Riff menemukan bahwa dimensi penguasaan lingkungan dan dimensi otonomi mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia, terutama pada masa dewasa muda dan dewasa madya.

Riff menambahkan bahwa begitu juga sebaliknya, dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi mengalami penurunan seiring bertambahnya usia. Hal ini terjadi pada masa usia madya hingga dewasa akhir.

b. Dukungan sosial

Dukungan sosial merupakan gambaran berbagai ungkapan perilaku suportif (mendukung) yang diterima oleh individu yang lainnya dari orang-orang yang cukup bermakna dalam hidupnya. Robinson (dalam Mardiah 2009) juga mengatakan bahwa dukungan sosial dari orang-orang yang bermakna dalam kehidupan seseorang dapat memberikan peramalan akan *well being* seseorang.

c. Ideologi peran jenis kelamin

Sejumlah penelitian menyatakan adanya kaitan yang erat antara peran yang dijalankan dalam kehidupan sehari-hari dan *psychological well*

being seseorang. Salah satunya ditemukan bahwa wanita (isteri) yang melaksanakan perannya secara tradisional mengalami beban peran yang berlebih dan depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan wanita yang lebih modern dan wanita dengan peran tradisional ini mengalami gejala-gejala distress dan menunjukkan ketidakpuasan hidup (Sollie & Leslie, Spence dkk, dalam Mardiah 2009).

Ryff (1989) menemukan hasil penelitiannya bahwa wanita memiliki skor yang lebih tinggi di bandingkan pria dalam hal membangun hubungan positif dengan orang lain.

d. Status sosial dan ekonomi

Perbedaan kelas ekonomi-sosial individu juga dapat mempengaruhi *psychological well being* individu. Study yang dilakukan oleh Wisconsin (dalam Riff, 1989) tentang gradasi sosial dalam kondisi well being pada dewasa madya. Penelitian ini menghasilkan bahwa pendidikan tinggi dan status pekerjaan meningkat dapat meningkatkan *psychological well being* terutama pada ranah penerimaan diri dan dimensi tujuan hidup.

e. Budaya

Penelitian *psychological well being* dilakukan di Amerika dan Korea Selatan. Pada penelitian tersebut menghasilkan bahwa pada dimensi hubungan positif dengan orang lain pada Korea Selatan lebih tinggi dibandingkan dengan Amerika, hal ini dikarenakan budaya yang tercipta

di Korea Selatan bersifat kolektif dan saling menggantungkan pekerjaan pada lingkungannya (Riff, 1989).

Dimensi pertumbuhan pribadi ini di Amerika memiliki skor yang lebih tinggi (Ryff, 1989). Hal ini disebabkan karena budaya yang tercipta disana mengatur segala aktifitas pribadinya dengan idiologi masing-masing individu.

f. Pengalaman Hidup

Pada pengalaman-pengalaman hidup tertentu dapat mempengaruhi *psychological well being* seseorang yang mencakup berbagai bidang kehidupan dalam berbagai periode (Riff, 1989).

Evaluasi individu terhadap pengalaman hidupnya memiliki pengaruh yang penting terhadap *psychological well being*, pernyataan ini didukung penelitian yang dilakukan oleh Riff dan Essex (dalam Ryff, 1989) mengenai interpretasi dan evaluasi individu pada pengalaman hidupnya terhadap kesehatan mental. Hasil penelitian ini adalah bahwa mekanisme evaluasi diri berpengaruh pada *psychological well being* terutama pada dimensi penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan hubungan yang positif dengan orang lain.

F. Psikoedukasi

Ada banyak bentuk intervensi yang dapat digunakan dalam dunia psikologi, baik itu intervensi individual, kelompok, bahkan komunitas. Tiap intervensi memiliki pendekatannya masing-masing dan salah satu intervensi yang dapat digunakan dalam berbagai setting dan dapat diterapkan secara individual ataupun kelompok adalah Psikoedukasi.

Psikoedukasi adalah treatment yang diberikan secara profesional dimana mengintegrasikan intervensi psikoterapeutik dan edukasi (Lukens & McFarlane, 2004). Psikoedukasi tidak hanya bertujuan untuk treatment tetapi juga rehabilitasi. Ini berkaitan dengan mengajarkan seseorang mengenai suatu masalah sehingga mereka bisa menurunkan stres dan dampak negatif yang terkait dengan masalah tersebut dan mencegah agar masalah tersebut tidak terjadi kembali. Psikoedukasi juga didasarkan pada kekuatan partisipan dan lebih fokus pada saat ini dan masa depan daripada kesulitan-kesulitan di masa lalu. Definisi istilah psikoedukasi adalah suatu intervensi yang dapat dilakukan individu, keluarga, dan kelompok yang fokus pada mendidik partisipannya mengenai tantangan signifikan dalam hidup, membantu partisipan mengembangkan sumber-sumber dukungan dan dukungan sosial dalam menghadapi tantangan tersebut, dan mengembangkan keterampilan coping untuk menghadapi tantangan tersebut. (Griffith, 2006 dikutip dari Walsh, 2010).

Psikoedukasi adalah suatu bentuk pendidikan ataupun pelatihan terhadap seseorang dengan gangguan psikiatri yang bertujuan untuk proses treatment dan rehabilitasi. Sasaran dari psikoedukasi adalah untuk mengembangkan dan meningkatkan penerimaan pasien terhadap penyakit ataupun gangguan yang ia

alami, meningkatkan partisipasi pasien dalam terapi, dan pengembangan coping mechanism ketika pasien menghadapi masalah yang berkaitan dengan penyakit tersebut. (Goldman, 1998 dikutip dari Bordbar & Faridhosseini, 2010).

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat dikatakan bahwa Psikoedukasi adalah suatu bentuk intervensi psikologi, baik individual ataupun kelompok, yang bertujuan tidak hanya membantu proses penyembuhan klien (rehabilitasi) tetapi juga sebagai suatu bentuk pencegahan agar klien tidak mengalami masalah yang sama ketika harus menghadapi penyakit atau gangguan yang sama.

G. Psikoedukasi Kesehatan Mental Untuk Meningkatkan

Psychological Well Being

Berdasarkan uraian-uraian yang telah dipaparkan diatas, penulis mencoba menjabarkan keterkaitan masing-masing variable yang pada akhirnya menjadi judul dari penelitian ini. Penelitian ini merupakan penelitian yang mencoba mengkaji fenomena pernikahan dini yang terdapat disebuah daerah dimana pernikahan tersebut tidak berlangsung lama karena adanya kekerasan didalam rumah tangga dan pada akhirnya bercerai merupakan jalan keluar terbaik.

Akibat dari perceraian tersebut seringkali tidak menjadikan seseorang menerima secara langsung keadaannya, khususnya pada wanita atau istri. Perceraian juga dapat menimbulkan stres dan trauma terutama saat ingin memulai hubungan baru dengan lawan jenis. Menurut penelitian Hetherington perceraian

adalah penyebab stres kedua paling tinggi, setelah kematian pasangan hidup (dalam Save, 2002). Peristiwa perceraian itu menimbulkan ketidakstabilan emosi, mengalami rasa cemas, tertekan, dan sering marah-marah pada situasi yang sedang dijalani terutama bagi istri. Mereka akan menunjukkan kesulitan penyesuaian diri dalam bentuk masalah perilaku, kesulitan belajar atau penarikan diri dari lingkungan sosial (Aqshari, 2007).

Rata-rata kecemasan dan ketakutan akan masa depan pada wanita setelah bercerai semakin bertambah, hal ini dikarenakan mereka akan menghadapi masalah yang lebih banyak. Artinya, pada tingkat tertentu mereka lebih sering terpengaruh dengan kesulitan dalam memenuhi kebutuhan hidup sehari-harinya sebagai orang tua tunggal (*single parent*), mereka juga mempunyai kesulitan dalam menghadapi masyarakat yang masih berpandangan negatif terhadap perceraian, sehingga hal ini dapat menimbulkan rasa malu dan keputusasaan pada istri.

Secara tidak langsung dapat mempengaruhi *psychological well being* pada istri dimana salah satu penyebab terbentuknya *psychological well being* adalah pengalaman hidup seseorang. Seperti yang dikatakan oleh Ryff (1989) bahwa pengalaman hidup seseorang dapat mempengaruhi *psychological well being* dalam dimensi-dimensi tertentu, apalagi pengalaman tersebut adalah pengalaman yang sulit dilupakan apalagi menyakitkan dirinya.

Subjek penelitian adalah istri yang menikah di usia dini dan sudah bercerai dari suami pelaku tindak kekerasan di dalam rumah tangga. Oleh sebab itu perlu

adanya penanganan yang diberikan kepada subjek sebagai tindakan preventif, kuratif dan promotif dengan psiedukasi kesehatan mental. Hal ini bertujuan untuk mencegah, menurunkan atau bahkan menghilangkan kecemasan, keterpurukan, tidak percaya diri, tidak berharga pada subjek setelah bercerai dari suaminya yang melakukan kekerasan dalam rumah tangga.

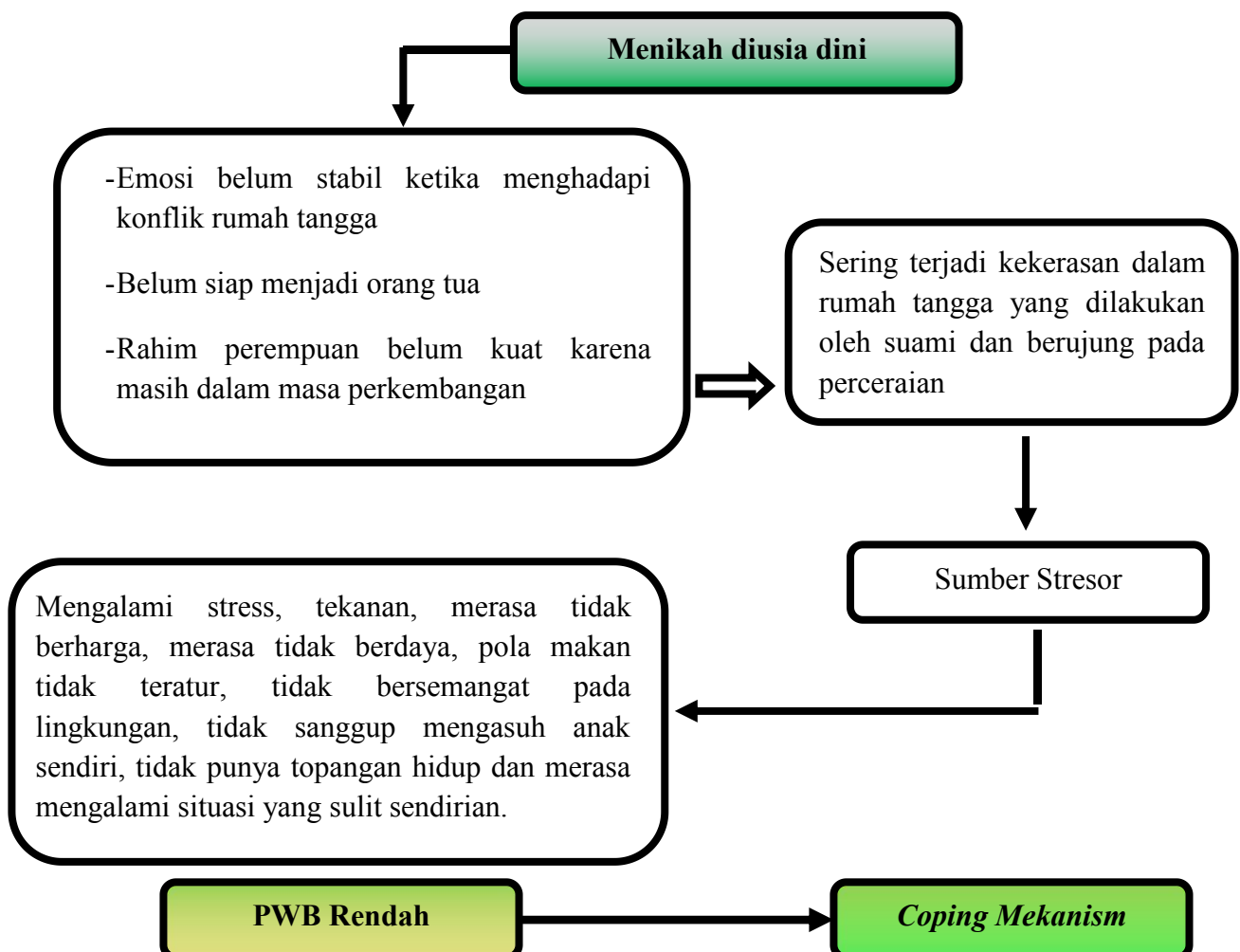
Psikoedukasi dipilih menjadi intervensi pada penelitian ini karena cukup relevan mengingat usia subjek masih muda yang cenderung lebih suka berdiskusi dimana edukasi menjadi hal yang familiar dalam sehari-hari. Psikoedukasi juga merupakan suatu intervensi praktis yang mengintegrasikan intervensi terapeutik dan edukasi (Lukens dan McFarlane, 2004). Proses ini membuat intervensi seperti belajar sehari-hari dikelas namun dengan memasukkan suatu unsur terapeutik kedalamnya.

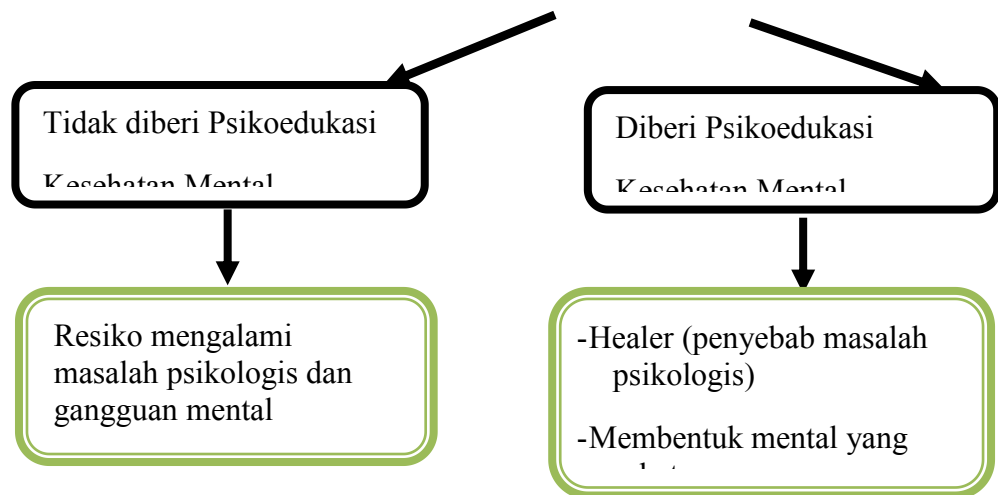
Penelitian ini mencoba untuk mengkaji apakah psikoedukasi kesehatan mental memiliki pengaruh untuk meningkatkan PWB pada wanita yang menikah diusia dini dan telah bercerai dari suami yang melakukan kekerasan dalam rumah tangga. Peneliti merancang penelitian ini kedalam bentuk pre-test dan post-test design, dimana di tengahnya akan diberikan intervensi psikoedukasi. Awalnya pretest diberikan untuk mengukur tingkat apatis masing-masing subjek. Setelah pretest dilakukan, diberikan suatu intervensi yaitu psikoedukasi kesehatan mental kepada seluruh subjek. Setelah 3 hari intervensi dilakukan peneliti mengecek konsistensi para subjek dalam menerima dan menyerap intervensi yang sudah diberikan. Kemudian langkah terakhir adalah pemberian post-test untuk mengukur tingkat *psychological well being*.

F.

K

erangka Pemikiran





G. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap suatu permasalahan yang masih bersifat praduga karena masih harus dibuktikan kebenarannya. Hipotesis akan menjadi teruji apabila semua gejala yang timbul tidak bertentangan dengan hipotesis tersebut. Hipotesis pada penelitian adalah terdapat pengaruh Psikoedukasi kesehatan mental terhadap peningkatan *psychological well being* pada istri yang menikah diusia dini dan bercerai dari suami pelaku kekerasan dalam rumah tangga.