

BAB I
PENDAHULUAN
A. Latar Belakang

Di Indonesia menikah pada saat masih menempuh pendidikan di bangku sekolah masih menjadi perdebatan walaupun sekarang ini banyak anak-anak yang masih duduk di bangku sekolah yang sudah melakukan pernikahan dan memilih untuk berhenti sekolah. Lain halnya bagi mereka yang menikah pada saat menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi mereka sudah diperbolehkan melakukan pernikahan walaupun mereka masih menyandang status mahasiswa. Mahasiswa yang memutuskan untuk menikah pada saat mereka masih menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi yaitu karena mereka merasa sudah siap dan sudah cukup matang untuk membina rumah tangga karena pada umumnya mereka sudah mencapai umur 18 tahun keatas (Habibahi, Aisyiyah, & Ningrum, 2012).

Batasan usia pernikahan di Indonesia menurut Undang- Undang No. 1 tahun 1974 ayat 1, pernikahan dapat dilakukan apabila pihak perempuan minimal berusia 16 tahun dan pihak laki-laki berusia minimal 19 tahun. Secara agama Islam seseorang menikah bertujuan untuk menyempurnakan agama, selain itu menikah juga merupakan ikatan dari kedua belah pihak untuk membangun kehidupan rumah tangga yang sakinah mawaddah, warahmah. Selain faktor agama, faktor kedewasaan juga digunakan sebagai landasan untuk mencapai keluarga yang sakinah, mawaddah, warahmah (Agustian, 2013).

Seseorang yang memutuskan untuk berumah tangga pada saat masih menjadi mahasiswa karena memiliki motivasi yaitu keinginan mereka sendiri yang disebabkan oleh perasaan saling mencintai satu sama lain dan waktu pacaran yang sudah cukup lama. Selain itu motivasi yang menyebabkan mereka berkeluarga ialah tekanan dari pihak keluarga yang meminta mereka untuk segera menikah. Dan bagi mahasiswa yang memutuskan untuk berkeluarga harus siap dengan tanggung jawab ganda yang akan terjadi pada dirinya, dimana mereka harus membagi waktu antara kuliah dengan keluarga. Selain berkewajiban untuk menyelesaikan kuliahnya, mereka sudah berkeluarga dituntut untuk mencari nafkah dan mengurus keluarganya (Sari & Nurwidawati, 2013).

Mahasiswa yang sudah berkeluarga maupun yang belum berkeluarga memiliki kewajiban yang sama yaitu secepat mungkin menyelesaikan kuliah mereka, walaupun kadang mengalami hambatan dalam menyelesaikan tugas-tugas kuliahnya. Namun bagi mahasiswa yang sudah berkeluarga hambatan yang dialami lebih besar, karena harus membagi waktunya dengan mengurus rumah tangganya dengan jadwal kuliah dan waktu untuk mengerjakan tugas. Mahasiswa yang sudah berkeluarga dituntut untuk dapat membagi waktunya seefektif mungkin. Hal ini berbeda dengan mahasiswa yang belum berkeluarga, mereka lebih banyak memiliki waktu luang dibandingkan dengan mereka yang sudah berkeluarga, namun terkadang mereka tidak menggunakan waktunya seefektif mungkin untuk mengerjakan tugas-tugas kuliah (Najah, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Najah (2012) menunjukkan bahwa mahasiswa yang belum berkeluarga masih sulit dalam mengatur dan membagi waktu untuk

mengerjakan tugas-tugas kuliahnya dan kegiatan lainnya. Hal itu tentunya juga dialami oleh mahasiswa yang sudah berkeluarga. Kesulitan dalam membagi waktu dapat menjadi masalah bagi mahasiswa yang sudah berkeluarga, karena memiliki sederet aktivitas yang sama pentingnya sebagai seorang mahasiswa yang harus menyelesaikan tugas-tugas kuliahnya dan sebagai seorang istri atau suami yang harus mengurus rumah tangganya. sehingga tanggung jawab yang dimiliki oleh mahasiswa yang sudah berkeluarga lebih besar daripada mahasiswa yang belum berkeluarga. Bagi mahasiswa yang sudah berkeluarga dituntut untuk dapat mengatur kegiatan yang dilakukannya sesuai dengan tuntutan dari masing-masing peran yang dijalannya sesuai dengan prioritas yang telah ditentukan, sehingga mahasiswa yang sudah berkeluarga dituntut harus sudah pandai dalam menentukan prioritas. Mampu untuk menentukan prioritas merupakan hal penting bagi mahasiswa yang sudah berkeluarga karena dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Afrida (2017) menunjukkan bahwa konflik yang dialami oleh mahasiswa yang sudah berkeluarga yaitu *time based conflict*, yaitu konflik tidak seimbangya pembagian waktu antar peran. Waktu untuk pemenuhan satu peran dapat mengurangi waktu untuk memenuhi peran yang lainnya sehingga membuat kerugian pada peran yang lain karena waktu yang digunakan kurang dan dapat menjadi permasalahan di dalam kehidupan mahasiswa yang sudah berkeluarga.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Habibahi, Aisyiyah, dan Ningrum (2012) status perkawinan bagi mahasiswa dapat mempengaruhi prestasi akademik yang diraih baik dilihat dari proses perkuliahan maupun indeks prestasi yang diperoleh karena bertambahnya beban bagi mahasiswa yang sudah berkeluarga.

Mahasiswa yang sudah berkeluarga sering terlambat masuk kuliah karena alasan mereka mengurus keluarga terlebih dahulu sebelum berangkat kuliah dan frekuensi kehadiran perkuliahan menurun. Selain itu mahasiswa yang sudah berkeluarga juga mengalami permasalahan dalam penyelesaian tugas, mereka merasa terhambat dalam menyelesaikan tugas kuliah dan sering tidak ikut mengerjakan tugas kelompok karena mereka juga harus membagi waktunya dengan tugas-tugas rumah tangga, sehingga menyebabkan indeks prestasi sebelum dan sesudah menikah rata-rata mengalami penurunan.

Dari hasil survey yang dilakukan oleh peneliti di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta terdapat 12 orang yang sudah berkeluarga yang terdiri dari 1 orang angkatan 2017, 2 orang angkatan 2016, 2 orang angkatan 2015, 5 orang angkatan 2014 dan 2 orang angkatan 2013. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada tiga orang mahasiswi psikologi UMS yang sudah berkeluarga, informan pertama berinisial A setelah berkeluarga informan merasa fokus kuliah informan hanya 60% karena menurut informan kewajibannya sudah berubah sekarang. Sekarang kewajiban informan yaitu mengurus rumah tangga dan sebagai seorang mahasiswa. Informan mengatakan bahwa ia tidak begitu mengejar karir sehingga sekarang informan hanya ingin segera menyelesaikan kuliahnya. Namun informan memiliki kendala yaitu pembagian waktu antara tugas-tugas kuliah dengan mengurus anak. Informan biasanya baru bisa mengerjakan tugas kuliah ketika anak informan sudah tidur sehingga informan kekurangan waktu untuk mengerjakan tugas, dan menyebabkan tugas-tugas informan tidak selesai sepenuhnya. Selain itu informan

juga sempat mengambil cuti selama dua semester sehingga informan mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan kuliahnya, namun informan mengatakan bahwa IP yang diraih setelah menikah mengalami kenaikan. Ketika sedang *stress* dengan banyaknya tugas-tugas kuliah biasanya informan mengingat anaknya dan bermain dengan anaknya. Informan kedua berinisial R kendala yang dihadapi yaitu tugas-tugas kuliah dan jarak rumah yang jauh dengan kampus. Informan merasa kesulitan membagi waktu antara mengurus anak dengan mengerjakan tugas-tugas kuliah, sehingga informan harus mengorbankan kuliahnya untuk mengurus keluarga. Setelah menikah informan mengambil cuti kuliah selama 2 semester dan terlambat mengambil skripsi, informan mengambil skripsi pada semester 9. Ketika informan dalam keadaan *stress* biasanya informan mengingat tugasnya sebagai seorang anak dan seorang mahasiswa yang harus menyelesaikan kuliahnya. Informan ketiga berinisial A, informan belum memiliki anak sehingga belum banyak perubahan yang informan rasakan ketika pada saat sebelum menikah maupun sesudah menikah, namun semenjak menikah informan merasa menjadi malas belajar karena informan merasa lebih asik dengan peran barunya sebagai seorang istri, dan kadang ketika informan belajar suami informan suka mengganggu informan belajar dengan mengajak informan ngobrol, sehingga informan mengerjakan tugas-tugas kuliah pada saat suaminya sudah tidur atau ketika sedang bekerja, informan merasa kekurangan waktu untuk mengerjakan tugas-tugas kuliah yang dimilikinya, namun informan mengatakan bahwa IP yang diraih setelah menikah mengalami kenaikan karena informan mendapat dukungan

dari suami yang dapat meningkatkan semangat informan dalam menjalani kuliahnya ketika informan merasa lelah.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Nurwidawati (2013) menunjukkan bahwa permasalahan yang sering muncul dalam kehidupan pernikahan mahasiswa ialah sulit untuk menyesuaikan diri dengan pasangan karena selain menyesuaikan diri dengan pasangan mahasiswa juga harus membagi waktu untuk menyesuaikan diri dengan keluarga pasangannya, penyesuaian diri dengan peran sebagai orang tua, dan penyesuaian diri dengan waktu untuk kuliah, status sebagai orang yang sudah menikah menyebabkan motivasi untuk kuliah menurun karena status sebagai seorang istri ataupun suami menyebabkan tanggung jawab individu menjadi bertambah seperti mengurus rumah tangga, merawat anak dan mencari nafkah, sehingga mahasiswa yang sudah menikah lebih banyak meninggalkan kuliahnya untuk memenuhi tanggung jawabnya yang lainnya. Selain itu tekanan dari orang tua untuk segera menyelesaikan kuliah juga dapat menyebabkan permasalahan di dalam rumah tangga yang dijalani oleh mahasiswa yang sudah menikah.

Hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh Jeprina dan Rahardjo (2014) menunjukkan bahwa permasalahan yang terjadi pada mahasiswa yang sudah berkeluarga ialah, kurang memiliki waktu untuk berkumpul dengan keluarganya dan kelelahan menghabiskan waktu untuk mengurus keluarga sehingga terkadang membuat informan berdebat dengan suaminya. Kemudian permasalahan lain yang dialami yaitu mengalami ketertinggalan dengan teman-teman seangkatan dalam mengurus skripsi dikarenakan membantu suami mencari nafkah demi mencukupi

kebutuhan keluarganya. Menurut Vaez dan Juhari (2017) sulit untuk mendapatkan keseimbangan antara pendidikan dan kehidupan perkawinan karena membutuhkan banyak usaha dan perhatian dari kedua pasangan. Oleh karena itu *stress* dapat menjadi faktor resiko yang menonjol dari pendidikan dan kehidupan pernikahan.

Menurut Ekpenyong, Daniel, dan Aribo (2013) *stress* dan kehidupan merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan, setiap manusia memiliki potensi untuk mengalami *stress*. *Stress* dapat berasal dari dalam maupun dari luar tubuhnya yang artinya *stress* berasal dari faktor eksternal dan faktor internal. Bagi seorang mahasiswa, mereka memiliki tuntutan kehidupan, baik dari dalam maupun luar kampus. Mereka dituntut untuk bertanggung jawab atas hidupnya, mengatasi masalah-masalah yang muncul selama kehidupannya, tangguh dan kuat. Selain faktor dari luar kampus mereka juga dituntut dari dalam kampus seperti menyelesaikan tugas-tugasnya, menyelesaikan kuliahnya dengan tepat waktu, dan mempersiapkan dirinya untuk memasuki dunia kerja. Menurut Kholidah dan Alsa (2012) Kebanyakan mahasiswa mengalami *stress* karena adanya tuntutan akademik yang menuntut mahasiswa untuk memahami materi yang banyak dengan intensitas waktu yang relatif sedikit. Selain itu adanya ujian dengan banyaknya materi yang diujikan juga dapat menyebabkan *stress* tinggi bagi mahasiswa. Menurut Aswati (2017) bagi mahasiswi yang sudah berkeluarga kehidupannya pun otomatis berubah dan menjadi memiliki peran ganda. Beban berat yang diberikan oleh peran ganda tersebut dapat menyebabkan sumber *stress* bagi para mahasiswa yang sudah berkeluarga.

Stress dapat menimbulkan dampak negatif bagi seseorang. Dampak tersebut bisa berupa gejala fisik maupun psikis dan akan menimbulkan gejala-gejala tertentu, seperti sakit kepala, sembelit diare, tekanan darah tinggi, mudah merasa gelisah, gugup, mudah marah, sulit berkonsentrasi, mudah lupa, menurunnya produktivitas dan menurunnya dorongan untuk berprestasi. Seseorang harus memahami gejala-gejala *stress* yang dialaminya agar mampu untuk melakukan tindakan pencegahan sehingga dapat mengurangi dampak negatif dari *stress* melalui *coping stress* yang efektif (Safaria & Saputra, 2009).

Dari fenomena diatas bagi mahasiswa yang sudah berkeluarga dapat disimpulkan bahwa peluang untuk *stress* lebih besar, karena mereka dituntut untuk menjadi seorang mahasiswa sekaligus menjadi seorang istri atau seorang suami. Mereka dituntut untuk menjadi mahasiswa yang memiliki prestasi dan menuntut lulus tepat waktu dan sekaligus menjalani tugas-tugas dan memenuhi kewajibannya sebagai seorang suami maupun seorang istri. Permasalahan yang terjadi pada mahasiswa yang sudah berkeluarga seperti susah untuk menentukan membagi waktu antara tugas kuliah dan pekerjaan rumah, kesulitan penyesuaian diri penyesuaian diri dengan pasangan, kurang memiliki waktu berkumpul bersama keluarga, dan kewajiban untuk mencari nafkah yang dapat mengganggu perkuliahan.

Dari paparan diatas menimbulkan pertanyaan “bagaimana strategi *coping stress* yang dilakukan oleh mahasiwa yang sudah berkeluarga ?”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk :

1. Mendeskripsikan mengenai faktor penyebab terjadinya *stress* pada mahasiswa yang sudah berkeluarga.
2. Mendeskripsikan *coping stress* yang dilakukan oleh mahasiswa yang sudah berkeluarga.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan khazanah intelektual dalam psikologi klinis khususnya yang berhubungan dengan *coping stress* mahasiswa yang sudah berkeluarga.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Mahasiswa Berkeluarga :

Membantu mahasiswa berkeluarga dalam memberikan informasi mengenai *coping stress* yang dilakukan dan menginformasikan faktor-faktor penyebab *stress* pada mahasiswa berkeluarga

- b. Bagi Peneliti selanjutnya :

Penelitian ini dapat dijadikan bahan literatur oleh peneliti selanjutnya yang akan meneliti *coping stress* pada mahasiswa berkeluarga.