

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Pernikahan adalah suatu hal yang sakral. Pernikahan merupakan awal mula pembentukan keluarga dalam kehidupan manusia, yang telah disepakati oleh kedua belah pihak—yakni pihak perempuan dan laki-laki, yang menghayati adanya kecocokan satu sama lain. Menurut Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 pengertian pernikahan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa (hukumonline.com). Pernikahan dilakukan oleh sepasang individu yang mempunyai kematangan emosional dan finansial. Berdasarkan teori perkembangan Hurlock (1980), pasangan yang hendak melaksanakan pernikahan pada umumnya tergolong dalam masa dewasa awal (18-40 tahun). Pada tahap perkembangan ini, individu lazimnya mulai bekerja, memilih pasangan, membina keluarga, mengasuh anak, dan mengelola rumah tangga.

Berdasarkan observasi penulis terhadap fenomena yang lazim terjadi, pada umumnya sepasang kekasih memutuskan untuk mengikat komitmen yang lebih serius—dengan kata lain, menikah—saat mereka merasa telah memiliki kematangan finansial, mental, emosional, dan saling mendapati adanya kecocokan karakter antara keduanya. Contohnya, penyanyi wanita Gisel dan pembawa acara Gading Martin, yang saat naskah ini ditulis, kerap diberitakan akan melakukan pernikahan (Lusiono, 2012).

Para pasangan yang akan menikah pada umumnya membayangkan suasana pernikahan sebagai sesuatu peristiwa yang membahagiakan. Faktanya, media massa kerap kali menampilkan citra-citra pernikahan

sebagai peristiwa yang sarat kebahagiaan. (Penulis menampilkan sejumlah contoh dalam Gambar 1). Memang, secara hakiki, pernikahan bertujuan membentuk keluarga bahagia dan sejahtera, saat proses pernikahan mendekati detik-detik pelaksanaannya, banyak pasangan yang mengalami kecemasan mendadak dan lama, seperti yang diperoleh dari data awal dan data secara mendalam.

Fenomena ini tampak, contohnya, dalam kasus seorang penyanyi bernama Thalita Latief. Saat akan menghadapi pernikahannya, penyanyi tersebut mengalami kecemasan yang tinggi, seperti susah tidur dan sering menangis. Tidak hanya itu, daya tahan tubuhnya juga mengalami penurunan akibat dari kurangnya istirahat (Safiera, 2012).



Gambar 1. Bahagia Selamanya: Dua Contoh Foto Pernikahan di Media Massa(<http://www.azamku.com/foto-foto-pre-wedding-terbaru.html>), (<http://kerockan.blogspot.com/2011/02/apa-saja-kebutuhan-foto-pre-wedding.html>).

Gambar yang diperlihatkan diatas memperlihatkan pernikahan sebagai hal yang dianggap membahagiakan. Pernikahan seringkali merupakan kejadian yang ditunggu-tunggu oleh pasangan. Meski demikian, pada kenyataannya, pernikahan seringkali membuat pasangan mengalami kecemasan. Tidak jarang, kecemasan tersebut bahkan sampai mengganggu kehidupan sehari-hari pasangan yang bersangkutan (Safiera, 2012).

Pernikahan adalah peristiwa besar yang—dalam sebagian besar kasus—terjadi hanya sekali, seumur hidup. Namun, mendekati momen pernikahan, kecemasan terkadang sering muncul. Seperti yang dikutip dari sebuah laman di internet (Safiera, 2012). Penyebab kecemasan yang paling lazim adalah begitu banyak tugas atau kewajiban yang harus dilakukan mempelai dan keluarganya untuk menyambut hari besar itu, yang bisa menyebabkan ketegangan dan kecemasan yang berlebihan. Menjelang hari pernikahan, banyak pasangan yang mulai berpikir ulang mengenai arti kata “selamanya”. Mereka khawatir hidup mereka akan berubah drastis ketika janji diikrarkan dan mendadak tidak yakin apakah mereka siap untuk selalu hidup bersama selamanya. Pemikiran-pemikiran ini menunjukkan bahwa kecemasan menjelang pernikahan tampaknya terkait dengan faktor *worry* atau kekhawatiran mengantisipasi masa depan menurut Register (dalam Risnawati & Ghufron, 2010). Pernikahan adalah menyatukan dua pribadi menjadi satu kesatuan yang diikat oleh komitmen pernikahan untuk hidup bersama sepanjang masa. Menyatukan melambangkan kedekatan dan keintiman yang kuat, kokoh dan erat. Ini merupakan gambaran pernikahan sejati, pernikahan yang dilandasi oleh cinta kasih yang dibangun di atas landasan kesetiaan, kesabaran, kelembahlembutan, pengorbanan dan penguasaan cinta (Subarkti, 2008).

Seseorang yang akan segera menikah biasanya mempunyai harapan yang terkadang tidak realistis. Harapan seperti ini ada karena mengamati orangtua, misalnya setelah menikah, orangtua mereka hanya bangun lalu membaca koran dan menonton televisi—seolah-olah tidak ada masalah. Selain itu, realitas pernikahan dikaburkan oleh film-film asmara yang seringkali memuliakan perasaan cinta yang romantis, tetapi jarang sekali menggambarkan upaya serta pemikiran seksama yang dituntut dalam pernikahan (Littauer, 2002: 45).

Selain itu fenomena mengenai pernikahan banyak dijumpai pada masyarakat sekitar, namun pada kenyataannya penelitian menjelang pernikahan saat ini masih sedikit dijumpai, sebagian penelitian sebelumnya lebih cenderung mengenai peristiwa setelah menikah, seperti konflik pernikahan, penyesuaian perkawinan pada periode awal (Dewi & Basti, 2008; Anjani & suryanto, 2006).

Secara psikologis, kecemasan didefinisikan sebagai suatu keadaan cemas atau khawatir bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi (Nevid, Rathus & Greene, 2005; Santrock, 2009). Menurut Freud (dalam Buss, 1966), kecemasan adalah fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang datangnya suatu bahaya sehingga individu dapat mempersiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Kecemasan berfungsi sebagai mekanisme yang melindungi ego karena kecemasan memberikan signal kepada kita bahwa ada bahaya, yang bila tidak diantisipasi, bahaya itu akan meningkat dan mengancam ego. Kecemasan, pada tingkat tertentu, dapat dianggap sebagai bagian dari respons normal dan adaptif untuk mengatasi masalah sehari-hari. Kecemasan merupakan suatu bagian normal dari pertumbuhan dan perubahan. Kecemasan lazimnya menyertai suatu pengalaman yang baru, yang belum pernah dicoba, dan kecemasan juga dapat terjadi dalam proses penemuan identitas diri dan penemuan arti hidup.

Meskipun demikian, kecemasan yang berlebihan juga bersifat yang patologis. Kecemasan yang patologis ditandai dengan kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut. Kecemasan menurut Atkinson, dkk (1991: 212) kecemasan sebagai reaksi terhadap ancaman, hambatan terhadap keinginan pribadi atau adanya perasaan tertekan. Situasi yang mengancam meliputi ancaman fisik, ancaman terhadap harga diri, dan tekanan untuk melakukan sesuatu di luar kemampuan juga dapat menyebabkan kecemasan.

Kecemasan berlebihan akan membuat aktivitas kita sehari-hari terganggu (Nevid dkk., 2005). Menurut Risnawati & Ghufron (2010: 45), secara umum faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi tingkat religiositas yang rendah, rasa pesimis, takut gagal, pengalaman negatif masa lalu dan pikiran yang tidak rasional. Faktor eksternal mencakup kurangnya dukungan sosial.

Untuk mengeksplorasi gagasan mengenai kecemasan pranikah, penulis melakukan penggalian data awal di lingkungan sekitar tempat tinggal penulis. Penulis melakukan wawancara terhadap TR dan S, yakni sepasang mempelai beragama Katolik, yang hendak melangsungkan sakramen pernikahan pada bulan Oktober 2012.

Partisipan TR (perempuan) :

Pernikahan itu hal yang nggak main-main karena hanya dilakukan sekali dalam seumur hidup dan tidak boleh bercerai. Cemas ya pastinya ada, nggak mungkin sampe tenang-tenang gitu. Cemas yang tak rasakan itu khawatir nggak sesuai harapan pas acara hari H, tinggal di kota lain, tidak sesuai budget yang disiapkan.

Partisipan S (pria) :

Pernikahan iku ya mengikat janji sehidup semati, berpasangan, keadaan senang sama duka. Gak boleh diingkari. Dari dulu wes cemas aku soale kan biaya sendiri nikah ini. Wes gitu calon istriku ini ya dari keluarga tercukupi.

Partisipan FS (perempuan) :

Baik, rencananya tanggal 25 Oktober tahun ini. Perasaanku sekarang agak takut hehe, takut nanti gimana setelah menikahnya gimanakan pasti beda sama sekarang. Orangtua ya wes cepat-cepat buat nikah soalnya keluarga saling cocok.

Pernikahan menurutku kehidupan selanjutnya yang tidak memprioritaskan diri sendiri tapi keluarga.

Partisipan WY (pria) :

Ya hallo, baik saja kabarku. Nikah tahun ini sek lumayan suwi, sek agak santai ya sekarang, perasaan ya biasa saja sih, mungkin nanti jika sudah dekat acaranya baru kerasa deg-degkan hehehe.

Partisipan AW (perempuan) :

Kabarku apik, ya rencana tahun ini bulan September. Perasaan pasti ya deg-degkan, kan yo meh nikah hari spesial rek hehehe. Pernikahan menurutku itu keadaan yang menyatukan dua orang seumur hidup.

Disini peneliti tidak hanya melakukan pengambilan data wawancara kepada partisipan yang mengalami kecemasan saja, tetapi juga melakukan wawancara kepada partisipan yang tidak mengalami kecemasan untuk melihat perbandingan dengan sepasang partisipan yang mengalami kecemasan, seperti berikut :

Partisipan S (pria) :

Kabar baik, married ku tanggal 25 Oktober 2013, perasaanku ya biasa aja sich wakakakak, seneng lah pastie tapi lek ndredeg (jantung berdebar) ya nggak juga sih cuma lek kesele wes kebayang ket sekarang. Kesele iku bayango jam 3 subuh ndek salon, mari salon langsung gereja, agak siangan balik hotel syuting video terus chinciu-chinciu, acaranya ndek resto. Besoke balike gaun, acc nang salone paling sampe sore. Aku isok biasa ae ngene wong kabeh-kabeh wes mari kabeh kare jalani tok, wes gak bingung blas. Mari aku tinggijng iku bulan Maret iku langsung prepare nyiapno nikahku koyok dateng pameran wedding cari refrensi terus ktemuan kasik DP selesai, gereja tinggal daftar, lek jauh-jauh hari enak nguruse cik, biaya iku ya pasti gede lah tapi disambi di ewangi keluarga mbek duitku dewe.

Partisipan D (perempuan) :

Kabar baik, maried 25 Oktober, perasaanku saat ini santai aja hahaha, wes tinggal hari H, soale beres semua kurang dikit ngurusi surat-surat gitu seh, ya soale tak bagi-bagi sama de'e (calon suami), yang uda itu kayak gaun, foto prewed, dokumentasi, restoran, gereja gitu slesai. yang kurang itu undangan, nggak ruwet soro, soalnya selesai tunangan itu langgung cari refrensi ngurusi, soal biaya ya mahal sak murah-murahe ya tetep jutaan toh.

Dalam sejumlah wawancara yang penulis lakukan, tampak bahwa kecemasan pasangan tersebut berkaitan dengan kurang adanya kesiapan dalam melaksanakan pernikahan, khususnya terkait faktor kecukupan finansial. Faktor finansial adalah faktor utama karena banyak dari pasangan yang berkeinginan untuk mempunyai acara atau momen yang ditunggunya menjadi sempurna saat hari H, namun terganjal dengan masalah finansial. Selain itu, wawancara awal juga menunjukkan adanya sejumlah faktor yang meredam kecemasan, seperti persiapan yang cukup mendetail dan adanya kerja sama antara kedua belah pasangan (misalnya calon mempelai saling berbagi tugas, seperti memilih busana pengantin sesuai selera). Penelitian juga menunjukkan bahwa perekonomian bisa mempengaruhi kondisi emosional pasangan yang melakukan pernikahan (Dewi, 2006). Umumnya, pasangan yang hendak melangsungkan pernikahan masih memerlukan bantuan dari orang tua (Dewi, 2006). Pada intinya, kesiapan finansial adalah hal yang sangat penting bagi seorang wanita yang akan menikah.

Penelitian dari Anisaningtyas & Astuti (2005), yang mengidentifikasi beberapa motivasi dalam melakukan pernikahan, yaitu takut akan dosa, menjaga agama, ingin membahagiakan orangtua, sudah

merasa yakin dengan pasangan maupun keputusan menikah, serta yakin bahwa dengan menikah adalah pilihan tepat bagi hidup.

Pemahaman mendalam mengenai stresor pranikah ini akan membantu mempelai dan keluarganya untuk mengelola konflik-konflik atau ketegangan-ketegangan pranikah dengan lebih bijak.

Penelitian ini perlu dilakukan karena idealnya tugas perkembangan para pasangan dewasa awal pada tahap perkembangan ini adalah untuk memilih pasangan, membina keluarga, mengelola rumah tangga (Hurlock, 1980). Idealnya, umumnya menikah merupakan peristiwa membahagiakan bagi pasangan karena hanya sekali dalam seumur hidup. Tetapi pada kenyataannya banyak ditemukan bahwa para pasangan mengalami kecemasan menjelang pernikahan, yang mempengaruhi kondisi fisik, kognitif hingga keadaan sehari-hari. Khas dari penelitian ini antara lain melihat penyebab kecemasan, dampak kecemasan. Selain itu dari penelitian ini adanya faktor yang mampu meredam kecemasan menjelang pernikahan, seperti melakukan upaya mengolah kecemasan. Dengan demikian, seseorang yang hendak menikah mampu mencegah kecemasan menjelang menikah sedini mungkin supaya tidak mempengaruhi fisik, kognitif pada para mempelai. Fokus dari penelitian ini, yaitu untuk melihat gambaran kecemasan menjelang pernikahan pada pasangan dewasa awal. Setelah memperhatikan penelitian tersebut, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif, bertujuan memahami proses suatu fenomena sosial secara mendalam dan mendetail, seperti pernyataan dari Poerwandari (1998: 36). Melalui penelitian ini, peneliti ingin menggali informasi secara mendalam mengenai gambaran kecemasan menjelang pernikahan pada pasangan dewasa awal.

1.2. Fokus penelitian

Fokus penelitian ini adalah bagaimana gambaran kecemasan pada pasangan yang hendak melakukan pernikahan?

1.3. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengeksplorasi gambaran kecemasan pada pasangan yang hendak melakukan pernikahan.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan informasi dalam ranah psikologi klinis yang berkaitan dengan faktor-faktor kecemasan menjelang pernikahan yang nantinya dapat dijadikan referensi bagi penelitian sejenis.

1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat membantu memberikan informasi kepada pasangan, keluarga dan masyarakat bahwa kecemasan pada saat pranikah merupakan hal yang alami. Persepsi bahwa pernikahan itu merupakan peristiwa yang membahagiakan bisa mengaburkan realitas bahwa kecemasan yang menyertai peristiwa tersebut bisa sangatlah besar. Dengan demikian, para pasangan, keluarga atau pun masyarakat mampu mengelola dan meminimalkan tingkat kecemasan bagi pasangan yang akan melakukan pernikahan.