

***COPING STRESS PADA PASANGAN KELUARGA YANG
TIDAK MEMILIKI ANAK***
**(Studi Deskriptif di Kecamatan Kluet Selatan Kabupaten
Aceh Selatan)**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

NELTA

NIM: 140402124

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) AR-RANIRY
DARUSSALAM BANDA ACEH
2019 M/1440 H**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan Konseling Islam**

Oleh

Nelta

140402124

Disetujui Oleh :

Pembimbing I,



Drs. H. Mahdi, NK, M.kes
Nip. 19610808199303001

Pembimbing II,



Reza Muttaqin, M.Pd

SKRIPSI

**Telah Dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry
dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai
Tugas Akhir untuk Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan Konseling Islam**

Diajukan Oleh:

NELTA

NIM. 140402124

Pada Hari/Tanggal

Rabu, 30 Januari 2019 M

18 Jumadil Awal 1440 H

di

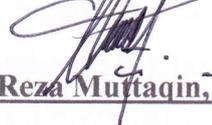
**Darusalam-Banda Aceh
Panitia Sidang Munaqasyah**

Ketua,



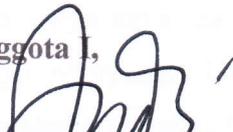
Drs. H. Mahdi, NK, M.kes
NIP. 19610808199303001

Sekretaris,



Reza Muftaqin, M.Pd

Anggota I,



Juli Andriyani, M.Si
NIP. 197407222007102001

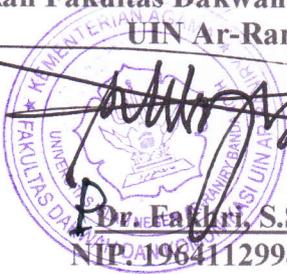
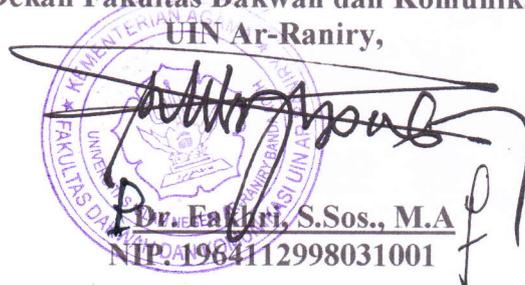
Anggota II,



M. Yusuf, MY.S. Sos, I., MA
NIDN. 2106048401

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry,**



Dr. Fakhri, S.Sos., M.A
NIP. 1964112998031001

KATA PENGANTAR



Puji syukur kehadiran Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beriringan salam penulis sampaikan kepada Nabi Muhammad, beserta keluarga dan para sahabatnya yang telah mengubah peradaban manusia dari masa jahiliyah ke masa islamiyah. Alhamdulillah skripsi yang berjudul “*Coping Stress* Pada Pasangan Keluarga yang Tidak Memiliki Anak” ini telah selesai disusun untuk memenuhi syarat dan untuk mendapat gelar sarjana pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Selama penyusunan skripsi ini penulis tidak terlepas dari hambatan dan juga rintangan yang menjadi penghalang dalam penyelesaian skripsi ini, namun penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada orang-orang yang membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini yakni:

1. Penghormatan penulis yang tertinggi dan yang paling istimewa kepada kedua orangtuapenulis yaitu: ayahanda dan ibunda tercinta Samsuardin dan Salamah yang telah mengasuh, mendidik sampai dengan sekarang yang menjadi motivasi pertama bagi penulis, serta semua keluarga besar yang selalu memberikan motavasi dan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

2. Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada Drs, Mahdi NK, M. Kes. Selaku pembimbing I serta Reza Muttaqin, M.Pd Selaku pembimbing II yang telah rela meluangkan waktu untuk memberikan arahan dan motivasi kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Dr. Fakhri, S.Sos, MA, serta dosen-dosen jurusan bimbingan konseling Islam dan para staf Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.
4. Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada Drs. Umar Latif, MA selaku ketua prodi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan bimbingan, arahan serta motivasi selama penulis menyelesaikan skripsi ini.
5. Tempat peneliti melakukan penelitian yaitu Desa Geulumbuk, Kedai Runding, Ujung Pasir, Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan.
6. Para sahabat yang senantiasa menguatkan dan memberi dukungan yang sangat luar biasa, Elisa Astuti, Marlisa Prayustu, Veni Mellisa, Maghfirah, Ajirna, Mirna Lisa, Yusri, Hijrah Saputra, MD. SH, dan Safriyani, penulis berterimakasih karena selalu mendukung dan memotivasi serta membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Dan masih banyak lagi yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.
7. Semua sahabat-sahabat unit 4 dan anak-anak kost biru (Afsah, Lidia, Gusti, Sahara) penulis mengucapkan terimakasih, sahabat yang tidak pernah meninggalkan penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Sesungguhnya penulis tidak sanggup membalas semua kebaikan dan dorongan semua pihak yang telah diberikan, semoga Allah membalas semua kebaikan. Penulis menyadari bahwa karya tulis ini masih banyak kekurangan, namun hanya sedemikian kemampuan yang penulis miliki, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan dimasa yang akan datang. Oleh karena itu semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis selanjutnya. Amin Ya Rabbal Alamin.

Banda Aceh, 13 Maret 2019

Nelta
NIM. 140402124

ABSTRAK

Nelta: Nim/14042124, *Coping Stress Pada Pasangan Keluarga Yang Tidak Memiliki Anak (Studi Deskriptif di Kecamatan Kluet Selatan Kabupaten Aceh Selatan)*, (Skripsi S1, Banda Aceh, Prodi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, 2018), Pembimbing 1: Drs. Mahdi, NK, M.Kes, Pembimbing II: Reza Muttaqin, M.Pd.

Skripsi ini berjudul “***Coping Stress Pada Pasangan Keluarga Yang Tidak Memiliki Anak (Studi Deskriptif di Kecamatan. Kluet Selatan, Kabupaten. Aceh Selatan)***”. *Coping* merupakan suatu cara yang dilakukan individu untuk mengatasi situasi atau masalah yang dialami, baik sebagai ancaman atau suatu tantangan yang menyakitkan. Fokus permasalahan dalam penelitian ini ialah Bagaimana bentuk *stress* yang dihadapi oleh pasangan keluarga yang tidak memiliki anak di Kluet Selatan Kabupaten. Aceh Selatan. Dan bagaimana metode *coping stress* yang dilakukan oleh pasangan keluarga yang tidak memiliki anak. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif kualitatif. Teknik penentuan subjek penelitian menggunakan *Purposive Sampling* sehingga ada enam subjek penelitian yang merupakan pasangan keluarga yang tidak memiliki anak di Kecamatan Kluet Selatan Kabupaten Aceh Selatan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *stress* yang dihadapi oleh pasangan keluarga yang tidak memiliki anak di Kecamatan Kluet Selatan Kabupaten Aceh Selatan yaitu merasa kesal, marah, depresi, suasana hati tingkah laku yang tidak karuan, bahkan tidak selera makan, apalagi jika masuk dikalangan masyarakat sering ditanyakan tentang kapan hamil. Metode *coping stress* yang digunakan oleh pasangan keluarga yang tidak memiliki anak dengan menggunakan *turning to relegion* dan *dental* yang merupakan bagian dari *emotion focus coping stress* dengan cara tawakal, menyibukan diri, pergi liburan bersama keluarga, dan bekerja di kebun, sawah, dan meningkatkan ibadah sholat serta berdoa.

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1. Karakteristik Desa Kecamatan Kluet Selatan.....	56
Tabel 4. 3. Jumlah Penduduk Kecamatan Kluet Selatan.....	59
Tabel 4. 4 Pendidikan di Kecamatan Kluet Selatan.....	61
Tabel 4. 2. Pasangan Suami Istri yang Tidak Memiliki Anak.....	62

DAFTAR ISI

COVER.	
PENGESAHAN PEMBIMBING.	
LEMBARAN PERNYATAAN KEASLIAN	
KATA PENGANTAR.....	i
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Definisi Operasional.....	8
F. Penelitian Sebelumnya yang Relevan.....	9
BAB II : LANDASAN TEORI.....	12
A. <i>Coping Stress</i>	12
B. Pasangan Keluarga yang Tidak Memiliki Anak	33
BAB III : Metode Penelitian.....	49
A. Pendekatan Penelitian	49
B. Lokasi Penelitian	50
C. Subjek Penelitian	50
D. Teknik Pengumpulan Data	51
E. Teknik Analisis Data	53
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	55
B. Hasil Penelitian	61
C. Pembahasan	71
BAB V : PENUTUP	74
A. Kesimpulan.....	74
B. Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat keputusan pembimbing / SK
- Lampiran 2. Surat Izin Melakukan Penelitian Dari Fakultas Dakwah Dan
Komunikasi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam
- Lampiran 3. Surat keterangan sudah melakukan penelitian dari Kantor Camat di
Kluet Selatan
- Lampiran 4. Pedoman wawancara.
- Lampiran 5. Dokumentasi.
- Lampiran 6. Daftar Riwayat Hidup.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Coping stress adalah suatu usaha untuk mengontrol, mengurangi atau belajar mentoleransi ancaman yang menyebabkan *stress*.¹ Dalam penelitian ini *coping stress* menitik beratkan pada upaya *coping stress* yang dilakukan oleh tiga pasangan keluarga saja dengan kriteria tertentu di tiga desa akibat tidak memiliki anak serta bertahan *stressor* yang dialami.

Keluarga adalah kelompok sosial terkecil yang umumnya terdiri dari ayah, ibu, dan anak. Fungsi keluarga adalah memulihkan, merawat, dan melindungi anak dalam rangka sosialisasi agar mereka mampu mengendalikan diri dari berjiwa sosial.² Keluarga setidak-Nya terdiri dari satu orang laki-laki dan perempuan yang hidup bersama sebagai suami dan istri. Dalam kenyataan hidup ada yang bisa disebut sebagai keluarga tetapi tidak terikat oleh suatu ikatan kehidupan sebagai “suami dan istri” menurut norma agama. Keluarga yang dibentuk dengan pola kehidupan sebagai suatu rumah tangga hanya didasarkan rasa suka sama suka dan kesepakatan untuk bekerja sama, yang cocok baru

¹ Robert S Feldman, *Pengantar Psikologi Understanding Psychology*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), hal. 220.

² Anwar Hafid dkk. *Konsep Dasar Ilmu Pendidikan*, (Alfabeta: Bandung, 2013), hal. 44.

diteruskan keikatan pernikahan, dan bila tidak cocok ikatan kerja sama bubar begitu saja, menurut kesepakatan bersama pula.³

Keluarga menurut konsep Islam adalah kesatuann hubungan antara seorang laki-laki dan seorang perempuan yang dilakukan melalui akad nikah menurut ajaran Islam. Ikatan apapun antara seorang laki-laki dan seorang perempuan yang tidak dilakukan dengan melalui akad nikah secara Islam, tidak dianggap sebagai suatu keluarga yang Islam. Dengan adanya ikatan akad nikah (pernikahan) di antara laki-laki dan perempuan dimaksud, maka anak keturunan yang dihasilkan dari ikatan tersebut menjadi sah secara hukum agama sebagai anak, dan terikat dengan norma-norma atau kaidah-kaidah yang berkaitan dengan pernikahan dan kekeluargaan.⁴

Adapun tujuan membentuk keluarga untuk mewujudkan kesejahteraan bagi anggota keluarganya. Keluarga yang sejahtera diartikan sebagai keluarga yang dibentuk berdasarkan atas perkawinan yang sah, mampu memenuhi kebutuhan fisik dan mental yang layak, bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa serta memiliki hubungan yang serasi, selaras, dan seimbang antar anggota keluarga, dengan masyarakat dan lingkungannya.⁵

³ Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islam*, (Yogyakarta, UII Press, 1992), hal.55.

⁴ Thohari Musnamar, *Dasar- Dasar Konseptual...*, hal.56.

⁵ Herien Puspitawati, *Konsep dan Teori Keluarga*, (PT IPB Press: Bogor, 2013), hal. 1-2

Orang tua dan masyarakat harus bisa memahami salah satu usaha suami istri dalam membina dan meraih keberhasilannya.⁶ Anak adalah orang dewasa dalam bentuk unit kecil sehingga perlakuan yang diberikan oleh lingkungan sama dengan perlakuan terhadap orang dewasa. Pada tahun-tahun setelah itu, berkembang ide bahwa masa anak merupakan periode perkembangan yang khusus karena memiliki kebutuhan psikologis, pendidikan, serta kondisi fisik yang khas dan berbeda dengan orang dewasa.⁷ Anak diletakkan sebagai bagian dari tugas perkawinan yaitu, untuk meneruskan silsilah keluarga dan mempunyai arti penting dalam keluarga seperti firman Allah SWT yang berbunyi:

الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ
 ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلًا

“Harta dan anak-anak adalah perhiasan kehidupan dunia tetapi amalan-amalan yang kekal lagi saleh adalah lebih baik pahalanya di sisi Tuhanmu serta lebih baik untuk menjadi harapan.(Qs Al-Kahfi: 46)”

Harta dan anak adalah perhiasan kehidupan didunia. Dengan demikian unsur akan adanya kesenangan, kehormatan, dan hiburan apabila pada diri terdapat harta kekayaan dan anak sekaligus. Apabila hanya kekayaan saja yang dimiliki, maka rasa bangga dan hiburannya berkurang. Begitupun jika hanya ingin

⁶ Facruddin Hasballah. dkk, *Psikologi Keluarga Dalam Islam*, (Banda Aceh: Yayasan PeNA 2007), hal. 10.

⁷ Lusi Nurhayati Dkk, *Psikologi Anak*, (Indonesia: PT Macanan Jaya Cemerlang 2008) hal. 2.

mendapatkan anak, sedangkan kekayaan harta tidak ada, maka kebanggaan dan hiburan yang diperoleh saja. Akan tetapi, jika dibanggakan harta dan anak, maka anak lebih besar memberikan kebanggaan dan hiburan dari pada harta.

Dari ayat di atas bukan hanya meremehkan harta dan anak-anak, hanya saja ia membandingkan harta dan anak-anak yang sekedar difungsikan sebagai hiasan duniawi dengan amal-amal saleh. Memang harta dan anak dapat juga menjadi sarana utama untuk beramal saleh, tetapi ketika itu ia tidak boleh difungsikan hanya semata-mata sebagai hiasan duniawi, karena jika demikian ia dapat menjadi bencana. Disinilah amal saleh menjadi sangatlah lebih baik dari harta dan anak, jika amal-amal yang baik dan bermanfaat untuk masyarakat umum atau pribadi itu dilakukan sesuai dengan tuntunan Allah, atau dengan kata lain jika benar-benar ia adalah amal saleh. Benar juga harta dan anak dapat diandalkan untuk memenuhi harapan, tetapi amal-amal saleh lebih dapat diandalkan.⁸

Setiap yang diberikan ujian kepada Allah pasti ada hikmahnya, bersabar dan bertakwa agar senantiasa mengingatkannya. Anak adalah anugerah yang dititipkan oleh Allah kepada seorang ibu yang harus dijaga dan dirawat. Oleh karena itu, setiap orang mempunyai rezeki masing-masing yang diberikan oleh Allah swt. Bersabar dan berdoa itu adalah kunci kemuliaan.

Nur Azizah menyatakan bahwa, kebanyakan wanita ingin kawin didasari perasaan cinta, dan didorong oleh keinginan memperoleh keturunan dari orang

⁸ M. Qurais Shihab, *Tafsir Al- Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian vol 12*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 71.

yang dicintai dan mencintainya. Ternyata, bahwa pada umumnya alasan kawin karena dorongan keibuan (ingin menjadi ibu) itu lebih besar dari pada alasan keinginan untuk menjadi seorang istri.⁹

Berdasarkan hasil observasi awal yang peneliti lakukan, masih ada ditemukan sebagian pasangan yang tidak memiliki anak. Saat mereka bergabung dalam masyarakat sekitar sering ditemukannya pertanyaan mengenai kehamilan dan memiliki anak, bahkan hal demikian banyak ditemukan pada sekelompok para istri. Bagi sebagian keluarga hal itu merupakan pertanyaan yang lumrah, namun beberapa keluarga biasanya merasa terganggu atas pertanyaan-pertanyaan demikian. Sehingga banyak istri yang lebih memilih menetap di rumah daripada keluar rumah. Pertanyaan-pertanyaan yang membuat mereka malu minder, dan frustrasi karena selalu ditanyakan hal itu akan berdampak pada interaksi sesama masyarakat yang tidak baik. Seharusnya sesama perempuan harus saling mengerti dalam suatu keadaan yang dialami bukan malah menyindir bahkan bertanya hal yang sudah pernah ditanyakan.¹⁰

Dimana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya dengan tujuan untuk menyelesaikan sesuatu (tugas dan masalah-masalah). Jadi *coping* merupakan suatu usaha dalam bentuk apapun yang dilakukan oleh

⁹ Kartini, Kartono, Psikologi Wanita 2 Mengenal Wanita dan Sebagai Ibu dan Nenek. (Bandung: CV. Mandar Maju, 2007), hlm. 11

¹⁰ Hasil wawancara Awal dengan Rika Peneliti, salah satu warga Gampong Kedai Puntung, pada tanggal 7 Maret 2018.

seseorang dalam menghadapi dan menanggulangi suatu permasalahan dengan tujuan kesejahteraan dan rasa aman yang diinginkan, atau setidaknya berusaha untuk melakukan sesuatu dengan tujuan agar dapat beradaptasi dengan permasalahan tersebut sehingga dapat mengurangi atau meminimalisir kejadian atau keadaan yang penuh tekanan.¹¹

Tuntutan sangat berpengaruh terhadap status wanita di masyarakat. Hal ini mengisyaratkan bila seorang istri tidak mampu melahirkan anak, maka status sosialnya dianggap rendah dibandingkan wanita yang mempunyai anak.¹²

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam mengenai *Coping Stress Pada Pasangan Keluarga yang Tidak Memiliki Anak (Studi Deskriptif Di Kecamatan. Kluet selatan, Kabupaten. Aceh Selatan)*.

B. Fokus Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka fokus permasalahan dalam penelitian tersebut:

1. Bagaimana bentuk *stress* yang dihadapi oleh pasangan keluarga yang tidak memiliki anak di Kecamatan Kluet Selatan Kabupaten Aceh Selatan?

¹² Namora Lamongga Lubis, *Psikologi Kespro: Wanita Dan Perkembangan Reproduksi Ditinjau Dari Aspek Fisik dan Psikologinya*, (Kencana : Jakarta, 2013), hal. 100.

2. Bagaimana metode *coping stress* yang dilakukan oleh pasangan keluarga yang tidak memiliki anak di Kecamatan Kluet Selatan Kabupaten Aceh Selatan?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan sesuai rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui *stress* yang dihadapi oleh pasangan keluarga yang tidak anak di Kecamatan Kluet Selatan Kabupaten Aceh Selatan.
2. Untuk mengetahui metode *coping stress* yang dilakukan oleh pasangan keluarga yang tidak memiliki anak di Kecamatan Kluet Selatan Kabupaten Aceh Selatan.

D. Manfaat penelitian

Adapun manfaat penelitian yang diharapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis. Sebagai bahan referensi bagi penulis khususnya dan hasil penelitiannya dapat digunakan sebagai pedoman dalam mengadakan penelitian selanjutnya.
2. Manfaat Praktis. Memberi pengetahuan kepada pasangan keluarga yang tidak memiliki anak, yang disebabkan stress, frustasi dan merasa takut kehilangan.

E. Defenisi Operasional

Dalam skripsi ini ada beberapa istilah yang perlu dijelaskan untuk menghindari terjadinya kekeliruan dalam memahami judul skripsi ini, maka penulis akan memberikan penjelasan beberapa istilah secara singkat sebagai berikut:

1. *Coping Stress*

Chaplin dalam kamus lengkap psikologi *coping* adalah tingkah laku atau tindakan penanggulan; sembarang perbuatan dalam mana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya dengan tujuan menyelesaikan sesuatu (tugas, masalah).¹³ Pengertian *coping stress* adalah menghadapi masalah dan kemampuan mengatasi *stress*. Dadang Hawari seorang pakar kedokteran (dalam Juli Andriyani), bahwa *coping stress* merupakan pemulihan kembali dari pengaruh pengalaman *stress* atau reaksi fisik dan psikis, yang berupa perasaan tidak enak, tidak nyaman atau tertekan yang sedang dihadapi. Jadi *coping* merupakan suatu usaha dalam bentuk apapun yang dilakukan oleh seseorang dalam menghadapi dan menanggulangi suatu permasalahan dengan tujuan kesejahteraan dan rasa aman yang diinginkan, atau setidaknya berusaha untuk melakukan sesuatu dengan tujuan agar dapat beradaptasi diri keadaan yang penuh tekanan tersebut.¹⁴

¹³ Chaplin, J.P. *Kamus lengkap Psikologi*, Diterjemahkan Oleh Kartini Kartono, cetakan Ketujuh, (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2006), hal.112.

¹⁴ Juli Andriani, *Coping Stres pada Wanita Karir yang Berkeluarga*, Jurnal Al-Bayan, Vol. 21, NO. 30, JULI – DESEMBER, 2014, Hal.4.

Coping stress yang di maksud oleh peneliti adalah usaha untuk mengontrol, mengurangi atau belajar menoleransi suatu ancaman yang bisa membawa individu menjadi *stress*. Dengan tujuan yang di inginkan atau setidaknya berusaha untuk melakukan sesuatu agar dapat beradaptasi diri keadaan yang penuh tekanan tersebut.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat diambil sebuah defenisi operasional yang dimaksud judul skripsi” *Coping Stress* Pada Pasangan Keluarga yang Tidak Memiliki Anak (Studi Deskriptif Di Kecamatan. Kluet Selatan, Kabupaten. Aceh Selatan).” Adalah penelitian yang bertujuan untuk menemukan *coping stress* yang dialami oleh istri atau wanita yang sudah menikah selama dua tahun atau lebih dan belum dikaruniai anak.

2. Pasangan Keluarga yang belum Memiliki Anak

Anak secara umum dipahami masyarakat adalah keturunan kedua setelah ayah dan ibu.¹⁵ Belum dikaruniai anak disini adalah pasangan suami istri yang sudah menikah, tetapi tidak dikarunia anak, diusia yang sudah berjalan empat tahun atau lebih.

Anak adalah manifestasi orang dewasa. Sama halnya dengan orang dewasa, anak juga mendapatkan hak sebagai seorang manusia dalam posisinya sebagai subjek hukum. Oleh karena itu, hak-hak yang melekat padanya haruslah dijunjung tinggi dan dilindungi agar anak dapat tumbuh menjadi pribadi yang

¹⁵ W, JS. Poerdaminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1992), hal.38-39.

bermanfaat. Perlindungan hak anak menjadi penting, karena anak adalah manusia yang utuh, yang oleh karenanya memiliki hak secara asasi. Perlindungan anak dengan demikian merupakan dari pelaksanaan hak asasi manusia.¹⁶

Menurut peneliti anak adalah titipan Allah yang harus dijaga dan di rawat. Oleh karena itu, anak juga merupakan impian semua orang yang sangat di dambakan oleh kedua orang tua.

F. Penelitian Sebelumnya yang Relevan

Dalam uraian beberapa hasil penelitian terdahulu yang dianggap relevan kemudia di analisis, dikritisi dari pokok permasalahan, dalam teori mapun metode diantara hasil penelitian sebelumnya:

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Rizki Septiyanti: dengan judul "*Coping Stress Wanita yang Belum Dikaruniai Anak*"¹⁷ Penelitian ini Bertujuan untuk mengetahui *coping stress* pada keluarga yang tidak memiliki anak. Penelitian ini menggunakan deskriptif dengan menggunakan pendekatan kuantitatif melalui metode survei, hasil penelitian menunjukkan bahwa *coping* yang digunakan adalah *emotion* dan *problem focused coping*. Perbedaan dengan penelitian penulis aspek, subjek, dan fokus penelitian.

¹⁶ Hadi Supeno, *Deskriminasi Anak: Transpormasi perlindungan Anak Berkonflik dengan Hukum*, (Jakarta: Komisi Perlindungan Anak Indonesia(KPAI), 2010), hal. 12.

¹⁷ Karya Rizki Septiyanti yang Berjudul "*Koping Stress Wanita yang Belum Dikaruniai Anak*", (Junal Penelitian dan Pengukuran Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2017, Volume 6, Nomor 2, Oktober 2017).

Kedua, Penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati yang berjudul: *Gambaran Stress dan Coping Ibu Rumah Tangga yang Belum Dikaruniai Anak*,¹⁸ Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analitik deskriptif. karena di dalam penelitian ini hasil dan pengolahan data sifatnya deskriptif. penelitian kualitatif menghasilkan dan mengolah data yang sifatnya deskriptif. Adapun tujuan dalam skripsi ini adalah terkait dapat memberikan sumbangan ilmiah bagi pengembangan keilmuan bidang psikologi terutama tentang wanita atau psikologi keluarga.

Ketiga, Penelitian yang dilakukan oleh Nur Azizah yang berjudul: *Problem Psikologis Istri Yang Belum Dikaruniai Keturunan Di Desa Sridadi Kecamatan Sirampog Kabupaten Brebes*¹⁹ penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analitik deskriptif. karena di dalam penelitian ini hasil dan pengolahan data sifatnya deskriptif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui problem psikologis yang dialami oleh istri yang sudah menikah tapi belum dikaruniai keturunan, untuk mengetahui mengapa istri mengalami gejala- gejala psikologis dan bagaimana upaya penyelesaiannya.

Keempat, Penelitian yang dilakukan oleh Ria Oktarina, *Sumber Stres, Strategi Koping, Dan Tingkat Stres Pada Buruh Perempuan Berstatus Menikah Dan Lajang*,²⁰ Penelitian ini menggunakan desain cross sectional. Lokasi

¹⁸ Rahmawati, *Gambaran stress dan Coping Pada Ibu Rumah Tangga yang Belum Dikaruniai Anak*, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta 2004.

¹⁹ Nur Azizah, *Problem Psikologis Istri Yang Belum Dikaruniai Keturunan*, (Skripsi Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Institut Agama Islam Negeri Purwokerto 2016

penelitian dipilih secara purposive. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan antara karakteristik, sumber stres, strategi koping, dan tingkat stres buruh perempuan berdasarkan status pernikahan (menikah dan lajang) dan untuk menganalisis pengaruh karakteristik, sumber *stress*, dan strategi koping terhadap tingkat stres buruh perempuan.

Berdasarkan empat hasil penelitian terdahulu dapat diketahui bahwa penelitian tersebut tidak membahas permasalahan yang peneliti teliti, meskipun diakui memiliki kaitan dengan masalah yang penulis teliti dalam hal *Coping Stress Wanita yang Belum Dikaruniai Anak*. namun tentang *coping stress pada pasangan keluarga yang tidak memiliki anak di Kecamatan Kluet Selatan Kabupaten Aceh Selatan* yang akan penulis teliti belum ada penelitian yang lakukan.

²⁰ Ria Oktarina dkk, *Sumber Stres, Strategi Koping, Dan Tingkat Stres Pada Buruh Perempuan Berstatus Menikah Dan Lajang*, (Jurnal Program Studi Ilmu Keluarga dan Perkembangan Anak, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Jur. Ilm. Kel. & Kons., September 2015, p : 133-141, Vol. 8, No. 3 ISSN : 1907 – 6037)

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Coping Stress*

1. Pengertian *Coping Stress*

Coping Stress merupakan respon organisme untuk menyesuaikan diri dengan keadaan yang tidak menguntungkan. *Coping* disini mengacu pada usaha untuk mengontrol, mengurangi atau belajar menoleransi suatu ancaman yang bisa membawa seseorang pada *stress*. *Coping* terdiri dari usaha-usaha, baik yang berorientasi pada tindakan dan intrapsikis untuk mengatur (menguasai, menghadapi, mengurangi atau meminimalkan) tuntutan lingkungan dan internal serta konflik diantara keduanya. dapat disimpulkan bahwa *coping stress* adalah suatu upaya yang di lakukan individu untuk mengurangi, menoleransi atau mengatasi *stress* yang di timbulkan oleh *stress* yang di anggap membebani individu.

Lazarus dan Folkman (dalam Juli Andriani), megatakan bahwa ada jenis *coping* yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Individu yang menggunakan *psoblem focused coping* biasanya melalui strategi kognitif langsung mengambil tindakan untuk memecahkan masalah atau mencari informasi yang berguna untuk pemecahan masalah. Ada 5 strategi dalam *problem-focused coping* yaitu *active*, *planning*, *seeking sosial support for instrumental reasons*, *suppression of competing activities* dan *restraint coping*. Individu yang menggunakan *emotion-focusedcoping* lebih menekankan pada uasaha untuk

menurunkan emosi negative yang dirasakan ketika menghadapi masalah atau tekanan dan berupaya untuk mencari dukungan social. Adapun strateginya ada 5 yaitu, *seeking social support for emotional reasons, positive reinterpretation and growth, denial turning to religion* dan *acceptance*.

Menurut Mu'tadin cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan oleh sumber daya individu, yang meliputi kesehatan fisik/energi, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dan dukungan sosial dan materi.

a) Kesehatan Fisik

Kesehatan merupakan hal yang penting, karena selama dalam usaha mengatasi *stress* individu dituntut mengarahkan tenaga yang cukup besar.

b) Keyakinan atau pandangan positif

Keyakinan menjadi sumber daya psikologis yang sangat penting, seperti keyakinan akan nasib (*eksternal locus of control*) yang mengarahkan individu kepada penilaian ketidakberdayaan (*helplessness*) yang akan menurunkan kemampuan strategi *coping* tipe: *problem-solving focused coping*.

c) Keterampilan memecahkan masalah

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya melaksanakan rencana melakukan suatu tindakan yang tepat.

d) Keterampilan social

Keterampilan ini meliputi keterampilan berkomunikasi dan bertingkah laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat.

e) Dukungan social

Dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman dan lingkungan masyarakat sekitarnya.

f) Materi

Dukungan ini meliputi sumber daya berupa uang, barang-barang atau layanan yang biasanya dapat dibeli.

Dari berbagai pertanyaan di atas ada beberapa hal yang bisa dilakukan individu untuk mengatasi berbagai masalah yang menekan dalam berbagai ruang lingkup kehidupan sehari-hari, kebanyakan individu menggunakan variasi dari kedua jenis *coping* yang telah disebutkan di atas (*problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*), terkait dengan pembagian yang tergolong pada dua jenis tersebut. Adapun faktor yang menentukan strategi mana yang paling banyak atau sering digunakan sangat tergantung pada kepribadian seseorang dan sejauhmana tingkat *stress* dari suatu kondisi masalah yang dialaminya.¹

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa *coping stress* adalah cara individu untuk melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya

¹ Juli Andriani, *Coping Stres pada Wanita Karir yang Berkeluarga*, Jurnal Al-Bayan, Vol. 21, NO. 30, JULI – DESEMBER 2014), hal. 4-5.

tujuan untuk menyesuaikan diri. *Coping* disesuai menjelaskan bahwa lebih mengacu pada usaha untuk mengontrol dan mengelola suatu permasalahan yang dihadapi individu.

2. Pengertian *Coping*

Perilaku *coping* merupakan suatu tingkah laku dimana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya dengan tujuan menyelesaikan tugas atau masalah. Tingkah laku *coping* merupakan suatu proses dinamis dari suatu pola tingkah laku maupun pikiran-pikiran yang secara sadar digunakan untuk mengatasi tuntutan-tuntutan dalam situasi yang menekan dan menegangkan. Banyak defenisi yang dilontarkan oleh para pakar psikologi dalam mengartikan *coping*.

Coping merupakan suatu cara yang dilakukan individu untuk mengatasi situasi atau masalah yang dialami, baik sebagai ancaman atau suatu tantangan yang menyakitkan. Umumnya *coping* strategi dapat didefenisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengatasi berbagai permasalahan yang melingkupi kehidupannya. *Coping* dipandang sebagai suatu usaha untuk menguasai situasi tertekan tanpa memperhatikan akibat dari tekanan tersebut. Akan tetapi *coping* bukanlah suatu uasaha untuk menguasai seluruh situasi yang menekan, karena tidak semua situasi tertekan dapat benar-benar dikuasai.²

² Ismiati , *Problematika dan Coping Stress.....*,Jurnal Al;Bayan, Volume 21 Edisi 32, Juli-Desember 2015.

3. Jenis strategi *coping*

Coping mempunyai dua fungsi utama yaitu yang mengarah pada pemecahan masalah dan keseimbangan emosi yang menekan dan merubah hubungan yang bermasalah antara individu dan lingkungan yang menimbulkan tekanan. Berdasarkan fungsi ini Lazarus membagi *coping* menjadi dua kata gori besar yaitu:

a. *Problem Focused* (*coping* terpusat masalah).

Coping terpusat masalah adalah upaya untuk mengatasi *stress* langsung pada sumber *stress*, baik dengan cara mengubah masalah yang dihadapinya, mempertahankan tingkah laku ataupun mengubah kondisi lingkungan *copper* membagi *coping* menjadi 2 bentuk, yaitu bentuk tingkah laku dan konigtif pada *coping*. Kepusat masalah bentuk tingkah lakunya berupa uapaya untuk mengotrol situasi yang tidak menyenangkan dan memecahkan masalah. Sementara bentuk kognitif dari jenis *coping* ini adalah upaya yang ditujukan untuk mengubah cara mempersepsi dan menginterprestasi situasi, misalnya, mengevaluasi ulang situasi dan menyusun kembali penilaian situasi. Strategi *coping* kepusat masalah ini muncul apabila individu merasa bahwa sesuatu yang konstruktif biasa dilakukan untuk mengatasi *stress*.

b. *Emotion-Focuset coping* (*coping* terpusat emosi)

Coping terpusat emosi adalah upaya untuk meredakan atau mengatur tekanan emosional atau mengurangi emosi negatif yang ditimbulakn oleh situasi. Bentuk tingkah laku dari jenis *coping* ini misalnya berupa upaya untuk mencari dukungan sosial atau tambahan informasi. Sementara bentuk kognitifnya adalah

berupaya untuk mengatasi emosi yang timbul pada tingkat kognitif seperti melakukan *repressi* dan denial.

Kedua jenis *coping* tersebut biasanya muncul dalam setiap *stressor*, namun *coping* terpusat masalah akan mendominasi apabila individu merasa ada kesatuan yang dapat dilakukan sementara *coping* terpusat emosi akan cenderung muncul ketika individu sudah merasa bahwasudah tidak ada lagi yang bisa dilakukan terhadap *stressor* kecuali menghadapinya dengan sabar.

Berdasarkan 2 katagori *coping* tersebut Carfer dkk mengembangkan katagori *coping* menjadi tiga belas bentuk yang lebih spesifik. Dari ketiga belas bentuk strategi *coping* tersebut lima diantaranya merupakan bentuk *problem-focused coping*, lima lainnya merupakan bentuk *emotion-focused coping*. sementara tiga terakhir merupakan jenis *coping* yang dianggap kurang adaptif atau *maladaptif* yaitu kecenderungan *coping* yang kurang berguna atau kurang efektif.

c. Jenis *problem-focused coping*

- a) *Active Coping* merupakan proses pengambilan langkah aktif untuk mengatasi *stressor* atau mengurangi efek buruk yang ditimbulkan oleh *stressor* tersebut.
- b) *Planing* berkaitan dengan perencanaan mengenai hal-hal yang dapat dilakukan untuk mengatasi situasi yang menimbulkan *stress*.
- c) *Supreston Of Competing Activeties*, adalah uasaha untuk mengesampingkan hal-hal atau kegiatan lain, mencoba menghindari

gangguan dari situasi atau yang mungkin timbul, untuk dapat berkonsentrasi penuh dalam menghadapi sumber *stress*.

- d) *Resitstraint Coping*, yaitu bentuk strategi *coping* berupa suatu latihan untuk mengontrol atau mengendalikan diri.
- e) *Seeking Social support I or Internasionl Reason*, merupakan bentuk strategi *coping* yang berupa untuk mendapatkan dukungan sosial dengan cara mencari nasehat, bantuan, atau informasi dari orang lain.

d. Jenis strategi *emotion –focused coping*

- a) *Seeking Social Support For Emotional Reason*, merupakan strategi *coping* dalam bentuk memberi dukungan moral, simpati, atau pengertian dari orang lain kecenderungan individu untuk mencari dukungan sosial untuk mencari alasan emosional ini dapat membuat individu yang tadinya merasa tidak aman karena situasi yang menekan, menjadi merasa aman kembali.
- b) *Positive Reinterpetation And Growth*, merupakan sutau bentuk *coping* dengan cara menilai kembali situasi secara lebih positif.
- c) *Dental*, merupakan usaha untuk menolak kehadiran sumber *stress* atau bertindak seolah-olahsumber *stress* tersebut tidak nyata. Ada tiga pendapat yang berada mengenai akibat dan jenis *coping* ini:

- 1) *Denial* merupakan jenis *coping* yang berguna karena dapat mengurangi *stress* yang sifatnya negatif.

- 2) *Denial* hanya menimbulkan masalah-masalah tambahan pada individu selain masalah yang ditimbulkan oleh *stress* yang dialaminya.
 - 3) Pada tahap awal dari suatu transaksi yang *stressful*, *denial* bermanfaat tetapi akhirnya hanya menghambat dilakukannya *coping* yang adaptif.
- d) *Turning To Religion*, yang kembali berpaling pada agama apabila seseorang berada dalam keadaan stress. Perilaku *coping* ini cukup penting sifatnya bagi sebagian besar individu.
 - e) *Acceptance*, kebalikan dari denial, dan merupakan perilaku *coping* yang penting pada situasi dimana seseorang harus menerima atau menyesuaikan diri dengan keadaan yang dialaminya.
- e. Jenis strategi *coping* madaptif
 - a) *On Venting Of Emotion*, yaitu merupakan kecenderungan untuk memisahkan diri pada *stress* yang bersifat negatif, kekesalan atau perasaan-perasaan yang dialami oleh individu dan mengungkapkan kekesalan serta perasaan-perasaan tersebut.
 - b) *Behavioral Disengagement*, merupakan bentuk strategi *coping* berupa berkurangnya usaha-usaha yang dilakukan oleh individu dalam mengatasi sutau sumber *stress*.

c) *Mental Disengagement*, jenis *coping* ini muncul dalam berbagai bentuk aktifitas yang pada dasarnya adalah menggunakan aktifitas untuk menghilangkan masalah yang sementara sifatnya.³

Berdasarkan uraian tersebut menurut peneliti *coping* merupakan suatu metode dalam melakukan penyelesaian masalah individu yang dialami, baik secara langsung maupun tidak langsung.

4. Pengertian *stress* dan gejala-gejalanya

Menurut Alex Sobur dalam Kamus Psikologi *Stress* peristiwa yang menciptakan ketegangan fisiologis bagi individu yang tertimpa.⁴ Terdapat tiga definisi *stress* dalam tiga konteks yaitu sebagai respon, sebagai stimulus dan transaksional. Menurut Cannon (dalam Yulia Sholichatun) tubuh memiliki mekanisme internal untuk menjaga fungsi tubuh atau ekuilibrium. Ketika lingkungan menghadirkan sebagai kesulitan pada organisme, tubuh harus merespon masing-masing situasi dengan menyesuaikan beragam sistem fisiologis untuk mengkompensasi sumber-sumber yang telah dipergunakan.⁵

Menurut Jenita Doli Tine Donsu, *stress* merupakan interaksi antara individu dengan lingkungan. Interaksi antara individu dengan lingkungannya yang

³ Rahmawati, *Skripsi Gambaran Stress dan Coping Pada Ibu Rumah Tangga Yang belum Dikaruniai Anak*, (Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2014), hal. 26-32.

⁴ Alex Sobur, *Kamus Psikologi*, Cetakan Pertama, (Bandung, CV Pustaka Setia 2016), hal.518.

⁵ Yulia Sholichatun, *Stress dan Strategi Coping pada Anak Didik di Lembaga Pemasarakatan Anak*, Malang : *Jurnal Psikologi Islam*, (JPI, vol. 8. 1 Tahun 2011), hal. 27.

saling memengaruhi itu dinamakan dengan interaksi transaksional yang di dalamnya terhadap proses penyusuan.⁶

Lazarus (dalam Aliah B), mengembangkan teori penilaian kognitif (*cognitif appraisal*) untuk memberikan penjelasan tentang *stress* dalam lingkup yang luas. Ia memberikan defenisikan *stress* yang mencakup berbagai faktor, yang terdiri dari stimulus, tanggapan, penilaian kognitif terhadap ancaman, gaya pertahanan (*coping styles*), perlindungan psikologis dan situasi sosial. Dalam teorinya ini, Lazarus mengatakan bahwa terdapat dua tahap penilaian dari *stressor* potensial. Penilaian utama (*primary appraisa*) merupakan penilaian pribadi, apakah kejadian memiliki hubungan dan memiliki implikasi negatif. Penilaian sekunder (*secondary appraisal*) melibatkan determinasi pribadi, apakah ia memiliki kemampuan dan sumber daya yang memadai untuk mengatasi potensi ancaman dan bahaya. Menurut teori ini (Aliah B), seseorang baru mengalami *stress* sebagai reaksi setelah penilaian diberikan. *Stress* dalam perspektif Islam merupakan gejala penyakit terbesar di abad modern. Dengan demikian, kesempatan peneliti psikologi kesehatan islami berkaitan dengan masalah ini sangat terbuka lebar. Pengumpulan bukti-bukti empiris masih harus dilakukan, untuk mengangkat wacana serta menjadi ilmu pengetahuan. Ajaran Islam memberikan banyak cara untuk mengatasi konflik psikologis, kedukaan, kemarahan, atau ketakutan yang dapat menjadikan dasar penelitian dalam menagatasi *stress*.⁷

⁶ Jenita Doli Tine Donsu, *Psikologi Perawatan*, Cetakan Pertama, (Yogyakarta, Pustaka Baru Press, 2017), hal.242.

Stress menunjuk pada peristiwa yang dirasakan membayangkan individu dihadapkan pada situasi *stress*, maka individu akan bereaksi baik secara fisiologis maupun psikologis. Pandangan yang sama juga dikemukakan oleh Lazarus yang menganggap *stress* sebagai sebuah gejala yang timbul akibat adanya kesenjangan antara realitas dan ideal, antara keinginan dan kenyataan, antara tantangan dan kemampuan, antara peluang dan potensi.

Gejala atau akibat *stress* yang dibicarakan di sini adalah gejala/akibat yang negatif karena sering kali mengganggu kehidupan manusia. Tingkat *stress* negatif yang tinggi dan berlangsung dalam waktu yang lama tanpa ada jalan keluar bisa mengakibatkan berbagai macam penyakit seperti: gangguan pencernaan, serangan jantung, tekanan darah tinggi, asma, radang sendi *rheumatoid*, alergi, gangguan kulit, pusing/sakit kepala, sulit menelan, panas ulu hati, mual, berbagai macam keluhan perut, keringat dingin, sakit leher, sering buang air seni, kejang otot, mudah lupa, terserang panik, sembelit, diare, insomnia, dan lain-lain. Cox (dalam Siswanto) mengategorikan akibat *stress* menjadi lima kategori, yaitu:

- a) Akibat subjektif, yaitu akibat yang dirasakan secara pribadi, meliputi kegelisahan, agresi, kelesuan, kebosonan, depresi, kelelahan, kekecewaan, kehilangan kesabaran, harga diri rendah, perasaan terpencil.
- b) Akibat perilaku, yaitu akibat yang mudah dilihat karena berbentuk perilaku-perilaku tertentu, meliputi mudah terkena kecelakaan,

⁷Aliah B. Purwakanian Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*, (Jakarta: PT RAJAGRAFINDO PERSADA 2008), hal.77-84.

penyalahgunaan obat, peledakan emosi, berperilaku impulsif, tertawa gelisah.

- c) Akibat kognitif, yaitu akibat yang memengaruhi proses berpikir, meliputi tidak mampu mengambil keputusan yang sehat, kurang dapat berkonsentrasi, tidak mampu memusatkan perhatian dalam jangka waktu yang lama, sangat peka terhadap kecaman dan mengalami dan rintangan mental.
- d) Akibat fisiologis, yaitu akibat-akibat yang berhubungan dengan fungsi atau kerja alat-alat tubuh, yaitu tingkat gula darah meningkatkan, denyut jantung/tekanan darah naik, mulut menjadi kering, berkeringat, pupil mata membesar, sebentar-sebentar panas dan dingin.

Akibat keorganisasian, yaitu akibat yang tampak dalam tempat kerja, meliputi absen, produktivitas rendah, mengasingkan diri dari teman sekerja, ketidakpuasan kerja, menurunnya keterikatan dan loyalitas terhadap organisasi.⁸

5. Faktor-faktor menyebabkan *stress*

Banyak faktor, baik besar maupun kecil, yang dapat menghasilkan *stress* dalam kehidupan individu pada beberapa kasus kejadian-kejadian ekstrim, seperti perang, kecelakaan, dan lain sebagainya, dapat menyebabkan *stress*.

Sementara kejadian sehari-hari, kondisi kesehatan fisik, tekanan baik dari luar maupun dari dalam diri individu dan lain sebagainya juga berpotensi untuk

⁸ Siswanto, *Kesehatan Mental, Konsep, Cakupan, Perkembangannya*, (Yogyakarta : C.V ANDI OFFSET 2007), hal.49-51.

menyebabkan *stress*. Berikut ini adalah beberapa faktor yang mempengaruhi *stress* menurut Santrock,

a. Faktor lingkungan

Stress muncul karena suatu stimulus menjadi semakin berat dan berkepanjangan sehingga individu tidak lagi bisa menghadapinya. Ada tiga tipe konflik yaitu mendekat-mendekat (*approach-approach*), menghindar- menghindar (*avoidance- avoidance*) dan mendekat-menghindar (*approachavoidance*).

Frustrasi terjadi jika individu tidak dapat mencapai tujuan yang diinginkan. *Stress* dapat muncul akibat kejadian besar dalam hidup maupun gangguan sehari-hari dalam kehidupan individu.

b. Faktor kognitif

Lazarus percaya bahwa *stress* pada individu tergantung pada bagaimana mereka membuat penilaian secara kognitif dan menginterpretasi suatu kejadian.

Penilaian kognitif adalah istilah yang digunakan Lazarus untuk menggambarkan interpretasi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidup mereka sebagai suatu yang berbahaya, mengancam, atau menantang (penilaian primer) dan keyakinan mereka apakah mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi suatu kejadian dengan efektif (penilaian skunder). Strategi “pendekatan” biasanya lebih baik dari pada strategi “menghindar”.

c. Faktor kepribadian

Pemilihan strategi mengatasi masalah yang digunakan individu dipengaruhi oleh karakteristik kepribadian seperti kepribadian optimis dan pesimis. Menurut Carver dkk (dalam Wiramihardja), individu yang memiliki kepribadian optimis lebih cenderung menggunakan strategi mengatasi masalah yang berorientasi pada masalah yang dihadapi.

Individu yang memiliki rasa optimis yang tinggi lebih mengsosiasikan dengan menggunakan strategi *coping* yang efektif. Sebaliknya, individu yang pesimis cenderung beraksi dengan prasaan negatif terhadap situasi yang menekan dengan cara menjauhkan diri dari masalah dan cenderung menyalahkan diri sendiri.⁹

6. Sumber *Stress*

Sumber-sumber *stress* disebut dengan *stressor*. *stressor* adalah bentuk yang spesifik dari stimulus, apakah itu fisik atau psikologis, menjadi tuntutan yang membahayakan individu dan mengharuskan individu untuk beradaptasi dengannya. Semakin besar perbedaan antara tuntutan situasi dengan sumber daya yang dimiliki, maka situasi tersebut akan dipandang semakin menimbulkan *stress*.

Setiap kejadian yang mengharuskan seseorang menyesuaikan diri membuat perubahan atau mengeluarkan sumber daya, berpotensi menimbulkan *stress*. Selain itu kejadian yang menekan akan menimbulkan *stress* jika dianggap sebagai kejadian yang menimbulkan *stress*. kejadian yang tak dapat dikontrol atau

⁹ Wiramihardja, Sutardjo A, *Pengantar Psikologi Abnormal*, (Bandung: Refika Aditama, 2007), hal. 51.

tak terduga biasanya lebih membuat *stress* ketimbang kejadian yang dapat diprediksi.¹⁰

7. Cara Mengatasi *Stress*

Ada berbagai cara untuk mengatasi *stress*. Kalau akibat *stress* telah memengaruhi fisik dan bahkan menimbulkan penyakit tertentu, peranan obat/medikasi biasanya diperlukan. Namun obat itu sendiri kurang efektif untuk mengatasi *stress* dalam jangka panjang. Ada efek negatif bila menggunakan obat terus menerus. Disamping obat-obat tertentu membutuhkan biaya yang mahal, obat juga bisa mengakibatkan ketergantungan dan bahkan membuat orang tertentu kebal terhadap obat tertentu.¹¹

Beberapa teknik terapi telah dikembangkan dan dicoba untuk mengatasi *stress* ini. *Biofeedback* adalah salah satu teknik untuk mengetahui bagian-bagian tubuh yang terkena *stress* dan kemudian belajar untuk menguasainya. Teknik ini menggunakan serangkaian alat yang cukup rumit, gunanya sebagai *Biofeedback* agak kurang efektif untuk digunakan secara praktis. Relaksasi adalah teknik yang paling efektif untuk menyembuhkan *stress*. Ada berbagai teknik relaksasi, tetapi yang biasa digunakan adalah teknik relaksasi dengan mengundurkan otot-otot seluruh tubuh, kemudian pengendoran dilakukan pada bagian-bagian tubuh yang sering mengalami *stress*. Semakin lama berlatih teknik relaksasi, orang akan semakin peka dan semakin spontan untuk mengembalikan pada keadaan semula.

¹⁰ Wiramihardja, Sutardjo A, *Pengantar Psikolog...*,hal. 77.

¹¹ Wiramihardja, Sutardjo A, *Pengantar Psikolog...*,hal. 56.

Pencegahan terhadap *stress* bisa dilakukan dengan mengubah sikap hidup. Orang yang terlibat lebih aktif dengan pekerjaan dan kehidupan masyarakat, lebih berorientasi pada tantangan dan perubahan, dan merasa dapat menguasai kejadian-kejadian dalam hidupnya adalah orang yang tidak akan mudah terkena efek negatif *stress*.¹²

Berdasarkan pendapat diatas, *stress* menurut peneliti adalah segala sesuatu yang dihadapi dan dirasakan oleh manusia dan menjadi tuntutan yang membahayakan diri individu baik itu tekanan fisik, frustrasi, baik dari luar maupun dalam diri individu.

8. *Coping Stress* Dalam Pandangan Islam

Memiliki akibat yang sangat besar pada *stress*, maka dibutuhkan kemampuan untuk mengelola *stress*. *Stress* tidak mungkin selamanya dihindari, karena ujian dan cobaan dari Allah SWT tidak dapat diatur oleh manusia. Langkah terbaik adalah menyiapkan sikap dan perilaku mengelola *stress* sehingga mampu menangkal akibat *stress*. Anjuran Allah SWT tentang menghindari dan mengelola *stress* sangat jelas, sebagaimana yang telah digariskan dalam.

¹² Wiramihardja, Sutardjo A, *Pengantar Psikolog...*, hal. 57.

Surat Ali ‘Imran ayat 139.

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Dan janganlah kamu bersikap lemah dan dukacita. Janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”.

Ayat diatas menjelaskan angkat mukamu, jangan lemah dan jangan lemah dan jangan dukacita. Sebab suatu hal masih ada padamu, modal tunggal yang tidak pernah dirampas oleh musuhmu, yaitu iman. Jika kamu benar-benar masih mempunyai iman dalam dadamu, kamulah yang tinggi dan akan tetap tinggi. Sebab iman itulah padamu menempuh masa depan yang masih akan mau dihadapi.¹³

Secara rinci, beberapa cara mengelola *stress* yang telah diajarkan oleh Islam adalah sebagai berikut.

1) Niat Ikhlas.

Upaya yang dilakukan oleh individu senantiasa diliputi oleh bermacam motivasi. Motivasi inilah yang menentukan bagaimana upaya yang dilakukan dan bagaimana bila tujuan tidak tercapai. Islam sudah mengajarkan agar senantiasa berniat ikhlas dalam berusaha, dengan tujuan agar nilai usaha tinggi di mata Allah SWT dan dia mendapat ketenangan apabila usaha tidak berhasil sesuai

¹³ Hamka, Buku Agama Tafsir Al-Quran Jilid 2, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 2003), hal.933.

harapan. Ketenangan ini bersumber dari motif hanya karena Allah, bukan karena yang lain, sehingga kegagalan juga akan selalu dikembalikan kepada Allah SWT.

2) Sabar dan Shalat.

Sabar dalam Islam adalah mampu berpegang teguh dan mengikuti ajaran agama untuk menghadapi atau menentang dorongan hawa nafsu. Orang yang sabar akan mampu mengambil keputusan dalam menghadapi *stressor* yang ada. Sebagaimana dalam ayat 155 surat Al Baqarah di depan yang menekankan kepada kesabaran akan mampu menghadapi cobaan yang diberikan. Bersyukur dan Berserah diri (Tawakkal). Salah satu kunci dalam menghadapi stressor adalah dengan selalu bersyukur dan menerima segala pemberian Allah SWT.

dalam Al- Quran menyebutkan:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالثَّمَرِ ۗ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (Q.S. Al-Baqarah ayat 2: 155)

Ayat diatas menjelaskan ujian atau cobaan yang dihadapi itu pada hakikatnya *sedikit*, sehingga betapapun besarnya, sedikit jika dibandingkan dengan ganjaran yang akan diterima. Cobaan itu sedikit, karena betapapun besarnya cobaan, ia dapat terjadi dalam berbentuk yang lebih besar daripada yang

telah terjadi. Bukankah ketika mengalami setiap bencana, ucapan yang sering terdengar adalah “Untung hanya begitu,,,,,” Ia sedikit, karena cobaaan dan ujian yang besar adalah kegagalan menghadapi cobaan, khususnya dalam kehidupan beragama.¹⁴

3) Dzikir dan Doa

Sebagai insan beriman, dzikir dan doa menjadi sumber kekuatan bagi kita dalam berusaha. Adanya harapan yang tinggi disandarkan kepada Allah SWT, demikianpun apabila ada kekhawatiran terhadap suatu ancaman, maka sandaran kepada Allah SWT senantiasa melalui doa dan dzikir. Melalui dzikir, perasaan menjadi lebih tenang dan khusyuk, yang pada akhirnya akan mampu meningkatkan konsentrasi, kemampuan berpikir secara jernih, dan emosi menjadi lebih terkendali. Hentakan kemarahan dan kesedihan, ataupun kegembiraan yang berlebihan senantiasa dapat dikendalikan dengan baik.¹⁵

dalam Al- Quran menyebutkan:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾ .

Hai orang-orang yang beriman, berdzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, zikir yang sebanyak-banyaknya. (Q.S. Al- Ahzab 33: 41)

¹⁴ M. Qurais Shihab, *Tafsir Al- Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian vol 12*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 364-365.

¹⁵ Susatiyo Yuwono, *Jurnal Mengelola Stres Dalam Perspektif Islam Dan Psikologi*, (Fakultas Psikologi: Universitas Muhammadiyah Surakarta, PSYCHO IDEA, Tahun 8 No.2, Juli 2010 ISSN 1693-107), hlm. 20-23.

Ayat di atas menjelaskan bahwa banyak ayat-ayat al-Qur'an dan hadist Nabi yang memerintahkan manusia untuk memperbanyak dzikir. Karena dzikir menghubungkan jiwa manusia dengan Allah dan menjadikannya selalu merasakan kehadiran Allah swt. Memang, dzikir yang paling jelas adalah sholat, setiap ucapan, gerak, bahkan detak-detik hari, hendaknya tertuju kepada-Nya. Bahkan sementara ulama memahami kata *dzikir* pada ayat ini dengan sholat. Pendapat ini ada benarnya karena memang ditemukan banyak ayat yang menggunakan kata tersebut dalam arti sholat, bahkan Rasul saw. Bersabda: "Seseorang suami yang membangunkan istrinya di malam hari untuk sholat dua rakaat, maka mereka berdua pada malam itu telah termasuk kelompok orang-orang lelaki dan perempuan yang berdzikir banyak" (HR. Abu Daud, an-Nasai dan Ibn Majah melalui Abu Sa'id dan Abu Hurairah).¹⁶

Seperti yang di jelaskan ayat yang berkaitan dengan doa di jelaskan dalam Al-Quran menyebutkan:

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي
سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ ﴿٦٦﴾

Dan Tuhanmu berfirman: "Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Kuperkenankan bagimu. Sesungguhnya orang-orang yang menyombongkan diri dari menyembah-Ku akan masuk neraka Jahannam dalam Keadaan hina". Yang dimaksud dengan

¹⁶ M. Qurais Shihab, *Tafsir Al- Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian vol 11*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hal. 288.

menyembah-Ku di sini ialah berdoa kepada-Ku.(Q.S Al- Mukmin 23: 60).

Ayat di atas menerangkan bahwa seruan kepada Allah, munajat atau doa mempunyai beberapa adab yang mesti dijaga. Pertama hendaklah ikhlas hati kepada-Nya semata-mata, tidak teringat yang lain samasekali dan langsung! Kedua percaya bahwa permohonan niscya akan dikabulkan. Ketiga menanamkan kepercayaan penuh bahwa bertawajjuh berdoa adalah taufiq atau bimbingan dari Allah sendiri yang keuntungannya pertama ialah memperdekat diri kepada-Nya. Adapun terkaulnya doa adalah karunia kedua. Orang biasa takkabur, sombong, angkuh sekitika badannya kuat, hartanya banyak atau mendapat kekuasaan tertinggi. Mereka kerap kali lupa bahwa hari tidaklah panas terus; panas berganti dengan hujan. Taufan berganti dengan angin tenang. Dan angin tenang pun akan berganti dengan angin taufan. Ombak di laut dapat membawa pasang naik, dan juga pasang surut. Kalau manusia ingat pergantian keadaan, tidaklah dia akan sombong.¹⁷

9. Proses *Coping Stress*

Menurut Mochamad Norsalim proses *coping* melibatkan dua sumber daya *coping*, yaitu sumber daya internal dan sumber daya eksternal. Sumber daya internal adalah gaya *coping* dan atribut personal. Sedangkan sumber daya eksternal meliputi uang, waktu, dukungan sosial, dan kejadian lain yang mungkin terjadi

¹⁷ Hamka, *Tafsir Al-Quran Jilid 8*, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 2003), hal. 6393-6394.

pada saat yang sama. Semua faktor ini saling berinteraksi dalam mempengaruhi proses *coping*.¹⁸

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa *coping stress* dalam pandangan islam adalah bagaimana cara mengelola *stress* yang dihadapi di dalam kehidupan. Semua yang diberikan ujian kepada Allah swt tidak dapat di atur oleh manusia. Dalam islam cara mengontrol dan mengelola emosi atau *stress* dengan niat ikhlas, sabar, sholat, dzikir, dan bertobat agar di jabah oleh Allah swt.

B. Pasangan Keluarga yang Tidak Memiliki Anak

1. Pengertian Keluarga

Keluarga adalah komunitas terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari manusia yang tumbuh dan berkembang sejak dimualinya kehidupan, sesuai denga tabiat dan naluri manusia, yaitu memandang sesuatu dengan matanya, menyikapi sesuatu dengan jalan hukum, kecenderungan memilih arah yang baik, serta mengupayakannya dengan segala yang dimilikinya. Kemudian menganggap bagus sesuatu yang dilihatnya benar, atau membenarkan sesuatu yang dilihatnya buruk. Setiap orang di dunia ini pastinya memiliki tujuan dan keinginan untuk masa depan mereka. Menurut Maslow ada lima kebutuhan utama manusia, yaitu kebutuhan dasar, kebutuhan rasa aman, kebutuhan untuk dicintai dan disayangi, kebutuhan untuk dihargai, dan kebutuhan untuk aktualisasi diri.¹⁹

¹⁸ Muchamad Norsalim, *Strategi dan Intervensi Konseling...*, hal.7.

¹⁹ Juli Andriani, *Copig Stress Pada...*,hal.6-7.

Menurut Torrbert dalam buku Norkasiani, Paula Krisanti dan Mamah Sumartini. Keluarga merupakan ikatan darah, perkawinan atau adopsi dalam satu rumah yang merupakan budaya interaksi yang teratur.²⁰ Menurut George Murdok dalam buku Sri Lestari, keluarga merupakan kelompok sosial yang memiliki karakteristik tinggal bersama, terdapat kerja sama ekonomi, dan terjadi proses reproduksi.²¹

Arti penting dari struktur keluarga inti adalah pola pengasuh anak menjadi kewajiban utama yang dibebankan kepada suami istri. Kebanyakan masyarakat menetapkan tanggung jawab untuk mengajari anak bersosialisasi menjadi tanggung jawab ibu, sedangkan ayah lebih banyak memenuhi kebutuhan keluarga. Semestinya pola pengasuhan anak menjadi tanggung jawab bersama suami istri. Menurut Hill menguraikan bahwa keluarga adalah rumah tangga yang memiliki hubungan darah atau perkawinan atau tersedia terselenggaranya fungsi-fungsi instrumental mendasar dan fungsi ekspresif keluarga bagi anggotanya yang berada dalam suatu jaringan.²²

Keluarga merupakan agen utama sosialisasi, sekaligus sebagai *microsystem* yang membangun relasi anak dengan lingkungannya. Keluarga sebagai tempat sosialisasi dapat didefinisikan menurut term klasik. Definisi klasik (struktural-fungsional) tentang keluarga, menurut sosiolog George

²⁰ Nurkasiani Dkk, *Sosiologi Kebidanan*, (Jakarta: Trans Info Media, 2012), hal. 149.

²¹ Sri Lestari, *Sosisologi Keluarga Penanaman Nilai & Penanganan Konflik Dalam Keluarga*, Cet Ke-2, (akarta: Prenadamedia Group, 2016), hal.3.

²² Sri Lestari, *Psikologi Keluarga Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga*, (Jakarta: Karisma Putra Utama, 2012), 6.

Murdock adalah kelompok sosial yang bercirikan dengan adanya kediaman, kerja sama ekonomi dan reproduksi. Keluarga terdiri dari dua orang dewasa dari jenis kelamin berbeda, setidaknya keduanya memelihara bunga seksual yang disepakati secara sosial, dan ada satu atau lebih anak-anak yaitu anak kandung atau anak adopsi, dari hasil hubungan seksual secara dewasa.²³

Menurut Robert Lawang, sebagaimana dikutip oleh Janu Murdiyatmoko keluarga merupakan suatu gejala yang universal. Warga memiliki empat karakteristik yang khas, yaitu sebagai berikut:

- a) Keluarga terdiri atas orang-orang yang bersatu karena ikatan perkawinan, darah atau adopsi. Adapun yang mengikat suami istri adalah perkawinan, sedangkan yang mempersatukan orangtua dan anak-anak adalah hubungan darah.
- b) Para anggota keluarga biasanya hidup bersama-sama dalam satu rumah, dan mereka membentuk satu rumah tangga.
- c) Keluarga merupakan satu kesatuan orang-orang yang berinteraksi dan saling berkomunikasi, yang memainkan peran suami dan istri, bapak dan ibu, anak laki-laki dan perempuan, serta peran saudara laki-laki dan saudara perempuan.
- d) Warga mempertahankan suatu kebudayaan bersama, sebagian besar berasal dari kebudayaan umum yang lebih luas.²⁴

²³ Yinyang, *Keluarga dan Pola Pengasuhan Anak*, *Jurnal Studi Gender dan Anak*, Vol 5 No 1, Januari-Juni 2010.

2. Tujuan hidup berkeluarga

Keluarga sebagai suatu kelompok terkecil dalam suatu kelompok masyarakat sebab berkaitan dalam pernikahan akan menjadi suatu keterkaitan kebersamaan yang akan menjadi dasar usaha mengembangkan tujuan hidup berkeluarga yang sakinah mawaddah dan rahmah dengan memperoleh keturunan serta mendidiknya untuk dapat hidup bermasyarakat.

Tujuan hidup berkeluarga terdiri atas tiga hal

- a) Bilogis, sebagai penyaluran kebutuhan fisik dengan makan minum dan seksual.
- b) Psikologis, sebagai dasar kemampuan dalam mengembangkan rasa dan perasaan serta melindungi atau mempertahankan kasih sayang sebagai dasar aplikasi gejala-gejala hidup.
- c) Rasa agama dengan kesadaran beragama dalam hidup dengan penuh konsentrasi dalam mendekati diri kepada Allah SWT dalam segala gerak kehidupan.²⁵

²⁴ Janu Murdiyatomoko, *Sosiologi Memahami dan Mengkaji Masyarakat*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2000), hal. 41-42.

²⁵ Fachruddin Hasballah, *Psikologi Keluarga dalam Islam*, (Banda Aceh: Yayasan Pena 2007), hal. 85-87.

Tujuan keluarga menurut islam, diantaranya sebagai berikut:

a) Kemuliaan keturunan

Berketurunan merupakan hal pokok oleh pernikahan dilakukan yang dimaksud ialah menjaga keturuanan dan melestarikan jenis manusia di dunia.

b) Menjaga diri dari setan

Kemampuan seksual yang manusia, laki-laki dan perempuan untuk mencapai tujuan yang mulia yaitu keturunan. Disyariatkan pernikahan dalam keluarga oleh karena itu pernikahan menjadi sarana, keluarga menjadi wadah syar'i yang bersih dan mengarahkan pada jalan yang benar.

c) Bekerja sama dalam menghadapi kesulitan hidup

Ikatan pernikahan adalah ikatan selamanya, oleh karena itu pernikahan tidak terbatas karena suatu hal yang terhenti karenanya, pernikahan membentuk keluarga selamanya.

d) Menghibur jiwa dan menenangkan dengan bersama-sama

Sesungguhnya kenyamanan jiwa dan ketenangan dengan bersama-sama, memandang dan bermain-main menyegarkan hati, dan menguatkannya untuk beribadah sebagai sesuatu yang diperintahkan.

e) Melaksanakan hak-hak keluarga

Melawan nafsu, melatihnya dengan tanggung jawab, kekuasaan, melaksanakan hak-hak keluarga, sabar atas akhlak mereka, menanggung keburukannya, berusaha memperbaikinya, menunjukkan mereka pada jalan agama, bersungguh-sungguh melakukan pekerjaan halal, melaksanakan

pendidikan baginya dan bagi anak-anaknya. Keluarga dan anak merupakan yang harus dilindungi.²⁶

3. Fungsi Keluarga

Menurut Berns, keluarga memiliki lima fungsi dasar, yaitu:

- a. Reproduksi. Keluarga memiliki tugas untuk mempertahankan populasi yang ada di dalam masyarakat.
- b. Sosialisasi/ edukasi. Keluarga menjadi sarana untuk transmisi nilai, keyakinan, sikap, pengaturan, keterampilan dan teknik dari gene rasi sebelumnya kegenerasi lebih muda.
- c. Penguasaan peran sosial. Keluarga memberikan identitas pada para anggotanya seperti ras, etnik religi, sosial ekonomi dan perang gender.
- d. Dukungan ekonomi. Keluarga menyediakan tempat berlindung, makanan dan jaminan kehidupan.
- e. Dukungan emosi/pemeliharaan. Keluarga memberikan pengalaman interaksi sosial yang pertama bagi anak. Interaksi yang terjadi bersifat mendalam, mengasuh dan berdaya tahan sehingga memberikan rasa aman pada anak.²⁷

Menurut Friedman mengidentifikasi lima fungsi dasar keluarga, yakni:

a. Fungsi afektif

Fungsi afektif berhubungan dengan fungsi internal keluarga yang merupakan basis kekuatan dari keluarga.

²⁶ Ali Yusuf as-Subki, *Fiqh Keluarga*, (Jakarta: AMZAH, 2010), hal. 24-23.

²⁷ Sri Lestari, *Psikologi Keluarga Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga*, Cet Ke-2, (Jakarta: Prenada Media Group, 2012), hal.22.

b. Fungsi sosialisasi

Sosialisasi dimulai sejak individu dilahirkan dan berakhir setelah meninggal.

c. Fungsi reproduksi

Keluarga berfungsi untuk meneruskan kelangsungan keturunan dan meningkatkan sumber daya manusia.

d. Fungsi biologis

Perkawinan dilakukan antara lain bertujuan agar memperoleh keturunan, dapat memelihara kehormatan serta martabat manusia sebagai makhluk yang berakal dan berhadap. Fungsi biologis ini adalah yang membedakan perkawinan manusia dengan binatang, sebab fungsi ini diatur dalam suatu norma perkawinan yang diakui bersama.

e. fungsi prodektif

keluarga menjadi tempat yang aman dari gangguan internal maupun eksternal keluarga dan untuk menangkal segala pengaruh negatif yang masuk didalamnya. Gangguan internal yang terjadi dalam kaitannya dengan keragaman kepribadian anggota keluarga, perbedaan pendapat dan kepentingan, dapat menjadi pemicu lainnya konflik.

f. Fungsi rekreatif

Bahwa keluarga merupakan tempat yang dapat memberikan kesejukan dan melepas lelah dari seluruh aktifitas masing-masing anggota keluarga.²⁸

4. Wanita yang tidak memiliki anak

²⁸ Mufidah, *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Gender*, (Yogyakarta: Malang Press, 2008), hal. 42-47.

Anak adalah karunia dari Allah yang tak terkirakan nilainya. Pernikahan tanpa kehadiran anak sering kali memicu persoalan tersendiri. Banyak keluarga yang sulit mendapatkan anak dan mati-matian berusaha dan berikhtiar agar memiliki anak. Kehadiran seorang anak juga membuat keluarga memiliki keterikatan dan tanggung jawab untuk membesarkan, merawat dan mencintai bersama-sama hingga mengantarkan mereka hingga mampu mandiri.²⁹

Adapun motivasi atau keuntungan memiliki anak menurut penelitian yang dilakukan kepada pasangan di Amerika adalah sebagai berikut:

- a. memberi dan menerima kasih sayang.
- b. Mengalami stimulasi dan kesenangan hidup tambahan dari anak.
- c. Diterima sebagai anggota dewasa dan bertanggung jawab dari komunitas
- d. Mengalami pertumbuhan dan kesempatan belajar baru yang memerkaya arti hidup
- e. Memiliki seseorang yang akan mengurus kematian sendiri.
- f. Memperoleh rasa akan pencapaian dan kreatifitas dari membesarkan anak.
- g. Belajar tidak untuk egois dan berkorban.
- h. Memiliki keturunan yang akan membantu pekerjaan orangtua atau menambahkan pengasilan mereka pada sumber daya keluarga.³⁰

²⁹ M. Taufik Mandaling, *Good Married Raih Asa Gapai Bahagia*, (Ide Press : Yogyakarta: 2014) , hal. 178.

³⁰ Kusdiwratni Setiono, *Psikologi Keluarga* , (Alumni: Bandung, 2011), hal. 17.

Berdasarkan uraian tersebut menurut peneliti anak adalah titipan Allah yang Maha Esa. Untuk dijaga dan dirawat, keluarga merasa sempurna jika dikaruniai seorang anak dan memberi kasih sayang memiliki keterikatan dan tanggung jawab dalam membesarkan.

5. Keluarga dalam Perspektif Islam

Pendekatan islam, keluarga adalah bisnis utama yang menjadi pondasi bangunan komunikasi dan masyarakat islam. Sehingga keluarga merupakan lingkungan yang memberikan perhatian dan perawatan yang begitu signifikansi dari Al-Qur'an. Dalam Al-Qur'an mendapatkan penjelasan untuk menata keluarga, melindungi dan membersihkan dari anarkisme jahiliah. Dikaitannya keluarga dengan Allah dan ketakwaan kepadanya dalam setiap ayat ayat Al-Qur'an, sambil mencari pancaran spiritual, sistem perundangan, dan jaminan hukum dalam setiap kondisinya.³¹

6. Pengertian Anak

Anak adalah amanah Allah sebagai titipan yang harus dijaga, dipelihara, dibina dan dilatih keterampilan agar dapat bermanfaat dalam hidupnya ketika ia lepas dari tanggung jawab orang tua.³²

Dalam konvensi hak anak yang merupakan bagian dari HAM menegaskan dan membentuk hak-hak anak yang secara kategoris terdiri atas 4 macam, yakni:

- a). Hak atas kelangsungan hidup (*survival rights*),
- b). Hak atas perlindungan (*protection rights*).

³¹ Muhamud All-Juari dan Muhammad Abdul Hakim Khayyal, *Mebangun Keluarga Qu'ani (Panduan Untuk Wanita Muslimah)*, (Jakarta: Amzah, 2005), hal.3.

³² Fachruddin Hasballah, *Psikologi ...*, hal. 99.

c). Hak atas perkembangan (*develoment rights*)

d). Hak untuk berpartisipasi (*participation rights*).

Secara kausal, ketentuan-ketentuan dalam Konvensi Hak Anak menimbulkan kewajiban kepada negara peserta untuk mengimplementasikan hak-hak anak tersebut.³³ Dijelaskan secara lebih detail, terutama pada poin ketiga tentang hak anak untuk berkembang bahwasannya hak untuk tumbuh kembangnya ini adalah hak-hak anak yang meliputi segala bentuk pendidikan (formal maupun non-formal) dan hak anak untuk mencapai standar hidup yang layak bagi perkembangan fisik, mental, spiritual, moral dan sosial anak.³⁴

Menurut peneliti arti konsep keluarga merupakan unit terkecil dari kehidupan yang mempunyai arti yang sangat penting yang terdiri ayah, ibu dan anak. tujuan berkeluarga adalah saling melengkapi anatara satu dengan yang lain dan menjadi keluarga yang sempurna

7. Pentingnya anak dalam keluarga

Menurut Siti Aisah, Anak begitu berharga sebagai pengikat keutuhan rumah tangga, meskipun kenyataannya banyak juga pasangan dengan banyak anak bercerai. Kehadiran seorang anak juga membuat pasangan suami istri memiliki keterkaitan dan tanggung jawab untuk membesarkan, merawat dan mencintai bersama-sama. Jadi, kehadiran anak secara tidak langsung akan semakin mendekatkan pasangan suami istri. Menurut Alam dan Hadibroto

³³ Joni Muhammad dan Zuchaina Z Tamanas, *Aspek Hukum Perlindungan Anak Dalam Perspektif Konvensi Hak Anak*, (Bandung: Citra Aditya Bakti,1999), hal.68.

³⁴ Hadi Supeno, *Deskriminasi Anak: Transformasi Perlindungan Anak Berkonflik dengan Hukum*, (Jakarta: Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), 2010), hal. 15.

pasangan suami istri dianggap tidak subur apabila selama setahun berhubungan seks secara normal tanpa kontrasepsi tidak terjadi kehamilan.³⁵

8. Anak Dalam Pandangan Islam

Dalam konteks Islam membebankan tanggung jawab keluarga (orangtua) terhadap anaknya. Menurut Darat (dalam Susanti Awaliyah) tanggung jawab tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Memelihara dan membesarkan, termasuk memenuhi semua kebutuhan fisi anak.
- 2) Melindungi dan menjamin kesehatan anak, baik jasmani maupun rohani.
- 3) Mendidik dengan berbagai ilmu pengetahuan dan keterampilan yang berguna bagi anak dalam mengarungi kehidupan.
- 4) Membahagiakan anak untuk dan akhirat.

Fungsi-fungsi kejiwaan dan jasmani anak memperoleh pendidikan yang pertama serta utama dalam keluarga. Hal ini selanjutnya mengalami perkembangan dalam masyarakat maupun pengaruh dari faktor lingkungan. Maka kian jelas, bahwa fungsi edukatif dalam keluarga tersebut.³⁶

9. Infertilitas

a. Infertilitas dan Jenis-jenisnya

Menurut Alam dan Hadibroto, kesuburan atau fertilitas (*fertility*) adalah kondisi yang memungkinkan terjadinya kehamilan pada seorang wanita, sebagai

³⁵ Siti Aisah, *Kecemasan Pada...*, hal. 8.

³⁶ Susanti Awaliyah, *Skripsi Konsep Anak Dalam Al-Qur'an dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Islam Dalam Keluarga*, (Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga 2008), hal. 18-19.

hasil dari hubungan seks dengan seorang pria. Adapun infertilitas adalah kegagalan pasangan untuk mendapatkan kehamilan dalam waktu satu tahun atau lebih dalam pernikahan mereka tanpa menggunakan alat kontrasepsi. Menurut Manuaba, pasangan infertilitas adalah pasangan yang telah menikah selama satu tahun dengan kehidupan keluarga harmonis tetapi belum dikaruniai keturunan atau hamil. Sugiharto, infertilitas adalah kekurangan kemampuan suatu pasangan untuk menghasilkan keturunan. Berdasarkan definisi-definisi di atas dapat disimpulkan bahwa infertilitas adalah pasangan yang sudah menikah selama satu tahun tanpa menggunakan alat kontrasepsi.³⁷

Jenis-jenis infertilitas terbagi menjadi tiga yaitu :

a) Infertilitas primer :

Jika isteri belum berhasil hamil walaupun bersenggama teratur dan dihadapkan kepada kemungkinan kehamilan selama 12 bulan berturut-turut.

b) Infertilitas sekunder :

Jika isteri pernah hamil akan tetapi tidak berhasil lagi walaupun bersenggama teratur dan dihadapkan kepada kemungkinan kehamilan selama 12 bulan berturut-turut.

c) Infertilitas idiopatik atau tidak terjelaskan :

Bentuk infertilitas yang setelah pemeriksaan lengkap kedua pasangan dinyatakan normal dan ditangani selama 2 tahun tidak juga berhasil hamil.

³⁷Siti Aisah, *Kecemasan Pada Pasangan Menikah ...*, hal 5.

b. Faktor-faktor Penyebab Infertilitas

Menurut Sugiharto, faktor penyebab infertilitas ada 5 yaitu :

a) Usia, untuk pria puncak kesuburan adalah usia 24-25 tahun dan 21-24 tahun untuk wanita, sebelum usia tersebut kesuburan belum benar matang dan setelahnya berangsur menurun.

b) Frekuensi hubungan seksual :

Misalnya pasangan yang suaminya bekerja sebagai pelaut dan berlayar selama berbulan-bulan, belum dapat dikatakan infertilitas bila isterinya tidak hamil dalam kurun waktu 1 tahun.

a) Lingkungan :

Baik fisik, khemis maupun biologis (panas, radiasi, rokok, narkotik, alkohol, infeksi dan sebagainya).

b) Gizi dan nutrisi :

Terutama kekurangan protein dan vitamin tertentu.

c) *Stress* psikis :

Mengganggu siklus haid, menurunkan libido dan kualitas spermatozoa.

Adapun beberapa penyebab yang perlu diperhatikan yaitu :

a. Penyakit menahan, terutama kelainanhormonal dan infeksi yang cukup parah, dapat mempengaruhi kesuburan.

b. Kurang seringnya berhubungan seks,

pada hubungan seks yang dilakukan kurang dari tiga kali seminggu, sperma kurang mendapat kesempatan untuk bertemu sel telur didalamsaluran telur.

a) Gangguan pada alat reproduksi.³⁸

c. Upaya untuk Mencegah Infertilitas

Menurut Alam dan Hadibroto, upaya untuk mencegah infertilitas yaitu :

1. Pemeriksaan Fisik
2. Pemeriksaan wanita
3. Pemeriksaan vagin, Pemeriksaan leher rahim
4. Pemeriksaan pria.
5. Pemeriksaan hormonal merupakan penyebab *infertil* yang banyak ditemukan pada wanita.
6. Pemeriksaan kondisi indung telur
7. Pemeriksaan Kesuburan Pria Hitung sperma (*sperm count*),
cairan *semen* yang akan diperiksa dikumpulkan dalam botol plastik diambil setelah tiga hari tidakberhubungan seks. Cairan *semen* yang normal harus terkumpul dalam jumlah yang cukup (3 ml), mengandung sperma lebih dari 20 juta per ml (dapat dilihat di bawah mikroskop) dan sebagian besar (lebih dari 60%) harus dalam keadaan aktif dan selalu bergerak.
8. Pemeriksaan Kesuburan Pasangan Tes pasca-sanggama, tes ini sangat sederhana tetapi bermanfaat untuk melihat apakah lendir rahim bersifat melawan sperma atau tidak dilakukan pemeriksaan sesudah hubungan seks pada saat mendekati ovulasi.

³⁸ Siti Aisah, *Kecemasan Pada Pasangan Menikah ...*,hal 6.

d. Upaya Untuk Menanggulangi Infertilitas

Menurut Taher, penanggulangan infertilitas sebagai berikut, yaitu :

a) Varikokel,

tindakan yang saat ini dianggap paling tepat adalah dengan Infertilitas yang tidak diketahui penyebabnya merupakan masalah bermakna karena meliputi 20% penderita, penanggulangannya dengan cara pemberian beberapa macam obat yang dari pengalaman berhasil menaikkan jumlah dan kualitas sperma.

b) Adanya penyumbatan disaluran sperma hanya dapat dipastikan dengan operasi.

c) Sesuai dengan kelainan yang ditemukan maka penyebab lain bisa di atasi dengan koreksi hormonal dan penghentian obat-obatan yang diduga menyebabkan gangguan sperma.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif untuk mengetahui metode *coping stress* pasangan suami istri untuk mengatasi *stress* yang dialami. Pendekatan kualitatif adalah suatu jenis penelitian ilmiah yang temuan-temuannya tidak diperoleh melalui prosedur statistik atau bentuk hitungan lainnya.¹ Penelitian ini tergolong dalam penelitian lapangan. Penelitian lapangan adalah pencarian data di lapangan, karena penelitian yang dilakukan menyangkut dengan persoalan dalam kehidupan nyata bukan pemikiran abstrak yang terdapat dalam teks tertulis atau terekam.²

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analisis. Metode deskriptif analisis adalah sesuatu metode dalam meneliti status kelompok manusia, suatu objek, kondisi, sistem pemikiran, ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang untuk membuat deskripsi, factual dan akurat mengenai fakta-fakta. Adapun pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif, yaitu sebuah pendekatan untuk mendapatkan data yang mendalam, suatu data yang mengandung makna, data yang pasti yang merupakan suatu nilai dibalik data yang tampak.³ Dalam

¹ Anselm Strauss & Juliet Corbin, *Dasar-Dasar Penelitian Kualitatif*, (Jogjakarta: Pustaka Pelajar, 2013), hal. 4.

² Nasir Budiman dkk, *Pedoman Penulis Karya Ilmiah*, (Banda Aceh: Ar-Raniry, 2004), hal. 23.

penelitian ini peneliti ingin memberikan gambaran yang jelas tentang keadaan objek yang akan diteliti. Penelitian ini dilakukan untuk menggali informasi agar dapat menemukan penjelasan mengenai “*Coping Stress Pada Pasangan Keluarga yang Tidak Memiliki Anak (Studi Deskriptif Di Kecamatan. Kluet selatan, Kabupaten. Aceh Selatan).*”

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian adalah tempat di mana akan dilakukan. Dalam penelitian ini peneliti mengambil lokasi di Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten. Aceh Selatan.

C. Subjek Penelitian

Subjek Penelitian ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, karena disesuaikan dengan kebutuhan penelitian. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan responden dengan pertimbangan tertentu.⁴ Subjek dalam penelitian ini adalah enam pasangan keluarga yang tidak memiliki anak di Kecamatan Kluet Selatan Kabupaten Aceh Selatan. Peneliti mengambil sampel pada gampong Kedai Runding, Ujung Pasir, Geulumbuk. Karena menurut peneliti pada Desa-desa tersebut terdapat subjek penelitian yang dimaksud. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak enam orang. Adapun kriteria subjek dalam penelitian yang akan diteliti oleh peneliti:

³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Afabeta, 2011), hal. 9.

⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif...*, hal. 85.

1. Asli warga Kecamatan Kluet Selatan di bagi tiga Gampong yaitu, Kedai Runding, Geulumbuk, dan Ujung Pasir.
2. Bagi Pasangan Keluarga secara jasmani dan dari segi keturunan mereka sehat-sehat saja.
3. Masyarakat yang dipilih pasangan yang tidak memiliki anak di tiga Gampong Kecamatan Kluet Selatan.

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi atau sering disebut dengan pengamatan, meliputi kegiatan pemutan perhatian terhadap sesuatu objek dengan menggunakan seluruh alat indra. Observasi dapat dilakukan melalui penglihatan, penciuman, pendengaran, peraba dan pengcap.⁵

Observasi merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian.⁶ Melalui observasi, peneliti gunakan untuk mendapatkan data dengan mengamati langsung strategi apa saja yang dilakukan pasangan keluarga yang tidak memiliki anak untuk meng *coping stressnya* tersebut. Dari proses pelaksanaan observasi, peneliti ini menggunakan metode observasi nonpartisipan adalah peneliti yang tidak terlibat langsung dalam proses pelaksanaan wawancara.

⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif...*, hal. 145.

⁶ Saebani dan Beni Ahmad, *Metode Penelitian*, (Bandung: Pustaka Setia, 2008), hal, 186.

2. Wawancara

Wawancara adalah pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan secara langsung oleh peneliti (pengumpulan data kepada responden), dan jawaban-jawaban responden dicatat atau direkam dengan alat perekam (*tape recorder*).

Wawancara dapat dilakukan secara terstruktur, semi struktur maupun tidak terstruktur, dan dapat dilakukan melalui tatap muka maupun dengan telepon.

- a. Wawancara terstruktur, digunakan sebagai teknik pengumpulan data, apabila peneliti atau pengumpul data telah mengetahui dengan pasti tentang informasi apa yang telah diperoleh.
- b. Wawancara semi terstruktur, jenis wawancara ini sudah termasuk kedalam kategori in-dent interview, dimana dalam pelaksanaannya lebih bebas bila dibandingkan dengan wawancara terstruktur. Tujuan dari wawancara jenis ini adalah untuk menemukan masalah lebih terbuka dimana pihak yang diajak diminta pendapat dan ide-idenya.
- c. Wawancara tidak terstruktur, yaitu wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk mengumpulkan datanya. Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan.⁷

⁷ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hal. 233.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara semi terstruktur dimana dalam pelaksanaannya lebih bila dibandingkan dengan wawancara terstruktur. Wawancara jenis ini bertujuan untuk memberikan kebebasan kepada responden untuk pemberian jawaban secara mendalam dan memungkinkan akan muncul jawaban yang tidak diperkirakan sebelumnya oleh peneliti. Adapun informan yang akan diwanwancarai dalam penelitian ini adalah pasangan keluarga yang tidak memiliki anak di Gampong Kedai Runding, Ujung Pasir, dan Geulumbuk.

3. Dokumentasi

Dalam pengumpulan data mengenai hal-hal variabel yang berupa, transkrip, buku, surat kabar, majalah prasasti, notulen rapat, lenggeer, agenda, yang berkaitan dengan penelitian.⁸ Seperti otobiografi, catatan harian, klipng, artikel, majalah, surat-surat pribadi, dan foto-foto serta hal lain yang berkaitan dengan penelitian. Dokumentasi ini digunakan untuk memperkuat informasi penelitian tentang *Coping Stress Pada Pasangan Keluarga yang Tidak Memiliki Anak*.

E. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Milles berpendapat bahwa analisis data terdiri dari tiga alur kegiatan

⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif...*, hal. 231.

yang terjadi secara bersamaan yaitu: data *reduction*, data *display and conclusion drawing and verification*.⁹

a. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Data yang diriperoleh dilapangan sangat banyak dan kompleks dan harus dicatat semua oleh peneliti. Oleh karena itu adanya data reduksi untuk merangkum dan memilih mana data yang penting dan pokok, dengan demikian akan memudahkan penulis dalam memperoleh hasil yang ingin dicapai.

b. Penyajian Data (*Data Display*)

Langkah selanjutnya adalah data penyajian data dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar katagori, *flowchart*, dan sejenisnya. Peneliti berusaha menjelaskan hasil peneliti dengan singkat, padat dan jelas.

c. Menarik Kesimpulan *Verivication*

Yaitu menarik kesimpulan dari verivikasi terhadap temuan baru yang sebelumnya remang-remang objeknya sehingga setelah dilakukan penelitian lebih jelas.¹⁰

⁹ Nasehudi dkk, *metode penelitian kuantitatif*, (Bandung: Pustaka Setia, 2012), hal. 337.

¹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian...*, hal. 233-234.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Geografis

Kabupaten Aceh Selatan adalah salah satu kabupaten di Provinsi Aceh, Indonesia. Sebelum berdiri sendiri sebagai Kabupaten otonom, calon wilayah Kabupaten Aceh Selatan adalah bagian dari Kabupaten Aceh Barat. Pembentukan Kabupaten Aceh Selatan ditandai dengan disahkannya Undang-Undang Darurat Nomor 7 Tahun 1956 pada 4 November 1956.¹

Aceh Selatan sebagai salah satu Kabupaten di Provinsi Aceh, dengan luas wilayah sekitar 3.900 Km bujur sangkar dengan panjang garis pantai lebih kurang 169 Km. Letaknya berbatasan dengan Kabupaten Aceh Tenggara di sebelah Selatan berbatasan dengan Samudera Indonesia dan di sebelah Timur berbatasan dengan Kota Subulussalam dan Kabupaten Singkil. Letak astronomisnya antara 20 dan 40 lintang Utara dan antara 960 dan 980 Bujur Timur. Luas Wilayah Aceh Selatan sebesar 6,91 persen dari total luas daratan Provinsi Aceh. Kabupaten Aceh Selatan pada tanggal 10 April 2002 resmi dimekarkan sesuai dengan UU RI Nomor 4 tahun 2002 menjadi tiga Kabupaten, yaitu Kabupaten Aceh Barat Daya, Kabupaten Aceh Singkil, dan Aceh Selatan (Kabupaten Induk).²

¹ <http://backup.acehselatankab.go.id/index.php/page /4/sejarah -dan-hari-jadi>, (diakses 22/09/2018).

² <http://backup.acehselatankab.go.id/index.php/page /4/sejarah -dan-hari-jadi>, (diakses 22/09/2018).

Kluet Selatan merupakan salah satu Kecamatan di Kabupaten Aceh Selatan dengan ibukota Kecamatan di Kandang yang terdiri dari 17 desa. Letaknya berbatasan dengan wilayah sebagai berikut :

- a. Sebelah Utara berbatasan dengan Kecamatan Kluet Utara
- b. Sebelah Barat berbatasan dengan Samudra Hindia
- c. Sebelah Selatan berbatasan dengan Kecamatan Bakongan
- d. Sebelah Timur berbatasan dengan Kecamatan Kluet Timur

Luas wilayah Kecamatan Kluet Selatan sekitar 106,58 km dengan persentase sekitar 2,55³. Dengan jarak antara Ibukota Kecamatan Kluet Selatan ke Ibukota Kabupaten Aceh Selatan sekitar 36 km.⁴ Kecamatan Kluet Selatan terdiri dari 3 mukim dengan 17 desayaitu :

1. Mukim Jaya

- a. Desa Suaq Bakung
- b. Desa Rantau Binuang
- c. Desa Barat daya
- d. Desa Sialang
- e. Desa Kapeh
- f. Desa Pulo Ie
- g. Desa Kedai Runding

³Badan Pusat Statistik Kabupaten Aceh Selatan, *Kabupaten Aceh Selatan Dalam Angka 2017*, hlm. 8.

⁴ BPS, *Aceh Selatan...*, hal. 10.

2. MukimKandang

- a. Desa Kedai Kandang
- b. Desa Luar
- c. Desa Ujung
- d. Desa Jua
- e. Desa Pasie Meurapat
- f. Desa Ujung Pasir
- g. Desa Geulumbuk

3. MukimUtama

- a. DesaPasieLembang
- b. Desa Ujung Padang
- c. DesaIndraDamai.⁵

2. Karakteristik Desa di Kecamatan Kluet Selatan

Tabel 4.1

Karakteristik Desa di Kecamatan Kluet Selatan

Gampong	Desa	Desa Miskin Bukan Miskin	Jenis Desa
Pasi Lembang	Desa	Bukan Miskin	Swadaya
Ujung Padang	Desa	Miskin	Swadaya
Indra Damai	Desa	Miskin	Swadaya
Suaq Bakong	Desa	Miskin	Swadaya
Barat Daya	Desa	Bukan Miskin	Swadaya
Sialang	Desa	Miskin	Swadaya
Kapeh	Desa	Miskin	Swadaya
Pulo Ie	Desa	Miskin	Swadaya
Jua	Desa	Miskin	Swadaya

⁵ BPS, *Aceh Selata.*, hal. 22

Pasie Merapat	Desa	Miskin	Swadaya
Ujung	Desa	Miskin	Swadaya
Kedai Kandang	Desa	Miskin	Swadaya
Rantau Benuang	Desa	Miskin	Swadaya
Ujung Pasir	Desa	Miskin	Swadaya
Gelumbuk	Desa	Miskin	Swadaya
Kedai Runding	Desa	Miskin	Swadaya

Sumber: Kantor Badan Pusat Statistik (BPS) Kecemtan Dalam Angka 2015

Berdasarkan potensi fisik dan non fisik desa dapat dikelompokan menjadi tiga kelompok:

- a. Desa Swadaya (Desa terbelakang) yaitu desa yang kekurangan sumber daya manusia atau tenaga kerja dan juga kekurangan dana sehingga tidak mampu memanfaatkan potensi yang ada di desanya. Biasanya desa terbelakang berada di wilayah yang taraf berkehidupan miskin serta tidak menilai sarana dan prasarana penunjang yang mencukupi.
- b. Desa Swakarya (desa sedang berkembang) yaitu desa yang mulai menggunakan dan memanfaatkan potensi fisik dan non fisik yang dimilikinya tetapi masih kekurangan sumber keuangan atau dana. Masyarakat pedesaan swakrya masih sedikit yang berpendidikan tinggi dan tidak permata pencaharian utama sebagai petani dipertanian saja serta banyak mengerjakan sesuatu secara gotong royong.
- c. Desa Swasembada yaitu desa yang bercukupan dalam hal SDM/ sumberdaya manusia dan juga dalam hal dana modal sehingga sudah dapat

memanfaatkan dan menggunakan segala potensi fisik dan non fisik desa secara maksimal. Yang masuk desa Swasembada.⁶

3. Keadaan Penduduk

Pada akhir tahun 2014 jumlah penduduk yang berada di Kecamatan Kluet Selatan berjumlah 13.152 jiwa dengan rincian penduduk berjenis kelamin laki-laki berjumlah 6.454 jiwa dan perempuan berjumlah 6.698 jiwa. Apabila dibandingkan dengan jumlah penduduk pada tahun 2013 peningkatan penduduk naik 15% pada tahun 2014. Pada tahun 2013 jumlah penduduk sebanyak 12.797 jiwa.⁷

Dilihat pada akhir tahun 2018 jumlah penduduk di Kecamatan Kluet Selatan makin meningkat daripada tahun-tahun sebelumnya yaitu berjumlah sekitar 13.888 jiwa⁸, dengan rincian penduduk berjenis kelamin laki-laki berjumlah sekitar 6.913 jiwa sedangkan jumlah penduduk berjenis kelamin perempuan berjumlah 6.97 jiwa.

⁶ Badan Pusat Statistik Kabupaten Aceh Selatan, *Kecamatan Kluet Selatan...*, hal. 3.

⁷ Badan Pusat Statistik Kabupaten Aceh Selatan, *Statistik Kecamatan Kluet Selatan 2015*, hal. 4.

⁸ Badan Pusat Statistik Kabupaten Aceh Selatan, *Kabupaten Aceh Selatan 2017*, hal. 82.

Tabel 4.2

Jumlah Penduduk Kecamatan Kluet Selatan Tahun 2018

NO	DESA/KELURAHAN	JUMLAH PENDUDUK		
		LAKI-LAKI	PEREMPUAN	L+P
1	PASI LEMBANG	636	633	1,269
2	UJUNG PADANG	233	201	434
3	INDRA DAMAI	942	831	1,773
4	SUAQ BAKUNG	660	753	1,413
5	BARAT DAYA	279	260	539
6	SIALANG	333	361	694
7	KAPEH	260	251	511
8	PULO IE	271	274	545
9	JUA	76	59	135
10	PASI MERAPAT	224	233	457
11	UJUNG	98	112	210
12	LUAR	112	138	250
13	KEDAI KANDANG	255	247	502
14	RANTAU BINUANG	414	430	844
15	UJUNG PASIR	139	152	291
16	GELUMBUK	772	793	1,565
17	KEDAI RUNDING	1,222	1,242	2,464
JUMLAH		6,913	6,975	13,888

Sumber data : Kantor Camat Kluet Selatan

4. Sarana Pendidikan

Makna pendidikan secara sederhana dapat diartikan sebagai salah satu usaha manusia untuk membina kepribadiannya sesuai dengan nilai-nilai dalam masyarakat dan kebudayaannya. Bagi manusia, pendidikan dimulai sejak bayi

lahir dan bahkan sejak masih dalam kandungan. Oleh karena itu, dapat dinyatakan bahwa keberadaan pendidikan melekat erat pada diri manusia sepanjang zaman.⁹

Di kecamatan Kluet Selatan juga terdapat beberapa sarana pendidikan karena pendidikan merupakan salah satu faktor yang memiliki peranan yang sangat penting untuk membentuk suatu sikap sekaligus menciptakan sumber daya manusia agar dapat menjadi masyarakat yang sangat berkualitas dan memiliki kecerdasan dalam berbagai bidang ilmu pengetahuan. Pendidikan bertujuan untuk menciptakan manusia agar mempunyai akhlak yang mulia dan bagus, berkeadilan, mempunyai pendirian yang kokoh, dan beriman kepada Allah Swt sesuai dengan Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Adapun jenjang pendidikan di Kecamatan Kluet Selatan adalah TK, SD, SMP, SMA, SMK, MI, MTs, dan MA. Di Kecamatan Kluet Selatan jumlah sarana sekolah sudah teknologi memadai jika dibandingkan dengan jumlah penduduk usia sekolah. Pada tahun 2016 jumlah sekolah TK (Taman Kanak-kanak) sebanyak 8 sekolah, Sekolah Dasar (SD) sebanyak 10 sekolah, Sekolah Menengah Pertama ada 2 sekolah, Sekolah Menengah Atas (SMA) ada 2 sekolah, Sekolah Menengah Kejurusan (SMK) berjumlah 1 sekolah. Sementara untuk sekolah Agama, Madrasah Ibtidaiyah (MI) berjumlah 4 sekolah, Madrasah Tsanawiyah (MTs) berjumlah 2 sekolah, dan Madrasah Aliyah (MA) berjumlah 1 sekolah di Kluet Selatan.

⁹ Suparlan Suhartono, *Filsafat Pendidikan*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2007), hal. 77.

Tabel 4.3
Pendidikan di Kecamatan Kluet Selatan

Jenjang Pendidikan	Jumlah		
	Sekolah	Murid	Guru
TK	8	341	50
SD	10	880	133
MI	4	525	23
SMP	2	268	37
MTs	2	230	-
SMA	2	551	65
MA	1	-	-
SMK	1	179	19
Total	30	2,974	327

Sumber Data :Badan Pusat Statistik Kabupaten Aceh Selatan 2017

5. Pasangan Keluarga yang Tidak Memiliki Anak

Maka untuk mendapat data terkait *coping stress* terhadap pasangan keluarga yang tidak memiliki anak, Pada penelitian ini, peneliti mendapatkan data tentang *stress* pada pasangan keluarga yang belum memiliki anak di Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan melalui wawancara. Penulis mewawancarai enam pasangan keluarga yang tidak memiliki anak. Teknik pemilihan subjek dilakukan dengan teknik *purposive sampling* yang disesuaikan dengan kebutuhan, sehingga enam desa sesuai kriteria sampel yang difokuskan oleh penulis untuk penelitian ini. Proses penelitiann di desa Kecamatan Kluet Selatan.

Tabel 4.4

Pasangan Suami Istri yang Tidak Memiliki Anak

No	Nama	Status	Desa
1	NW & SB	Suami Istri	Geulumbuk
2	AG & SU		
3	MN & AF	Suami Istri	Ujung Pasir
4	NN & EA		
5	LM & MA	Suami Istri	Kedai Runding
6	RS & DA		

B. Hasil Penelitian**1. Bentuk *coping stress* yang dilakukan oleh pasangan keluarga yang tidak memiliki anak**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif. Penelitian ini dilaksanakan di Kecamatan Kluet Selata, Kabupaten Aceh Selatan di tiga desa yang ada di kecamatan tersebut. Jumlah desa di kecamatan Kluet Selatan 17 desa. Peneliti mengambil tiga desa sebagai sampel penelitian. Tujuan dari penelitian ini ada dua yaitu yang pertama adalah untuk mengetahui *stress* yang dihadapi oleh pasangan keluarga yang belum memiliki anak, yang kedua adalah untuk mengetahui cara *coping stress* yang dilakukan oleh pasangan keluarga yang belum memiliki anak.

a. Wawancara dengan pasangan NW dan SB

NW merupakan seorang Guru SD Negeri 3 Geulumbuk samapai dengan sekarang, dan suami hanyalah seorang petani. dari hasil wawancara ada beberapa penulis tanyakan, dan berikut adalah jawaban mengenai yang dialami oleh pasangan NW dan SB:

“Saya sudah menikah selama enam tahun usaha untuk mendapatkan anak belum juga terkabulkan. Saat ini ingin sekali memiliki anak seperti orang-orang sekitar, tapi apadaya semua belum terujud, merasa kesal, marah, depresi, suasana hati tingkah laku yang tidak karuan, bahkan tidak selera makan memikirkan semua itu. Apalagi jika masuk dikalangan masyarakat sering ditanyakan tentang kapan hamil. Setiap melihat anak-anak tetangga ingin memiliki anak seperti mereka, saat ini belum tau bisa dikatakan ia atau tidak menerima keadaan saat ini, beberapa kali kedokter namun belum juga berhasil yang membuat saya frustasi dan berhenti berusaha”.¹⁰

“SB sebagai suami NW, juga menerangkan dengan keadaan istrinya yang sekarang ini, percecokan dalam rumah tangga itu semua orang pasti ada, semua itu pasti ada solusinya. SB juga mengatakan tidak sering di kampung Malas untk mejawab pertanyaan orang-orang sekitar, saya menjelaskan kepada istri untuk jangan terlalu mendengar apa kata orang lain, Jika perlu jangan keluar rumah”.¹¹

b. Wawancara dengan pasangan AG dan SU

Di hari berikutnya peneliti melakukan wawancara kembali bersama AG dan SU yang juga bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga. Dan peneliti menanyakan hal yang sama mengenai keadaan *coping stress* pasangan keluarga yang tidak memiliki anak.

¹⁰ Hasil Wawancara bersama NW pada hari Senin, 13 Agustus 2018 di Kampung Gampong Geulumbuk, Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan.

¹¹ Hasil wawancara bersama SB pada hari Senin, 13 Agustus 2018 di Kampung Gampong Geulumbuk, Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan.

“Saya sudah menikah lebih kurang lima tahun lamanya. Tapi sampai sekarang saya belum diberikan kesempatan untuk memiliki seorang anak, dari dulu kami sangat menginginkan seorang anak seperti orang lain juga. Berbagai cara usaha sudah dia lakukan untuk mendapatkan seorang yang kami tunggu, sudah kedokter, dan sebagainya, namun belum juga ada samapai sekarang dan saya merasa kesal dikala itu, malu terhadap suami, was-was jika bertemu masyarakat, selera makan berkurang, merasa bingung belum mempunyai anak, tidak percaya diri bila bergabung sama masyarakat, apalagi jika ada acara ataupun kegiatan di kampung contohnya seperti acara kenduri saya sering ditanyakan tentang hal tersebut yang membuat saya menjadi kesal, marah, sehingga saya jadi malu untuk kemana-kemana. Melihat tetangga yang hidupnya harmonis dan memiliki anak saya begitu iri sama mereka apakah daya Allah belum memberi rezki kepada kami”.¹²

“SU sebagai suami AG juga menerangkan tidak terlepas dari semua masalah yang di hadapi dari segi sosial maupun masalah dalam rumah tangga, istri saya sering bertanya kapan kita mempunyai anak, saya mengatakan kita harus berdoa dan berusaha, dan SU juga selalu berusaha dan memberi sport kepada istriya agar tidak terlalu banyak memikirkan semua itu”.¹³

c. Wawancara dengan pasangan MN dan AF

Di berikutnya peneliti mewawancarai kembali pasangan keluarga yang tidak memiliki anak, MN adalah sesorang Ibu Rumah Tangga dan AF seorang petani.

“dia sudah menikah selama empat tahun. Hingga sekarang saya juga belum dikaruniai anak. Sudah kedokter, pengobatan kampung, bahkan juga sudah pergi namun belum berhasil. saya sangat kecewa bahkan putus asa, dan menimbulkan permasalahan sama suami, Apalagi masyarakat sekitar banyak bertanya yang membuat dia jadi frustrasi dan *stress*

¹² Hasil wawancara bersama AG pada hari Senin, 15 Agustus 2018 di Kampung Gampong Geulumbuk, Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan.

¹³ Hasil wawancara bersama SU pada hari Senin, 15 Agustus 2018 di Kampung Gampong Geulumbuk, Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan.

memikirkan semua tentang pertanyaan orang-orang sekeliling dia, Saat ini saya hanya pasrah kepada Allah”.¹⁴

“AF sebagai suami MN mengatakan banyak yang sudah dilakukan untuk mendapatkan anak tapi belum juga berhasil. dia sebenarnya kecewa dan berfikir kapan mendapatkan anak, dan terkadang ada kawan-kawan juga menanyakan sambil bercanda yang membuat pikiran terganggu. Berbagai cara sudah dilakukan tapi belum ada tanda-tanda”.¹⁵

d. Wawancara dengan pasangan NN dan EA

Selanjutnya peneliti mewawancarai kembali pasangan keluarga yang tidak memiliki anak, yaitu NN adalah seorang Ibu Rumah Tangga dan EA seorang Pegawai Sipil yang bekerja di kantor Camat dan keduanya memberi keterangan bahwasan:

“Banyak usaha yang dia sudah lakukan untuk mendapatkan seorang anak, kedokter, ketabib, obat kampung, kebidan, dan lain-lain. Namun, sampai sekarang belum ada hasil. Dia tidak bisa tidur dan menangis kapan juga dia punya anak, saya gelisah dan takut jika suaminya meninggalkan saya karena belum juga bisa hamil, saya juga sempat su’udzan kepada Allah, karena belum hamil sampai sekarang.”¹⁶

“EA sebagai suami NN juga menjelaskan kepada istrinya agar banyak berdoa dan jangan terlalu banyak difikirkan semua pasti ada hikmahnya dia juga bekerja di sebuah kantor yang sangat menyibukkan dia, EA juga berkata selain dirumah banyak masalah maupun di tempat dia kerja yang sangat membuat dia *stress*. Percecokan dalam rumah tangga semua orang pasti ada, dia menyimpulkan semua itu pasti ada jalan hanya Allah yang tau segala kehidupan kita”.¹⁷

¹⁴ Hasil Wawancara bersama MN pada hari Selasa, 17 Agustus 2018 di Kampung Gampong Ujung Pasir, Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan.

¹⁵ Hasil wawancara bersama AF pada hari Selasa, 17 Agustus 2018 di Kampung Gampong Ujung Pasir, Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan.

¹⁶ Hasil wawancara bersama NN pada hari Selasa, 20 Agustus 2018 di Kampung Ujung Pasir, Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan.

¹⁷ Hasil wawancara bersama EA pada hari Selasa, 20 Agustus 2018 di Kampung Gampong Ujung Pasir, Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan.

Berdasarkan hasil observasi akhir yang dilakukan oleh peneliti, bahwa pasangan keluarga yang belum memiliki anak dikalangan masyarakat jika dilihat dalam kehidupan sehari-harinya banyak yang mengeluh dan putus asa dalam menghadapi banyak permasalahan, frustrasi, gelisah, dan merasa takut kehilangan sesuatu dalam hidupan.¹⁸

2. Metode *coping stress* yang dilakukan oleh pasangan keluarga yang tidak memiliki anak

Sepanjang masa perkembangan dari lahir hingga dewasa. Seringkali terjadi hambatan dalam pemuasan suatu kebutuhan, motif, dan keinginan. Keadaan terhambat dalam mencapai suatu tujuan dinamakan frustrasi. Keadaan frustrasi yang berlangsung terlalu lama dan tidak dapat diatasi oleh seseorang akan menimbulkan *stress*. *Stress* adalah suatu keadaan di mana beban yang dirasakan seseorang tidak sepadan dengan kemampuan untuk mengatasi beban itu. *Stress* dapat juga terjadi karena adanya tekanan hidup dan konflik kebutuhan atau konflik tujuan. Apabila ia memilih salah satu, maka akan timbul frustrasi dalam tujuan lain yang tidak terpenuhi. Seseorang dapat melakukan bermacam-macam cara untuk penyesuaian diri untuk mengatasi berbagai macam *stress*. Tiap orang mempunyai cara-cara penyesuaian diri yang khusus, yang tergantung dari kemampuan-kemampuan yang dimiliki, pengaruh-pengaruh lingkungan, dan bagaimana ia mengembangkan dirinya. Anak dan orang dewasa memiliki cara penyesuaian diri yang berbeda terhadap *stress* dan lingkungan.¹⁹

¹⁸ Hasil observasi peneliti pada tanggal 20 Agustus 2018

e. Wawancara dengan pasangan LM dan MA

Dari hasil wawancara yang dikukan peneliti bersama pasangan keluarga yang tidak memiliki anak yaitu LM dan MA mangatakan:

“Menerangkan bahwa sudah saya berobat kemana-mana tapi belum juga berhasil, kedepannya lebih berusaha lagi dan tawakal, dan menyibukan diri dia, dengan bekerja di kebun, sawah, dan meningkatkan ibadah sholat, berzikir, sedekah serta berdoa”.²⁰

“MA sebagai suami LM juga mensport istrinya supaya jangan teralalu dipikirkan, walaupun itu sangat pahit bagi MA tapi tetap tabah, jalan satu-satunya adalah berdoa, dan lebih banyak berdiam diri dirumah daripada diluar. Sesekali mereka liburan bersama suami”.²¹

f. Wawancara dengan pasangan RS dan DA

“RS sendiri menceritakan banyak hal yang sangat sulit diungkapkan tapi mencoba pasrah dan menerima semua cobaan, untuk menghilangkan *stress* dia pergi liburan sama suami dan kerabat lainnya. Yang jelas dia tidak memikirkan permasalahan itu, dan kunci satu-satunya mengingat Allah dan shalat berjamaah, baca yasin”.²²

“DA sebagai suami RS selalu memberi bimbingan yang baik terhadap istrinya agar tidak *stress*. Dan tetap setia sampai kapanpun, dia menerangkan kepada istrinya supaya tidak pernah putus asa, dan yakin satu cara adalah usaha dan berdoa kepada Allah supaya dipermudah dan dilapangkan jalan hidup, agar apa yang terjadi iklaskan semuanya rezeki Allah yang menentukannya”.²³

¹⁹ Markam, Pengantar Psikologi Klinis..., hal. 35-37.

²⁰ Hasil wawancara bersama LM pada hari Rabu, 22 Agustus 2018 di Gampong Kedai Runding, Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan..

²¹ Hasil wawancara bersama MA pada hari Rabu, 22 Agustus 2018 di Gampong Kedai Runding, Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan..

²² Hasil wawancara bersama RS pada hari Rabu, 24 Agustus 2018 di Gampong Kedai Runding, Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan.

²³ Hasil wawancara bersama DA pada hari Rabu, 24 Agustus 2018 di Gampong Kedai Runding, Kecamatan Kluet Selatan, Kabupaten Aceh Selatan.

Berdasarkan hasil observasi akhir yang dilakukan oleh peneliti, bahwa pasangan keluarga yang belum memiliki anak dikalangan masyarakat jika dilihat dalam kehidupan sehari-harinya mereka sudah bisa menerima semua keadaan ini. Terutama lebih mendekatkan diri kepada Allah, Sholat, dan baca Yasin, Untuk menghilangkan *stress* mereka pergi kekebun, kesawah dan sesekali mereka pergi liburan bersama keluarga. DA sebagai suami RS selalu memberikan motivasi dan bimbingan yang baik kepada istrinya agar tidak memikirkan yang tidak perlu dipikir dan selalu stia, saling percaya, tetap semangat dan jangan putus asa, dan yakinlah setiap usaha pasti ada hasil. Allah sudah mengatur jalan yang terbaik untuk hambanya.²⁴

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti, didapatkan hasil bahwa keadaan pasangan keluarga yang belum memiliki anak dikalangan masyarakat jika dilihat dalam kehidupan sehari-harinya banyak yang mengeluh dan putus asa dalam menghadapi banyak permasalahan, frustrasi, gelisah, dan merasa takut kehilangan sesuatu yang berharga dalam kehidupan.

Sesuai menurut teori yang dikemukakan oleh Goleman (Safiruddin Al Baqi) menjelaskan bahwa pada prinsipnya emosi dasar manusia meliputi takut, marah, sedih dan senang. Sutanto menambahkan malu, rasa bersalah, dan cemas sebagai emosi dasar manusia. Emosi tersebut penting karena sangat berpengaruh

²⁴ Hasil observasi peneliti pada tanggal Rabu, 24 Agustus 2018

tidak hanya pada perilaku saat ini namun juga perilaku dimasa mendatang, terutama emosi negatif. Sedangkan marah sendiri merupakan reaksi terhadap sesuatu hambatan yang menyebabkan gagalnya suatu usaha atau perbuatan. Marah yang timbul seringkali diiringi oleh berbagai ekspresi perilaku.²⁵ Dari hasil penelitian bahwa diantara mereka masih ada pasangan keluarga yang tidak memiliki anak merasa emosi, merasa takut kehilangan, marah, rasa bersalah. Dan cemas sebagai emosi dasar manusia.

Chaliq Anwar menjelaskan sebab-sebab seseorang itu mudah sekali untuk berburuk sangka, baik terhadap dirinya sendiri, terhadap orang lain, terhadap keadaan maupun terhadap Allah. Buruk sangka dan waspada adalah dua hal yang sangatlah berbeda, dalam hal ini perbedaan itu akan membuat kita tidak terjebak pada kekeliruan antara berburuk sangka dianggap waspada maupun sebaliknya waspada dianggap berburuk sangka.²⁶ Dari hasil temuan dilapangan masih ada keluarga yang berburuk sangka kepada Allah karena belum dikarunia seorang anak. Namun, dengan demikian prsangka buruk itu bisa terjadi pada dirinya sendiri, maupun orang lain.

- a. Kecemasan neurosis Kecemasan neurosis adalah rasa cemas akibat bahaya yang tidak diketahui. Perasaan itu berada pada ego, tetapi muncul dari dorongan id. Kecemasan neurosis bukanlah ketakutan terhadap

²⁵ Safiruddin Al Baqi, Ekspresi Emosi Marah, Jurnal Buletin Psikologi Volume 23, No. 1, Juni 2015: 22-30, Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Issn: 0854-7108. Hal. 22.

²⁶ Chaliq Anwar, *Niat Akidah Akhlak* (Bandung: PT Gramedia, 1998). Hal. 148.

insting-insting itu sendiri, namun ketakutan terhadap hukuman yang mungkin terjadi jika suatu insting dipuaskan.

b. Kecemasan moral Kecemasan ini berakar dari konflik antara ego dan superego. Kecemasan ini dapat muncul karena kegagalan bersikap konsisten dengan apa yang mereka yakini benar secara moral. Kecemasan moral merupakan rasa takut terhadap suara hati. Kecemasan moral juga memiliki dasar dalam realitas, di masa lampau sang pribadi pernah mendapat hukuman karena melanggar norma moral dan dapat dihukum kembali.

c. Kecemasan realistik Kecemasan realistik merupakan perasaan yang tidak menyenangkan dan tidak spesifik yang mencakup kemungkinan bahaya itu sendiri. Kecemasan realistik merupakan rasa takut akan adanya bahaya-bahaya nyata yang berasal dari dunia luar.²⁷ Masih terdapat pada pasangan keluarga yang merasa gelisah, bingung, merasa sedih. Karena belum dikaruniai seorang anak. Akan tetapi, tidak membuat mereka putus asa.

Dapat disimpulkan bahwa gelisah, merasa marah, dan su'udzon kepada Allah, adalah yang terjadi dikehidupan masyarakat. Sikap yang tidak pernah asing didalam lingkungan bahkan disekitar kita. Yaitu sikap Su'udzon atau berburuk sangka kepada Allah, dan dapat berburuk sangka kepada orang lain,

²⁷ Dona Fitri Annisa & Ifdil, Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia), Universitas Negeri Padang & Universitas Negeri Padang : Jurnal Konselor Volume 5 Number 2 June 2016 ISSN: Print 1412-9760, Received April11, 2016; Revised May11, 2016; Accepted June30,2016, Hal. 95.

karena apapun yang kita sangka bisa mempengaruhi cara pikir, cara bersikap, dan cara mengambil keputusan.

Adapun metode *coping* yang dilakukan oleh subjek, bahwa pasangan keluarga yang belum memiliki anak dikalangan masyarakat jika dilihat dalam kehidupan sehari-harinya mereka sudah bisa menerima semua keadaan ini. Terutama lebih mendekatkan diri kepada Allah, Sholat, dan baca Yasin, Untuk menghilangkan *stress* mereka pergi kekebun, kesawah dan sesekali mereka pergi liburan bersama keluarga.

- a. Tawakal kepada Allah: Keadaan diri yang istiqomah serta dengan petunjuk Allah, serta bertauhid kepada Allah secara murni. Sikap tawakal itu hanya bertujuan memperbaiki dirinya sendiri tanpa melihat pada orang lain.
- b. Memberi bimbingan yang baik kepada istri: Pasangan suami istri adalah yang saling memberi sport dan saling memberi dukungan agar apa yang kita inginkan itu tercapai. Pasangan merupakan orang yang selalu mendampingi dalam segala urusan di dalam kehidupan. Pasangan juga dapat memberikan pengaruh penting dalam ketentraman dan ketenangan dalam menjalani kehidupan. Oleh sebab itu menyenangkan hati pasangan adalah hal yang dianggap penting dalam upaya menjaga keutuhan pernikahan. Setiap istri tentu ingin dihargai oleh suaminya. Tidak diremehkan atau dipandang sebelah mata, atau dimaki-maki dan dibentak-bentak. Seorang suami harus selalu memberi motivasi dan lebih ditingkatkan dalam bidang agama, sholat tahajut, berdoa dan berikhtiar.

c. Liburan bersama keluarga. Setiap pasangan yang hidup di dunia ini pasti memiliki masalah dalam kehidupan namun semua itu tergantung pasangan masing-masing bagaimana cara mengatasinya. Berlibur dapat menyegarkan hati dan pikiran. Liburan akan menjadi terasa lengkap jika dilakukan bersama keluarga. Keluarga memang tempat yang nyaman di saat kepusingan datang dari lingkungan luar. Keluarga merupakan penyejuk dan penghibur hati, apalagi saat liburan bersama keluarga, bisa menjadi sarana yang sangat tepat untuk relaksasi dan membuat kenangan-kenangan indah yang tak akan terlupakan.

Untuk itu, perlu dipahami kesulitan yang akan terjadi dalam menjalin relasi tersebut, yang disebabkan ciri psikis pria dan wanita, perbedaan latar belakang suami istri, perbedaan kebiasaan-kebiasaan pribadi maupun keluarga kedua belah pihak. Membina saling pengertian antara pasangan, dan antara anggota keluarga yang lain, melalui kemampuan mendengarkan, kemampuan empati, dan berdialog dalam setiap pengambilan keputusan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah disajikan dalam bab empat yang diperoleh dari hasil observasi, dokumentasi dan wawancara dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

Responden mengalami *stress* yang di sebut dengan *stress* infertilitas, dimana *stress* tersebut berasal dari tekanan lingkungan yang mengharuskan responden mempunyai anak secara biologis, adapun gejala-gejala *stress* tersebut adalah responden merasa tertekan dan sakit hati bila mendapatkan pertanyaan sudah hamil atau belum, sedih, marah, merasa takut kehilangan, suasana hati tidak karuan, pola tidur berubah, murung dan tidak semangat. depresi gejalanya adalah responden merasa takut jika mereka tidak bisa hamil, was-was, sulit tidur, pola makan berubah, merasa bersalah, malu dan bingung karena belum mempunyai anak, merasa bersalah kepada suami karena belum bisa hamil dan subjek juga merasa malu jika bertemu dengan orang-orang karena belum hamil, putus asa dan sempat terjadi masalah suami tanpa sebab.

Perempuan yang mengalami masalah hati dan perasaan tidak memiliki anak sejak 4-10 tahun. Metode *coping stress* adalah pada pasangan keluarga tersebut dengan menggunakan turning to reigion dan dental yang merupakan bagian dari emotion focus *coping stress* dengan cara tawakal, menyibukan diri, dan meningkatkan ibadah sholat serta berdoa.

B. Saran

1. Untuk Istri yang belum memiliki anak. Adanya kesiapan mental untuk menghadapi kondisi belum hadirnya seorang anak. Percaya diri perempuan harus belajar sabar dan harus lebih mendekatkan diri kepada Allah, dengan perbanyak dzikir, bersedakah, jangan malu untuk keluar rumah. Dukungan suami dan keluarga, kerabat/teman sangat berperan dalam menghadapi masa-masa belum adanya anak, maka dengan demikian istri harus terbuka kepada suami jangan merasa malu dan takut untuk menghadapi masalah, keterbukaan kepada suami itu membuat hati merasa senang. Dengan demikian suami akan paham masalah apa saja yang dialami oleh istri.
2. Peran suami adalah menjadi kekuatan terbesar bagi istri, hendaknya suami selalu menguatkan istri dan selalu memberikan agar dukungan tetap kuat menghadapi ujian karena belum adanya seorang anak dalam rumah tangga dan selalu memberikan sport serta mendampingi istri agar istri tidak merasa sedih dan kesendirian larut dalam kesedihan.
3. Anggota keluarga sangat penting dalam memberi arahan kepada pasangan suami istri. Karena Hubungan mertua dan menantu biasanya selalu diwarnai perselisihan dan perdebatan. Hingga seringkali pasangan menikah memilih tinggal di rumah sendiri dan bukan rumah salah satu orangtua mereka. Disini perlu dukungan kedua belah pihak antara keluarga suami maupun istri yang harus selalu memberi perhatian dan nasehat.

Terutama kepada mertua yang harus selalu memberidukung dorongan yang baik agar sang istri selalu berfikir positif.

4. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti tentang *coping stress* yang dihadapi oleh pasangan keluarga yang tidak memiliki anak dan mengembangkan pokok permasalahan lain yang bisa mengurangi dan problematika dalam rumah tangga.

DAFTAR PUSTKA

- Alex Sobur, *Kamus Psikologi*, Cetakan Pertama, (Bandung, CV Pustaka Setia 2016)
- Ali Yusuf as-Subki, *Fiqh Keluarga*, (Jakarta: AMZAH, 2010)
- Aliah B. Purwakania Hasan, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*, (Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2008)
- Anwar Hafid dkk. *Konsep Dasar Ilmu Pendidikan*, (Alfabeta: Bandung, 2013)
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Aceh Selatan, *Kecamatan Kluet Selatan*.
- Chaliq Anwar, *Niat Akidah Akhlak* (Bandung: PT Gramedia, 1998)
- Chaplin, J.P. *Kamus lengkap Psikologi*, Diterjemahkan Oleh Kartini Kartono, Cetakan Ketujuh, (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2006)
- Dona Fitri Annisa & Ifdil, Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia), Universitas Negeri Padang & Universitas Negeri Padang : Jurnal Konselor Volume 5 Number 2 June 2016 ISSN: Print 1412-9760, Received April 11, 2016; Revised May 11, 2016; Accepted June 30, 2016,
- Facruddin Hasballah. dkk, *Psikologi Keluarga Dalam Islam*, (Banda Aceh: Yayasan PeNA, 2007)
- Hadi Supeno, *Deskriminasi Anak: Transformasi Perlindungan Anak Berkonflik dengan Hukum*, (Jakarta: Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), 2010)
- Hamka, Buku Agama Tafsir Al-Quran Jilid 2, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 2003)
- Hamka, *Tafsir Al-Quran Jilid 8*, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 2003)
- Herien Puspitawati, *Konsep dan Teori Keluarga*, (PT IPB Press: Bogor, 2013)
- <http://backup.acehselatankab.go.id/index.php/page/4/sejarah-dan-harijadi>, (diakses 22/09/2018).
- Ismiati, *Problematika Dan Coping Stress Mahasiswa Dalam Menyusu Skripsi*, *Jurnal Al-Bayan Media Kajian Dan pengembangan Ilmu Dakwah*, (Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Banda Aceh, tahun 2015)

- Janu Murdiyatmoko, *Sosiologi Memhami dan Mengkaji Masayrakat*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2000)
- Jenita Doli Tine Donsu, *Psikologi Perawatan*, Cetakan Pertama, (Yogyakarta, Pustaka Baru Press, 2017)
- Joni Muhammad dan Zuchaina Z Tamanas, *Aspek Hukum Perlindungan Anak Dalam Perspektif Konvensi Hak Anak*, (Bandung: Citra Aditya Bakti, 1999)
- Juli Andriani, *Coping Stres pada Wanita Karir yang Berkeluarga*, Jurnal Al-Bayan, Vol. 21, NO. 30, JULI – DESEMBER, 2014)
- Karya Rizki Septiyanti yang Berjudul “*Koping Stress Wanita yang Belum Dikaruniai Anak*”, (Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2017, Volume 6, Nomor 2, Oktober 2017)
- Kusdiwatri Setiono, *Psikologi Keluarga*, (Alumni: Bandung, 2011)
- Lusi Nurhayati Dkk, *Psikologi Anak*, (Indonesia: PT Macanan Jaya Cemerlang, 2008)
- M. Qurais Shihab, *Tafsir Al- Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian vol 11*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002)
- M. Qurais Shihab, *Tafsir Al- Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian vol 12*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002)
- M. Qurais Shihab, *Tafsir Al- Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian vol 12*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002)
- M. Taufik Mandaling, *Good Married Raih Asa Gapai Bahagia*, (Ide Press : Yogyakarta: 2014)
- Mufidah, *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Gender*, (Yogyakarta: Malang Press, 2008)
- Muhamud All-Juari dan Muhammad Abdul Hakim Khayyal, *Mebangun Keluarga Qu'ani (Panduan Untuk Wanita Muslimah)*, (Jakarta: Amzah, 2005)
- Nasehudi ddk, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Pustaka Setia, 2012)
- Nur Azizah, *Problem Psikologis Istri Yang Belum Dikaruniai Keturunan*, (Puwokerto: Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Institut Agama Islam Negeri 2016)
- Nurkasiani Dkk, *Sosiologi Kebidanan*, (Jakarta: Trans Info Media, 2012)

- Rahmawati, *Skripsi Gambaran Stress dan Coping Pada Ibu Rumah Tangga Yang belum Dikaruniai Anak*, (Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2014),
- Reproduksinya Ditinjau Dari Aspek Fisik dan Psikologinya*, (Kencana : Jakarta, 2013)
- Safiruddin Al Baqi, Ekspresi Emosi Marah, *Jurnal Buletin Psikologi Volume 23, No. 1, Juni 2015: 22-30*, Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Issn: 0854-7108.
- Siswanto, *Kesehatan Mental, Konsep, Cakupan, Perkembangannya*, (Yogyakarta: C.V ANDI OFFSET, 2007)
- Sri Lestari, *Psikologi Keluarga Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga*, (Jakarta: Karisma Putra Utama, 2012)
- Sri Lestari, *Sosisologi Keluarga Penanaman Nilai & Penanganan Konflik Dalam Keluarga*, Cet Ke-2, (akarta: Prenadamedia Group, 2016)
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif*, (Alfabeta, 2015)
- Susanti Awaliyah, *Skripsi Konsep Anak Dalam Al-Qur'an dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Islam Dalam Keluarga*, (Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga 2008)
- Susatiyo Yuwono, *Jurnal Mengelola Stres Dalam Perspektif Islam Dan Psikologi*, (Fakultas Psikologi: Universitas Muhammadiyah Surakarta, PSYCHO IDEA, Tahun 8 No.2, Juli 2010 ISSN 1693-107)
- Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islam*, (Yogyakarta, UII Press, 1992)
- W, JS. Poerdaminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia* , (Jakarta: Balai Pustaka, 1992)
- Wiramihardja, Sutardjo A, *Pengantar Psikologi Abnormal*, (Bandung: Refika Aditama, 2007)
- Yinyang, *Keluarga dan Pola Pengasuhan Anak, Jurnal Studi Gender dan Anak*, Vol 5 No 1, Januari-Juni 2010.
- Yulia Sholichatun, *Stress dan Strategi Coping pada Anak Didik di Lembaga Pemasarakatan Anak*, Malang : *Jurnal Psikologi Islam*, (JPI, vol. 8. 1 Tahun, 2011)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Nelta
2. Tempat / Tgl. Lahir : Pasie Merapat 27 November 1997
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. NIM : 140402124
6. Kebangsaan : Indonesia
7. Alamat : Jl. Inoeng Bale Lr. Teharun
 - a. Kecamatan : Syiah Kuala
 - b. Kabupaten : Banda Aceh
 - c. Provinsi : Aceh
8. No. Telp/ Hp : 0822-7708-6945

Riwayat Pendidikan

9. SD : Negeri 2 Kandang lulus tahun 2008
10. MTSN : Negeri Suak Bakung 2011
11. SMA : Negeri 1 Kluet Selatan 2014
12. UIN : Ar-Raniry lulus Tahun 2019

Orangtua/ Wali

13. Nama Ayah : Syamsuardi
 14. Nama Ibu : Salamah
 15. Pekerjaan Orangtua
 - a. Ayah : Tani
 - b. Ibu : Ibu Rumah Tangga
- Alamat Orangtua : Pasie Merapat, Kluet Selatan

Banda Aceh, 13 Maret 2019

Nelta
Nim. 140402124