

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Menurut WHO, yang disebut remaja adalah mereka yang berada pada tahap transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun. Umumnya remaja menghabiskan waktu dengan bersekolah, pencarian identitas dan mengembangkan diri, namun terdapat beberapa persoalan yang terjadi pada remaja. Salah satunya persoalan sosial yaitu banyaknya remaja yang memutuskan menikah di usia belasan tahun atau disebut pernikahan dini (dalam Jurnal Gambaran *Coping Strategy* pada Remaja Perempuan yang Melakukan Pernikahan Dini).

Menurut Undang-Undang Perkawinan No.1 Tahun 1974, yang dimaksud dengan perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa (jurnalhukum.com). UU Perkawinan pasal 7 menyebutkan batas usia menikah laki-laki adalah 19 tahun dan perempuan berusia 16 tahun.

Berdasarkan data UNICEF jumlah anak perempuan di bawah usia 18 tahun yang menikah setiap tahun tetap besar. Lebih dari 700 juta perempuan yang hidup saat ini menikah sebelum mencapai usia dewasa atau usia 18 tahun. Jumlah anak perempuan yang terkena dampak dari perkawinan usia anak tidak proporsional dibandingkan dengan anak laki-laki. Secara global, 720 juta anak perempuan menikah sebelum usia 18 tahun, dibandingkan dengan 156 juta anak laki-laki. BP3AKB Bandung Barat mencatat, angka pernikahan dini di Kabupaten Bandung Barat masih tinggi. Tahun 2015 dan 2016, pernikahan usia dibawah 19 tahun mencapai 12.645 perkawinan. Rata-rata di seluruh kecamatan di Kabupaten Bandung

Barat angka pernikahan dini masih tergolong tinggi. Bahkan, untuk Kecamatan Lembang dan Padalarang angka pernikahan di bawah usia 20 tahun masih tinggi (fokusjabar.com).

Bersumber pada data laporan jumlah perkawinan berdasarkan usia perkawinan yang didapatkan dari Kantor Urusan Agama Kabupaten Bandung Barat, Kecamatan Lembang pada tahun 2016 hingga tahun 2018 terdapat lima desa yang menduduki peringkat tertinggi remaja yang telah menikah yaitu, Desa Jayagiri, Desa Sutenjaya, Desa Sukajaya, Desa Wangunharja, dan Desa Langensari. Di ke lima desa tersebut telah terjadi peningkatan pernikahan pada usia remaja 16 hingga 18 tahun. Pada tahun 2016 jumlah remaja yang menikah di kelima desa tersebut berjumlah 250 orang, kemudian meningkat menjadi 300 orang pada tahun 2017, akan tetapi menurun pada tahun 2018 menjadi 251 orang. Berdasarkan data tersebut, remaja perempuan lebih banyak yang menikah di usia remaja dibandingkan remaja pria, dan dalam data tersebut menunjukkan pula bahwa pada tahun 2019 remaja perempuan yang masih dalam status perkawinan dengan rentang usia 16 hingga 18 tahun dengan jumlah tertinggi terdapat di desa Jayagiri, yaitu berjumlah 47 orang.

Hotnatalia (2013), dalam penelitiannya yang dilakukan di dusun IX Seroja Pasar VII Tembung Kecamatan Percut Sei Tuan, bahwa faktor yang mempengaruhi terjadinya pernikahan usia muda ialah faktor keluarga. Orang tua akan segera menikahkan anaknya jika telah menginjak masa dewasa. Faktor kedua adalah ekonomi. Perkawinan usia muda dianggap sebagai solusi untuk mendapatkan mas kawin dari pihak laki-laki agar dapat menggantikan seluruh biaya hidup yang telah dikeluarkan oleh orangtuanya. Faktor ketiga adalah pendidikan. Rendahnya pendapatan ekonomi memaksa anak untuk putus sekolah dan tidak melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Faktor keempat adalah hubungan di luar

pernikahan. Akibat dari seks pranikah adalah kehamilan, kemudian solusi yang diambil pihak keluarga adalah dengan menikahkan.

Berdasarkan hasil survei melalui wawancara yang dilakukan kepada lima remaja perempuan yang telah menikah di Lembang didapatkan hasil bahwa di dalam pernikahannya remaja merasa bahwa hidupnya membaik setelah menikah, terutama setelah memiliki anak. Remaja perempuan merasa bahwa pasangan sangat bertanggung jawab pada dirinya dan pada anaknya, remaja merasa bahwa keluarga pasangan dapat menerima dirinya dengan penuh kasih sayang. Remaja merasa ketika dirinya membutuhkan bantuan seperti merawat anak, lingkungan di sekitar rumah membantunya. Remaja juga merasa kebutuhan sehari-hari cukup terpenuhi oleh pasangan meskipun dirinya tidak bekerja.

Beberapa remaja perempuan di Lembang menyatakan bahwa sebelum menikah remaja perempuan telah terbiasa hidup dengan bergantung pada orang tua sehingga setelah menikah remaja perempuan belum merasa siap untuk memiliki tanggung jawab yang berbeda seperti merawat anak, namun kurangnya pengetahuan mengenai cara merawat anak yang baik membuat remaja meminta bantuan pada orang lain. Pendidikan yang rendah membuat remaja yang telah menikah sulit untuk mencari pekerjaan, sehingga penghasilan yang didapat rendah dan kebutuhan rumah tangga sering tidak terpenuhi, dan sering terjadi perdebatan dengan pasangan dikarenakan salah paham.

Risma (2017), dalam penelitiannya yang dilakukan di Desa Tangkisan Klaten, bahwa dampak *stress* yang dirasakan pada remaja yang menikah dini yaitu mudah marah dan tersinggung, merusak benda yang ada di sekitar saat sedang marah, mengeluarkan kata-kata kasar sebagai bentuk pelampiasan, merasa detak jantung meningkat, merasa cemas, mudah

tersinggung dan nafsu makan berkurang, sulit tidur, otot menjadi tegang sehingga mengabaikan sakit kepala, terlalu menyalahkan diri dan kehilangan konsentrasi terutama saat bekerja.

Faktor-faktor yang menjadi sumber munculnya *stress* disebut *stressor*. Beban yang dialami oleh remaja perempuan yang telah menikah dapat dihayati sebagai *stressor*. Misalnya, perubahan peran dan tanggung jawab yang harus dijalani, kebutuhan rumah tangga yang harus terpenuhi namun tidak terpenuhi karena pendapatan kurang, kurangnya pengetahuan yang membuatnya merasa kesulitan, dan perdebatan dengan pasangan. Individu akan menggunakan berbagai cara untuk mengurangi dan menghilangkan *stress* atau disebut *coping stress*.

Stress yang dialami mendorong individu melakukan *coping stress* agar individu mampu mengurangi *stress*. *Coping stress* merupakan perubahan kognitif dan tingkah laku yang terus-menerus sebagai suatu usaha individu untuk mengatasi tuntutan eksternal dan internal yang dianggap sebagai beban atau melampaui sumber daya yang dimilikinya dan membahayakan keberadaan atau kesejahteraannya (Lazarus, 1984). Lazarus dan Folkman menggolongkan dua strategi *coping*, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*.

Problem focused coping digunakan oleh individu dengan mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan atau mengembangkan sumber daya pada dirinya. Individu dapat mengatasi *stress* dengan cara menganalisa masalah yang dihadapinya sehingga individu memahami masalah dan konsekuensi yang dihadapinya. *Emotion focused coping* digunakan

untuk mengatur respon emosional terhadap *stress*. *Emotion focused coping* akan mengendalikan penyebab *stress* yang berhubungan dengan emosi.

Dalam hasil penelitian Novella dan Haryo (2012) di Majalengka, didapatkan gambaran yaitu perilaku *coping* yang ditunjukkan remaja perempuan ketika sedang mengalami permasalahan adalah dengan lebih memilih untuk diam ketika permasalahan sedang terjadi. Remaja perempuan yang menikah di usia muda lebih memilih untuk menyelesaikan permasalahan sendiri dari pada meminta saran kepada orang lain. Perilaku *coping stress* yang ditampilkan remaja perempuan yang menikah di usia muda dalam kehidupan pernikahan adalah berdoa untuk menenangkan diri agar masalah yang dihadapi dapat cepat selesai. Subjek sering sholat dan berdoa. Subjek mencoba bicara baik-baik dengan suaminya agar suami bisa mengerti. Remaja perempuan yang menikah di usia muda seringkali terlibat dalam permasalahan dalam kehidupan rumah tangganya.

Menurut Cohen dan Lazarus efektivitas *coping* tergantung dari keberhasilan tugas *coping* yang harus dipenuhi oleh individu tersebut. Setelah dapat memenuhi fungsi tugas tersebut, maka individu akan memiliki evaluasi yang lebih positif akan hidupnya, misalnya individu tersebut dapat menerima dan menilai lingkungannya, dirinya, serta gangguan yang diterimanya dengan positif sebagai bentuk dari refleksi akan kesejahteraan dan kepuasan hidup. Kepuasan hidup yang dirasakan individu bergantung pada evaluasi dan penghayatannya yang disebut *subjective well being* (dalam Wati, 2015). Menurut Diener dan Oishi (1997) *subjective well being* dapat diartikan sebagai penilaian individu terhadap kehidupannya yang meliputi penilaian kognitif mengenai kepuasan hidup dan penilaian afektif mengenai *mood* dan emosi.

Berdasarkan hasil penelitian Danis (2017), diketahui bahwa pasangan yang menikah muda merasakan kesejahteraan yang cukup tinggi dalam pernikahan. Kepuasan hidup secara umum yang didapatkan oleh pasangan muda terlihat dari penilaian subjek terhadap pernikahan yang sudah harmonis dan sudah mendekati pernikahan yang ideal, meskipun terkadang masih terjadi konflik dalam pernikahan. Pasangan muda juga merasakan kepuasan hidup pada domain tertentu seperti kesehatan, keluarga, pasangan, pekerjaan dan pendidikan yang membuat subjek selalu bersyukur dan menerima apa yang diperolehnya. Secara keseluruhan pasangan muda lebih sering merasakan afek positif daripada afek negatif.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap lima remaja perempuan yang telah menikah yang dilakukan peneliti diperoleh data yang menyatakan bahwa ketika di dalam pernikahannya menghadapi permasalahan yang menyebabkan *stress* tetapi mereka tetap merasa bersemangat dan menjalankan tugas sebagai istri juga ibu dari anaknya dengan ikhlas sehingga merasakan kepuasan dalam hidupnya. Beberapa remaja menyatakan bahwa ketika di dalam pernikahannya menghadapi permasalahan yang menyebabkan *stress* mereka merasa tertekan khawatir jika permasalahannya tidak dapat terselesaikan sehingga tidak merasakan kepuasan dalam hidupnya.

Sebanyak 10% responden merasakan kepuasan terhadap pernikahannya, penghasilan yang diperoleh dapat memenuhi kebutuhan rumah tangga dan keperluan anak, kondisi keuangan membaik setelah menikah, merasakan kepuasan dengan hubungan seksual bersama pasangan, dan merasakan afek positif yang meliputi senang dapat bersama dengan pasangan setiap hari, menghabiskan waktu dengan keluarga, senang karena merasa disayang dan

mendapatkan dukungan dari pasangan, sehingga remaja yang telah menikah dapat menghayati kepuasan dalam hidupnya.

Sebanyak 80% responden mengatakan bahwa setelah menikah lebih banyak memiliki masalah yang tidak pernah dirasakan sebelumnya. Remaja perempuan mengatakan permasalahan yang sering mereka alami dalam pernikahannya dan membuat mereka merasa tidak bahagia seperti kondisi keuangan yang kurang sehingga banyak kebutuhan rumah tangga yang tidak terpenuhi, merasakan lelah dan marah ketika sedang merawat anak, merasakan waktu untuk bertemu dengan teman berkurang, kurang dapat menjalani hidup sesuai dengan rencananya karena dilarang oleh pasangan, dan merasa kecewa dengan pasangan karena tidak sesuai dengan harapannya.

Berdasarkan fenomena dan data survei yang telah dipaparkan, peneliti ingin melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara *coping stress* dengan *subjective well being* pada remaja perempuan yang telah menikah.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari penelitian ini ingin diketahui apakah terdapat hubungan antara *coping stress* dengan *subjective well being* pada remaja perempuan yang telah menikah.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Untuk memperoleh data dan gambaran mengenai hubungan antara *coping stress* dengan *subjective well being* pada remaja perempuan yang telah menikah.

1. 3. 2 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *problem focused coping* dan *emotion focused coping* dengan *subjective well being* pada remaja perempuan yang telah menikah.

1. 4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoretis

Memberikan informasi mengenai hubungan strategi *coping stress* dengan *subjective well being* ke dalam bidang ilmu Psikologi Klinis dan Psikologi Positif.

Memberi masukan bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian yang berkaitan dengan *coping stress* dan *subjective well being*.

1.4.2 Kegunaan Praktis

- Memberikan informasi kepada remaja mengenai *coping stress* dan *subjective well being* dalam pernikahan, sehingga dapat dijadikan pertimbangan sebelum melakukan pernikahan.
- Memberikan informasi kepada orang tua mengenai *coping stress* dan *subjective well being* dalam pernikahan, sehingga dapat dijadikan pertimbangan sebelum memberikan izin untuk anak remajanya melakukan pernikahan.
- Memberikan informasi kepada konselor pernikahan mengenai *coping stress* dan *subjective well being* dalam pernikahan, sehingga dapat dijadikan pertimbangan dalam memberikan konseling pernikahan pada remaja.

1.5 Kerangka Pemikiran

Menurut Santrock (2014) perkembangan remaja dimulai kira-kira usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir antara usia 18 sampai 22 tahun. Masa remaja adalah masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan

sosial-emosional. Fase remaja ditandai dengan pola gerakan atau perubahan yang merupakan hasil dari proses biologis, kognitif dan sosial-emosional. Biologis, mencakup perubahan-perubahan dalam hakikat fisik individu. Gen yang diwariskan orang tua, perkembangan otak, penambahan tinggi, berat badan, keterampilan motorik, dan perubahan hormonal pada pubertas.

Kognitif, mencerminkan peran proses kognitif dalam perkembangan remaja, meliputi perubahan dalam pikiran, inteligensi, dan bahasa individu. Perubahan-perubahan sosial-emosional yang berlangsung di masa remaja meliputi perubahan dalam hubungan individu dengan orang lain, emosi, kepribadian, dan peran dari konteks sosial dalam perkembangan. Remaja yang telah menikah melibatkan proses kognitif yang dimana menjalankan peran-peran baru, memilih teman hidup, belajar hidup bersama suami atau istri, membentuk suatu keluarga, membesarkan anak-anak, dan mengelola rumah tangga. Dalam menjalani pernikahan, remaja yang menikah muda memiliki berbagai macam konsekuensi. Secara keseluruhan individu tersebut harus menerima konsekuensi setelah menikah yaitu perceraian, dan pengaruh negatif (Santrock, 2014).

Dampak psikologis dari pernikahan muda ialah kesiapan menghadapi kehamilan pertama, masalah atau konflik yang terjadi dalam keluarga seperti masalah ekonomi, masalah adat yang berlaku dalam keluarga dan masalah pengurusan anak, kemudian keinginan yang ingin dicapai, namun terhalang karena status pernikahan dan peran dalam mengurus rumah tangga (Duvall & Miller, 1985). Dalam menjalani pernikahan, remaja yang menikah muda dituntut untuk melakukan beberapa tugas-tugas dasar dalam keluarga yang harus dilakukan untuk kelangsungan hidup dan kontinuitasnya, yang dimana menyediakan tempat tinggal,

makanan, pakaian, perawatan kesehatan bagi para anggota keluarga, mengalokasikan sumber daya seperti waktu, melakukan dukungan, menetapkan cara-cara berinteraksi, mengekspresikan kasih sayang, menetapkan sasaran yang dapat dicapai, mengembangkan loyalitas dan nilai keluarga (Duvall, 1977).

Pernikahan yang seharusnya masuk ke dalam tugas perkembangan pada masa dewasa telah lebih dini dijalankan oleh remaja yang menikah terlalu cepat, dan tentunya akan menjadi permasalahan bagi mereka yang belum siap dalam melewati masalah tugas perkembangan tersebut. Kehamilan pada remaja meningkatkan risiko kesehatan baik bagi ibu maupun bayinya, gagal memperoleh pekerjaan dan cenderung tidak efektif dalam membesarkan anak-anak mereka. pendidikan (Santrock, 2014).

Hal-hal diatas yang dialami oleh remaja yang telah menikah dapat dihayati sebagai *stressor* yang kemudian dapat memunculkan emosi negatif pada remaja yang telah menikah sehingga dapat memengaruhi kesejahteraan. Ketika remaja yang telah menikah merasa bahwa dalam pernikahannya dapat menimbulkan beban maka akan memunculkan penghayatan *stress*. *Stress* muncul jika seseorang dihadapkan pada berbagai tuntutan lingkungan yang mengganggu dan membebani serta melampaui batas kemampuan dirinya sendiri sehingga mengganggu kesejahteraan diri (Lazarus, 1984). Beban yang dirasakan akan diproses melalui *cognitive appraisal*. *Cognitive appraisal* merupakan suatu proses evaluasi untuk menentukan mengapa atau dalam keadaan seperti apa suatu interaksi antara manusia dan lingkungannya dapat menimbulkan *stress*. *Cognitive appraisal* memiliki dua bentuk yaitu *primary appraisal* dan *secondary appraisal*.

Pada *primary appraisal*, remaja yang telah menikah akan menilai apakah situasi yang dihadapinya selama menikah dihayati sebagai hal yang dapat menyebabkan *stress* atau tidak. Terdapat tiga kategori dalam *primary appraisal*, yang pertama adalah irrelevant yaitu ketika situasi yang terjadi tidak berpengaruh pada kesejahteraan individu, situasi tersebut dianggap tidak bermakna sehingga dapat diabaikan. Pada remaja yang telah menikah, apabila menghayati situasi yang dihadapi selama menikah seperti tanggung jawab, tugas dan perannya sebagai pasangan yang telah menikah atau sebagai orang tua sebagai situasi yang tidak mengancam kesejahteraan dirinya, maka *primary appraisal* remaja yang telah menikah menghasilkan irrelevant.

Kedua adalah *benign positive reappraisal* yaitu situasi yang terjadi dirasakan dan dihayati sebagai hal yang positif dan dianggap dapat meningkatkan kesejahteraan individu. Pada remaja yang telah menikah, apabila menghayati situasi yang dihadapinya di dalam pernikahan sebagai hal yang positif seperti ketika remaja yang telah menikah menghayati peran dan tanggung jawab yang harus dilakukannya mendekatkan dirinya dengan pasangan, memberikan pengalaman yang berharga untuk dirinya, maka *primary appraisal* remaja yang telah menikah akan menghasilkan *benign-positive*.

Ketiga adalah *stressfull appraisal* yaitu situasi yang terjadi menimbulkan makna gangguan, kehilangan, ancaman, dan tantangan bagi individu. Pada remaja yang telah menikah, apabila menghayati situasi yang dihadapi dalam pernikahan sebagai hal yang mencekam kesejahteraan dirinya, seperti banyak perubahan yang dialami setelah menikah, peran dan tanggung jawab yang harus dilakukannya meskipun merasa belum memiliki kesiapan sehingga mengalami kesulitan untuk menyesuaikan dengan peran dan tanggung

jawab tersebut, maka *primary appraisal* remaja yang telah menikah menghasilkan *stressfull appraisal* (Lazarus dan Folkman, 1986).

Ketika remaja yang telah menikah berada di dalam situasi bahaya, baik ancaman maupun tantangan, maka perlu untuk melakukan sesuatu untuk mengatur situasi, dimana dalam hal ini terjadi proses *secondary appraisal*. *Secondary appraisal* merupakan proses evaluasi yang melibatkan perhitungan dalam memilih *coping* yang akan digunakan untuk mengatasi *stress*, seperti ketika remaja yang sudah menikah setelah menghayati situasi yang dihadapinya menimbulkan *stress* maka yang dilakukannya adalah memilih strategi *coping* yang tepat dengan tujuan untuk mengatasi *stress*.

Coping stress menurut (Lazarus (1984) merupakan perubahan kognitif dan tingkah laku yang terus menerus sebagai usaha individu untuk mengatasi tuntutan eksternal dan internal yang dinilai sebagai beban atau melampaui sumber daya individu tersebut. Lazarus dan Folkman (1986) menggolongkan dua strategi *coping* yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Strategi *coping* yang pertama ialah *problem focused coping* bertujuan untuk menyelesaikan masalah, seperti mencari informasi, mengumpulkan solusi yang dapat dijadikan alternatif, memilih dan menjalankan alternatif yang terdiri dari tiga jenis, yaitu *planful problem solving*, *confrontative coping*, dan *seeking social support*.

Strategi *coping* yang pertama ialah *problem focused coping* bertujuan untuk menyelesaikan masalah, seperti mencari informasi, mengumpulkan solusi yang dapat dijadikan alternatif, memilih dan menjalankan alternative yang terdiri dari tiga jenis, yaitu *planful problem solving*, *confrontative coping*, dan *seeking social support*. *Planful problem solving* yaitu fokus pada upaya remaja perempuan yang telah menikah untuk memecahkan

permasalahan yang dihadapi, remaja yang telah menikah membuat perencanaan yang harus dilakukannya.

Jenis yang kedua yaitu *confrontative coping*, yaitu upaya agresif untuk mengubah situasi, seperti ketika remaja perempuan yang telah menikah menghadapi suatu permasalahan, maka akan melakukan suatu usaha yang keras agar tercapai keinginannya. Jenis yang ketiga yaitu *seeking social support*, yaitu upaya untuk mendapatkan kenyamanan emosional dan informasi dari orang lain, seperti ketika remaja perempuan yang telah menikah menghadapi permasalahan, maka yang dilakukannya ialah berbagi cerita atau meminta bantuan pada orang terdekat, seperti pasangan, kerabat atau saudara.

Strategi *coping* yang kedua ialah *emotion focused coping*. *Emotion focused coping* bertujuan untuk melakukan kontrol terhadap respon emosi pada situasi penyebab *stress*. *Emotion focused coping* terdiri dari lima jenis yaitu *distancing*, *self-control*, *accepting responsibility*, *escape-avoidance*, dan *positive reappraisal*. *Distancing*, yaitu upaya untuk melepaskan diri dari situasi yang menekan, seperti ketika remaja perempuan yang telah menikah mendapatkan tekanan maka yang dilakukannya ialah menolak untuk memikirkan situasi tersebut, tidak akan terlalu larut memikirkan masalah yang sedang dihadapinya, dan merasa akan baik-baik saja.

Self-control, yaitu upaya untuk mengatur suatu perasaan, seperti ketika sedang merasakan emosi negatif maka remaja perempuan yang telah menikah mencoba untuk menjaga atau mengontrol emosinya. Misalnya ketika remaja perempuan yang telah menikah merasakan kecewa atas situasi yang sedang terjadi, maka akan mencoba untuk tetap tenang,

mencari cara agar permasalahannya dapat terselesaikan dengan pikiran yang tenang, dapat mengontrol perilakunya dan tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan.

Accepting responsibility, yaitu menyadari peran dan tanggung jawab yang dimiliki dalam suatu masalah, seperti remaja perempuan yang telah menikah melakukan tugas-tugas dan peranannya dengan ikhlas karena merasa hal tersebut sebagai tanggung jawab yang harus dijalankannya. *Escape-avoidance*, yaitu individu berangan-angan masalah yang dihadapinya akan selesai atau upaya untuk melarikan diri atau menghindari situasi dengan makan, minum, merokok, menggunakan narkoba, atau minum obat, seperti yang ditunjukkan remaja perempuan yang telah menikah ketika merasakan situasi yang menekan maka memilih untuk melakukan aktivitas menyenangkan bersama teman-temannya, atau melakukan hobi sebagai upaya untuk terhindar dari situasi yang menekannya.

Positive reappraisal, yaitu upaya untuk menemukan makna positif untuk individu tersebut dalam pengalaman, seperti ketika menghadapi situasi yang menekan maka remaja perempuan yang telah menikah menghayati pengalaman tersebut sebagai hikmah agar dirinya menjadi pribadi yang lebih kuat, dengan adanya permasalahan yang harus dihadapinya maka hal tersebut membuat dirinya lebih dekat dengan Tuhan. Keberhasilan tugas *coping* yang dipenuhi oleh remaja perempuan yang telah menikah membuat remaja perempuan yang telah menikah akan memiliki evaluasi yang lebih positif akan hidupnya. Evaluasi tersebut akan berkaitan dengan *subjective well being* (Cohen dan Lazarus, 2015).

Subjective well being dapat diartikan sebagai penilaian individu terhadap kehidupannya yang meliputi penilaian kognitif mengenai kepuasan hidup dan penilaian afektif mengenai mood dan emosi (Diener dan Lucas, 1999). Seseorang dikatakan memiliki

subjective well being yang tinggi jika mengalami kepuasan hidup dan sukacita yang sering, dan jarang mengalami emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan atau kemarahan. Sebaliknya, seseorang dikatakan memiliki *subjective well being* yang rendah jika tidak puas dengan hidup, mengalami sedikit kegembiraan, kasih sayang dan sering merasakan emosi negatif seperti marah atau cemas (Diener dan Oishi 1997).

Subjective well being memiliki dua komponen, yaitu penilaian kognitif dan penilaian afektif. Komponen kognitif dikategorikan menjadi kepuasan hidup secara global atau menyeluruh yang diungkapkan atau yang dipikirkan oleh remaja yang telah menikah. Kepuasan hidup secara global merupakan penilaian individu terhadap perbandingan antara kondisi kehidupan aktual dengan standar kehidupan yang bersifat unik yang dimiliki. Seorang remaja yang telah menikah memiliki kepuasan hidup yang tinggi ditandai dengan persepsi terhadap kehidupannya saat ini telah sesuai dengan standar kehidupan yang ia inginkan. Seorang remaja yang memiliki kepuasan hidup yang rendah ditandai dengan persepsi terhadap kehidupannya tidak berjalan sesuai yang diharapkannya.

Komponen afektif dikategorikan menjadi afek positif dan afek negatif. Penilaian afek positif mempresentasikan mood dan emosi yang menyenangkan yang dialami oleh remaja yang telah menikah. Afek positif mempresentasikan emosi yang menyenangkan seperti keceriaan dan kegembiraan. Penilaian afek negatif mempresentasikan mood dan emosi yang tidak menyenangkan yang dialami oleh remaja yang telah menikah seperti rasa sedih, kecewa, dan marah.

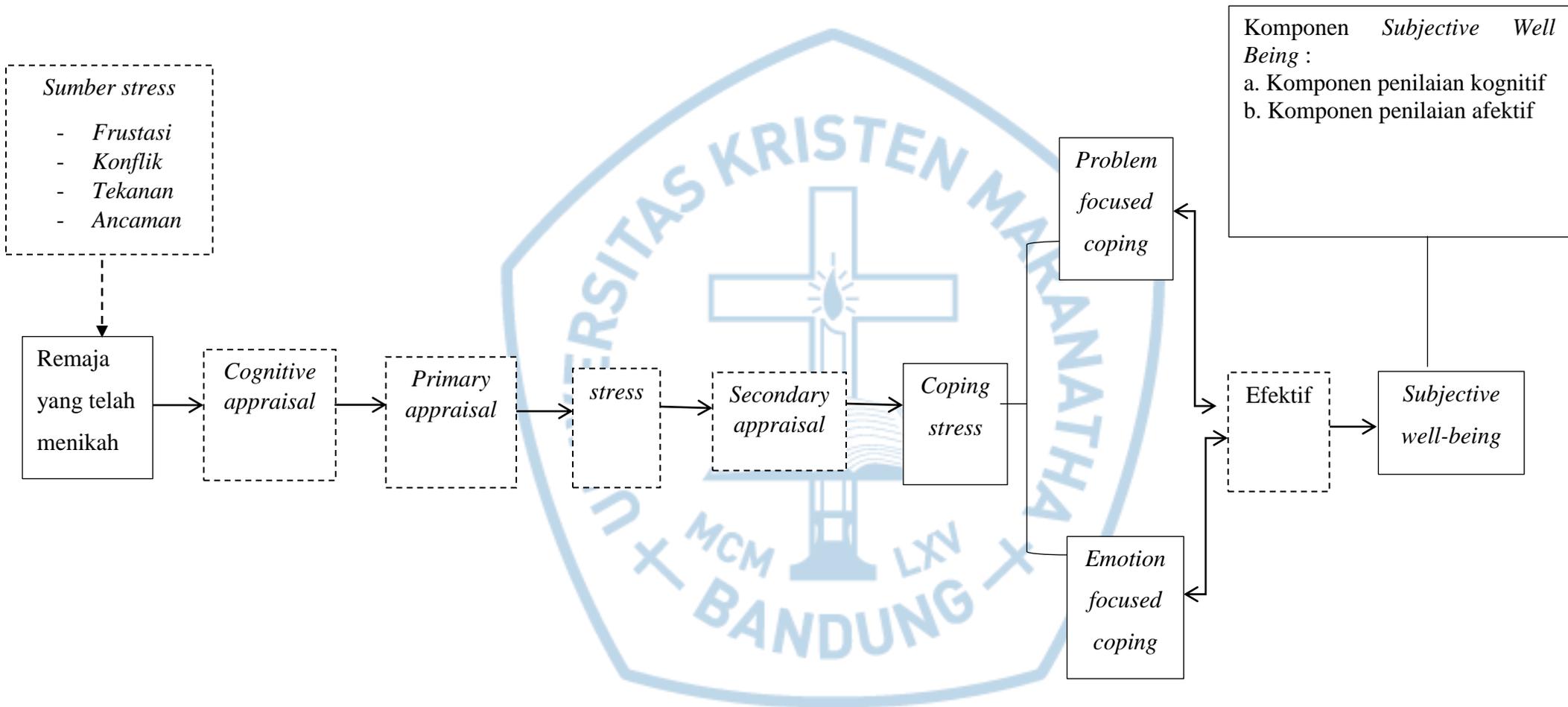
Remaja yang telah menikah yang memiliki afek positif yang tinggi dapat dilihat ketika menjalani kehidupan pernikahannya dengan kegembiraan, bangga, sabar, dan penuh kasih

sayang. Apabila afek positif yang dimiliki remaja yang telah menikah rendah, maka remaja akan lebih sering merasakan marah dan kecewa dalam kehidupannya. Seorang remaja yang memiliki afek negatif yang tinggi dapat dilihat ketika menjalani kehidupannya penuh rasa marah, kecewa dan sedih. Apabila afek negatif yang dimiliki remaja yang telah menikah rendah maka remaja yang telah menikah akan lebih merasakan emosi positif seperti keceriaan dan kegembiraan.

Dalam hasil studi Nunes dan Melo (2016), *emotion focused coping* dan *problem focused coping* adalah strategi yang paling terkait dengan *subjective well being*, hasil menunjukkan bahwa *problem focused coping* adalah sumber daya yang akan digunakan agar *subjective well being* mencapai tingkat yang lebih tinggi. *Problem focused coping* dapat memengaruhi penilaian kognitif pada *subjective well being* seperti ketika remaja yang telah menikah lebih mampu mencari solusi dan menyelesaikan permasalahannya maka remaja yang telah menikah dapat menilai kehidupannya secara lebih positif dan menilai bahwa kehidupannya sudah sesuai dengan standar keinginannya.

Emotion focused coping berhubungan dengan emosi yang dapat memengaruhi penilaian afektif pada *subjective well being*. Remaja yang telah menikah dapat melakukan kontrol terhadap respon emosi pada situasi penyebab *stress* yang dialami, sehingga remaja yang telah menikah lebih mampu merasakan emosi positif seperti keceriaan, dan kebahagiaan.

Uraian di atas secara skematis dapat digambarkan sebagai berikut :



Bagan 1.1 Kerangka Pikir

1.6 Asumsi Penelitian

1. Peran dan tugas dalam pernikahan dapat membuat remaja perempuan yang telah menikah merasa *stress*.
2. Dalam mengelola *stress* yang dirasakan, remaja perempuan yang telah menikah dapat melakukan *coping stress* dengan *problem focused coping* dan *emotion focused coping*.
3. *Subjective well being* pada remaja perempuan yang sudah menikah dapat dibentuk dari penilaian kognitif yang meliputi kepuasan hidupnya, serta penilaian afektif yang meliputi afek yang sering dirasakan.
4. Ketika remaja perempuan yang telah menikah menggunakan *coping stress* secara efektif, maka hal tersebut dapat membuat remaja perempuan mengalami kepuasan hidup dan sukacita yang sering.

1.7 Hipotesis Penelitian

1. Terdapat hubungan antara *problem focused coping* dan *subjective well being* pada remaja perempuan yang telah menikah.
2. Terdapat hubungan antara *emotion focused coping* dan *subjective well being* pada remaja perempuan yang telah menikah.