

STRATEGI COPING DAN SUBJECTIVE WELL-BEING REMAJA PASCA ABORSI DI SAMARINDA

Apria Wijayanti¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *Adolescence is a transition period between childhood and adulthood and they are relatively not yet reached the stage of mental and social maturity so they have to face conflicting emotional, psychological, and social pressures. Indonesian youth is currently experiencing rapid social change from traditional society to society modern, which also changes their norms, values and lifestyle. The purpose of this study was to determine the effect of coping strategies and subjective well-being adolescents after abortion in Samarinda. Researchers used qualitative research with a phenomenological approach. Researchers used snowball sampling techniques, the method of data collection in this study used observation and in-depth interviews with all three subjects. Research results Coping strategies undertaken by post-abortion subjects focused on the problem by getting closer to God, self-centered and focused on lectures. Subjective well-being post abortion subjects will improve their quality of life when their desires are achieved and supported by the surrounding environment.*

Keywords: *Coping Strategies, Subjective Well-Being, Teen Abortion*

ABSTRAK. Masa remaja adalah masa transisi antara kanak-kanak dan dewasa dan mereka relatif belum mencapai tahap kematangan mental serta sosial sehingga harus menghadapi tekanan emosi, psikologi, dan sosial yang saling bertentangan. Remaja Indonesia saat ini sedang mengalami perubahan sosial yang cepat dari masyarakat tradisional menuju masyarakat modern, yang juga mengubah norma-norma, nilai-nilai dan gaya hidup mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengaruh strategi coping dan subjective well-being remaja pasca aborsi di Samarinda. Peneliti menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Peneliti menggunakan teknik snowball sampling, metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara mendalam dengan ketiga subjek. Hasil penelitian Strategi coping yang dilakukan subjek pasca aborsi berfokus pada masalah yaiu dengan mendekati diri kepada tuhan, beriterospeksi diri dan fokus pada kuliah. Subjective *well-being* pada subjek pasca aborsi akan meningkatkan kualitas hidup mereka saat keinginannya tercapai serta didukung oleh lingkungan sekitar.

Kata kunci: Strategi Coping, Subjective Well-Being, Remaja Aborsi

¹ Email: wijayantiapria@yahoo.com

PENDAHULUAN

Remaja Indonesia saat ini sedang mengalami perubahan sosial yang cepat dari masyarakat tradisional menuju masyarakat modern, yang juga mengubah norma-norma, nilai-nilai dan gaya hidup mereka. Sehingga mudah terpengaruh terhadap lingkungan disekitarnya. Remaja yang dahulu terjaga secara kuat oleh sistem keluarga, adat budaya serta nilai-nilai tradisional yang ada. Perubahan-perubahan pada remaja berdampak pada berbagai aspek kehidupannya. Seperti fisik, psikologis dan sosial. Perubahan fisik yang dialami remaja berhubungan dengan produksi hormone seksual dalam tubuh yang mengakibatkan timbulnya dorongan emosi dan seksual. Sehingga ketika remaja bersosialisasi dengan lawan jenisnya maka akan mengarah pada interaksi yang semakin dekat. Hal ini menjadi titik rawan karena remaja memiliki sifat selalu ingin tahu dan mempunyai kecenderungan mencoba hal-hal baru. Disamping perubahan fisik pada remaja yang sejalan dengan perkembangan zaman yang semakin modern inilah yang menjadi pemicu timbulnya perilaku seksual pranikah pada remaja. Adriansyah, M, A., & Hidayat, K (2013) ditemukan bahwa jika harga diri dan penalaran moral yang tinggi akan menimbulkan perilaku seksual yang tinggi pada remaja yang berpacaran.

Perilaku seksual pranikah pada remaja saat ini sudah menjadi suatu hal yang tidak tabu lagi. Menurut Sarwono (2011), alasan-alasan yang membuat remaja berhubungan seks dikarenakan adanya paksaan, merasa sudah siap, butuh dicintai, dan takut diejek karena masih perawan atau perjaka. Namun dampak yang didapatkan oleh remaja saat melakukan hubungan seksual pranikah terkadang tidak disadari. Dampak yang saat ini terlihat adalah tindakan aborsi karena hasil perilaku seksual pranikah.

Menurut Zumrotin (2002) dari 2 juta kasus aborsi yang setiap tahunnya terjadi di Indonesia, 70% yang dilakukan oleh kalangan remaja yang kehamilannya tidak dikehendaki sehingga memutuskan untuk melakukan aborsi. Menurut Parawansa (2013), menyatakan bahwa jumlah aborsi di Indonesia dilakukan oleh 2 juta orang-orang tiap tahun, dari jumlah itu 70,000 dilakukan oleh remaja putri yang belum menikah. Apabila disimpulkan dengan kenaikan 100,000 kasus aborsi pertahun saja,

maka dengan menggunakan data WHO ada tahun 2011 dimana kasus aborsi telah mencapai 2,5 juta kasus. Maka ditahun 2014 kasus aborsi dapat diperkirakan telah mencapai 3,1 juta kasus. Apabila 30% dari pelaku aborsi adalah terjadi dikalangan remaja maka kasusnya dapat mencapai 930.000 kasus pertahun. mungkin saja akan terus bertambah apabila tidak dicegah. Apalagi dampak kematian dari (aborsi tidak aman) tersebut akan terus meningkat.

Dari hasil wawancara dari beberapa subjek tentang tindakan aborsi yang dilakukannya, didapatkan hasil bahwa mereka melakukan perilaku seksual pranikah yang sudah sangat lama sehingga ingin melakukannya terus menerus dan tidak ingin berniat untuk berhenti, hingga secara tidak sengaja diketahui bahwa para subjek telah hamil. Perkembangan pola hidup seks bebas menimbulkan dampak semakin banyaknya kasus kehamilan yang tidak diinginkan. Kehamilan yang terjadi menuntut para pelaku seks bebas berusaha mencari solusi dari permasalahan yang sedang dihadapi. Sebagian perempuan yang mengalami kehamilan yang tidak diinginkan mencari pelayanan aborsi terlepas dari legalitas aborsi maupun ketersediaan pelayanan yang aman (Suratno, 2009). Menurut MacArthur & MacArthur (2009) mendefinisikan strategi *coping* sebagai upaya-upaya khusus, baik *behavioral* maupun psikologis, yang digunakan orang untuk menguasai, memberikan toleransi, mengurangi atau meminimalkan dampak kejadian yang menimbulkan stress pada individu. Untuk itu dampak dari pasca aborsi yang dilakukan para remaja terlihat berpengaruh pada *subjective well-being* serta strategi *coping*-nya. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana pengaruh *subjective well-being* dan strategi *coping* remaja pasca aborsi.

TINJAUAN PUSTAKA

Strategi Coping

Menurut Lazarus & Folkman (dalam Sarafino, 2006) *coping* adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengatur kesenjangan persepsi antaratuntutan situasi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan tersebut. Menurut Taylor (2009) *coping* didefinisikan sebagai pikiran dan perilaku yang digunakan untuk mengatur tuntutan internal maupun eksternal dari situasi yang menekan. Menurut Baron

& Byrne (2005) menyatakan bahwa *coping* adalah respon individu untuk mengatasi masalah, respon tersebut sesuai dengan apa yang dirasakan dan dipikirkan untuk mengontrol, mentolerir dan mengurangi efek negatif dari situasi yang dihadapi.

Flokman & Lazarus (dalam Sarafino, 2006) secara umum membedakan bentuk dan fungsi *coping* dalam dua klasifikasi yaitu *Problem Focused Coping (PFC)* adalah merupakan bentuk *coping* yang lebih diarahkan kepada upaya untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan, artinya *coping* yang muncul terfokus pada masalah individu yang akan mengatasi stres dengan mempelajari cara-cara keterampilan yang baru. Kemudian yang kedua adalah *Emotion Focused Coping (EFC)* merupakan bentuk *coping* yang diarahkan untuk mengatur respon emosional terhadap situasi yang menekan. Individu dapat mengatur respon emosionalnya dengan pendekatan *behavioral* dan kognitif.

Subjective Well-Being

Subjective well-being merupakan evaluasi subyektif seseorang mengenai kehidupan termasuk konsep-konsep seperti kepuasan hidup, emosi menyenangkan, *fulfilment*, kepuasan terhadap area-area seperti pernikahan dan pekerjaan, tingkat emosi tidak menyenangkan yang rendah (Diener, 2008). Ryan dan Diener (2008) menyatakan bahwa *subjective well-being* merupakan payung istilah yang digunakan untuk menggambarkan tingkat *well-being* yang dialami individu menurut evaluasi subyektif dari kehidupannya. Diener (1994) menyatakan adanya 2 komponen umum dalam *subjective well-being* yaitu dimensi kognitif dan dimensi afektif.

Aborsi

Menurut Kartono dan Gulo (dalam Andayani dan Setiawan, 2005), aborsi atau disebut juga pengguguran kandungan, keluron, abortus, atau keguguran adalah pengguguran atau pengenyahan dengan paksa janin (embrio) dari rahim (uterus) selama tiga bulan. Secara umum istilah aborsi diistilahkan sebagai pengguguran kandungan yaitu dikeluarkannya janin sebelum waktunya, baik secara sengaja atau tidak. Biasanya dilakukan saat janin masih berusia muda (sebelum bulan keempat masa kehamilan).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Jenis pendekatan yang dilakukan adalah fenomenologi karena penelitian ini bertujuan memahami pengalaman-pengalaman apa yang dialami oleh subjek di dalam kehidupan ini yakni strategi *coping* dan *psychological well-being* pada remaja yang aborsi pranikah di Samarinda. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja aborsi di Samarinda. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data secara kualitatif berupa wawancara dan observasi.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dibagi dalam beberapa tahapan penelitian dimulai dari tahap persiapan yaitu konsultasi dengan dosen pembimbing skripsi guna penyusunan yang baik dan benar sesuai dengan kaidah dan tata cara penulisan, permohonan ijin secara tertulis menggunakan *informed consent form* kepada subjek untuk terlibat secara utuh dalam penelitian ini.

Memasuki tahapan pelaksanaan, peneliti memulai mengumpulkan data primer dengan cara wawancara kepada semua subjek penelitian yang terlibat, kemudian hasil wawancara tersebut direkam dan dicatat dalam bentuk verbatim serta melakukan observasi terhadap subjek penelitian. Wawancara dilakukan menggunakan alat perekam berupa *handphone*, dan juga peneliti mencatat beberapa hal penting dari proses wawancara. Selama proses pelaksanaan wawancara, peneliti bertanya mengenai kondisi keluarga subjek, hubungan subjek dengan pasangan, bentuk perilaku seksual pranikah subjek, tahapan proses aborsi yang dilakukan subjek, strategi *coping* yang dilakukan subjek pasca aborsi serta *subjective well being* pada subjek pasca aborsi.

Subjek R yang memiliki latar belakang keluarga yang kurang perhatian terlihat dari saat kecil sudah ditinggalkan oleh ibunya dan hanya mendapat perhatian dari ayah, ibu tiri dan pacar serta ibu dari pacarnya. Subjek juga lebih memusatkan perhatiannya kepada pacarnya karena saat ini subjek satu kota dengan pacarnya dan setiap hari bertemu sehingga perilaku seksual pranikah menjadi lebih sering terjadi. Sehingga saat diketahui bahwa subjek

hamil, cukup terkejut dan karena alasan masa depan sehingga subjek dan pacarnya memutuskan mengambil jalan aborsi.

Setelah dilakukan aborsi subjek merasa keinginannya tercapai dan lebih lega karena tidak terjadi hal yang tidak diinginkan seperti nikah muda atau berhenti kuliah. Subjek juga merasakan kepuasan dalam hidupnya setelah melakukan aborsi karena pacar subjek tetap bersama dan tidak memutuskan hubungan, disamping itu subjek juga konsisten terhadap alasan masa depannya sehingga subjek menjadi lebih positif dalam menjalani perkuliahan.

Namun di sisi lain subjek tidak luput dari rasa bersalah yang timbul akibat setelah melakukan aborsi. Subjek merasa seharusnya tidak melakukan aborsi jika saja hubungan seksual pranikah yang dilakukannya dapat dicegah, untuk itu saat ini yang dilakukan subjek untuk menanggulangnya adalah dengan mendekati diri kepada Tuhan, menulis di buku harian jika perasaan rasa bersalah tersebut muncul kembali dan membantu kesibukan pacarnya yang juga berkuliah. Hal ini membuat subjek lebih merasa tenang dan lupa dari masalah yang pernah dialaminya. Subjek juga kembali menyibukkan dirinya di kuliah karena sebelumnya sempat menjadi terhenti sebentar karena masalah aborsi yang dilakukannya. Namun terkadang ada pula waktunya saat subjek merasa rasa bersalahnya semakin besar dan besar. Untuk itu penanggulangnya adalah dengan berlibur, hal itu dapat membuat subjek lupa dengan rasa bersalah yang dirasakannya.

Subjek AA memiliki latar belakang keluarga yang orang tua nya bekerja sehingga waktu luang terhadap anggota keluarganya pun kurang. Subjek juga anak bungsu yang kurang mendapat perhatian dari orang tua maupun saudaranya. Subjek juga memiliki saudara dengan latar belakang *single parent*. Di lingkungan perkuliahan subjek akhirnya mendapatkan seorang pacar yang kemudian subjek menggantungkan hidup pada pacarnya dan memberikan perhatian penuh kepadanya. Sehingga subjek pun mau melakukan hubungan seksual pranikah dalam waktu singkat. Sampai saat subjek mengetahui bahwa dirinya hamil, pacar subjek yang sangat marah mengetahuinya secara tegas meminta subjek untuk menggugurkan kandungannya. Belum lagi disamping itu subjek takut akan seperti

saudaranya yang membesarkan anak-anaknya sendirian.

Kemudian setelah subjek melakukan aborsi, subjek mengira semuanya akan berjalan seperti biasanya namun diketahui bahwa pacar subjek memutuskan untuk mengakhiri hubungan mereka. Padahal saat itu subjek masih dalam suasana *shock* dan butuh dukungan. Karena tidak ada orang lain yang mengetahuinya. Rasa bersalah dan penyesalan subjek juga semakin besar dan bertambah setia harinya, subjek berusaha untuk mengalihkannya dengan mendekati diri kepada Tuhan dan kembali berfokus kepada kuliahnya. Namun terkadang subjek masih saja dihantui oleh rasa bersalah yang besar sehingga subjek hanya bisa pasrah dan menangi seharian, tidur seharian karena lelah setelah menangis terus menerus, dan mengalihkan rasa bersalahnya tersebut dengan menonton film drama korea.

Oleh karena itu, subjective well being yang dimiliki subjek mengarah ke afek negatif. Karena faktor pacarnya yang meninggalkannya sehingga rasa penyesalan aborsinya semakin meningkatkan. Kemudian rasa bersalah subjek yang membuat subjek tidak merasa puas setelah dilakukannya aborsi. Subjek juga merasa sudah tidak punya masa depan karena perilaku aborsinya tersebut dan tidak ada orang sekitarnya yang mendukungnya.

Lalu pada subjek H yaitu anak tunggal dari kedua orang tua yang memberkan perhatian penuh kepada subjek. Orang tua subjek yaitu ayah subjek berprofesi ssebagai pengusaha yang sudah sukses di kalimantan timur sedangkan ibu subjek adalah seorang ibu rumah tangga, subjek berasal dari handil sehingga subjek harus tinggal di kos selama berkuliah. Subjek sendiri berkuliah di salah satu universitas negeri di samarinda dan sudah mencapai di akhir semester. Subjek sedari kecil memiliki kecukupan dan semua keinginan subjek juga terpenuhi. Sampai saat ini subjek berkuliah pun subjek tetap menjadi seorang yang penurut dan patuh.

Subjek melakukan hubungan seksual pranikah dan melepas keperawanannya bersama pacar subjek saat ini, subjek melakukannya satu minggu tiga kali atau jika ingin saja. Subjek mnegaku jarang sekali menggunakan pengaman karena dirasa kurang nyaman. Namun setelah beberapa kali subjek melakukan hubungan seksual pranikah tersebut

subjek hamil, tanda-tanda kehamilan pun tidak dirasakan karena saat itu subjek juga sedang sibuk. Selanjutnya subjek dan pacarnya memikirkan pilihan apa yang terbaik, apakah melanjutkan kehamilan subjek atau tidak. Pilihan yang tepat menurut mereka adalah dengan aborsi, disamping mereka masih berkuliah dan tidak ingin masa depannya terhenti hanya sampai disitu karena harus menikah, mengurus anak dan mencari nafkah.

Subjek pun melakukan aborsi dengan cara meminum jamu dari seorang tukang jamu yang diketahui memiliki resep jamu untuk mengugurkan kandungan hingga bersih, setelah meminum jamu tersebut selama 6 kali subjek pun mengeluarkan darah seperti orang yang sedang haid. Proses tersebut berlangsung selama dua minggu kemudian normal kembali dan subjek kembali beraktifitas seperti biasa.

Setelah melakukan aborsi subjek merasa dihantui rasa bersalah karena sudah melakukannya, namun subjek merasa harus tetap melanjutkan hidupnya. Untuk itu subjek kembali berkuliah dan menyibukkan dirinya. Lalu subjek juga lebih mendekatkan diri kepada Tuhan. Kemudian ditinjau dari bentuk *emotion focused coping* subjek H jika dihantui rasa bersalah dan subjek mengkonsumsi obat anti depresan.

Kepuasan hidupnya meningkat karena kehamilan di luar nikah yang ia alami dapat diatasi dengan aborsi, dengan begitu subjek dapat melanjutkan masa depannya dengan baik, selain itu subjek merasa puas karena pacar subjek tetap berada di sisinya dan mendukung dengan segala yang ia lakukan. Namun dalam segi dimensi afektif subjek terkadang merasa bersalah karena sudah melakukannya dan merasa takut jika terulang kembali.

Beberapa alasan dari subjek melakukan aborsi dikarenakan takut kepada orang tua, malu dengan kerabatnya teman disekitarnya dan takut akan rasa dikucilkan oleh lingkungannya. Salah satu aspek *subjective well-being* menunjukkan kepuasan hidup dan evaluasi terhadap domain-domain kehidupan yang penting seperti pekerjaan, kesehatan, dan hubungan. Subjek memiliki kepuasan hidup saat perilaku aborsi nya tercapai. Dengan begitu tidak ada lagi hambatan dan masalah dalam hidupnya menyangkut kehamilan yang tidak diinginkan, subjek juga semakin puas saat didukung oleh

lingkungan sekitarnya. Berpengaruh juga terhadap emosi mereka, seperti keceriaan dan keterlibatan, dan pengalaman emosi yang negatif, seperti kemarahan, kesedihan, dan ketakutan yang sedikit. Ketakutan pada remaja setelah melakukan aborsi inilah yang semakin lama akan semakin membawa mereka ke perilaku yang tidak dapat ditebak. Dalam hasil wawancara didapatkan bahwa seluruh subjek dalam penelitian ini merasa stress dan dihantui rasa bersalah. Namun masing-masing dari mereka memiliki penanganan tersendiri.

Rasa takut dalam diri individu sehingga menganggap tidak ada yang akan menerima dirinya dikalangan keluarga dan lingkungan. Para pelaku ini menganggap setelah melakukan aborsi mereka merasa tenang aman karena tidak ada yang mengetahui perbuatan mereka tersebut, terkecuali pelaku dan pasangannya saja, tetapi ada juga sebagian dari subjek setelah terlaksananya aborsi mereka menjadi frustrasi dan stress atas perbuatannya merasa bersalah dan sangat menyesali perbuatannya. Seperti pada salah satu subjek yang jika mengingat kejadian tersebut dapat mengurung diri di kamar. Strategi dalam menghadapi stress atau strategi coping pada subjek pasca aborsi juga beragam. Dimulai dari kembali fokus berkuliah, lebih mendekatkan diri kepada tuhan dan mencoba menerima dan berinterospeksi diri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan, peneliti menyimpulkan bahwa:

1. Strategi coping yang dilakukan subjek pasca aborsi berfokus pada masalah yaitu dengan mendekatkan diri kepada tuhan, beriterospeksi diri dan fokus pada kuliah.
2. *Subjective well being* pada subjek pasca aborsi akan meningkatkan kualitas hidup mereka saat keinginannya tercapai serta didukung oleh lingkungan sekitar.

Saran

Dalam skripsi ini, peneliti menyampaikan beberapa saran-saran yang berguna dan dapat dijadikan pertimbangan bagi semua pihak yang terkait:

1. Bagi Mahasiswa

- a. Diharapkan mampu memberikan informasi mengenai dampak terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan dari perilaku hubungan seksual pranikah. Sehingga para mahasiswa mampu mengendalikan diri dalam menjalin hubungan dengan lawan jenis dan menghindari pola perilaku seksual pranikah.
 - b. Diharapkan pula bagi mahasiswa yang mengalami kehamilan yang tidak diinginkan untuk tidak melakukan aborsi. Ini dikarenakan apapun alasan yang digunakan aborsi diharamkan oleh agama dan aborsi merupakan suatu tindakan yang tidak berperikemanusiaan karena telah menghilangkan nyawa atau hak hidup manusia.
2. Bagi Institusi Pendidikan
- Diharapkan untuk lebih aktif dalam memberikan pendidikan mengenai kesehatan reproduksi, pendidikan agama serta budi pekerti pada anak didiknya
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
- a. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi untuk dapat mengkaji lebih mendalam mengenai aborsi yang dilakukan oleh sebagian remaja akibat hubungan seksual pra nikah.

- b. Peneliti selanjutnya diharapkan mampu untuk mengungkap proses dinamika dan faktor-faktor lain mengenai *subjective well being* serta strategi *coping* para pelaku aborsi khususnya remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriansyah, M. A., & Hidayat, K. (2013). Pengaruh harga diri dan penalaran moral terhadap perilaku seksual remaja berpacaran. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 2(1), 1-9.
- Andayani, 2005, *Perilaku Seksual Pranikah Dan Sikap Terhadap Aborsi (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Program Psikologi Undip Semarang)*, Jurnal Psikologi Undip, Vol. 2, No.2, Desember 2005 (1-10)
- Novi, 2010. *Pergaulan Bebas di Kalangan Remaja*. Jakarta. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Pardede. 2002. *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*. Jakarta. Salemba Medika
- Sarwono, Sarlito, 2012, *Psikologi Sosial*, Jakarta, Balai Pustaka.
- Suratno, Nur Kumala Sari. 2012. *Pengambilan Keputusan Untuk Melakukan Aborsi Pada Mahasiswi*. Jurnal Humaniora UIN Vol. 2 (1) 12-17. Universitas Islam Negeri Yogyakarta.