



**LAPORAN PENELITIAN
MANDIRI**

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul



Universitas
Esa Unggul



Universitas
Esa Unggul



Universitas
Esa Unggul



**GAMBARAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS ISTRI
YANG BELUM DIKARUNIAI ANAK**

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul



Universitas
Esa Unggul

PENGUSUL
Dra. Sulis Mariyanti, M.Si. Psi



Universitas
Esa Unggul

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ESA UNGGUL
JAKARTA 2015**



Universitas
Esa Unggul



Universitas
Esa Unggul



Universitas
Esa Unggul

GAMBARAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS ISTRI YANG BELUM DIKARUNIAI ANAK

Sulis Mariyanti

Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul
sulis.mariyanti@esaunggul.ac.id

ABSTRAK

Setiap perempuan yang menikah tentu mendambakan keturunan untuk melengkapi kehidupan pernikahannya. Namun pada kenyataannya, keturunan yang sangat didambakannya tidak kunjung hadir hingga bertahun-tahun penantian. Dalam menghadapi kondisi tanpa anak biasanya pihak istri yang seringkali dipersalahkan dan dipojokkan. Istri merasa bersalah, merasa terhina dan tertekan karena merasa tidak mampu memberikan keturunan yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Tujuan penelitian ini memperoleh gambaran kesejahteraan psikologis istri yang telah menikah lebih dari 10 tahun dan belum dikarunia anak. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan tiga orang subjek yang dipilih dengan metode *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan interview terstruktur dan mendalam serta observasi non partisipatif. Data interview diolah dan dilakukan analisis berdasarkan tema-tema penting dari ketiga subjek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga subjek menilai dirinya sebagai perempuan yang tidak sempurna karena tidak mampu memberikan keturunan. Namun demikian ketiganya masih memiliki harapan untuk memiliki keturunan dengan tetap menjalani terapi secara rutin. Di sisi lain, berkat dukungan pasangan membuat kedua subjek merasa lebih nyaman membina relasi sosial dan mengisi kesehariannya dengan aktivitas yang bermanfaat untuk orang lain. Sedangkan satu subjek merasa lebih nyaman berjarak dengan lingkungan sosialnya.

Kata Kunci : kesejahteraan psikologis, istri, tanpa anak

Abstract

Every married woman certainly really wants to have a child to fulfil her marriage life. But in fact, the child who really wanted not being present for many years of waiting. In the face of a childless condition is usually the wife who is often blamed and marginalized. Wife felt guilty, humiliated and depressed because they are not able to give children that ultimately can affect their psychological well-being. This research objective is to obtain an overview of psychological wellbeing wife who have been married more than 10 years and have not been blessed with children. This study used a qualitative method with three subjects chosen by purposive sampling method. Data were collected with a structured and in-depth interviews as well as non-participatory observation. Interview data were processed and analyzed based on important themes of the three subjects. The results showed that all three subjects feel themselves as women are not perfect because it is not able to give a child. However, all three still have the hope of having child with a fixed routine therapy. On the other hand, the support of the couple make the subject feel more comfortable build social relationships and fill daily with activities that are beneficial to others. While the subjects felt more comfortable within the social environment.

Keywords: psychological well-being, wife, childless

PENDAHULUAN

Manusia dilahirkan bukan sebagai individu yang akan hidup dengan kesendirian. Mereka akan berinteraksi dengan manusia lainnya dan membutuhkan interaksi yang lebih mendalam dan bermakna baginya. Manusia diciptakan untuk saling berpasangan dengan lawan jenisnya, menikah, dapat saling berbagi serta menemukan kepuasan serta kebahagiaan di dalamnya. Dengan menikah, maka hubungan berpasangan menjadi sah secara hukum, diakui oleh masing-masing keluarga besar dan dapat menjadi ikatan yang kuat bagi pasangan dalam membesarkan anak-anak mereka (Ginanjar, 2009).

Dalam suatu pernikahan yang sehat dan bahagia masing-masing pasangan dituntut untuk memberikan kenyamanan, kasih sayang, saling mendukung, saling percaya dan memiliki komunikasi yang baik untuk membicarakan banyak hal tentang keadaan rumah tangga. Komunikasi yang baik dari pasangan akan mampu menjaga kondisi rumah tangga tetap harmonis dan bahagia. Begitu pula dukungan dari pasangan sangat besar peranannya terhadap kondisi psikologis karena akan mampu mengurangi perasaan sedih, putus asa dan membantu pasangan menyelesaikan masalahnya untuk memperoleh kebahagiaan pernikahan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pernikahan adalah memiliki anak (Manuaba, 1999). Cole menyatakan bahwa pasangan menunjukkan tingkat kepuasan yang tinggi pada awal tahun kehadiran anak dalam pernikahan. Kepuasan pernikahan akan menurun sepanjang tahun-tahun mengasuh anak dan meningkat kembali pada tahun selanjutnya (Lefrancois, 1993).

Menurut data Biro Pusat Statistik (2008) di Indonesia diperkirakan ada sekitar 12 persen pasangan suami istri yang tidak memiliki keturunan. Padahal dalam setiap pernikahan, kehadiran anak sangat dinantikan dan dirindukan bagi setiap pasangan. Menurut Hoffman (1979) menyatakan bahwa nilai anak berkaitan dengan fungsi anak bagi kebutuhan orangtua. Keberadaan anak dalam keluarga bisa berfungsi sebagai penyambung garis keturunan, penerus tradisi keluarga, curahan kasih sayang, hiburan dan jaminan hari tua. Selain itu menurut Arnold dan Fawcett (1990) menyatakan bahwa salah satu manfaat kehadiran anak adalah manfaat emosional karena anak mampu membawa kegembiraan dan kebahagiaan bagi kedua orangtua. Begitu besarnya "nilai" kehadiran anak, maka banyak pasangan menikah yang belum dikaruniai anak rela mengeluarkan biaya untuk melakukan terapi dan pengobatan agar mendapatkan

keturunan baik secara medis maupun non medis (www.aunian.com). Dari penelitian Aisyah Sigar (2008) menyatakan bahwa *coping* awal istri merespon kegagalan terapi infertilitas di RSUP Dr.Sardjito Yogyakarta cenderung negatif seperti munculnya perasaan marah, menangis, sedih, kecewa dan bahkan menarik diri dari lingkungan sosial. Apabila harapan untuk memiliki anak tidak terwujud secara terus menerus, maka pasangan suami istri merasa cemas, gelisah, takut dan depresi (Prasetyono, 2007). Bartura Eck Merning (1987) menemukan bahwa masalah yang dihadapi pasangan yang tidak mampu memiliki keturunan lebih kepada masalah emosional. Keadaan ini juga dialami oleh ibu Maya (nama samaran) yang telah menjalani perkawinan selama 19 tahun. Berikut petikan wawancara singkatnya

Aye tuh rasanye kok sedih banget, kadang rasanya sakiiiiit hati ni mbak .Kalau ibu mertua aye udah mulai nyindir-nyindir aye. Lhaaa katanya aye kagak bisa kasih beliau cucu. Lhaa.. gimanasiapa yang kagak kepengin punya anak....kalau Allah belum kasih ya mau gimana lagi yah, paling cuma istigfar saja biar nggak kepancing marah atau kagak usah ketemu.

Dari wawancara di atas terlihat bahwa ibu Maya merasa dipojokkan, dihakimi, disalahkan dan terbebani oleh sindiran mertua yang membuat dirinya merasa tidak nyaman. Tekanan lingkungan sosial yang menilai kehadiran anak atau kemampuan memiliki keturunan adalah simbol penting bagi seorang istri akan menyebabkan istri mengalami tekanan emosional yang berat. Istri seringkali ditempatkan sebagai orang pertama yang divonis lingkungan sosialnya sebagai penyebab masalah ketidakhadiran keturunan tanpa melihat terlebih dahulu sumber penyebabnya.

Adanya tekanan yang berat karena masalah ketiadaan keturunan seringkali juga menjadi ancaman terhadap kesejahteraan pasangan. Beberapa istri akan merasa terpuruk menghadapi ketidakmampuannya memberikan keturunan, semakin menarik diri untuk menjalin hubungan yang harmonis dengan keluarga dan orang-orang terdekatnya, bahkan muncul reaksi emosi yang berlebihan, dan tidak merasa sejahtera secara psikologis. Ryff (1989) melihat kesejahteraan psikologis (*psychological wellbeing*) bukan hanya sekedar pencapaian kesenangan, namun sebagai perjuangan menuju kesempurnaan yang menunjukkan potensi yang sebenar-benarnya dari seseorang (dalam Ryan dan Deci, 2001). Dengan demikian kesejahteraan psikologis tidak hanya meliputi kebahagiaan namun juga pemberdayaan diri manusia. Oleh karena itu sangatlah menarik

untuk menggali secara lebih mendalam penghayatan kesejahteraan psikologis istri yang belum dikaruniai keturunan dan berbagai upaya untuk memberdayakan dirinya.

TINJAUAN PUSTAKA

Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*)

Terinspirasi oleh Aristoteles, Ryff dan teman-temannya menjelaskan kesejahteraan psikologis tidak hanya terbatas pada pencapaian kesenangan, kebahagiaan, namun juga perjuangan menuju kesempurnaan yang menggambarkan perwujudan potensi sesungguhnya dari seseorang (Ryff dalam Ryan dan Deci, 2001). Dimensi kesejahteraan psikologis meliputi penilaian positif seseorang atas dirinya sendiri (*self acceptance*), kemampuan untuk mengatur kehidupannya sendiri dan lingkungannya (*environmental mastery*), adanya ikatan interpersonal yang berkualitas (*positif relationship with others*), adanya keyakinan bahwa kehidupannya bermakna dan memiliki tujuan (*purpose in life*), adanya kesadaran untuk melanjutkan pertumbuhan dan perkembangan sebagai individu (*personal growth*) serta kesadaran akan adanya determinasi diri (*autonomy*) (Ryff, 1989).

Dimensi-dimensi Kesejahteraan Psikologis

Secara rinci Ryff dan Keyes (dalam Snyder dan Lopez, 2007) melakukan analisa pada enam bagian well-being dan menemukan kesemua dimensi tersebut menjadi faktor penentu, yakni sebagai berikut:

a. Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)

Sikap positif terhadap diri sendiri dengan mengetahui dan menerima aspek-aspek dari diri, termasuk kualitas yang baik maupun yang buruk, serta pandangan positif tentang kehidupan dimasa lampau.

b. Pertumbuhan Diri (*Personal Growth*)

Memiliki rasa untuk pengembangan diri yang berkesinambungan, melihat diri sebagai pribadi yang tumbuh dan berkembang, terbuka pada pengalaman-pengalaman baru, menyadari potensi-potensi pribadi, melihat perkembangan diri dan perilaku diri dari waktu ke waktu, berubah dengan cara-cara yang merefleksikan pengetahuan dan keefektifan.

c. Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Memiliki tujuan spesifik dalam hidup dan kontrol atas diri pribadi, merasakan makna dari kehidupan masa lalu dan sekarang, memegang keyakinan-keyakinan yang mengarahkan pada tujuan hidup, memiliki tujuan dan sudut pandang dalam hidup.

d. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Kemampuan individu untuk memilih dan membentuk lingkungan yang sesuai dengan dirinya, memiliki rasa penguasaan dan kompetisi dalam mengatur lingkungan, mengontrol aturan-aturan kompleks dalam aktivitas-aktivitas eksternal, dapat memanfaatkan dengan efektif kesempatan-kesempatan yang ada di sekeliling, mampu memilih dan menciptakan hal-hal yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi.

e. Otonomi (*Autonomy*)

Kemampuan individu untuk menjadi unik dan berbeda, mandiri, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur perilaku dari dalam diri, mampu menghindari tekanan sosial dan mampu bertindak dengan cara-cara tertentu serta mengevaluasi diri dengan standar pribadi.

f. Hubungan Positif dengan Orang lain (*Positive Relations With Others*)

Memiliki hubungan yang hangat, saling memuaskan dan mempercayai dengan sesama, mampu untuk terlibat dalam hubungan yang mendalam dan beridentifikasi dengan orang lain, memiliki kemampuan yang kuat untuk berempati, merasakan dan berhubungan akrab, memahami makna memberi dan menerima dalam hubungan antar sesama.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis

Ryff (1995) mengemukakan bahwa Kesejahteraan Psikologis seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni usia, jenis kelamin, budaya dan status social ekonomi.

a. Usia (*Age Differences*)

Dalam penelitiannya Ryff (1995) membagi kedalam tiga rentang usia yakni remaja, dewasa dan usia lanjut. Menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis tinggi pada aspek penguasaan lingkungan dan otonomi pada usia remaja sampai dewasa, namun rendah pada aspek pertumbuhan diri dan tujuan hidup terutama di usia dewasa sampai usia lanjut. Sedangkan dua aspek lainnya tidak memiliki hubungan positif dengan ketiga rentang usia tersebut.

b. Jenis Kelamin (*Sex Differences*)

Dalam penelitiannya Ryff (1995) membedakan antara laki-laki dan perempuan, menunjukkan bahwa perempuan pada semua rentang usia memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dalam aspek hubungan positif dengan orang lain dan pertumbuhan diri dibandingkan laki-laki. Sedangkan keempat aspek lainnya tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan.

c. Status Sosial Ekonomi (*Status Social and Economic*)

Dalam longitudinal studynya Ryff (1995) di Winconsin, data tersebut menunjukkan bahwa jenjang pendidikan dan status pekerjaan meningkatkan kesejahteraan psikologis khususnya pada aspek penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan penerimaan diri. Mereka yang menempati kelas sosial yang lebih tinggi memiliki perasaan positif terhadap diri mereka sendiri dan masa lalunya, juga memiliki rasa keterarahan dalam hidup dibandingkan dengan mereka yang menempati kelas sosial yang lebih rendah (Rahayu, 2008).

d. Budaya (*Cultural Differences*)

Dalam penelitiannya Ryff (1995) antara responden dewasa di Amerika dan Korea, menunjukkan bahwa warga Korea memiliki skor lebih tinggi dalam aspek hubungan positif dengan orang lain dan skor rendah pada aspek penerimaan diri. Sedangkan warga Amerika memiliki skor tinggi pada aspek pertumbuhan diri (khususnya wanita) dan aspek tujuan hidup (khususnya laki-laki). Namun rendah pada aspek otonomi baik laki-laki maupun perempuan.

e. Dukungan sosial

Menurut Davis (dalam Febriana, 2014) individu yang mendapatkan dukungan sosial memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Dukungan sosial diantaranya di dapat dari orang-orang terdekat seperti keluarga, sahabat, pasangan, rekan kerja, tenaga ahli maupun organisasi sosial.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan tiga orang informan yang dipilih dengan metode *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan berdasarkan pada pedoman interview semi terstruktur dan mendalam yang mengacu pada dimensi kesejahteraan psikologis dari Ryff (1989) serta observasi non partisipatif. Data

interview diolah dan dilakukan analisis berdasarkan tema-tema penting yang dihayati dan dirasakan oleh ketiga istri yang telah menjalani pernikahan lebih dari 10 tahun dan belum dikaruniai keturunan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Subjek

Penelitian ini terdiri dari 3 informan perempuan yang telah menikah (istri) yang belum dikaruniai keturunan yaitu Anita, Maya dan Yusri (nama samaran).

Tabel 1. Gambaran Umum Informan

Nama	Anita	Maya	Yusri
Usia	37 th	44 th	40 th
Pendidikan Terakhir	S2 Perbankan	SMA	S1 Pendidikan
Agama	Islam	Islam	Islam
Usia Pernikahan	10 th	19 th	16 th
Pekerjaan	Wirausaha	Ibu rumah tangga	Ibu rumah tangga
Pengalaman Hamil	Belum Pernah	Belum Pernah	3 kali keguguran
Terapi dilakukan	Yang Medis, Alternatif	Medis, Alternatif	Medis, Alternatif

Anita saat ini berusia 37 tahun, pendidikan terakhir S2 (Magister Perbankan), sebelum menikah pernah bekerja di sebuah Bank Swasta Jakarta dan secara finansial tergolong cukup mapan. Saat ini, Anita sedang melanjutkan kuliah S3 dan kesibukan sehari-hari selain kuliah, ia membuka rental buku-buku novel dan komik di garasi rumahnya sesuai dengan hobinya membaca serta memiliki usaha membuka rumah indekost 12 kamar. Anita telah menjalani pernikahan selam 9 tahun hingga sekarang ini. Ia dan suaminya dinyatakan sehat oleh dokter saat pernikahan telah berlangsung selama 2 tahun. Pada tahun ketiga pernikahan dinyatakan ada miom di kandungan dan dilakukan operasi pengangkatan miom. Anita juga menjalani terapi medis dengan melakukan program kehamilan namun belum berhasil. Ia juga menjalani terapi alternatif dan mengkonsumsi vitamin untuk menyuburkan kandungan. Hingga kini segala usaha dilakukan baik medis maupun alternatif dan berdoa di depan Ka'bah yang dilakukan bersama suaminya. Anita terkadang merasa putus asa, ia mengaku sering menangis, merasa bersalah kepada suaminya karena dirinya tidak mampu memberikan keturunan,

dan merasa tidak nyaman saat mendapatkan pertanyaan dari lingkungan sekitar tentang “*kapan sih kamu mau punya anak?*”.

Informan kedua adalah Maya, berusia 44 tahun, pendidikan terakhir SMA, ibu rumah tangga, telah menjalani pernikahan selama 19 tahun, suami bekerja sebagai penjaga kantor, dan tinggal di ruangan kecil di dekat kantor tersebut. Maya menikah tanpa disetujui oleh ibu mertua. Setelah menjalani 3 tahun pernikahan, Maya memeriksakan diri ke dokter kandungan dan dinyatakan oleh dokter rahim Maya “kering”. Mendengar itu semua, ibu mertua semakin kecewa bahkan hingga mengatakan “*kok bisa betah sih anak saya sama kamu?*”. Maya hanya menangis dan mengurung diri di kamar setelah mendengar sindiran mertuanya dan lebih memilih untuk menghindari dari pergaulan sosial.

Informan ketiga adalah Yusri, berusia 40 tahun, Pendidikan terakhir (S1) Sarjana Pendidikan, pernah aktif menjadi model *catwalk*, ibu rumah tangga, telah menjalani pernikahan selama 16 tahun, suami adalah salah satu pejabat di perusahaan minyak dan kondisi ekonomi tergolong berkecukupan. Yusri pernah menjalani terapi kehamilan dan berhasil hamil. Namun karena kondisi rahim yang lemah, Yusri mengalami keguguran pada saat usia kandungan 4 minggu. Ia pun melakukan terapi kehamilan kembali dan berhasil hamil. Pada saat usia kandungan 6 bulan, Yusri mengalami keguguran kembali. Yusri mencoba kembali terapi kehamilan dan berusaha *bedrest* dan akhirnya berhasil hamil, namun pada saat kandungan berusia 3 bulan mengalami keguguran kembali. Pada saat itu, ia merasa shock, kecewa, frustrasi dan mengatakan....Tuhan sepertinya tidak mempercayai hingga memutuskan menutup diri dari lingkungan sekitarnya saat itu.

Gambaran Kesejahteraan Psikologis Ketiga Subjek

Temuan penelitian diuraikan ke dalam beberapa tema untuk memudahkan memahami permasalahan secara keseluruhan tentang kesejahteraan psikologis istri yang belum dikaruniai anak dengan mengacu pada konsep teori Ryff (1989). Dari hasil interview mendalam yang mengacu pada 6 dimensi kesejahteraan psikologis kepada ketiga informan, ada beberapa tema menarik yang dapat disimpulkan berikut di bawah ini

1. Ketiadaan anak membuatku merasa menjadi istri yang tidak sempurna

Pernikahan akan membentuk sebuah keluarga yang memiliki tujuan antara lain memperoleh anak (keturunan) sebagai fungsi reproduktif melalui istri yang memiliki kodrat untuk mengandung dan melahirkan anak. Kehadiran anak bernilai penting karena akan menambah kesempurnaan pernikahan. Akan tetapi tidak semua pernikahan dianugrahi keturunan hingga harus menunggu waktu bertahun-tahun dengan penuh harapan serta menjalani berbagai terapi medis maupun alternatif. Ketiga informan telah menunggu lahirnya keturunan dari rahimnya lebih dari 9 tahun (Anita), 19 tahun (Maya) dan 16 tahun (Yusri). Setelah waktu penantian yang panjang, dari ketiga informan ada yang merasa bahwa dirinya sebagai perempuan paling menderita di dunia, merasa Tuhan tidak mempercayainya, merasa tidak berharga, merasa menjadi wanita yang tidak sempurna karena selalu mendapat sindiran dari keluarga suami, selalu mendapat pertanyaan dari lingkungan sekitar yang dirasakan memojokkan dan seakan-akan posisi sebagai istri yang penuh kekurangan menjadi penentu atas ketidakhadiran anak.

Sindiran dari kerabat, saudara suami, ibu mertua pernah membuat saya tersinggung. Kok perempuan nggak bisa hamil, nggak bisa punya anak, nggak bisa kasih cucu, gimana sih? Kok bisa betah anak saya sama kamu? Kata-kata itu selalu terngiang di telinga. . Orang-orang ngeledekin aye mandul. Pas itu aye sakit rasanya... nangis terus pergi ke tempat saudara untuk nenangin diri. Terus aye ikut pengobatan terapi ke dokter selama 1,5 tahun dan 2 tahun ke alternatif sampai banyak yang harus dikeluarkan. Dokter bilang peranakan gue kering, gue nunggu mukjizat aja. Aye ngerasa emang hidup aye kurang sempurna kagak ada anak. Kadang-kadang ati rasanye hampa (Maya)

Terkadang ngerasa gak nyaman kalau ditanya kapan sih kamu mau punya anak? pertanyaan itu rasanya panas di kuping, tapi mau gimana lagi. Saya jawab aja to the point kalau masalah anak urusan Alloh. Manusia mana yang menolak diberikan anak seperti saya yang memang sangat ingin. Saya sering menangis dan menanyakan kenapa Alloh belum memberi kepercayaan padahal secara finansial cukup, berpendidikan.. tapi kenapa ya kok belum dikasih... saya terkadang sedih, mungkin memang saya harus lebih sabar dan tawakal. Saya pernah menenangkan diri dan berdoa di tanah suci agar bisa dipercaya diberikan keturunan... sepulangnya dari sana saya lebih tenang.... hingga saat ini saya masih berupaya rutin ke dokter spesialis kandungan dan terapi alternatif serta vitamin yang menyuburkan kandungan. (Anita)

Kalau ngebahas anak perasaanku langsung ngedrop... gimana gitu jadi sentimentil, aku ngerasa jadi wanita yang paling menderita di dunia... merasa gak sempurna jadi wanita.. ga bisa memberikan keturunan pada suami... terkadang perlu waktu untuk ceria lagi. Sudah 3 kali keguguran... saya shock, terkadang frustrasi... saya jadi lebih pendiam dan menutup diri dari keluarga dan sekitar. (Yusri)

Penilaian-penilaian dari lingkungan yang dirasakan memojokkan dari lingkungan sekitar maupun munculnya perasaan gagal memberikan keturunan kepada suami dan keluarga hingga berjalannya pernikahan lebih dari 9 tahun telah membuat ketiga informan menginternalisasikan penilaian tersebut hingga me"label" dirinya sebagai pribadi yang masih banyak kekurangan dan ketidaksempurnaan (*negative self acceptance*).

2. Tanpa anak, aku dan suamiku tetap saling menguatkan

Kehadiran anak diyakini mampu menciptakan keceriaan, kebahagiaan pernikahan dan pengikat yang mempererat hubungan suami dan istri. Namun sebaliknya ketidakhadiran anak pada pasangan suami istri dapat mempengaruhi berbagai macam pengambilan keputusan antara lain bercerai, berpoligami, mengadopsi anak, menjalani bayi tabung atau tetap hidup berdua. Ketiga informan hingga lebih dari 9 tahun pernikahan bahkan lebih dari 19 tahun pernikahan tetap hidup bersama pasangannya. Bahkan ada harapan dan keinginan yang kuat untuk memiliki anak, merasa hubungan informan dengan pasangannya menjadi semakin lebih dekat, dan saling menguatkan. Para informan menyatakan bahwa mereka mempercayai sepenuhnya pasangannya, berusaha untuk mengkomunikasikan apa pun yang dialami dan dirasakannya, membuat kesepakatan-kesepakatan yang saling menguntungkan, saling mendukung dan berkeinginan untuk terus mempertahankan pernikahan.

Suami aye baik, suka bangga masak aye, suka beliin buku resep masakan, kagak pernah kasar... kagak pernah nuntut-nuntut amat aye punya anak... kagak ini itu, kagak minta macem-macem dah. Aye percaya aja sama suami, karena dia tuh baik. Juge soal anak, suami bilang kagak usah dipusingin ye, aye nurutin ape mau suami, aye biarin suami yang ngatur. Aye berusaha jage rumah tangge aye langgeng, bahagia terus... ngelakuin ape aje supaya perkawinan aye ama suami langgeng (Maya)

Selama ini hubungan kami selalu mesra dan kami jaga dengan baik. Suami belum pernah memperlakukan ketidakhadiran anak...kami masih menikmati hidup dengan normal...saya percaya kepada suami saya. Suami sangat memanjakan saya, kami menyempatkan diri untuk selalu bisa pergi berdua. Kalau ada masalah selalu kami bicarakan berdua sampai menemukan penyelesaian yang terbaik bagi kami berdua. Dengan kesabaran dan dukungan suami saya dapat menjalankan pernikahan dan hari-hari sebagai istri dengan ceria. (Anita)

Suamiku sangat baik...Kita saling mendukung satu sama lain. Suamiku punya peran penting jadiin aku lebih dewasa dalam menilai dan ngadepin masalah. Terutama ketika ngebahas masalah anak, suamiku sangat ngertiin aku dan selalu sabar ngadepin sikapku. Dulu aku sering sakit hati, perasaan ngeganjel, nyesek di dada karena dibawa perasaan kenapa aku belum bisa anak, sering nangis dan curhat ke suami. Kita berusaha saling membahagiakan, melakukan apapun atas kesepakatan dengan suami. Aku termasuk istri yang terus berusaha untuk mewujudkan kebahagiaan dalam pernikahanku dengan suamiku (Yusri)

Ketiga informan mampu mengelola hubungan interpersonal secara emosional dan mengembangkan kepercayaan satu sama lain dengan pasangannya. Meskipun tanpa anak, ketiga informan tetap merasakan kenyamanan dan kehangatan dalam pernikahannya (*positive relationship with others*). Ketiga informan juga memiliki kepedulian terhadap kesejahteraan pasangannya, mampu bersikap *take and give* dalam relasi dengan pasangannya dan berkeinginan untuk mempertahankan hubungan tersebut. Menurut pendapat Ryff (1995) nilai positif dari kesehatan mental dapat membuat seseorang mampu mengidentifikasi apa yang hilang dalam hidupnya. Meskipun dalam kehidupan irforman tidak dianugerahi keturunan, tetapi dengan adanya dukungan sosial dan emosional dari pasangan telah mampu meredakan tekanan emosional serta memberikan kesejahteraan psikologis hingga pernikahan tetap dirasakan membahagiakan. Selain itu adanya hubungan positif dengan orang lain baik dengan pasangan, keluarga dan sekitarnya dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang Ryff (dalam Ryff & Singer, 2008)

3. Berbagai usaha tetap aku lakukan untuk memiliki anak

Tekanan dari lingkungan sosial yang menganggap memiliki keturunan adalah simbol penting bagi seorang perempuan akan menyebabkan istri mengalami tekanan emosional yang berat. Tekanan emosional dalam diri disebabkan karena adanya perasaan tidak

sempurna, tidak berharga, tidak dipercaya Tuhan dan paling menderita di dunia. Namun demikian, dari ketiga informan memiliki upaya yang berbeda dalam menghadapi situasi emosional yang membebani. Ketiga informan tetap mampu melakukan perilaku yang cukup konstruktif meskipun tekanan dari lingkungan sekitar dirasakan membebani pikiran dan perasaannya sebagai perempuan yang belum mampu memberikan keturunan (*environmental mastery*). Ketiga informan menjalani berbagai terapi mulai terapi medis dengan suntik hormon, mengonsumsi penyubur kandungan maupun terapi non medis dengan terapi pijat maupun mengonsumsi ramuan-ramuan untuk menambah kesuburan. Ketiga informan juga mengaku semakin dekat dengan Tuhan untuk, melakukan introspeksi diri tentang perjalanan hidupnya, berusaha memperbaiki perilakunya ke arah yang lebih positif menghadapi tekanan dari luar dirinya dan ada juga yang melakukan adopsi anak (*autonomy*).

Sekarang lagi jalanin alternatif pijet perut setiap minggu hampir 2 tahun, konsumsi vitamin dari dokter untuk menyuburkan kandungan ...bikin badan naik banyak, pipi tembem...biarlah demi untuk dapat anak. Bukan Cuma saya sendiri yang belum punya, banyak di luaran sana juga bernasib sama bahkan ada yang lebih lama dari saya menikahnya. Saya makin dekat sama Allah, berdoa di tanah suci berusaha belajar sabar, tawakal, tabah. Berpikir santai dan berikhtiar mencari jalan keluar, saling terbuka sama suami. (Anita)

Aye ngejalanin terapi kehamilan ke dokter spesialis ampe bertaun taun tapi belum ada hasil. Aye kagak putus ase, aye datengin terapi pijet perut tetap aje belum berhasil. Sekarang aye terus berdoa, moga ade mujijat. Aye ikhlas kalau keinginan kite kagak lebih baik daripada takdir Allah. Pikiran aye lurus-lurus aje....mikir yang lebih jauh aje , ngejaga sikap aje biar orang bilang ape....aye tuh suseh bergaul....aye suka sebodo amat ame orang yang suke ngledekin aye mandul. Itu bukan urusan loe pade...aye punye anak ape kagak itu mah urusan Allah. (Maya)

Aku pengen pernikahanku tetap bahagia. Apa yang jadi tujuan dan cita-citaku pasti aku usahakan semampuku meskipun jalannya pelan dan lambat. Gitu juga dengan keinginanku untuk punya anak. Saat ini aku lagi jalanin terapi hormon dan pijet alternatif. Sekarang aku percaya bahwa Allah memberikan yang terbaik untuk pernikahan kita. Bukan sombong dengan fasilitas yang kita punya, kita mau ngadopsi anak dan insya Allah kita akan membesarkan dengan layak. (Yusri)

Beberapa penelitian menghubungkan perasaan terstigma, dinilai negatif dengan depresi dan kesedihan. Namun tidak ada informan dalam penelitian ini yang terpuruk karena ketidakmampuan memberikan keturunan. Berbagai upaya telah dilakukan istri mengatasi perasaan tidak nyaman, tertekan dan terpojok menghadapi penilaian sosial. Ketiga informan berusaha untuk melakukan tindakan medis maupun non medis sebagai upaya fisik dan memperbaiki sisi dirinya dengan meningkatkan spiritualitasnya, karena mereka meyakini adanya otoritas Tuhan dalam masalah kehamilan dan pada akhirnya tetap memiliki harapan untuk memiliki keturunan. Hal ini sejalan dengan penelitian Ellison (dalam Taylor, 1995) yang menunjukkan bahwa individu yang memiliki kepercayaan terhadap agama yang kuat dilaporkan memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi dan kebahagiaan personal yang lebih tinggi.

4. Tanpa kehadiran anak, aku ingin tetap menjadi wanita yang berhasil

Ryff (1995) menyatakan bahwa pertumbuhan pribadi ditunjukkan dalam kemampuan seseorang untuk mengembangkan potensi diri secara berkelanjutan, terbuka terhadap pengalaman, menyadari potensi dirinya serta memperlihatkan kemajuan dari waktu ke waktu. Dalam penelitian ini kedua informan mampu mengisi kesehariannya dengan kegiatan-kegiatan yang berarti sesuai dengan potensi yang dimilikinya, mulai dari berwirausaha, memperdalam materi agama dan menjadi motivator. Namun hanya informan Maya yang terlihat kurang aktif berkegiatan untuk mengembangkan ketrampilan yang dimilikinya. Saat ini, ia masih “bersibuk” dengan ketidaknyamanannya berbaaur dengan lingkungan sosialnya.

Saya ini tipekal orang rumahan yang seneng suasana tenang, sangat mendukung hobi saya yang suka baca komik, novel, buku-buku pengetahuan, buku agama. Buku saya buanyak dan saya pikir-pikir ...bagus juga kalau disewakan. Akhirnya saya buka rental buku....lalu berkembang ke jual pulsa elektronik...sampai nyediain makanan kecil dan minuman untuk dijual ke penyewa yang lagi baca di tempat. Bahkan sudah 5 tahun ini, biar rumah tidak sepi saya buka kost-kostandi tanah belakang ada 12 kamar. Bisnis kecil-kecilan yang awalnya dari hobi.....teernyata saya bisa bisnis juga ya...(Anita)

Nggak semua orang diberikan kesempurnaan untuk punya anak oleh Alloh, tapi kalau Anda tau, Anda akan mencari dan membuat kebahagiaan itu sendiri. Saat ini standarku dalam menilai kebahagiaan udah gak ngoyo lagi. Aku ingin pernikahanku bahagia, langgeng, bisa bantu orang lain atau bisa bahagiain

orang lain, melakukan yang positif lebih bermanfaat. Kalau waktu kosong aku lebih suka baca buku-buku islami. Sekarang sering diminta jadi pembicara untuk ngasih motivasi di majelis taklim, di lingkungan sekitarku, kadang di panti asuhan yang kubantu...Anda tau gak...ketika Anda banyak tersenyum, senyum itu ibadah ..dan membuat Anda lebih sabar. Aku juga ingin banyak bermanfaat untuk orang lain.(Yusri)

Waktu aye banyak, kadang baca buku-buku resep yang suami beliin atau nonton tv aje, lebih sering di rumah aje. Khan belum ade anak, jadi perhatian aye Cuma ke suami aye. Sekarang aye lebih bisa mikir jauh aje, lebih ngejaga sikap aje di depan banyak orang...karena udah tue kali ye...lebih sabar...lebih tawakal..ya ...udah terime aje.(Maya)

Kedua informan Anita yang berlatar belakang pendidikan S2 dan sedang menjalani kuliah S3 dan Yusri yang berpendidikan terakhir S1 terlihat tidak menyerah pada keadaan yang belum memberikannya kesempatan memiliki anak. Keduanya mampu dan mau membuka diri terhadap pengalaman baru yang diperolehnya saat bersama-sama dengan orang lain hingga menginspirasinya untuk membuka bisnis di rumah (Anita), maupun menjadi motivator bagi ibu-ibu yang mengalami nasib yang sama (Yusri). Ketiadaan anak tidak “membelenggu” Anita dan Yusri menjadi orang yang pasif, namun telah mampu mendorongnya untuk mengaktualisasikan potensinya (*personal growth*). Hal ini sejalan dengan penelitian Ryff & Singer (1996) yang menyatakan bahwa dimensi pertumbuhan pribadi lebih tinggi pada kelompok berpendidikan tinggi dibandingkan dengan pendidikan yang rendah. Selain itu menurut Coopersmith (dalam Murk, 2006) menyebutkan adanya pencapaian keberhasilan atau competence, individu akan merasa memiliki harga diri yang tinggi yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Sementara itu, informan Maya dengan pendidikan terakhir SMA dan memiliki kehidupan ekonomi yang “pas-pasan” terlihat lebih pasif dan pasrah dengan keadaannya saat ini. Ia belum memiliki ide untuk mengembangkan diri dengan ketrampilan yang dimilikinya dan lebih memilih melayani keperluan suami.

Tabel 2. Ringkasan Kesejahteraan Psikologis Subjek

Informan	Anita (S2)	Maya (SMA)	Yusri (S1)
<i>Self Acceptance</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Merasa diri tidak dipercaya Allah - Merasa tidak percaya diri karena tidak memiliki ke-turunan 	<ul style="list-style-type: none"> - Merasa menjadi perempuan tidak sempurna - Merasa diri hampa karena tidak memiliki keturunan - Merasa selalu dipojok-kan mertua 	<ul style="list-style-type: none"> - Merasa menjadi perempuan yang tidak sempurna - Merasa menjadi perempuan yang paling menderita di dunia, frustrasi
<i>Positive Relationship with others</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Mempercayai pasangan - Saling memanjakan - Mendiskusikan apapun masalah dengan pasangan - Salingmendukung bersama pasangan 	<ul style="list-style-type: none"> - Merasa pasangan selalu membelanya - Mendengarkan dengan patuh apapun nasihat suami - Sangat mempercayai pasangannya - Hubungan dengan mertua kurang harmonis 	<ul style="list-style-type: none"> - Merasa menjadi semakin dewasa karena support pasangan - Berusaha untuk saling membahagiakan - Merasa keluarga besar selalu mendukungnya
<i>Enviromental Mastery</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Menjelaskan secara to the point setiap pertanyaan sekitar yg memojokkan - Membuka diri dengan bergaul di lingkungan sekitar 	<ul style="list-style-type: none"> - Menghindari lingkungan yg dirasa-kan kurang bersahabat - Memilih “berdiam” di rumah 	<ul style="list-style-type: none"> - Menjelaskan dg pendekatan agama setiap pertanyaan yang memojokkan
<i>Otonomy</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Menjalani terapi medis dan non medis serta berla-tih sabar 	<ul style="list-style-type: none"> - Menjalani terapi medis dan non medis serta berla-tih sabar 	<ul style="list-style-type: none"> - Menjalani terapi medis dan non medis serta berla-tih sabar - Memutuskan untuk adopsi
<i>Purpose in Life</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Menjaga pernikah-an tetap bahagia dan langgeng 	<ul style="list-style-type: none"> - Menjaga pernikah-an tetap langgeng 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengusahakan pernikahan tetap bahagia

<i>Personal Growth</i>	-	Mengembangkan ketrampilan wirausaha dan melanjutkan kuliah S3	-	Mengisi rutinitas keseharian sebagai ibu rumah tangga	-	Menambah wawa-san pengetahuan keagamaan - Menjadi motivator bagi perempuan yang bernasib sama
------------------------	---	---	---	---	---	--

SIMPULAN

Ketiga informan yang telah menikah lebih dari 10 tahun dan belum dikaruniai anak cenderung menilai dirinya negatif. Mereka bertiga merasa menjadi perempuan tidak sempurna, merasa paling menderita dan merasa Tuhan tidak memercayainya. Dengan kata lain, mereka terstigma atau melabel dirinya penuh kekurangan dibandingkan dengan perempuan lain yang diberikan kemudahan untuk memiliki anak. Perasaan diri yang “kurang” sebagai perempuan, pada awalnya disertai dengan reaksi-reaksi emosional kesedihan, frustrasi, shock, berjarak dengan lingkungan sosialnya dan depresi. Namun adanya *support* keluarga dan pasangan yang sangat besar dalam menghadapi perasaan “ketidaksempurnaan”, bekal pendidikan yang cukup serta sikap yang *open mind* dari kedua informan pada akhirnya mampu mengarahkan dirinya menemukan potensi dan mengembangkannya hingga akhirnya merasakan kesejahteraan psikologis. Kedua informan pada akhirnya tidak hanya “berkutat” memikirkan masalah ketidakhamilannya saja, namun mampu menjadi diri yang lebih bermanfaat untuk lingkungan sekitarnya. Hanya satu informan yang saat ini belum merasakan kesejahteraan psikologis karena belum menemukan strategi yang paling tepat dan konstruktif menghadapi tekanan sosial dari lingkungan sekitarnya.

Selain itu, dari penelitian ini memperlihatkan bahwa ketiga informan, saat ini semakin lebih mendekati diri kepada Tuhan (*turning to the religion*) menghadapi kenyataan bahwa terapi yang sudah dilakukannya bertahun-tahun belum memberikan hasil yang menggembirakan. Mereka semakin menyadari bahwa adanya otoritas Tuhan dalam masalah ketidakhamilan pada akhirnya membuat para informan tenang dan menyerahkan segala urusan kehamilan kepada yang Tuhan Yang Maha Kuasa. Ketiga

informan saat ini juga berusaha memperbaiki sisi diri yang lain yang dirasakan masih “kurang” dengan meningkatkan spiritualitasnya.

DAFTAR PUSTAKA

Ginancar, Adrian Soekandar. (2009). *Pelangi di Akhir Badai*. Jakarta : PT.Gramedia Pustaka Utama

Hoffman, L.W., Manis, J.D. (1979). The value of Children in the United Stated : A New Approach to The Study of Fertility, *Journal Of Marriage at the family*.

Murk, C.J. (2006). *Self Esteem Research Theory and Practice Toward A Positif Psychology Of Self Esteem* (3rd ed), New York : Springer Publising Company.

Moleong, Lexy J. (2007). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya

Manuaba. (1999). <http://www.aunian.com/anak>, diakses pada tanggal 2 oktober 2014

Poerwandari, E.K. (2007). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: LPSP3UI

Ryan, M.R., and Deci, L.E. (2001). On Happiness and Human Potentials : A Review Of Research on Hedonic and Eudaimonic Well Being, *Annu, Rev, Psychology 52*, 66 – 141

Ryff, C.D. (1989). Happiness is Everything or Is it? Explorations on the Meaning Of Psychological Well Being, *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1060 -1081

Ryff, C.D., and Singer, B.H. (2008). Know TheySelf and Become What You Are: An Eudaimonic Approach to Psychological WellBeing, *Journal Of Happiness Studies* 9, 13 – 39

Ryff, C.D., and Keyes, C.L.M. (1995). The Structure Of Psychological WellBeing Resivited, *Journal Of Personality and Social Psychology* 69, 719 – 727

Sigar, Aisya. (2001). Koping Istri Dalam Merespon Kegagalan Terapi Infertilitas di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta, ETD, UGM

Taylor, S.E. (1995). *Health Psychology*, 3rd ed Singapore, Mc.Graw Hill.