

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Ketika kedua insan memutuskan untuk membangun rumah tangga, maka dilakukanlah pernikahan (*marriage*) dengan tujuan membangun keluarga yang bahagia. Setelah menikah kedua insan tersebut dikenal dengan nama suami istri dan ada beberapa pasangan yang memutuskan untuk tinggal di rumah sendiri agar dapat mengenal masing-masing kepribadian pasangannya serta melatih kemandirian mereka. Namun demikian, pada kenyataannya masih banyak pasangan suami istri yang menetap tinggal bersama orangtuanya, baik karena faktor ekonomi atau ketidaksiapan orangtua melepaskan anaknya untuk keluar dari rumah dan tinggal bersama orang baru yaitu pasangannya. Menurut Gunarsa (dalam Shabrina, 2017) biasanya para orangtua tidak ingin melepaskan anaknya yang sudah menikah karena memiliki keyakinan bahwa anaknya belum mampu mengurus rumah tangganya sendiri.

Tinggal bersama mertua setelah menikah memiliki kelebihan dan kekurangan. Seperti yang disampaikan oleh Mukarromah (2020), kelebihan tinggal bersama mertua atau orang tua adalah mereka telah memiliki pengalaman hidup yang banyak, sehingga insya Allah telah cukup arif untuk memahami masalah-masalah suami istri yang baru menikah. Mereka dapat memberi bimbingan kepada anak dan menantunya, sehingga mereka dapat membangun keluarga dengan kondisi yang lebih baik. Mereka juga bisa memberikan bantuan-bantuan kepada rumah tangga anaknya, tanpa menjadikan fondasi rumah tangga anaknya lemah. Hal itu seperti yang dialami oleh artis Nia Ramadhani memiliki hubungan yang dekat dengan mertua. Mertua Nia Ramadhani kerap memberikan hadiah-hadiah mewah dan akrab dengan cucu-cucunya (Brilionet.com). Sedangkan, kekurangan tinggal bersama mertua setelah menikah adalah mertua terlalu sering ikut campur dalam urusan rumah tangga anaknya, sering berkomentar, mertua kerap membandingkan menantu dengan menantu lainnya (Rahmah, 2019). Pernyataan ini didukung oleh Hanaco & Wulandari (dalam Shabrina, 2017) dimana ketika sepasang suami istri sudah memutuskan untuk tinggal bersama mertua dalam satu rumah ada kemungkinan akan terjadi sebuah permasalahan, yang menyebabkan kondisi psikis menantu akan terganggu.

Seperti yang dikutip dari *ibuprofesional.com* terdapat beberapa faktor penyebab hubungan mertua dan menantu tidak harmonis yaitu perbedaan budaya keluarga, gap generasi mertua dan menantu, dan intervensi yang berlebihan pada keluarga inti. Menantu yang serumah dengan mertua biasanya menghadapi konflik yang lebih banyak dibandingkan menantu yang tidak serumah.

Hal ini sejalan dengan Seruji dari *Daily Mail*, sebuah penelitian di Jepang mengungkapkan, sebanyak 91.000 sampel pasangan menikah dan telah menikah selama lebih dari 14 tahun, 671 orang diantaranya didiagnosis dengan penyakit *arteri coroner*. Sementara 339 orang meninggal karena penyakit jantung, dan 6.255 meninggal karena penyebab lainnya. Kemudian diungkapkan juga bahwa wanita yang tinggal bersama orangtua atau mertua, sekaligus dengan anak-anaknya, beresiko 3 kali lebih mungkin didiagnosis dengan penyakit jantung, dibandingkan dengan wanita yang hanya hidup dengan pasangannya. Berdasarkan penelitian yang diterbitkan di jurnal *American Heart Association*, orang dewasa dengan tekanan darah normal dan tingkat hormon stres yang tinggi lebih mungkin untuk mengalami tekanan darah tinggi dan kejadian kardiovaskular dibandingkan dengan mereka yang memiliki kadar hormon stres yang lebih rendah. Penelitian ini menunjukkan bahwa stres dan penyakit jantung sangat berhubungan.

Dari penelitian di atas menunjukkan bahwa tinggal bersama orangtua atau mertua bisa memberikan dampak yang kurang menguntungkan bagi kesehatan pasangan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputra et al (2014) yang mereka lakukan di Bukit tinggi, Sumatera Barat menunjukkan bahwa pasangan yang tinggal terpisah dari orang tua atau mertua lebih puas dalam pernikahan mereka karena dengan tinggal terpisah dari orang tua atau mertua membuat mereka lebih nyaman dan tenang sebagai pasangan suami istri, dan merasa lebih bahagia karena apa yang mereka raih adalah atas jerih payah mereka berdua.

Keberadaan tinggal bersama mertua bisa menimbulkan pertengkaran, konflik berkepanjangan dan hingga berakhir dengan pembunuhan. Peristiwa itu pernah terjadi di beberapa daerah di Indonesia. Seperti yang dikutip dari Tribunnews.com, kasus pembunuhan yang terjadi di Sumatera Selatan pada tahun 2021 yang lalu, dimana seorang menantu perempuan (45 tahun) tega meracuni ibu mertua dengan racun biawak hingga tewas karena kerap bertengkar dengan ibu mertua (61 tahun). Pertengkaran antara dirinya dan ibu mertua kerap terjadi, sehingga wanita tersebut berani mengambil keputusan nekat dengan meracuni ibu mertuanya. Masih pada tahun yang sama, kasus pembunuhan yang dilakukan menantu laki-laki terhadap mertua kembali terjadi di Cengkareng, Jakarta Barat. dimana seorang menantu tega membunuh mertuanya dengan linggis karena tersinggung dengan ucapan mertuanya karena menyebut menantunya seorang pengganggu. Kasus pembunuhan tersebut terjadi karena adanya konflik antara menantu dan mertua. Konflik yang tidak terselesaikan dapat menjadi beban dan memunculkan reaksi stres.

Lovallo (dalam Sarafino & Smith, 2017) menyatakan stres memiliki dua komponen, yaitu fisiologis, yang melibatkan perubahan fisik, dan psikologis, yang melibatkan bagaimana individu memandang keadaan hidup. Sedangkan, menurut Lazarus & Folkman (dalam Sarafino & Smith, 2017) stres adalah suatu kondisi yang disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungannya yang berasal

dari sumber daya sistem biologis, psikologis, maupun sosial. Ada tiga pendekatan yang digunakan untuk menjelaskan stres (Sarafino, 2017) yaitu stres sebagai suatu stimulus, stres sebagai suatu respon, dan stres sebagai suatu proses interaksi antara individu dan lingkungannya. Sehingga stres dapat didefinisikan sebagai suatu kondisi yang akan timbul bila transaksi antara individu dan lingkungannya mendorong seseorang untuk mempersepsikan adanya ketidakseuaian antara tuntutan suatu situasi dengan sumber daya yang dimiliki oleh orang tersebut, baik biologis, psikologis, dan sistem sosial (Sarafino, dalam Winurini, 2020)

Respon yang muncul dapat secara biologis, seperti: jantung berdebar, gemetar dan pusing, secara psikologis, seperti: takut, cemas, sulit berkonsentrasi, dan mudah tersinggung, serta secara perilaku seperti mudah menyalahkan orang lain dan mencari kesalahan orang lain. Menantu yang tinggal bersama mertua yang mengalami stres tinggi sering merasa bahwa masukan dari mertua dapat membuatnya tersinggung, sulit berkonsentrasi mengerjakan tugas dirumah atau pun di kantor, dan sakit kepala berlebihan. Dan sebaliknya, menantu yang mengalami stres rendah biasanya menerima masukan dari mertua dengan sabar, merasa nyaman tinggal bersama mertua, mampu mengendalikan emosi, dan memiliki fisik yang sehat.

Sarafino (2017) mengungkapkan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya kondisi stres individu adalah dengan adanya dukungan sosial. Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang diberikan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok. Menantu yang tinggal bersama mertua yang merasakan dukungan sosial tinggi dari orang-orang terdekatnya seperti pasangan, keluarga, serta teman-teman, dapat membuat menantu tersebut merasa disayangi, dihargai, dan lebih termotivasi karena merasa banyak orang yang peduli terhadapnya sehingga ia merasa lebih kuat menghadapi konflik dengan mertua, mampu mengatasi dan menerima keluh kesah atau kritikan mertua, dan bisa berpikir untuk mencari solusi agar konflik tidak berkepanjangan. Hal ini akan membuat menantu merasa lebih tenang dan tidak tegang ketika tinggal bersama mertua. Sebaliknya yang mendapat dukungan sosial rendah dari orang-orang terdekatnya seperti pasangan, keluarga, serta teman-teman dapat membuat menantu mudah marah, sering merasa sakit kepala berlebihan, menurunnya rasa percaya diri, bersikap acuh pada lingkungan disekitarnya, dan tidak mampu mencari solusi terhadap konflik yang sedang dihadapi.

Untuk mengetahui dukungan sosial terhadap stres menantu yang tinggal bersama mertua, maka peneliti melakukan wawancara kepada 3 orang responden yaitu A, B, C dan responden telah tinggal bersama mertua selama 3 tahun lebih.

"Tinggal bersama mertua itu banyak gak enakya. Contohnya aku, tiap pesen makanan online pasti dibilang boros, padahal kita kan ada waktunya lagi gak selera makanan rumahan. Aku ngerasa mau napas aja serba salah dirumah

mertua, apa aja yang aku lakuin pasti dikomentarin. Pengen kabur tapi suami anak semata wayang, dikit-dikit mertua bawa-bawa agama, kalau tanggung jawab anak laki-laki itu pada ibunya bukan orang lain. Untungnya suami adalah tipe suami yang gak menghakimi istri, biasanya kalo aku udah mulai uring-uringan dirumah, dia akan selalu menyemangati aku, diajak shopping, diajak makan makanan enak, pokoknya aku bisa jadi lebih tenang gitu kalau sudah disemangati suami, aku merasa sangat disayangi oleh pasangan". **(Komunikasi pribadi responden A, seorang ibu 2 anak, usia 37 tahun, tidak bekerja).**

" Kalau bisa memilih aku memilih untuk tinggal dikost atau kontrakan setelah menikah. Apalagi aku laki-laki, mertuaku itu sering ngatur banget rumah tanggaku. Aku harus pulang kerja tepat waktu, kalau telat sedikit saja pasti sudah ditanyain, dibilang kasian anaknya seharian ngurus anak,yang lebih parahnya bapaknya sering banding-bandingin dirinya sama saya. Soal pendapatan saya juga sering dikomentarin, katanya apa cukup dengan nominal segitu saya menghidupi anak dan cucunya. Saya tau sih mertua memang memiliki keuangan yang cukup baik walaupun sudah pensiun, tapi saya merasa harga diri saya diinjak-injak. Pasangan juga cuma bisa bilang sabar dan ujung-ujungnya ngebelain mertua juga, akhirnya berujung berantem. Kalau sudah stres mikirin rumah tangga dan kerjaan, biasanya kepalaku akan langsung migrain.". **(Komunikasi pribadi responden B, seorang suami 1 anak, usia 35 tahun, bekerja).**

" Tinggal bersama mertua itu ada enaknyanya dan enggaknyanya, enaknyanya bisa minta bantuan soal pengasuhan anak, kalau gak enaknyanya mertua punya perasaan yang sensitif. Tapi aku sih gak mau ambil pusing, soalnya aku anggap aja mertua itu sama kayak orangtua. Mungkin mereka menasehati untuk kebaikan diri kita, jadi kalau ada konflik biasanya aku gak mau terlalu memikirkannya. Kalau udah mulai stres biasanya aku akan menghubungi teman-teman dan ajak mereka ngopi di cafe, kalo gak sempat ketemu biasanya aku akan menghubungi teman-temanku dan kami melakukan grup call di whatsapp. Kalau udah ngobrol banyak sama teman-teman stres langsung hilang, selain itu suamiku juga selalu jadi pendengar yang baik, sehingga aku dapat melanjutkan aktifitas seperti biasa sehari-hari. Aku merasa teman dan pasangan adalah support system terbaikku". **(Komunikasi pribadi responden C, seorang ibu dengan 2 anak, 34 tahun, tidak bekerja).**

Berdasarkan hasil wawancara ketiga subjek diatas, dapat diduga dua dari tiga responden merasakan adanya tekanan tinggal bersama mertua yang dinamakan stres. Seperti yang diungkapkan oleh responden A dan B. Pada responden A, mertua dianggap sering mengomentari semua tindakan responden, hingga responden sering merasa gelisah dan uring-uringan ketika dirumah mertua. Sedangkan pada responden B, responden merasa mertuanya terlalu sering ikut campur sehingga dia merasa tidak dihargai. Konflik tersebut memunculkan respon seperti sakit kepala

pada responden B. Hal berbeda ditunjukkan oleh C yang tidak terlihat adanya tekanan atau stres. Dapat diketahui bahwa tinggal bersama mertua tidak membuatnya stres karena adanya dukungan yang diterima dari berbagai pihak seperti teman dan pasangan.

Jika dilihat dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Majrika (2018) dengan judul "Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Remaja SMA di SMA Yogyakarta", hasilnya menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres akademik pada remaja SMA di SMA Yogyakarta. Artinya semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan remaja SMA, maka akan semakin rendah stres akademik yang dialami. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang didapatkan remaja SMA, maka semakin tinggi pula stres akademik yang dialami. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Sari (2015) dengan judul "Hubungan antara Dukungan Sosial dan Stres pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul Jakarta Barat", hasilnya terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara dukungan sosial dan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi Esa Unggul Jakarta Barat. Artinya semakin tinggi dukungan sosial maka menunjukkan semakin rendah stres. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi stres.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui adakah pengaruh dukungan sosial terhadap stres pada menantu yang tinggal bersama dengan mertua. Adapun hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu subjek pada penelitian ini berfokus pada pasangan yang sudah menikah dan memiliki tingkat stres cukup tinggi karena bertambahnya beban kerja.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dapat dirumuskan beberapa masalah didalam penelitian yang akan dilakukan, yaitu:

1. Apakah ada pengaruh antara dukungan sosial terhadap stres pada menantu yang tinggal bersama mertua
2. Bagaimana gambaran stres berdasarkan data penunjang pada menantu yang tinggal bersama mertua

1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.3.1 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini, antara lain:

1. Mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap stres pada menantu yang tinggal bersama mertua.
2. Mengetahui gambaran stres berdasarkan data penunjang pada menantu yang tinggal bersama mertua

1.3.2 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk perkembangan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi yang berhubungan dengan psikologi sosial. Selain itu, manfaat lain adalah memberikan informasi tambahan bagi peneliti yang bermaksud untuk melaksanakan penelitian di bidang-bidang terkait.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menantu yang tinggal bersama mertua agar dapat mengatasi stres melalui dukungan sosial yang dimilikinya, selain itu diharapkan juga untuk para mertua agar mampu bersikap bijaksana ketika tinggal bersama menantu, selanjutnya dapat bermanfaat untuk suami/istri agar lebih memperhatikan dan memberikan penghargaan kepada pasangannya agar terciptanya hubungan yang harmonis antara menantu dan mertua yang tinggal bersama.



Universitas
Esa Unggul



Univers
Esa



Universitas
Esa Unggul



Univers
Esa