

***PARENTING STRESS* AKIBAT HAMIL  
DI LUAR NIKAH  
(STUDI FENOMENOLOGI PADA 2 IBU USIA  
REMAJA DI SIDOREJO, PONJONG,  
GUNUNGGKIDUL)**



**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana**

**Disusun oleh:**

**IKA DZUL GARNAIN**

**NIM 22102020021**

**Dosen Pembimbing:**

**Ferra Puspita Sari, S.Pd, M.Pd**

**NIP 19910215 201903 2 018**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2026**

# HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-991/Un.02/DD/PP.00.9/06/2026

Tugas Akhir dengan judul : PARENTING STRESS AKIBAT HAMIL DI LUAR NIKAH (STUDI FENOMENOLOGI PADA 2 IBU USIA REMAJA DI SIDOREJO, PONJONG, GUNUNGKIDUL)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : IKA DZUL GARNAIN  
Nomor Induk Mahasiswa : 22102020021  
Telah diujikan pada : Jumat, 05 Juni 2026  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang  
Ferra Puspito Sari, M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 6a2a23000852b



Penguji I  
Nathul Fatah, S.Ag, M.Si  
SIGNED

Valid ID: 6a2a23000852b



Penguji II  
Arya Fendha Ibnu Shina, M.Si  
SIGNED

Valid ID: 6a2a180a0420b



Yogyakarta, 05 Juni 2026  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Prof. Dr. Arif Mufuhin, M.Ag., M.A.I.S.  
SIGNED

Valid ID: 6a2a232806952

## SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

### SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamu'alaikum warrahmatu  
lil'rahman*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku dosen pembimbing berpendapat bahwa skripsi  
Sundan

Nama: Ika Desil-Gaenan  
NIM: 22102020021  
Judul Skripsi: *PARENTING STRESS IBU USIA REMAJA AKIBAT HAMIL DI  
LUAR NIKAH (STUDI FENOMENOLOGI IBU KALURAHAN SIDOARJO,  
PUNJONG GUNUNGKIDUL)*

skripsi tersebut sudah memenuhi syarat

- Bebas dari unsur plagiarisme.
- Hasil pemeriksaan similaritas melalui Turnitin menunjukkan tingkat kemiripan sebesar 15% dengan menggunakan aturan "small match exclusion" sepuluh kata.
- Sistematika penulisan telah sesuai dengan Pedoman Penulisan Skripsi yang berlaku.

dan sudah dapat diajukan kepada Program Studi Bimbingan dan Konseling dalam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunkanpaskan. Atas perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 25 Mei 2021

Dosen Pembimbing

Tega Puspita Sari, M.Pd.

NIP. 19900215019012018

Mengetahui:

Ketua Program Studi

Zaini Mulyadin, S.Sos.I., M.Pd.I

NIP. 19900428202111029

3444100428202111029

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

### SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ika Dzul Garnain  
NIM : 22102020021  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: Parenting Stress Ibu Usia Remaja Akibat Hamil di Luar Nikah (Studi Fenomenologi Ibu Kalurahan Sidoarjo, Ponjong, Gunungkidul) adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 28 Mei 2026

Yang menyatakan,



Ika Dzul Garnain  
22102020021

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini peneliti persembahkan kepada kedua orang tua saya “Bapak Muhyidin” dan “Ibu Selfiyah” Peneliti yang sepenuh hati fokus pada peneliti sebagai anak semata wayang mereka. Dengan ini peneliti mempersembahkan gelar sarjana untuk kedua orang tua peneliti, Hal ini bukan hanya keberhasilan peneliti tapi juga keberhasilan mereka.



## MOTTO

*"It always seems impossible until it's done."*

Nelson Mandela



## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT karena atas rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Parenting Stress Akibat Hamil di Luar Nikah ( Studi Fenomenologi pada 2 Ibu Usia Remaja di Sidorejo, Ponjong, Gunungkidul)”** ini dengan baik. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penulisan skripsi ini tidak lepas dari hambatan dan tantangan. Namun, berkat bantuan, bimbingan, arahan, serta dukungan dari berbagai pihak, skripsi ini akhirnya dapat diselesaikan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada

1. Prof. Noorhaidi Hasan, S.AG., M.A., M.Phil., Ph.D. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Prof. Dr Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga
3. Zaen Musyirifin, M.Pd.I., selaku Kaprodi Bimbingan dan Konseling Islam
4. Ferra Puspita Sari, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, serta ilmu yang sangat berharga selama proses penyusunan skripsi ini.

5. Anggi Jatmiko, M.A selaku Dosen Penasihat Akademik yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi selama menempuh pendidikan.
6. Seluruh Dosen dan Staf Administrasi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah membekali peneliti dengan ilmu pengetahuan selama masa perkuliahan.
7. Sahabat-sahabat tersayang Arumtyas dan Pulpa yang menjadi teman seperjuangan selama masa perkuliahan.
8. Mba Imas yang berkenan meminjamkan laptop kepada peneliti.
9. Keluarga besar Sunset Caffe and Eatry, Mas Ridho, Mas Sigit, Mas Yogi, Rijal, Dewi, Jandhi, Putty, Mba Nisa, Syahwa, Fathir, Mas Panti yang selalu memberikan support ketika mengerjakan skripsi dan ketika bekerja.
10. Komunitas Laskar Forbid yang menemani proses saya ketika mahasiswa baru.
11. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan baik langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian skripsi ini

***Parenting Stress* Akibat Hamil di Luar Nikah ( Studi Fenomenologi pada 2 Ibu Usia Remaja di Sidorejo, Ponjong, Gunungkidul)**

**Ika Dzul Garnain  
22102020021**

**Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, UIN Sunan Kalijaga  
Yogyakarta**

[22102020021@student.uin-suka.ac.id](mailto:22102020021@student.uin-suka.ac.id)

**ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya angka pernikahan dini di DIY, khususnya di Kabupaten Gunungkidul yang pernah menjadi daerah dengan angka tertinggi. Kondisi ini berkaitan dengan fenomena kehamilan di luar nikah yang mendorong remaja mengajukan dispensasi nikah dan berpotensi menimbulkan *parenting stress* pada ibu usia remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor utama *parenting stress* pada ibu remaja yang mengajukan dispensasi nikah di KUA Ponjong, Gunungkidul. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode studi fenomenologi. Subjek penelitian adalah ibu usia remaja akibat hamil di luar nikah dengan kriteria mengajukan dispensasi nikah di KUA Ponjong, berdomisili di kalurahan sidorejo, masih bersuami, minimal memiliki 1 anak dan tidak memiliki bantuan pengasuhan. Objek penelitian ini adalah faktor utama *parenting stress* pada 2 ibu usia remaja di Kalurahan Sidorejo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor utama *parenting stress* akibat hamil di luar nikah pada 2 ibu usia remaja di Sidorejo, Ponjong, Gunungkidul adalah *Parent Distress, Difficult Child dan Parent Child Disfunctional Interaction*.

Kata kunci: dispensasi nikah; ibu remaja; *parenting stress*; *parenting stress index*

## ***ABSTRACT***

*This research is motivated by the high rate of early marriage in the Special Region of Yogyakarta (DIY), particularly in Gunungkidul Regency, which previously recorded the highest prevalence in the region. This condition is closely linked to the phenomenon of premarital pregnancy, which drives adolescents to apply for marriage dispensations and potentially triggers parenting stress among adolescent mothers. This study aims to determine the primary factors of parenting stress in adolescent mothers who applied for a marriage dispensation at the KUA Ponjong, Gunungkidul. This study employed a qualitative research design with a phenomenological approach. The research subjects were adolescent mothers who became pregnant out of wedlock, met the criteria of having applied for a marriage dispensation at KUA Ponjong, resided in Sidorejo Village, were currently married, had at least one child, and received no childcare assistance. The object of this research is the main factor of parenting stress in 2 teenage mothers in Sidorejo Village. The research results showed that the main factors in parenting stress due to pregnancy out of wedlock in 2 teenage mothers in Sidorejo, Ponjong, Gunungkidul were Parent Distress, Difficult Child and Parent Child Dysfunctional Interaction.*

**Keywords:** *marriage dispensation; adolescent mother; parenting stress; parenting stress index*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ix</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Kajian Pustaka.....	9
F. Kajian Teori.....	12
1. Tinjauan tentang Parenting Stress .....	12
2. Ibu Usia Remaja .....	24
3. Tinjauan tentang Kehamilan Di Luar Nikah .....	28
G. Metode Penelitian.....	34
1. Jenis Penelitian .....	34
2. Fokus Penelitian .....	35
3. Teknik Pengumpulan Data .....	36
4. Teknik Validasi Data.....	37
5. Teknik Analisis Data.....	37
H. Sistematika Pembahasan .....	38
<b>BAB II</b> .....	<b>40</b>
<b>PROFIL SUBJEK</b> .....	<b>40</b>
A. Profil Subjek .....	40
1. SU1 (Subjek Utama 1 D).....	40
2. SU2 (Subjek Utama 2 N).....	41
<b>BAB III</b> .....	<b>42</b>

<b>FAKTOR UTAMA PARENTING STRESS AKIBAT HAMIL DI LUAR NIKAH PADA 2 IBU USIA REMAJA DI SIDOREJO PONJONG GUNUNGKIDUL.....</b>	<b>42</b>
A. <i>Parent Distress</i> .....	43
1. SU1.....	43
2. SU2.....	53
B. <i>Child Difficult</i> .....	66
1. SU1.....	66
2. SU2.....	73
C. <i>Parent Child Disfunctional Interaction</i> .....	81
1. SU1.....	81
2. SU2.....	83
<b>BAB IV .....</b>	<b>86</b>
<b>PENUTUP.....</b>	<b>86</b>
A. Kesimpulan .....	86
B. Saran.....	86
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>87</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	
1. Pedoman Wawancara	
2. Pedoman Dokumentasi	
3. Surat Izin Penelitian	
4. Hasil Cek Plagiarisme	
5. Daftar Riwayat Hidup	

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
 YOGYAKARTA

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Fenomena kehamilan di usia remaja semakin marak terjadi di Indonesia. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, sebanyak 0,9% anak Perempuan usia 10-14 dan 25,8% remaja perempuan usia 15-19 tahun di Indonesia telah mengalami kehamilan pertama.<sup>1</sup> Selain itu, Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2022 mencatat bahwa 7,2% remaja perempuan usia 15-19 tahun pernah hamil atau melahirkan.<sup>2</sup> Hasil dari studi yang telah meneliti 1.050 wanita menunjukkan bahwa 15,5% wanita lajang di Indonesia pernah mengalami kehamilan yang tidak direncanakan dalam lima tahun terakhir. Kelompok usia 15-19 tahun memiliki peluang tertinggi untuk mengalami kehamilan yang tidak direncanakan.<sup>3</sup> Hal ini menunjukkan masih tingginya tingkat kehamilan di usia remaja 15-19 tahun, Sebagian besar kasus terjadi karena pergaulan bebas dan seks pranikah, tentu saja kehamilan ini akan menghambat perkembangan remaja di masa depan.

---

<sup>1</sup> SKI, "Dalam Angka Dalam Angka," *Survei Kesehatan Indonesia (SKI)*, 2023.

<sup>2</sup> "Smart Reproductive Health: Kesehatan Reproduksi, Kreativitas dan Parenting Remaja di Era Digital Angkatan 1," Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025, <https://lms.kemkes.go.id/courses/d80f269c-eabc-42f5-af1b-01b25e3dad9>.

<sup>3</sup> Agung D Laksono et al., "Physical Violence Against Doctors: A Content Analysis from Online Indian Newspapers," *Indian Journal of Community Medicine* 42, no. 1 (2017): 147-50, <https://doi.org/10.4103/ijcm.IJCM>.

Akibat dari fenomena ini yaitu memicu tingginya angka dispensasi nikah di pengadilan agama. Hal ini pastinya dikarenakan kepentingan untuk menutupi aib keluarga, sehingga orangtua akan mengajukan dispensasi ke pengadilan agama agar bayi yang sedang dikandung anak memiliki legalitas dan diakui negara dan agama. Dispensasi nikah menjadi solusi yang diberikan oleh Undang-Undang bagi mereka yang ingin menikah tapi usianya belum mencukupi sesuai ketentuan. Pada tahun 2022 Kantor Kementerian Agama Daerah Istimewa Yogyakarta mencatat terdapat 556 individu yang melangsungkan perkawinan melalui mekanisme dispensasi nikah. Data yang tercatat menunjukkan 188 laki-laki dan 368 merupakan perempuan.<sup>4</sup> Tercatat ada 98 kasus permohonan dispensasi nikah oleh remaja di Kabupaten Sleman dengan faktor dominan pengajuan berasal dari kehamilan di luar nikah.<sup>5</sup>

Pasal 7 ayat (2) tidak menguraikan secara rinci persyaratan maupun kriteria yang dapat dijadikan dasar pengajuan permohonan dispensasi nikah ke pengadilan. Namun, dalam bagian penjelasannya disebutkan bahwa yang dimaksud dengan “alasan sangat mendesak” adalah kondisi ketika tidak terdapat alternatif lain sehingga perkawinan harus dilangsungkan. Sementara itu, “bukti pendukung yang cukup” merujuk pada adanya surat keterangan

---

<sup>4</sup> “Angka Dispensasi Nikah di DIY Tinggi, Paling Banyak di Sleman dan Gunungkidul,” regional.espos.id, 2023, <https://regional.espos.id/angka-dispensasi-nikah-di-diy-tinggi-paling-banyak-di-sleman-gunungkidul-1519436>.

<sup>5</sup> Wijaya Kusuma dan Ihsanudin, “Ada 98 Permohonan Dispensasi Nikah di Sleman dalam Setahun, Terbanyak karena Hamil Dulu,” Kompas.com, 2025, <https://regional.kompas.com/read/2025/01/10/162012378/ada-98-permohonan-dispensasi-nikah-di-sleman-dalam-setahun-terbanyak-karena>.

yang membuktikan bahwa usia calon mempelai belum memenuhi batas usia yang ditentukan undang-undang, serta surat keterangan dari tenaga kesehatan yang memperkuat pernyataan orang tua bahwa perkawinan tersebut perlu segera dilaksanakan. Pemberian dispensasi kawin ini dilandasi oleh semangat pencegahan perkawinan anak dengan mempertimbangkan aspek moral, agama, adat dan budaya, psikologis, kesehatan, serta dampak yang mungkin ditimbulkan. Dalam konteks perlindungan keturunan, pengaturan batas usia minimal perkawinan dalam Undang-Undang Perkawinan maupun Kompilasi Hukum Islam dimaksudkan untuk mencegah terjadinya perceraian dini akibat ketidakstabilan emosi dan belum tercapainya kematangan pasangan yang masih berusia di bawah umur dalam membina kehidupan rumah tangga.<sup>6</sup>

Perubahan pada Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 menjadi Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 tentang Perkawinan menetapkan penyesuaian batas usia menikah, khususnya dengan menaikkan usia minimal perkawinan bagi perempuan sehingga sama dengan laki-laki, yaitu 19 tahun.<sup>7</sup> Ketentuan ini didasarkan pada pertimbangan bahwa usia tersebut dianggap cukup matang secara fisik dan psikologis untuk membangun rumah tangga, mengurangi risiko perceraian, serta mendukung kelahiran anak yang sehat. Kenaikan batas usia dari sebelumnya 16 tahun juga diharapkan dapat menurunkan angka kelahiran,

---

<sup>6</sup> Mashudi dan Napisah, "Problematika Dispensasi Perkawinan bagi Anak di Bawah Umur (Kajian Normatif Hukum Positif di Indonesia)," *JME: Journal of Multidiscipline & Equality* 1, no. 1 (2024): 1–11.

<sup>7</sup> "UU No. 16 Tahun 2019 tentang Perubahan atas UU Perkawinan." (2019).

mengurangi risiko kematian ibu dan bayi, serta menjamin pemenuhan hak anak, termasuk dukungan optimal terhadap tumbuh kembang dan kesempatan memperoleh pendidikan yang lebih tinggi.

Remaja yang menikah pada usia dini umumnya belum memiliki kesiapan secara emosional, finansial, dan sosial untuk menjalankan kehidupan berumah tangga. Ini dapat berpotensi menyebabkan berbagai permasalahan dalam berumah tangga, seperti kekerasan dalam rumah tangga, perceraian, serta tinggi angka kematian ibu dan anak akibat kesiapan dalam merencanakan kehamilan. Di sisi lain, pernikahan dini dapat menghambat potensi remaja dalam perkembangan di bidang pendidikan maupun karir.<sup>8</sup> Menurut penelitian Erikson yang berjudul Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson, anak usia 12-20 tahun akan melalui fase *Identity vs Confusion*. Anak-anak mulai bertransisi ke masa remaja pada tahap ini, yaitu saat mereka mulai menyelidiki identitas pribadi mereka baik di bidang sosial maupun profesional, mengingat bahwa masa remaja dapat dipandang sebagai awal penemuan diri, anak-anak mendapati diri mereka berada di persimpangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Namun demikian, anak-anak mungkin mengalami kebingungan peran jika mereka merasa tidak yakin atau bingung tentang identitas mereka sendiri.<sup>9</sup>

---

<sup>8</sup> Nur Alfa Romy dan Lisbet Situmorang, "Fenomena Pernikahan Dini di Kalangan Remaja," *Pembangunan Sosial* 13, no. 3 (2025): 383–96.

<sup>9</sup> Khairunnisa Nazwa Kamila et al., "Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson," *Early Childhood Journal* 3, no. 2 (2022): 77–87, <https://doi.org/10.30872/ecj.v3i2.4835>.

Perkawinan pada umur yang masih muda akan banyak mengundang masalah yang tidak diharapkan karena segi psikologisnya belum matang. Tidak jarang pasangan yang mengalami keruntuhan dalam rumah tangga karena perkawinan yang masih terlalu muda. Umur menjadi salah satu ciri tingkat kedewasaan dimana dapat mempengaruhi perannya terhadap anak, karena dengan bertambahnya umur seseorang maka terjadi proses kematangan baik organ maupun jalan pikirannya sehingga dapat memberikan pola asuh yang tepat untuk anaknya.<sup>10</sup> Dampak pernikahan usia dini terlihat pada rendahnya pengetahuan dan kualitas pengasuhan anak, kurangnya perhatian orang tua, serta munculnya perilaku pengasuhan yang tidak tepat akibat ketidakmatangan emosional, seperti sikap tidak sabar dan kecenderungan melakukan kekerasan verbal maupun fisik terhadap anak.<sup>11</sup>

Dalam berbagai penelitian menunjukkan jika tingkat *parenting stress* cenderung meningkat secara signifikan pada fase-fase krusial, seperti fase usia dini dan remaja, serta dalam situasi tertentu seperti mengasuh anak kebutuhan khusus, menghadapi tekanan ekonomi, atau berada dalam kondisi keluarga tunggal. Apabila hal ini tidak dapat diatasi dengan baik *parenting stress* dapat berdampak pada menurunnya kesejahteraan psikologis orangtua, memicu kelelahan emosional (*burnout*) serta meningkatkan risiko munculnya

---

<sup>10</sup> Heri Cahyono dan Eka Dewi, "Dampak Pernikahan Dini Terhadap Keharmonisan Keluarga dan Pola Asuh Anak," *At-Tajdid* 2, no. 2 (2018): 226–39.

<sup>11</sup> Asrida A, Hartati S, dan Mugni Wahdaniyah S, "Dampak Pernikahan Dini terhadap Pola Asuh Anak dalam Keluarga," *Jurnal Kesehatan Tambusai* 3, no. 1 (2022): 256–61.

gangguan kecemasan dan depresi, khususnya pada ibu. Selain itu, *parenting stress* juga berpengaruh terhadap menurunnya kualitas pengasuhan.

Berdasarkan data pada Aplikasi Dataku Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (BAPPERIDA) DIY tentang pernikahan dini deret grafik DIY tahun 2023/2024, Kabupaten Gunungkidul menunjukkan angka tertinggi kasus perkawinan anak di bawah umur pada tahun 2023 dengan jumlah kasus mencapai 134 orang, yang menjadi angka tertinggi pada periode pengamatan. Selanjutnya, pada tahun 2024 jumlah tersebut mengalami penurunan menjadi 109 orang. Penurunan ini mengindikasikan adanya upaya pencegahan pernikahan dini melalui kebijakan, program sosialisasi, serta intervensi yang mulai menunjukkan hasil. Walaupun begitu, angka pernikahan dini pada tahun 2024 masih tergolong tinggi.<sup>12</sup> Data tersebut didukung juga dengan rekap data jenis perkara dispensasi nikah tahun 2024 wilayah hukum PTA Yogyakarta, bahwa Pengadilan Agama (PA) Wonosari mendapatkan pengajuan 103, angka tertinggi dibanding PA kabupaten/kota lain di DIY.<sup>13</sup> Data PA Wonosari mencatat bahwa Kapanewon Ponjong menjadi daerah yang paling tinggi permohonan dispensasi sebanyak 25 perkara disusul Kapanewon Wonosari sebanyak 17 perkara.<sup>14</sup> Menurut data

---

<sup>12</sup> “Pernikahan Dini,” BAPPEDA dan BAPPERIDA Daerah Istimewa Yogyakarta, 2025, [https://bapperida.jogjaprovo.go.id/dataku/data\\_dasar/index/807-pernikahan-dini](https://bapperida.jogjaprovo.go.id/dataku/data_dasar/index/807-pernikahan-dini).

<sup>13</sup> “Rekap Data Jenis Perkara Dispensasi Kawin Tahun 2024 – Wilayah Hukum PTA Yogyakarta,” 2024, [https://kingsatker.badilag.net/JenisPerkara/perkara\\_persatker\\_detail/362/45/2024](https://kingsatker.badilag.net/JenisPerkara/perkara_persatker_detail/362/45/2024).

<sup>14</sup> Rini May Astuti, “Perkawinan Usia Dini di Kabupaten Gunungkidul Alami Penurunan” (Gunung Kidul, 2023), <https://www.pa-wonosari.go.id/berita/berita-terkini/505-perkawinan-usia-dini-di-kabupaten-gunungkidul-alami-penurunan-18-januari-2023>.

yang sudah tertera di atas peneliti tertarik untuk meneliti faktor utama *parenting stress* pada ibu usia remaja di daerah yang memiliki angka pernikahan dini dengan jalur dispensasi nikah yaitu di daerah Kapanewon Ponjong, Kabupaten Gunung Kidul.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apa saja faktor utama *parenting stress* akibat hamil di luar nikah pada 2 ibu usia remaja di Sidorejo, Ponjong, Gunungkidul?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan faktor utama *parenting stress* akibat hamil di luar nikah pada 2 ibu usia remaja di Sidorejo, Ponjong, Gunungkidul.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian-kajian yang berkaitan dengan konteks *parenting stress* pada ibu remaja yang hamil di luar nikah.
- b. Menambah referensi selanjutnya bagi peneliti yang akan meneliti tentang *parenting stress* ibu usia remaja akibat hamil di luar nikah.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai *parenting stress* pada ibu remaja yang hamil di luar nikah.
- b. Bagi remaja, diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan agar mempertimbangkan bahwa ketidaksiapan remaja untuk menikah dini akan menimbulkan dampak di kemudian hari.
- c. Bagi orangtua, diharapkan mampu memberikan edukasi lebih awal dan mendalam terutama kepada anak perempuan mengenai dampak kehamilan di luar nikah yang biasanya diakibatkan oleh pergaulan bebas.
- d. Bagi Prodi BKI, sebagai bahan pengembangan keilmuan dan praktik layanan konseling, khususnya dalam menangani permasalahan *parenting stress* pada ibu usia remaja akibat kehamilan di luar nikah. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi dalam merancang strategi intervensi konseling yang tepat, baik secara preventif maupun kuratif, berbasis nilai-nilai keislaman. Selain itu, temuan penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa dan praktisi BKI sebagai acuan dalam memberikan pendampingan psikologis dan spiritual guna meningkatkan kesejahteraan ibu serta kualitas pengasuhan anak.

## E. Kajian Pustaka

Kajian pustaka menjadi acuan penulisan ini, peneliti menggali informasi dari penelitian sebelumnya sebagai bahan perbandingan, baik kelebihan atau kekurangan. Selain itu juga dapat memperkaya teori yang digunakan dalam melakukan kajian penelitian.

Penelitian tentang gambaran *coping stress* dalam *parenting stress* anak tunarungu menunjukkan bahwa setiap ibu yang memiliki anak tunarungu memiliki *parenting stress* yang berbeda dan *coping strategy* yang dilakukan dalam menghadapi situasi dan kondisi yang dihadapinya. Subdomain *parenting stress* yang dialami oleh subjek meliputi *feelings of competence dan social isolation*.<sup>15</sup> Persamaan dalam penelitian ini yaitu membahas mengenai *parenting stress* pada seorang ibu. Perbedaan dalam penelitian ini pada fokus penelitian yang lebih fokus pada gambaran *coping stress* dalam mengatasi *parenting stress* serta subjek penelitian ini ibu dari anak tunarungu.

Penelitian terkait perbedaan *parenting stress* pada ibu berdasarkan status pekerjaan, ekonomi, dan bantuan pengasuhan menunjukkan tidak adanya perbedaan *parenting stress* antara ibu yang bekerja dan tidak bekerja; terdapat perbedaan *parenting stress* antara status ekonomi tinggi, sedang, dan rendah; tidak ada perbedaan *parenting stress*

---

<sup>15</sup> Ayunda Elok Firdayanti, "Gambaran Coping Strategy untuk *Parenting stress* kepada Ibu yang Memiliki Anak Tunarungu" (Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia, 2022).

berdasarkan bantuan pengasuhan.<sup>16</sup> Persamaan pada penelitian ini adalah sama membahas tentang variabel *parenting stress*. Perbedaan dengan penelitian ini dengan penelitian peneliti yaitu dari jenis penelitian penelitian ini kuantitatif sedangkan yang akan peneliti gunakan adalah penelitian kualitatif. Selain itu, subjek penelitian yang berbeda yaitu ibu yang bekerja atau tidak bekerja, status ekonomi dan bantuan pengasuhan.

Skripsi tentang *parenting stress* pada ibu tunggal dari anak dengan keterlambatan tumbuh kembang mengindikasikan bahwa para subjek mengalami *parenting stress* dalam pengasuhan. Pada keempat subjek, *parenting stress* disebabkan oleh kurangnya dukungan dari anggota keluarga atau komunitas saat melakukan pengasuhan, keadaan subjek yang harus bekerja, dan situasi anak yang mengalami keterlambatan dalam pertumbuhan, yang mengakibatkan ketergantungan penuh pada ibu. Oleh karena itu, dari segala keterbatasan kemampuan membuat ibu rentan mengalami *parenting stress*.<sup>17</sup> Persamaan dengan penelitian ini adalah variabel yang diteliti tentang *parenting stress*, pendekatan fenomenologi. Perbedaan dari penelitian ini adalah subjek penelitian pada ibu yang memiliki anak dengan keterlambatan tumbuh kembang.

---

<sup>16</sup> Yulia Fitriani, Fathana Gina, dan Timorora Sandha Perdhana, "Gambaran *Parenting stress* Pada Ibu Ditinjau Dari Status Pekerjaan dan Ekonomi Serta Bantuan Pengasuhan," *Psikostudia : Jurnal Psikologi* 10, no. 2 (2021): 98, <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i2.5697>.

<sup>17</sup> Lamuna, "Parenting stress Pada Ibu Tunggal Yang Mengasuh Anak Dengan Keterlambatan Tumbuh Kembang" (UNIVERSITAS MALIKUSSALEH ACEH UTARA, 2024).

Pada penelitian tesis terkait *parenting stress* ibu usia remaja terhadap kelekatan anak menunjukkan bahwa *parenting stress* muncul akibat faktor yang dialami oleh ibu usia remaja, seperti ketidaksiapan psikologis, kelelahan fisik dan mental, ketidakhadiran suami, serta tekanan sosial dan ekonomi. Hal ini berpengaruh pada kualitas interaksi ibu dan anak, anak menunjukkan gejala gangguan emosi serta kesulitan dalam membangun interaksi sosial.<sup>18</sup> Persamaan pada penelitian ini terdapat pada subjek ibu remaja, dan menggunakan pendekatan fenomenologi. Perbedaan pada penelitian ini tidak membahas tentang kehamilan di luar nikah dan lokasi fenomenologi berbeda yakni di Kabupaten Polewali Mandar.

Penelitian jurnal terkait *parenting stress* pada ibu yang menikah di usia muda terhadap kekerasan pada anak usia dini menunjukkan bahwa ibu yang memiliki tingkat *parenting stress* yang tinggi memiliki kecenderungan untuk melakukan tindakan kekerasan pada anak dibandingkan ibu yang memiliki tingkat stress yang lebih rendah.<sup>19</sup> Persamaan pada penelitian ini pada variabel *parenting stress* pada ibu yang baru memiliki anak. Perbedaan pada penelitian ini pada subjek penelitian ibu usia 20-25.

---

<sup>18</sup> Riska Sasmita, "Stress Pengasuhan Ibu Usia Remaja Terhadap Pola Kelekatan Anak" (Uin Sunan Kalijaga, 2025).

<sup>19</sup> Aisyah dan Isabella Hasiana, "Gambaran Parenting Stres Pada Ibu yang Menikah di Usia Muda terhadap Perilaku Kekerasan pada Anak Usia Dini," *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini* 6, no. 1 (2024): 123–29, <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/IJEC>.

Penelitian jurnal terkait gambaran *parenting stress* yang dialami oleh ibu yang memiliki anak autis menunjukkan hasil bahwa respon stress ibu yang timbul karena mengasuh anak autis bervariasi. Adanya respon fisiologi berupa keadaan fisik yang mudah lelah, respon kognitif berupa kecemasan, respon emosi berupa malu, kecewa, takut dan sedih, serta respon tingkah laku berupa menangis, memukul dan mencubit anak.<sup>20</sup> Persamaan dengan penelitian ini adalah variabel penelitian tentang *parenting stress*. Perbedaan dengan penelitian ini subjek penelitian merupakan ibu dari anak autis.

## F. Kajian Teori

### 1. Tinjauan tentang *Parenting Stress*

#### a. Pengertian *Parenting stress*

*Parenting stress* anak dapat didefinisikan secara ringkas sebagai serangkaian proses yang menyebabkan reaksi psikologis dan fisiologis yang tidak menyenangkan yang timbul dari upaya untuk beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orang tua.<sup>21</sup>

*Parenting Stress* adalah perasaan negatif dalam diri orang tua akibat hilangnya kontrol dalam melaksanakan tanggung jawab

---

<sup>20</sup> Nur Fitriyani Hardi dan Ferra Puspito Sari, "Parenting Stress Pada Ibu Yang Memiliki Anak Autis," *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam* 16, no. 1 (2019): 21–36, <https://doi.org/10.14421/hisbah.2019.161-02>.

<sup>21</sup> Kirby Deater-Deckard, *Parenting Stress* (New Haven and London: Yale University Press, 2004).

sebagai orang tua, baik secara finansial, tenaga serta waktu dalam proses mengasuh dan mendidik anak.<sup>22</sup>

Munculnya perasaan tertekan, secara psikologis, ketidaknyamanan (*distress*) yang berkaitan langsung dengan beban, tuntutan, dan tanggung jawab yang dialami dalam menjalankan tugas pengasuhan pada anak. Tantangan yang timbul ketika tuntutan *caregiving* melebihi sumber daya, kemampuan, atau dukungan yang dimiliki orang tua.<sup>23</sup> Menurut *Parenting Stress Index* (PSI) stress dalam pengasuhan anak mengacu pada tekanan psikologis yang dialami oleh orang tua ketika tuntutan pengasuhan anak dianggap melebihi sumber daya yang dimiliki.<sup>24</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan jika *parenting stress* adalah kondisi dimana orangtua mengalami kondisi yang tidak nyaman dalam menjalankan tanggungjawab sebagai orangtua ketika menghadapi tuntutan *parenting*. Tuntutan yang diterima ini melebihi kemampuan dari sumber daya yang orangtua miliki. Kondisi ini dapat menimbulkan reaksi negatif secara psikologis dan fisiologis.

---

<sup>22</sup> Judy O. Berry; Warren H. dan Jones, "The Parental Stress Scale: Initial Psychometric Evidence," *Journal of Social and Personal Relationships* 12, no. 3 (1995): 463–72.

<sup>23</sup> Sarah A Hayes dan Sophie L Weston, "The Impact of Parenting Stress: A Meta Analysis of Studies Comparing the Experience of Parenting Stress in Parents of Children with and without Autism Spectrum Disorder," *Journal of Autisme and Developmental* 43, no. 3 (2013): 629–42.

<sup>24</sup> Richard R. Abidin, *Parenting Stress Index (PSI) Manual*, 3 ed. (Charlottesville, Virginia: Pediatric Psychology Press, 1995).

## b. Faktor Utama *Parenting stress*

Abidin melalui *Parenting Stress Index* (PSI) mengklasifikasikan sumber *parenting stress* ke dalam tiga faktor utama yaitu *Parent Distress*, *Difficult Child*, *The Parent - Child Dysfunctional Interaction Parenting*. Pembagian ini bertujuan untuk menggambarkan keterkaitan antara faktor utama.

Faktor pertama, yaitu *Parent distress* yang merefleksikan tingkat tekanan psikologis yang dialami oleh orang tua sebagai individu dalam menjalankan peran pengasuhan. Faktor ini menilai sejauh mana orang tua mengalami perasaan tertekan, kelelahan, ketidakpuasan, dan ketidakmampuan secara personal yang berkaitan dengan tuntutan peran sebagai orang tua. Tingkat *parenting stress* ini berhubungan dengan karakteristik individu yang bersumber dari aspek yang meliputi:

Aspek pertama *Feeling of competence*, yaitu orang tua merasa tertekan oleh tuntutan dari perannya dan kekurangan perasaan akan kemampuannya dalam merawat anak. Aspek kedua *Social isolation*, yaitu orang tua merasa terisolasi secara sosial dan ketidakhadiran dukungan emosional dari lingkungan sehingga peran sebagai orangtua dijalani secara individual. Aspek ketiga, *Restriction imposed by parent role*, yaitu orang tua merasa bahwa peran sebagai orang tua membatasi kebebasan pribadi, waktu, memenuhi kebutuhan diri sendiri karena dipenuhi

dengan tuntutan pemenuhan kebutuhan anak. Aspek keempat, *Relationship with spouse* merujuk pada kualitas hubungan orang tua dalam konteks pengasuhan anak dalam bentuk dukungan emosional, kerja sama dan kepuasan dalam relasi perkawinan yang mungkin menjadi sumber stres utama. Aspek kelima, *Health of parent* yaitu kondisi kesehatan fisik dan psikologis orang tua yang mempengaruhi kapasitasnya dalam menjalankan peran pengasuhan. Kondisi kesehatan orang tua yang kurang optimal dapat menjadi sumber tekanan bagi ibu karena akan dituntut untuk tetap melakukan perannya dalam mengasuh anak di tengah keterbatasan kondisi kesehatan yang dialami. Aspek keenam, *Parent depression* yaitu kecenderungan orang tua mengalami beberapa gejala depresi ringan hingga menengah dan rasa bersalah, kelelahan emosional, dan kehilangan minat.

Faktor kedua, yaitu *Difficult child* mempresentasikan persepsi orang tua terhadap karakteristik temperamental dan perilaku anak yang terlibat dalam pengasuhan dapat mempermudah atau justru mempersulit orang tua dalam pengasuhan. Adapun aspeknya meliputi:

Aspek pertama, yaitu *Child adaptability*, yaitu anak menunjukkan karakteristik perilaku yang membuat anak sulit untuk diatur. Stres orang tua berhubungan dengan tugas pengasuhan orang tua yang lebih sulit dalam ketidakmampuan

anak untuk menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan lingkungan. Aspek kedua, yaitu *Child acceptability*, persepsi orang tua terhadap karakteristik anak sesuai dengan harapan dan gambaran ideal orang tua seperti fisik, intelektual, dan emosional. Tugas pengasuhan akan lebih sulit jika orang tua mengalami kesulitan dalam menerima anak sebagaimana adanya. Aspek ketiga, yaitu *Child demands*, yaitu tingkat tuntutan anak terhadap orang tua berupa perhatian dan bantuan. Anak dengan karakteristik ini cenderung membutuhkan lebih banyak bimbingan dan pengawasan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari dan sering kesulitan dalam mencapai kemandirian. Aspek keempat, yaitu *Child mood* yaitu orang tua merasa anaknya kehilangan perasaan akan hal-hal positif. Anak-anak tidak bahagia dan depresi, sering menangis dan tidak menunjukkan tanda-tanda kebahagiaan. Aspek kelima, yaitu *Child distractibility* yaitu orang tua merasa anaknya menunjukkan perilaku yang terlalu aktif dan sulit mengikuti perintah.

Faktor ketiga, yaitu *The Parent - Child Dysfunctional Interaction Parenting* yang menunjukkan interaksi antara orang tua dan anak yang tidak berfungsi dengan baik, memandang bahwa berinteraksi dengan anaknya sebagai hal yang tidak memuaskan, menyenangkan, dan tidak memberikan penguatan

emosional, serta adanya ketidaksesuaian anak terhadap harapan orangtua. Adapun aspeknya meliputi sebagai berikut:

Aspek pertama, *Child Reinforced Parent* yaitu orang tua merasa tidak ada penguatan yang positif dari anaknya. Interaksi antara orang tua dengan anak tidak menghasilkan perasaan yang nyaman terhadap anaknya. Aspek kedua, *Acceptability of Child to Parent* yaitu stres pengasuhan orang tua karena karakteristik anak seperti intelektual, fisik, emosi yang tidak karena sesuai dengan apa yang diharapkan orang tua sehingga lebih besar dapat menyebabkan penolakan orang tua.<sup>25</sup>

### c. Dampak *Parenting Stress*

Orang tua yang tidak dapat mengatasi *parenting stress* menimbulkan dampak negatif pada hubungan orang tua dan anak. Orang tua akan menolak anaknya, tidak menunjukkan kehangatan, dan lebih reaktif dalam merespon anak, sedangkan pada anak akan memunculkan gangguan somatis. Selain itu *parenting stress* juga berdampak pada kualitas hubungan sosial. Tantangan dari penolakan lingkungan sekitar, juga dapat menyebabkan *parenting stress* pada orang tua.

Pada ibu bekerja menunjukkan tingkat *parenting stress* sedang hingga tinggi dengan faktor utama termasuk tuntutan pekerjaan, kurangnya dukungan sosial, dan masalah keuangan.

---

<sup>25</sup> Abidin.

Banyak anak menunjukkan tanda-tanda masalah kesehatan mental, termasuk kecemasan, masalah perilaku, dan kesulitan emosional. Semakin tinggi tingkat *parenting stress*, semakin besar kemungkinan anak mengalami masalah kesehatan mental. Dukungan sosial ditemukan sebagai faktor moderasi yang signifikan. Ibu yang memiliki dukungan sosial yang baik cenderung melihat dampak *parenting stress* yang lebih rendah pada kesehatan mental anak mereka.<sup>26</sup> Selain itu Ibu dengan tingkat *parenting stress* yang tinggi cenderung melakukan kekerasan pada anak. Oleh karena itu akibat yang dirasakan karena *parenting stress* tidak hanya dirasakan oleh ibu tapi juga pada anak.<sup>27</sup> Dampak *parenting stress* yang tidak terkelola dengan baik tidak hanya menurunkan kualitas kesehatan mental orang tua, namun juga berkontribusi pada perilaku negatif pada anak, menurunnya kompetensi emosional, serta masalah hubungan dalam keluarga.<sup>28</sup>

Dampak dari Parenting stress ini bukan hanya berdampak kepada ibu saja namun berpengaruh pada kualitas pengasuhan,

---

<sup>26</sup> Kevin Vitoasmara et al., "Parenting Stres Ibu Bekerja Pada Kesehatan Mental Anak," *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan* 2, no. 4 (2024): 15–26, <https://doi.org/10.59841/jumkes.v2i4.1561>.

<sup>27</sup> Aisyah dan Hasiana, "Gambaran Parenting Stres Pada Ibu yang Menikah di Usia Muda terhadap Perilaku Kekerasan pada Anak Usia Dini."

<sup>28</sup> Riza Arisanty Latifah et al., "Pentingnya Pengelolaan Stres Parenting sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas Pengasuhan," n.d., <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>.

kualitas hubungan perkawinan, hubungan social. Oleh karena itu *parenting stress* harus segera diatasi sebelum berdampak ke hal yang lebih bahaya. Dengan tekanan dan tuntutan yang didapat ini ibu usia remaja sangat rentan karena ketidaksiapan emosional yang dimilikinya.

**d. Solusi Mengatasi *Parenting Stress***

Tingkat *parenting stress* yang tinggi dapat dikurangi, dalam beberapa kasus, melalui intervensi klinik dan komunitas. Banyak dari intervensi ini membutuhkan pelatihan keterampilan kognitif dan perilaku. Pelatihan ini memberikan informasi dan strategi kepada orang tua yang memungkinkan mereka untuk berpikir dan berperilaku terhadap anak-anak mereka dengan cara mendorong interaksi yang terorganisir secara koheren dan bermanfaat.<sup>29</sup>

Strategi intervensi yang banyak dilakukan di Indonesia adalah parenting diantaranya terapi kelompok berbasis mindful parenting yang terbukti menurunkan tingkat *parenting stress* pada anak dengan masalah kesehatan fisik dan disabilitas, dan behavioral parent training yang juga efektif mengatasi *parenting stress* pada orang tua dengan masalah perilaku (Difficult Child) pada anak ADHD. Selain itu, konseling realitas dinilai sebagai salah satu intervensi psikologi yang sesuai untuk mengatasi masalah subjek saat ini. Konseling kelompok berbasis realitas

---

<sup>29</sup> Deater-Deckard, *Parenting Stress*.

adalah metode yang dirancang untuk membantu individu dalam lingkungan kelompok saling membantu menerima tanggung jawab melalui pilihan yang efektif. Pendekatan ini menekankan pada apa yang dipilih adalah untuk pemenuhan *quality world* yang diinginkan dengan perubahan perilaku untuk mencapai efektivitas yang lebih besar.<sup>30</sup>

Pengelolaan stres yang efektif melalui berbagai strategi, seperti mindful parenting, regulasi emosi, pelatihan manajemen stres dalam pengasuhan, serta penguatan resiliensi keluarga, menjadi faktor penting dalam mewujudkan keluarga yang sehat dan harmonis. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penerapan pendekatan tersebut mampu menurunkan tingkat stres pada orang tua secara signifikan, sekaligus meningkatkan kualitas interaksi dan komunikasi antara orang tua dan anak. Selain itu, pengelolaan stres yang baik juga membantu orang tua dalam memenuhi kebutuhan emosional dan fisik anak, sehingga turut mendukung kesejahteraan psikologis keluarga secara menyeluruh.<sup>31</sup>

Menurut hasil penelitian Atina dan Dessy tentang cara menurunkan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak usia

---

<sup>30</sup> Annisafitri Nurarini Suwoto, "Menurunkan Stres Pengasuhan Pada Ibu dengan Anak Berkebutuhan Khusus," *Procedia : Studi Kasus dan Intervensi Psikologi* 11, no. 2 (2023): 55–62, <https://doi.org/10.22219/procedia.v11i2.24345>.

<sup>31</sup> Latifah et al., "Pentingnya Pengelolaan Stres Parenting sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas Pengasuhan."

sekolah dasar menggunakan *parent stress management training* menunjukkan adanya perubahan positif yang dialami oleh para partisipan antara sebelum dan sesudah intervensi.<sup>32</sup>

#### e. *Parenting Stress Menurut Pandangan Islam*

Al-Qur'an memperkenalkan stress dalam hidup sebagai ujian. Datangnya cobaan ini dirasakan sebagai stres (tekanan) dan beban dalam diri. Islam, dengan kebijaksanaan Ilahinya, memandang stres bukan sebagai musuh yang harus dihancurkan, melainkan sebagai ujian dan anugerah tersembunyi. Firman Allah dalam Al-Qur'an menegaskan:

الْخَوْفِ مِّنْ بَشِيءٍ وَنَبَلُونَكُمْ  
فُسُوقًا وَالْآنَ الْأَمْوَالِ مِّنْ وَنَقِصٍ وَالْجُوعِ  
الصَّابِرِينَ وَبَشِيرٍ وَالثَّمَرَاتِ

Artinya: "Dan sungguh akan Kami uji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar." (QS. Al-Baqarah: 155)<sup>33</sup>

Ketika seseorang mengalami stress akan mempengaruhi kondisi emosional dan fisik mereka, padahal Allah telah melarang kita untuk berlebihan dalam kesedihan dan merasa lemah dalam

<sup>32</sup> Atina Okta Fadillah dan Dessy Pranungsari, "Parent Stress Management Training untuk Menurunkan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar," *Jurnal Psikologi Malahayati* 5 (2023): 337–49, <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/PSIKOLOGI/index>.

<sup>33</sup> *Al-Qur'anul karim Terjemah Tafsir Per Kata* (Bandung: Syaamil Al-Quran, 2007).

suatu urusan. Ayat ini memberi pesan mendalam bahwa stres, ketakutan, dan kekurangan adalah bagian dari skenario Ilahi. Ia hadir bukan untuk melemahkan, tetapi untuk menguatkan. Melalui ujian ini, Allah menanamkan benih kesabaran, keyakinan, dan ketergantungan penuh kepada-Nya.<sup>34</sup>

اللَّهُ تَخُونُوا لَا أَمْنُوا الَّذِينَ يَأْيُهَا  
وَأَنْتُمْ أَمْنَتِكُمْ وَتَخُونُوا وَالرَّسُولَ  
أَنْمَا وَاعْلَمُوا ۝٢٧ تَعْلَمُونَ  
اللَّهُ ۝ وَأَنْ فِتْنَةً وَأَوْلَادُكُمْ أَمْوَالُكُمْ  
۝٢٨ عَظِيمٌ ۝ أَجْرٌ عِنْدَهُ

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu mengkhianati Allah dan Rasul (Muhammad) dan (juga) janganlah kamu mengkhianati amanat-amanat yang dipercayakan kepadamu, sedangkan kamu mengetahui. Dan ketahuilah bahwa hartamu dan anak-anakmu itu hanyalah sebagai cobaan dan sesungguhnya di sisi Allah ada pahala yang besar.”(QS. Al-Anfal/8:27-28)<sup>35</sup>

Ayat ini menegaskan bahwa iman harus diwujudkan dalam tanggung jawab moral dalam menjaga amanah dari Allah dalam konteks penelitian ini amanah berupa anak dan keluarga, terutama anak yang harus dijaga dan tidak boleh dikhianati, sekaligus menjadi fitnah dan ujian kehidupan amanah pengasuhan menuntut

<sup>34</sup> M.Ag Munawir, Prof. Dr. H. K., S.Ag., “STRES: Apa yang Allah Inginkan Saat Kita Stres???” 2025, <https://uin-alauddin.ac.id/tulisan/detail/stres--apa-yang-allah-inginkan-saat-kita-stres---0125>.

<sup>35</sup> *Al-Qur'anul karim Terjemah Tafsir Per Kata.*

tanggung jawab yang besar secara fisik, psikologis, dan spiritual. Dalam proses pengasuhan orangtua akan mengalami tuntunan dan keterbatasan yang menyebabkan tekanan psikologis yang bisa memicu orangtua mengalami *parenting stress*.

Islam memandang bahwa *parenting stress* adalah ujian untuk orangtua yang menjadikan itu sebagai amanah dan ujian. Oleh karena itu untuk menghadapi itu diperlukan keteguhan iman, kesabaran dan meyakini bahwa setiap usaha pengasuhan merupakan bagian dari ibadah untuk mendapatkan pahala di sisi Allah SWT.

Tingkat religiusitas seorang ibu sangat berpengaruh dalam menjalani pengasuhan. Semakin tinggi tingkat religiusitas ibu yang memiliki anak autis maka semakin rendah stres pengasuhan ibu yang memiliki anak autis begitu pula sebaliknya.<sup>36</sup> Para ibu yang memegang teguh keyakinan terhadap agama mereka cenderung merasakan emosi positif yang membantu mereka untuk bangkit dari situasi yang berat. Dengan keterlibatan aktivitas dan ritual agama memperkuat hubungan dengan tuhan yang membuat mereka

---

<sup>36</sup> Ainur Titis Dwi Rahayu, Ni'matuzahroh, dan Sofa Amalia, "Religiusitas dan stres pengasuhan pada ibu dengan anak autis," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 7, no. 2 (2019): 252–69, <https://doi.org/10.22219/jipt.v7i2.8282>.

menjadi sabar ikhlas, penerimaan diri positif serta rasa syukur kepada Tuhan.<sup>37</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *parenting stress* dalam islam dipandang sebagai amanah dan ujian yang menjadi ladang pahala bagi yang mampu menjalaninya dengan penuh kesabaran dan keimanan

## 2. Ibu Usia Remaja

### a. Pengertian Ibu Usia Remaja

Dalam KBBI kata ibu memiliki arti wanita yang telah melahirkan seseorang, sebutan untuk wanita yang sudah bersuami, panggilan yang takzim kepada wanita baik yang sudah bersuami maupun yang belum.<sup>38</sup> Ibu adalah orang tua perempuan dari seorang anak. Seorang perempuan dapat dianggap sebagai ibu ketika ia telah melahirkan anak, merawat dan membesarkan seorang anak, baik anak kandungnya maupun bukan anak kandungnya, atau dengan menyediakan rahimnya untuk pembuahan dalam kasus kehamilan pengganti.<sup>39</sup>

Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan ditandai oleh adanya perubahan fisik,

---

<sup>37</sup> Qoirun Ayun, "Keyakinan (Believe) Beragama Sebagai Coping Pada Individu yang Mengalami Kondisi Stres," in *Proceedings of the International Conference on Indonesian Islam, Education and Science (ICIIES) 2017*, 2017.

<sup>38</sup> Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, "Kamus Besar Bahasa Indonesia," n.d., <https://kbbi.kemdikbud.go.id/>.

<sup>39</sup> "Ibu," wikipedia, diakses 8 Juni 2026, <https://id.wikipedia.org/wiki/Ibu>.

emosional, sosial, dan psikologis, serta adanya perubahan pada kematangan fungsi seksual dan pencarian identitas diri.<sup>40</sup> Masa remaja adalah fase kehidupan antara masa kanak-kanak dan dewasa, yaitu dari usia 10 hingga 19 tahun. Remaja mengalami pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial yang pesat. Selama fase ini remaja akan membentuk pola perilaku yang berpengaruh pada masa depan mereka.<sup>41</sup>

Menurut Erik Erikson remaja berada pada tahap Identitas versus Kebingungan Peran (*Identity vs. Role Confusion*) usia 12-18 tahun. Pada tahap ini mereka akan mulai mengeksplorasi diri untuk menemukan jati diri, peran, tujuan, dan nilai-nilai yang mereka pegang. Apabila pada tahap ini dapat dilalui dengan baik maka akan mengembangkan *sense of self* yang kuat, mereka berhasil menemukan jati diri, memiliki arah hidup yang jelas. Namun jika mereka tidak berhasil melalui tahap ini dengan baik mereka akan mengalami kebingungan identitas (*role confusion*), kehilangan kepercayaan diri, dan hilangnya nilai-nilai yang mereka miliki.<sup>42</sup>

Berdasarkan uraian diatas ibu usia remaja adalah wanita yang melahirkan anak dalam masa transisi dari anak-anak menuju masa

---

<sup>40</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2003).

<sup>41</sup> World Health Organization (WHO), "Adolescent Health," diakses 24 Desember 2025, [https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1).

<sup>42</sup> Ellen, "Perkembangan Psikososial Erikson," 2022, <https://psychology.binus.ac.id/2022/11/28/perkembangan-psikososial-erikson/>.

dewasa tepatnya di usia antara 10-19 tahun. Hal ini tentu saja menempatkan wanita pada situasi yang penuh penuh tekanan dan tuntutan di usia yang masih muda.

#### **b. Peran Ibu**

Peran berarti sesuatu yang dimainkan atau dijalankan.<sup>43</sup> Peran sebagai seperangkat harapan pada individu yang menempati situasi sosial tertentu. Harapan-harapan tersebut mengarahkan individu tersebut dalam bertindak, berinteraksi dan menjalankan fungsi tertentu dalam hubungan sosial baik di lingkungan keluarga, pendidikan, maupun masyarakat.

Dalam perspektif psikologi perkembangan, ibu dipandang sebagai sosok pengasuh utama yang memiliki kedekatan emosional paling awal dengan anak. Hubungan ibu dan anak sangat penting dalam memberikan afeksi, pembentukan rasa aman, serta perkembangan kepribadian dan penyesuaian sosial pada anak dari masa kanak-kanak hingga masa remaja.<sup>44</sup>

Ibu merupakan figur utama dalam pengasuhan anak. Ibu yang berpendidikan akan mampu mengatasi permasalahan pengasuhan anak. Apabila seorang ibu dibekali ilmu tentang pertumbuhan dan perkembangan anak dengan baik maka ibu dapat memberikan

---

<sup>43</sup> Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, 4 ed. (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2014).

<sup>44</sup> Singgih D Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2000).

pengasuhan yang tepat dan baik untuk mendukung perkembangan anak yang sempurna.<sup>45</sup>

Ibu sebagai “tiang rumah tangga” sangatlah penting bagi terjalannya rumah tangga yang sakinah, membuat rumah tangga menjadi surga bagi anggota keluarga, sebagai mitra bagi suaminya.<sup>46</sup> Kehadirannya tidak hanya untuk mengelola urusan domestik tapi juga untuk memberikan dukungan emosional dalam keluarga. Selain itu sebagai mitra dari suaminya, ibu menjadi tempat untuk berdiskusi untuk mengambil keputusan di rumah tangga dalam segala aspek untuk menciptakan rumah yang harmonis, tenang, dan damai.

Ibu sebagai pencari nafkah akan membawa dampak positif bagi kondisi ekonomi keluarga. Hasil dari jerih payahnya bisa digunakan untuk menambah penghasilan keluarga, dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, untuk biaya sekolah, dan kebutuhan lain. Ibu mampu menjalankan peran dengan baik, walaupun ikut andil dalam mencari nafkah tapi tetap menjalankan aktivitas rumah tangga dengan baik.<sup>47</sup>

---

<sup>45</sup> Jarot Wijanarko dan Ester Setiawati, *Ayah Ibu Baik: Parenting Era Digital—Pengaruh Gadget pada Perilaku dan Kemampuan Anak Menjadi Orang Tua Bijak di Era Digital* (Jakarta: Keluarga Indonesia Bahagia, 2016).

<sup>46</sup> Azima Dimiyati, “Penyuluhan Pentingnya Peran Ibu dalam Keluarga” (Universitas Bandar Lampung, 2020), <http://artikel.ubl.ac.id/index.php/PKM/article/view/1273>.

<sup>47</sup> Eva Yuliana, “Peran Wanita Pencari Nafkah Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga (Studi di Pasar Panjang Bandar Lampung),” *UIN Raden Intan Lampung* (2019), <http://repository.radenintan.ac.id>.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ibu sangat berperan penting dalam keluarga, sebagai ibu yang mengasuh anak, mengurus rumah tangga, menjadi istri, dan bisa menjalani peran ganda sebagai wanita pencari nafkah.

### **3. Tinjauan tentang Kehamilan Di Luar Nikah**

#### **a. Pengertian Kehamilan Di Luar Nikah**

Hamil di luar nikah terdiri dari tiga kata yaitu hamil, dalam kamus lengkap Bahasa Indonesia memiliki arti mengandung atau bunting. Pra artinya sebelum dilakukan. Nikah artinya perkawinan yang dilakukan dengan diawali mengikat perjanjian antara seorang pria dengan seorang wanita untuk membangun hubungan suami istri secara sah yang disaksikan oleh beberapa orang dan dibimbing wali dari pihak perempuan. Kehamilan di luar nikah pada perilaku seksual yang dilakukan oleh wanita dan laki-laki tanpa adanya ikatan pernikahan yang sah sampai mengakibatkan kehamilan.<sup>48</sup>

Dapat ditarik kesimpulan bahwa kehamilan di luar nikah merupakan kondisi remaja yang hamil karena perilaku seksual tanpa adanya perkawinan yang sah. Kehamilan di luar nikah dapat terjadi karena dipengaruhi oleh faktor sebagai berikut:

---

<sup>48</sup> Rayen Riski P Entuu, "Pandangan Tokoh Masyarakat Terhadap Pernikahan Wanita Hamil di Luar Nikah (Studi Kasus Desa Buko Kecamatan Pinogaluman)" (2022).

## **b. Faktor Kehamilan di Luar Nikah**

Tingkat pendidikan pada remaja mempengaruhi terjadinya hamil di luar nikah. Individu yang memiliki pendidikan rendah cenderung mudah terjerumus ke dalam hal negatif seperti pergaulan bebas. Apabila individu memiliki pendidikan yang lebih tinggi akan berpengaruh dalam pengambilan dengan mempertimbangkan konsekuensi di masa depan.

Pendidikan agama yang kuat sangatlah penting. Agama merupakan pedoman manusia dalam menjalani hidup dengan baik di dunia dan akhirat. Semua agama melarang penganutnya untuk melakukan seks sebelum menikah. Selain itu mereka berani melakukan hal itu karena rasa cinta yang berlebihan dengan pasangannya, tidak direstui oleh orang tuanya, rasa penasaran, rasa minat untuk melakukan hubungan seksual dan adanya kesempatan, hal ini menandakan bahwa mereka tidak memegang teguh nilai nilai agamanya. Keluarga memiliki peranan sangat penting bagi perkembangan anak. Kurangnya perhatian dan pengawasan dari orang tua akibat kesibukan orangtua bekerja membuat anak akan bertingkah laku semaunya dan mudah terjerumus pada pergaulan bebas.

Pendidikan seks harus diberikan pada remaja agar remaja mampu memahami dengan baik topik-topik biologis, mencegah terjadinya kekerasan seksual, memahami tentang peran laki-laki

dan wanita, mencegah terjadinya hubungan seksual saat masih di bawah umur. Namun informasi mengenai seks diperoleh remaja dari sumber yang salah seperti dari situs porno, berita yang terlalu vulgar. Masih banyak orangtua yang menganggap bahwa memberikan pendidikan seks pada anaknya adalah hal tabu untuk disampaikan dan menganggap mereka belum waktunya menerima pendidikan seks di usia mereka yang baru menginjak usia remaja. Pergaulan zaman sekarang sering terlihat sudah melewati batas. Mereka menganggap bahwa salah satu bentuk kasih sayang dalam pacaran adalah berhubungan seksual, dan rela melakukan apapun untuk kekasih tercintanya. Hal ini menandakan anak sudah terjerumus dalam pergaulan bebas.

Berkembangnya teknologi mempengaruhi persebaran informasi yang kini mudah diakses. Mereka yang masih memiliki rasa penasaran yang tinggi tentang banyak hal, menjadi terpancing untuk mengakses hal-hal negatif salah satunya situs pronografi, konten gaya pacaran yang terlalu jauh. Hal ini mempengaruhi remaja dari gaya berpacaran dan informasi tontonan yang diterimanya menjadi salah satu penyebab kehamilan di luar nikah.<sup>49</sup>

---

<sup>49</sup> Fadilah, Hamuni, dan Irawaty, "Faktor Penyebab Remaja Hamil di Luar Nikah Di Desa Laroue Kecamatan Bungku Timur Kabupaten Morowali," *Mores : Jurnal Pendidikan, Moral dan Kewarganegaraan* 3, no. 2 (2025): 58–69.

### c. Dampak Kehamilan di Luar Nikah

Dalam kasus kehamilan di luar nikah kasus ini memiliki dampak yang sangat luas, baik bagi individu, keluarga atau masyarakat. Remaja seringkali menghadapi stigma sosial, sulit melanjutkan pendidikan, dan keterbatasan dalam mengejar karir. Dampak dari segi kesehatan, anak yang dilahirkan oleh ibu muda memiliki potensi masalah kesehatan yang lebih besar daripada dengan anak yang dilahirkan ibu dewasa seperti kelahiran prematur dan potensi kematian yang lebih tinggi. Selain potensi yang bisa terjadi pada anak, kelahiran pada usia remaja dengan tubuh dan organ reproduksi yang masih pada tahap perkembangan bisa menimbulkan berbagai risiko. Risiko terjadi anemia kehamilan, persalinan yang lama, pendarahan yang lebih banyak pada proses persalinan dan masa nifas, serta menurunnya produksi ASI, prematur, endometritis, preeklamsia berat, korioamnionitis, gawat janin bahkan kematian<sup>50</sup>

Dari sisi psikologis remaja yang terpaksa menikah dan hamil di usia muda seringkali belum memiliki kesiapan mental untuk mengelola kehidupan rumah tangga. Sebagian besar dari mereka akan mengalami dampak psikologis seperti merasa cemas, malu, stress, ketidakstabilan emosi, dan kekhawatiran tentang

---

<sup>50</sup> Winda Numayani, Ilham, dan Fitri Romadonika, *Pengaruh Kontrasepsi Dan Keterpaparan* (Jakarta: Penerbit Nuansa Fajar Cemerlang, 2025).

pengasuhan anak dan perubahan yang terjadi saat dia hamil dan melahirkan.<sup>51</sup>

Tahap remaja yang merupakan masa transisi harus menjalani peran ganda sebagai istri dan ibu di usia yang masih sangat muda. Dampak yang terjadi juga sangat kompleks mulai dari kesehatan, sosial, dan psikologis. Oleh karena itu sebelum dampak dari *parenting stress* mempengaruhi lebih banyak aspek, calon orangtua harus memahami faktor faktor yang dapat memicu terjadinya *parenting stress*.

#### **d. Upaya Pencegahan Kehamilan di Luar Nikah**

Tingginya tingkat kehamilan pada remaja di luar nikah menunjukkan bahwa tingkat pendidikan seksual yang rendah. Upaya pencegahan kehamilan pada remaja meliputi peran orang tua, tercukupinya informasi, pendidikan kesehatan reproduksi, dan seksual, pemberdayaan perempuan, dan sanksi sosial. Peran orang tua sangat penting dalam memberikan pemahaman kepada remaja mengenai risiko kehamilan dini pada usia remaja. Orang tua harus lebih bersikap informatif dan terbuka mengenai seks. Hubungan emosional yang baik antara orang tua dan remaja akan membuat remaja menjadi lebih percaya dan memiliki harga diri.

---

<sup>51</sup> Tjolly Anggreyna Yohana dan Soejiningsih Christiana Hari, “Dampak Psikologis Remaja yang Hamil di Luar Nikah,” *Journal Of Social Science Research* 2, No. 2 (2023): 1–14.

Adanya pusat informasi, pendidikan kesehatan reproduksi, dan seksual yang tercukupi dapat mencegah terjadinya kehamilan pada usia remaja. Penyuluhan terkait kesehatan reproduksi secara kelompok dan individu kepada masyarakat agar mereka saling mempengaruhi mereka agar mau melakukan apa yang disampaikan pada saat penyuluhan. Peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi yang tidak hanya sebatas teori tapi diiringi dengan pelajaran bimbingan konseling. Pendidikan seksual dapat dilakukan bertujuan agar remaja bisa menjaga kesehatan reproduksinya dan terhindar dari perilaku seksual berisiko. Selain itu adanya kelas parenting juga berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap orang tua dalam upaya pencegahan kehamilan remaja. Kelas ini membantu orangtua tentang informasi yang dapat diberikan pada anak di masa remajanya.

Pemberdayaan adalah kegiatan peningkatan kapasitas masyarakat agar memiliki kemampuan dan pengetahuan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dengan cara mandiri perempuan harus diberdayakan untuk mengambil keputusan tentang kesehatan diri dan keluarga melalui Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) dan konseling. Pengambilan keputusan merupakan tanggung jawab bersama antara perempuan, keluarga dan pemberi asuhan lingkungan dapat mempengaruhi batas berhubungan antara lawan jenis. Sudah terdapat peraturan yang jelas, tetapi

dalam penerapannya masih belum berjalan dengan efektif. Salah satu aturan yaitu pembatasan jam malam yang bertujuan membatasi hubungan antara lawan jenis sebagai upaya pencegahan kehamilan tidak diinginkan pada remaja. Akan tetapi, sanksi yang didapatkan oleh pelanggar masih kurang memberikan efek jera. Remaja pada awalnya akan dikucilkan, namun seiring berjalannya waktu masyarakat baru bisa menerima.<sup>52</sup>

Fenomena kehamilan remaja di luar nikah sebenarnya bisa dicegah dimulai dari orang terdekatnya, yaitu orang tua didukung oleh lingkungan yang memiliki pengetahuan tentang pendidikan reproduksi dan seksual untuk berupaya menghindari terjadinya fenomena tersebut di lingkungan terdekat.

## **G. Metode Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian**

Menurut Creswell penelitian kualitatif merupakan penelitian untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang oleh sejumlah individu atau kelompok orang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan.<sup>53</sup> Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Metode fenomenologi merupakan suatu jenis penelitian kualitatif yang bertujuan untuk

---

<sup>52</sup> Avriana Faiza Shalma dan Nancy Agustia, "Pregnancy Prevention in Adolescence: A Scoping Review," *Lentera Perawat* 6, no. 2 (2025): 362–71, <https://doi.org/10.52235/lp.v6i2.481>.

<sup>53</sup> John W. Creswell, *Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017).

menginterpretasikan serta menjelaskan pengalaman-pengalaman yang dialami seseorang dalam kehidupan ini, termasuk pengalaman saat interaksi dengan orang lain dan lingkungan sekitar. Dalam penelitian kualitatif, kehadiran suatu fenomena dipahami sebagai hal yang ada dan muncul dalam persepsi peneliti dengan cara serta penjelasan tertentu yang membuat sebuah proses menjadi lebih jelas dan nyata. Fokus dalam penelitian fenomenologi lebih pada pencarian, pemahaman, dan penyampaian makna dari fenomena serta peristiwa yang terjadi dan hubungan yang terjadi dengan individu dalam konteks tertentu.<sup>54</sup> Oleh karena itu, dalam penelitian ini peneliti akan memahami faktor utama parenting stress pada ibu usia remaja akibat hamil di luar nikah dan keterkaitan makna dari fenomena tersebut.

## **2. Fokus Penelitian**

### **a. Subjek Penelitian**

Menurut Sugiyono subjek penelitian adalah individu atau kelompok yang memiliki hubungan keterkaitan dengan objek yang akan diteliti dan akan berperan sebagai sumber data yang diperlukan dalam proses penelitian.<sup>55</sup> Subjek penelitian ini ditentukan berdasarkan kriteria. Adapun kriteria subjek utama yaitu Ibu usia remaja yang hamil di luar nikah pada usia 15-18 tahun.

---

<sup>54</sup> Eko Sugiarto, *Menyusun Proposal Penelitian Kualitatif: Skripsi dan Tesis* (Yogyakarta: Suaka Media, 2015).

<sup>55</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2022).

berdomisili di Sidorejo, Ponjong, Gunungkidul, masih bersuami, memiliki minimal 1 anak, dan tidak mendapatkan bantuan pengasuhan anak selain itu harus dipastikan bahwa subjek penelitian berkenan menjadi subjek penelitian. Berdasarkan kriteria di atas peneliti mengambil 2 dari 11 ibu usia remaja yang hamil di luar nikah di Sidorejo, Ponjong, Gunungkidul, yaitu D dan N. Subjek berikutnya suami dan wali dari D dan N.

#### **b. Objek Penelitian**

Objek penelitian ini adalah faktor utama *parenting stress* akibat hamil di luar nikah pada 2 ibu usia remaja di Sidorejo, Ponjong, Gunungkidul.

### **3. Teknik Pengumpulan Data**

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data dalam penelitian ini. Dengan menggunakan teknik ini penelitian melakukan pertemuan dengan subjek untuk saling berbagi informasi melalui sesi tanya jawab, sehingga mampu menjawab pengalaman terhadap fenomena yang menjadi objek penelitian. Metode wawancara yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur yang bertujuan mengembangkan pertanyaan-pertanyaan penelitian sesuai dengan kebutuhan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian ini.

Wawancara dilakukan secara mendalam yang mengacu pada setiap aspek faktor utama dari *Parenting stress Index (PSI)* Abidin. Setiap pertanyaan akan mengarah pada eksplorasi pengalaman orang tua sesuai

tiga faktor utama *PSI*, yaitu *Parent Distress*, *Difficult Child*, dan *Parent-Child Dysfunctional Interaction*. Wawancara difokuskan untuk memahami pengalaman ibu usia remaja terhadap tugas pengasuhan, karakteristik anak, dan kualitas interaksi dengan anak yang mempengaruhi tingkat stress ibu.

#### 4. Teknik Validasi Data

Pada penelitian ini peneliti menggunakan triangulasi untuk melakukan validasi data. Jenis triangulasi yang akan digunakan yaitu triangulasi sumber yang membandingkan hasil data wawancara dari setiap subjek sebagai bentuk perbandingan dalam mencari dan menggali kebenaran informasi yang telah didapatkan. Dapat dikatakan bahwa triangulasi sumber adalah *cross check* data dengan membandingkan fakta dari satu sumber dengan sumber yang lain.<sup>56</sup> Hasil data wawancara yang dibandingkan adalah hasil data wawancara subjek utama, yaitu ibu usia remaja dengan subjek pendukung yaitu suami dan salah satu wali dari pasangan suami istri. Perbedaan sumber tersebut akan menghasilkan data yang berbeda sehingga memberikan pandangan dari berbagai sudut pandang pada *parenting stress* subjek utama.

#### 5. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data fenomenologi. Analisis ini bertujuan untuk memahami dan

---

<sup>56</sup> Sugiyono.

menginterpretasikan makna dari pengalaman hidup dari subjek yaitu ibu usia remaja yang mengalami *parenting stress* akibat kehamilan di luar nikah. Menurut Creswell ada 6 langkah analisis data dalam pendekatan fenomenologi yaitu:

- a. Mendeskripsikan pengalaman pribadi mengenai fenomena yang diteliti.
- b. Mengidentifikasi pernyataan penting yang berfungsi sebagai penyaringan data utama.
- c. Mengelompokkan data ke dalam unit bermakna (*meaning unit*) yang disusun menjadi tema tema pengalaman.
- d. Mendeskripsikan tentang “apa” yang dialami subjek dengan fenomena tersebut (*textural description*).
- e. Menjelaskan tentang “bagaimana” pengalaman itu terjadi dan kondisi yang mempengaruhi munculnya pengalaman tersebut (*structural description*).
- f. Menulis deskripsi gabungan antara *tekstural description* dan *structural description* untuk menemukan makna inti atau esensi dari pengalaman *parenting stress* ibu remaja.

## H. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan penelitian ini adalah:

**Bab I Pendahuuan**, berisi tentang latar belakang mengenai pentingnya penelitian tentang “*Parenting Stress* Ibu Usia Remaja Akibat Hamil Di Luar Nikah”. Rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

**Bab II Profil Subjek**, dijelaskan tentang subjek penelitian meliputi latar belakangnya.

**Bab III Faktor Utama *Parenting Stress* akibat Hamil di Luar Nikah pada 2 Ibu Usia Remaja di Sidorejo, Ponjong, Gunungkidul**, berisi temuan data faktor utama *parenting stress* yang dialami 2 ibu usia remaja akibat hamil di luar nikah berdasarkan teori Abidin dengan tiga faktor utama, *parent distress*, *difficult child*, dan *parent-child dysfunctional interaction* dengan aspek aspek yang sudah dijabarkan. Penjelasan lebih mendalam untuk mendapatkan esensi dari pengalaman yang dialami oleh subjek.

**Bab IV**, berisi dua bagian mengenai kesimpulan yang memuat jawaban tentang faktor utama *parenting stress* akibat hamil di luar nikah pada ibu usia remaja di Sidorejo, Ponjong, Gunungkidul. Selanjutnya terdapat saran berupa rekomendasi dari hasil penelitian

## **BAB IV PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

*Parenting stress* adalah kondisi dimana orang tua merasakan tuntutan yang melebihi kemampuan yang dimiliki oleh orangtua dalam melakukan pengasuhan. Tuntutan yang didapat bukan hanya tuntutan material, tetapi tuntutan akan kemampuan praktis, emosional, dan psikologis. Tuntutan yang didapat pada ibu usia remaja menjadi lebih besar karena kapasitas yang dimiliki belum sesuai. Faktor utama *parenting stress* pada ibu usia remaja yang hamil di luar nikah adalah faktor *Parent Distress*, *Difficult Child* dan *Parent Child Disfunctional Interaction*.

### **B. Saran**

Penyuluhan tentang pergaulan bebas perlu ditingkatkan hingga ke pelosok desa, untuk meningkatkan kesadaran bagi remaja dan kepada orang tua untuk selalu mengawasi pergaulan anak-anaknya. Kehamilan di luar ini bisa terjadi karena pergaulan bebas yang berujung pada kehamilan. Untuk mengurangi adanya pernikahan dini sebaiknya dilakukan langkah pencegahan sedari awal.

## DAFTAR PUSTAKA

- (WHO), World Health Organization. "Adolescent Health." Diakses 24 Desember 2025. [https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1).
- Abidin, Richard R. *Parenting Stress Index (PSI) Manual*. 3 ed. Charlottesville, Virginia: Pediatric Psychology Press, 1995.
- Aisyah, dan Isabella Hasiana. "Gambaran Parenting Stres Pada Ibu yang Menikah di Usia Muda terhadap Perilaku Kekerasan pada Anak Usia Dini." *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini* 6, no. 1 (2024): 123–29. <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/IJEC>.
- Al-Qur'anul karim Terjemah Tafsir Per Kata*. Bandung: Syaamil Al-Quran, 2007.
- "Angka Dispensasi Nikah di DIY Tinggi, Paling Banyak di Sleman dan Gunungkidul." [regional.espos.id](https://regional.espos.id), 2023. <https://regional.espos.id/angka-dispensasi-nikah-di-diy-tinggi-paling-banyak-di-sleman-gunungkidul-1519436>.
- Asrida A, Hartati S, dan Mugni Wahdaniyah S. "Dampak Pernikahan Dini terhadap Pola Asuh Anak dalam Keluarga." *Jurnal Kesehatan Tambusai* 3, no. 1 (2022): 256–61.
- Astuti, Rini May. "Perkawinan Usia Dini di Kabupaten Gunungkidul Alami Penurunan." [Gunung Kidul, 2023. https://www.pawonosari.go.id/berita/berita-terkini/505-perkawinan-usia-dini-di-kabupaten-gunungkidul-alami-penurunan-18-januari-2023](https://www.pawonosari.go.id/berita/berita-terkini/505-perkawinan-usia-dini-di-kabupaten-gunungkidul-alami-penurunan-18-januari-2023).
- Ayun, Qoirun. "Keyakinan (Believe) Beragama Sebagai Coping Pada Individu yang Mengalami Kondisi Stres." In *Proceedings of the International Conference on Indonesian Islam, Education and Science (ICIIES) 2017*, 2017.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. "Kamus Besar Bahasa Indonesia," n.d. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/>.
- Cahyono, Heri, dan Eka Dewi. "Dampak Pernikahan Dini Terhadap Keharmonisan Keluarga dan Pola Asuh Anak." *At-Tajdid* 2, no. 2 (2018): 226–39.
- Creswell, John W. *Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Deater-Deckard, Kirby. *Parenting Stress*. New Haven and London: Yale University Press, 2004.

- Departemen Pendidikan Nasional. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. 4 ed. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2014.
- Dimiyati, Azima. “Penyuluhan Pentingnya Peran Ibu dalam Keluarga.” Universitas Bandar Lampung, 2020. <http://artikel.ubl.ac.id/index.php/PKM/article/view/1273>.
- Ellen. “Perkembangan Psikososial Erikson,” 2022. <https://psychology.binus.ac.id/2022/11/28/perkembangan-psikososial-erikson/>.
- Entuu, Rayen Riski P. “Pandangan Tokoh Masyarakat Terhadap Pernikahan Wanita Hamil di Luar Nikah (Studi Kasus Desa Buko Kecamatan Pinogaluman),” 2022.
- Fadilah, Hamuni, dan Irawaty. “Faktor Penyebab Remaja Hamil di Luar Nikah Di Desa Laroue Kecamatan Bungku Timur Kabupaten Morowali.” *Mores : Jurnal Pendidikan, Moral dan Kewarganegaraan* 3, no. 2 (2025): 58–69.
- Fadillah, Atina Okta, dan Dessy Pranungsari. “Parent Stress Management Training untuk Menurunkan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar.” *Jurnal Psikologi Malahayati* 5 (2023): 337–49. <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/PSIKOLOGI/index>.
- Firdayanti, Ayunda Elok. “Gambaran Coping Strategy untuk Parenting Stress kepada Ibu yang Memiliki Anak Tunarungu.” Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia, 2022.
- Fitriani, Yulia, Fathana Gina, dan Timorora Sandha Perdhana. “Gambaran Parenting Stress Pada Ibu Ditinjau Dari Status Pekerjaan dan Ekonomi Serta Bantuan Pengasuhan.” *Psikostudia : Jurnal Psikologi* 10, no. 2 (2021): 98. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i2.5697>.
- Gunarsa, Singgih D. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2000.
- H., Judy O. Berry; Waren, dan Jones. “The Parental Stress Scale: Initial Psychometric Evidence.” *Journal of Social and Personal Relationships* 12, no. 3 (1995): 463–72.
- Hardi, Nur Fitriyani, dan Ferra Puspito Sari. “Parenting Stress Pada Ibu Yang Memiliki Anak Autis.” *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam* 16, no. 1 (2019): 21–36. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2019.161-02>.
- Hayes, Sarah A, dan Sophie L Waston. “The Impact of Parenting Stress: A Meta Analysis of Studies Comparing the Experience of Parenting Stress in Parents

of Children with and without Autism Spectrum Disorder.” *Journal of Autisme and Developmental* 43, no. 3 (2013): 629–42.

Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga, 2003.

“Ibu.” wikipedia. Diakses 8 Juni 2026. <https://id.wikipedia.org/wiki/Ibu>.

Kamila, Khairunnisa Nazwa, Alifia Nur Elga Saputri, Dayang Astri Fitriani, Sofie Aulia Az Zahrah, Putri Febiane Andryana, Istighna Ayuningtyas, dan Indah Salsabila Firdausia. “Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson.” *Early Childhood Journal* 3, no. 2 (2022): 77–87. <https://doi.org/10.30872/ecj.v3i2.4835>.

Kusuma, Wijaya, dan Ihsanudin. “Ada 98 Permohonan Dispensasi Nikah di Sleman dalam Setahun, Terbanyak karena Hamil Duluan.” Kompas.com, 2025. <https://regional.kompas.com/read/2025/01/10/162012378/ada-98-permohonan-dispensasi-nikah-di-sleman-dalam-setahun-terbanyak-karena>.

Laksono, Agung D, Ratna D Wulandari, Rohmah Nikmatur, dan Ratu Matahari. “Physical Violence Against Doctors: A Content Analysis from Online Indian Newspapers.” *Indian Journal of Community Medicine* 42, no. 1 (2017): 147–50. <https://doi.org/10.4103/ijcm.IJCM>.

Lamuna. “Parenting Stress Pada Ibu Tunggal Yang Mengasuh Anak Dengan Keterlambatan Tumbuh Kembang.” Universitas Malikussaleh Aceh Utara, 2024.

Latifah, Riza Arisanty, Yori Yolanda, Fitria Rizki, dan Fuzi Nur Fauziah. “Pentingnya Pengelolaan Stres Parenting sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas Pengasuhan,” n.d. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>.

Mashudi, dan Napisah. “Problematika Dispensasi Perkawinan bagi Anak di Bawah Umur (Kajian Normatif Hukum Positif di Indonesia).” *JME: Journal of Multidiscipline & Equality* 1, no. 1 (2024): 1–11.

Munawir, Prof. Dr. H. K., S.Ag., M.Ag. “STRES: Apa yang Allah Inginkan Saat Kita Stres???,” 2025. <https://uin-alauddin.ac.id/tulisan/detail/stres--apa-yang-allah-inginkan-saat-kita-stres---0125>.

Numayani, Winda, Ilham, dan Fitri Romadonika. *Pengaruh Kontrasepsi Dan Keterpaparan*. Jakarta: Penerbit Nuansa Fajar Cemerlang, 2025.

“Pernikahan Dini.” BAPPEDA dan BAPPERIDA Daerah Istimewa Yogyakarta, 2025. [https://bapperida.jogjaprovo.go.id/dataku/data\\_dasar/index/807-](https://bapperida.jogjaprovo.go.id/dataku/data_dasar/index/807-)

pernikahan-dini.

Rahayu, Ainur Titis Dwi, Ni'matuzahroh, dan Sofa Amalia. "Religiusitas dan stres pengasuhan pada ibu dengan anak autis." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 7, no. 2 (2019): 252–69. <https://doi.org/10.22219/jipt.v7i2.8282>.

"Rekap Data Jenis Perkara Dispensasi Kawin Tahun 2024 – Wilayah Hukum PTA Yogyakarta," 2024. [https://kinsatker.badilag.net/JenisPerkara/perkara\\_persatker\\_detail/362/45/2024](https://kinsatker.badilag.net/JenisPerkara/perkara_persatker_detail/362/45/2024).

Romy, Nur Alfa, dan Lisbet Situmorang. "Fenomena Pernikahan Dini di Kalangan Remaja." *Pembangunan Sosial* 13, no. 3 (2025): 383–96.

Sasmita, Riska. "Stress Pengasuhan Ibu Usia Remaja Terhadap Pola Kelekatan Anak." Uin Sunan Kalijaga, 2025.

Shalma, Avriana Faiza, dan Nancy Agustia. "Pregnancy Prevention in Adolescence: A Scoping Review." *Lentera Perawat* 6, no. 2 (2025): 362–71. <https://doi.org/10.52235/lp.v6i2.481>.

SKI. "Dalam Angka Dalam Angka." *Survei Kesehatan Indonesia (SKI)*, 2023.

"Smart Reproductive Health: Kesehatan Reproduksi, Kreativitas dan Parenting Remaja di Era Digital Angkatan 1." Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025. <https://lms.kemkes.go.id/courses/d80f269c-eabc-42f5-af1b-01b25e3dad9>.

Sugiarto, Eko. *Menyusun Proposal Penelitian Kualitatif: Skripsi dan Tesis*. Yogyakarta: Suaka Media, 2015.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2022.

Suwoto, Annisafitri Nurarini. "Menurunkan Stres Pengasuhan Pada Ibu dengan Anak Berkebutuhan Khusus." *Procedia : Studi Kasus dan Intervensi Psikologi* 11, no. 2 (2023): 55–62. <https://doi.org/10.22219/procedia.v11i2.24345>.

UU No. 16 Tahun 2019 tentang Perubahan atas UU Perkawinan. (2019).

Vitoasmara, Kevin, Meisye Eka Saputri, Nadia Larasati, Nur Kartika Putri, Oktaviana Ratnawati, dan Liss Dyah Dewi. "Parenting Stres Ibu Bekerja Pada Kesehatan Mental Anak." *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan* 2, no. 4 (2024): 15–26. <https://doi.org/10.59841/jumkes.v2i4.1561>.

Wijanarko, Jarot, dan Ester Setiawati. *Ayah Ibu Baik: Parenting Era Digital—*

*Pengaruh Gadget pada Perilaku dan Kemampuan Anak Menjadi Orang Tua Bijak di Era Digital.* Jakarta: Keluarga Indonesia Bahagia, 2016.

Yohana, Tjolly Anggreyna, dan Soejiningsih Christiana Hari. “Dampak Psikologis Remaja yang Hamil di Luar Nikah.” *Journal Of Social Science Research* 2, No. 2 (2023): 1–14.

Yuliana, Eva. “Peran Wanita Pencari Nafkah Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga (Studi di Pasar Panjang Bandar Lampung).” *UIN Raden Intan Lampung*, 2019. <http://repository.radenintan.ac.id>.

