

KECEMASAN CALON IBU BARU PADA PERNIKAHAN DINI

(Studi Kasus Terhadap Dua Calon Ibu Baru Pada Pernikahan Dini Di Kecamatan

Panggung Kabupaten Gunungkidul)



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat
Memenuhi Gelar Sarjana Strata I**

Disusun Oleh:

Ayuk Agustiningsih

NIM 09220047

Pembimbing:

Slamet, S. Ag., M. Si

NIP. 19691214 199803 1 002

JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

2013



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**
Jl. Marsda Adisucipto, Tlp. (0274) 515856 Yogyakarta 55221, email :fd@uin-suka.ac.id

PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR
Nomor: UIN.02/DD/PP.00.9/1182/2013

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul :

**KECEMASAN CALON IBU BARU PADA PERNIKAHAN DINI
(Studi Kasus Terhadap Dua Calon Ibu Baru Pada Pernikahan Dini Di Kec. Panggang
Kab. Gunungkidul)**

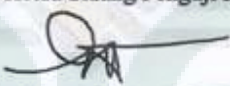
Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : AYUK AGUSTININGSIH
NIM/Jurusan : 09220047/BKI
Telah dimunaqosyahkan pada : Senin, 8 Juli 2013
Nilai Munaqosyah : A-


Dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga

TIM MUNAQOSYAH


Ketua Sidang/Penguji I,


Slamet, S. Ag., M. Si
NIP. 19691214 199803 1 002

Penguji II,



Dr. Casmimi, M.Si
NIP. 19711005 199603 2 002

Penguji III,


Drs. Abdullah, M.Si
NIP. 19640204 199203 1 004

Yogyakarta, 21 Agustus 2013
Dekan,




H. Saaryono, M.Ag
NIP. 19701010 199903 1 002



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

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

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

Assalamualaikum wr. wb.

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

Nama : Ayuk Agustiningsih

NIM : 09220047

Judul Skripsi : KECEMASAN CALON IBU BARU PADA PERNIKAHAN
DINI (Studi Kasus Terhadap Dua Calon Ibu Baru di Kec.
Panggang, Gunungkidul)

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan/Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Sarjana Sosial Islam.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum wr. wb.

Yogyakarta, 1 Juli 2013

Mengetahui
Ketua Jurusan BKI

Nailul Falah, M.Si.
NIP.19721001 199803 1 003

Pembimbing,

Slamet, S.Ag., M.Si
NIP. 19691214 199803 1 002

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Ayuk Agustiningsih

NIM : 09220047

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul :

“Kecemasan Calon Ibu Baru Pada Pernikahan Dini”

(Studi Kasus terhadap Dua Calon Ibu Baru di Kec. Panggang, Gunungkidul)

adalah hasil karya pribadi dan sepanjang sepengetahuan penulis tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab penyusun.

Yogyakarta, 29 Juni 2013

Yang menyatakan



Ayuk
Ayuk Agustiningsih
NIM. 09220047

HALAMAN PERSEMBAHAN

Untuk setiap doa yang terucap

Untuk setiap semangat dan motivasi dalam hati

Untuk setiap jasa yang tak terbeli

Untuk setiap materi yang tak terganti

Penelitian ini saya persembahkan untuk:

*Ibu dan Ayahku tersayang, Suminem dan Sigit supermono
Kedua putri kecilku, Frizca R. Zahrulia dan Calista R. Raudah Izzah*

Kekasih hatiku, Sigit Suprianto

Adikku tersayang, Bima Wisnu Prabowo

Almamaterku, Jurusan Bimbingan Konseling Islam

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

MOTTO

لا حول ولا قوة الا بالله

*(Tidak ada daya dan kekuatan kecuali dari Allah)**



*Muhammad Ayyubi, *Risalah Doa*, (Surabaya: Pustaka Agung Harapan, 2003), hlm 75.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji untuk Allah SWT, yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah kepada hamba-Nya sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Shalawat serta salam selalu terucap kepada Nabi Muhammad SAW beserta seluruh keluarga, sahabat dan para pengikutnya.

Atas terselesainya penelitian yang berjudul **“Kecemasan Calon Ibu Baru Pada Pernikahan Dini (Studi Kasus Terhadap Dua Calon Ibu Baru di Kec. Panggang, Gunungkidul)**, penulis menyampaikan ucapan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Musya Asy'arie, Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Dr. H. Waryono, M. Ag., Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta atas dukungannya dan yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Nailul Falah, M. Si., Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Slamet, S.Ag., Dosen Pembimbing Skripsi, yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan selama menyusun penelitian ini.
5. Ibu Dr. Casmini, M.Si., Dosen Pembimbing Akademik sekaligus penguji dua, yang telah mengarahkan dalam menentukan judul skripsi ini dan memberikan saran untuk skripsi ini.
6. Bapak Drs. Abdullah, M.Si Dosen penguji tiga yang telah memberikan saran untuk penyusunan skripsi ini.

7. Seluruh Dosen Bimbingan Konseling Islam yang telah mencurahkan ilmu dengan penuh kesabaran.
8. Seluruh staf TU Fakultas Dakwah dan Komunikasi, yang telah membantu segala urusan administrasi penulis selama berada di bangku kuliah.
9. Keluarga Ibu Septi dan Ibu Khusnul yang telah terbuka menerima penulis untuk melakukan penelitian.
10. Ibundaku Suminem, yang senantiasa memberikan dukungan baik moril maupun material kepada penulis.
11. Ayahku tercinta, Sigit Suparmono yang selalu tegas dalam mendidik anak-anaknya membuatku selalu tegar dalam menjalani hidup.
12. Puteri kecilku Caca dan Rara, engkaulah semangat dan cahaya yang selalu menerangi di kala Ibunda bersedih.
13. Kekasih hatiku tercinta, Mas Sigit Suprianto, terimakasih selalu memberi yang saya butuhkan dan selalu menerima kekurangan saya dengan sabar dan ikhlas.
14. Adek Bima tersayang yang selalu pengertian dan belajar yang rajin ya!
15. Keluarga besar Hadisuwarno, yang selalu bertanya jika bertemu “*wes lulus urung?*” dan terimakasih atas dukungan serta suportnya.
16. Keluarga besar KKN angkatan 77 khususnya kelompok di Dusun Tanggung, Panggang kalian adalah keluarga keduaku.
17. Sahabatku merpus Iin, mbel Ulin, Mbel Agus Kupret, Salsabila Nisa, gembel mania, terimakasih atas motivasinya. Fightiing !!
18. Sahabat-sahabatku kelas BKI '09, yang selalu menegur penulis dengan pertanyaan khasnya “*sampai bab berapa?*”.
19. Serta rekan-rekan dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan motivasi dan do'a demi terselesainya skripsi ini.

Semoga semua bantuan, dorongan, saran dan bimbingan yang diberikan kepada penulis mendapatkan balasan dari Allah SWT. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak.

Amin.

Yogyakarta, 29 Juni 2013

Penulis

Ayuk Agustiningih
09220047



ABSTRAK

AYUK AGUSTININGSIH, “Kecemasan Calon Ibu Baru Pada Pernikahan Dini (Studi Kasus terhadap Dua Calon Ibu Baru Pada Pernikahan Dini di Kecamatan Panggang Kabupaten Gunungkidul)”, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2013.

Salah satu tujuan pernikahan adalah memiliki keturunan. Untuk mendapatkan keturunan diperlukan adanya persiapan, baik persiapan fisik maupun psikis. Seorang wanita yang telah siap menjadi Ibu tetap akan mengalami kecemasan menjelang kelahiran anak pertama. Terlebih lagi jika kelahiran anak pertama terjadi pada calon Ibu yang menikah pada usia dini. Pada usia kurang dari 17 tahun, belum adanya kematangan baik dari segi fisik maupun psikis.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk kecemasan pada calon Ibu baru pada pernikahan dini dan mengetahui cara mengatasi kecemasan calon ibu baru pada pernikahan dini menjelang melahirkan anak pertama.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang dilakukan secara langsung terhadap subyek yang diteliti. Subyek penelitian ini adalah dua calon Ibu baru pada pernikahan dini yaitu Ibu Septi dan Ibu Khusnul. Sedangkan obyek dari penelitian adalah bentuk kecemasan dan cara mengatasi kecemasan calon ibu baru pada pernikahan dini menjelang melahirkan anak pertama. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi : wawancara, observasi dan dokumentasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bentuk kecemasan calon Ibu baru pada pernikahan dini meliputi : ketakutan riil, gelisah terhadap persalinan, cemas terhadap kemungkinan saat melahirkan, gelisah pada fase akhir kehamilan, takut mati, dan kecemasan karena mitos atau tahayul. Hal tersebut diatasi dengan cara : mendekati diri dengan Allah, konsultasi pada Bidan terkait, berpikir positif, dan mencari kesibukkan lain.

Keyword : Kecemasan, Calon Ibu, Pernikahan Dini

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah.....	7
D. Tujuan Penelitian.....	7
E. Manfaat Penelitian.....	7
F. Kajian Pustaka.....	8
G. Landasan Teori.....	10
H. Metode Penelitian.....	36
BAB II PROFIL CALON IBU BARU PADA PERNIKAHAN DINI	
A. Profil Ibu Septi.....	42
B. Profil Ibu Khusnul.....	46
BAB III BENTUK KECEMASAN DAN CARA MENGATASI	
KECEMASAN CALON IBU BARU PADA PERNIKAHAN DINI	
A. Bentuk Kecemasan.....	51
1. Bentuk Kecemasan Ibu Septi.....	51
2. Bentuk Kecemasan Ibu Khusnul.....	59

B. Cara Calon Ibu Baru Pada Pernikahan Dini Mengatasi Kecemasan.....	63
1. Cara Ibu Septi Mengatasi Kecemasan.....	64
2. Cara Ibu Khusnul Mengatasi Kecemasan.....	68

BAB IV PENUTUP

A. KESIMPULAN.....	73
B. SARAN.....	74
C. PENUTUP.....	75

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

CURICULUM VITAE



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Penelitian ini berjudul “Kecemasan Calon Ibu Pada Pernikahan Dini”, untuk menghindari terjadinya pengertian yang meluas dan kesalahpahaman dalam memahami judul penelitian, maka penulis perlu untuk memberi penegasan istilah-istilah yang digunakan dalam judul penelitian sebagai berikut.

1. Kecemasan

Kecemasan adalah perasaan takut yang mendalam dan firasat akan datangnya malapetaka sebagai hasil munculnya perasaan kenangan, keinginan dan pengalaman yang terdesak di permukaan kesadaran.¹

Dalam kamus Psikologi, kecemasan adalah suatu keadaan emosi yang kronis dan kompleks dengan keterperangkapan dan rasa takut sebagai unsurnya yang menonjol khususnya pada berbagai gangguan saraf dan mental.²

Pada penelitian ini, kecemasan yang dimaksud adalah keadaan, perilaku, dan perasaan takut, gelisah, serta khawatir yang terjadi pada

¹ Dewa Ketut Sukardi, *Kamus Istilah Bimbingan dan Penyuluhan*, (Surabaya : Usaha Nasional, 1993), hlm. 22.

² James Drever, *Kamus Psikologi*, terj. Nanci Simanjuntak (Jakarta : Bina Aksara, 1988), hlm. 19.

calon ibu baru yang menikah pada usia dini menjelang kelahiran anak pertama pertama.

2. Calon Ibu Baru

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, kata Calon mempunyai arti orang yang akan menjadi.³ Sedangkan kata Ibu berarti wanita yang telah melahirkan seseorang.⁴

Calon Ibu Baru yang dimaksud pada penelitian ini adalah wanita yang sedang mengandung dan akan segera mempunyai atau melahirkan anak untuk pertama kali.

3. Pernikahan Dini

Pernikahan berasal dari kata dasar nikah, yang mempunyai arti perjanjian antara dua orang (laki-laki dan perempuan) yang mau menjadi suami istri secara resmi dan sah.⁵ Sedangkan kata dini mempunyai arti awal sekali.⁶

Pernikahan Dini pada penelitian ini adalah pernikahan yang terjadi pada pasangan remaja dengan rentang usia kurang dari 17 tahun sampai 20 tahun yang belum mencapai kematangan dari segi fisik maupun psikis.

Berdasarkan penegasan istilah-istilah tersebut, maka yang dimaksud dengan “Kecemasan Calon Ibu Pada Pernikahan Dini” yaitu

³Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta : Balai Pustaka, 2005), hlm. 189.

⁴ *Ibid.*, hlm. 416.

⁵ J.S. Badudu dan Sutan Mohammad Zain, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta : Pustaka Sinar Harapan, 1994), hlm. 945.

⁶ *Ibid.*, hlm. 347.

keadaan, perilaku, dan perasaan takut, gelisah, serta khawatir yang terjadi pada calon ibu baru yang menikah pada usia dini atau dengan rentang usia 16 sampai 17 tahun yang akan melahirkan anak pertama.

B. Latar Belakang Masalah

Pernikahan merupakan salah satu harapan dan dambaan bagi remaja dan pemuda dalam perjalanan hidupnya. Pernikahan merupakan sunnah Rasulullah SAW dan perintah agama yang harus diperhatikan. Selain hal tersebut, pernikahan mempunyai makna lain yaitu, seks, cinta, kesetiaan, kepercayaan dan tanggung jawab. Dari segi naluri, dorongan pria dan wanita melakukan pernikahan adalah untuk mendapatkan keturunan yang merupakan fitrah setiap manusia.

Kehamilan merupakan dambaan bagi setiap pasangan setelah melakukan pernikahan, karena salah satu tujuan perkawinan adalah untuk memperoleh keturunan dan kesucian diri baik lahiriah maupun batiniah.⁷ Hal ini diperjelas dalam Al- Qur'an surat An-Nahl ayat 72 yang berbunyi :

وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ بَنِينَ وَحَفَدَةً
وَرَزَقَكُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ أَفَبِالْبَاطِلِ يُؤْمِنُونَ وَبِنِعْمَتِ اللَّهِ هُمْ يَكْفُرُونَ ﴿٧٢﴾

Artinya : “Allah menjadikan bagi kamu isteri-isteri dari jenis kamu sendiri dan menjadikan bagimu dari isteri-isteri kamu itu, anak-anak dan cucu-cucu, dan memberimu rezki dari yang baik-baik. Maka

⁷ Hasan Basri, *Merawat Cinta Kasih*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2004), hlm. 44.

Mengapakah mereka beriman kepada yang bathil dan mengingkari nikmat Allah ?".⁸

Tujuan pernikahan dapat dicapai dengan kesiapan lahir maupun batin pasangan, tidak terkecuali persiapan dalam masalah keturunan atau anak yaitu fisik dan mental. Terlebih pada pernikahan pasangan usia dini yang belum mencapai kematangan secara fisik dan mental.

Keadaan fisik dan mental yang tidak seimbang dapat menyebabkan kecemasan. Kecemasan dapat disebabkan tidak terpenuhinya keinginan-keinginan seksual, karena merasa diri (fisik) kurang dan karena pengaruh pendidikan waktu kecil, atau sering terjadi frustrasi karena tidak tercapainya yang diinginkan baik material maupun sosial.⁹

Seseorang mempunyai keturunan akan melalui sebuah proses, yaitu kehamilan yang dimulai sejak dibuahnya sel telur oleh sperma. Begitu sebuah sperma berhasil masuk, kemudian berenang ke pusat telur yang dimasukinya, selanjutnya bercampur membentuk sebuah sel yang disebut zigot.¹⁰ Kehamilan merupakan proses kehidupan seorang wanita, dimana dengan adanya proses ini terjadi perubahan-perubahan, itu meliputi perubahan fisik dan emosiosial.¹¹ Perubahan fisik itu diantaranya perubahan pada payudara, perubahan badan terutama perut, bengkak pada

⁸ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta : Serajaya Santra, 1986), hlm. 412.

⁹ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1978), hlm. 28.

¹⁰ Zulkifli L, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung : Remaja Rosdakarya Offset, 2009), hlm. 5.

¹¹ Ayuati dan Alena Mahardika, *Pantang-pantang Ibu Hamil*, (Yogyakarta : Araska, 2012), hlm. 17.

kaki, sering kencing, perubahan selera makan (*ngidam*) dan mual.¹² Peristiwa mengidam tersebut biasanya disertai emosi-emosi yang kuat, oleh sebab itu wanita yang bersangkutan menjadi sangat perasa, sehingga mudah terganggu keseimbangan mentalnya.¹³

Kelahiran anak pertama merupakan pembuka bagi perkembangan baru yang melanda kehidupan seorang wanita atau merupakan *Starting Point* (titik perubahan) yang penting dimasa depannya sebagai seorang ibu.¹⁴ Perubahan itu akan merubah kehidupan ibu bahkan keluarga, dimana ibu akan mengalami perubahan baik fisik maupun psikologis. Terlebih lagi seorang ibu akan mempunyai sebuah tanggung jawab besar yaitu merawat dan mendidik anak. Menghadapi kelahiran anak pertama adalah seperti sebuah misteri. Belum adanya pengalaman akan membuat calon ibu akan berntanya-tanya tentang melahirkan dan bagaimana selanjutnya setelah melahirkan. Diperlukan sebuah persiapan mental dan dukungan dari berbagai pihak keluarga serta semangat menyambut kelahiran si calon buah hati terebut.

Masa adolesensi terjadi pada usia 17-19 tahun atau 17-21 tahun.¹⁵ Pada masa ini terjadi proses pematangan fungsi-fungsi psikis dan fisik, yang berlangsung secara berangsur-angsur dan teratur.¹⁶ Belum sempurnanya kematangan secara fisik dan psikis pada pasangan

¹² Miriam Stoppard, *Panduan Mempersiapkan Kehamilan dan Kelahiran*, terj. Agung Prihantoro, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2006), hlm. 10.

¹³ Kartini Kartono, *Psikologi Anak*, (Bandung : Mandar Maju, 1995), hlm. 61.

¹⁴ Zakariyya Ibrahim, *Psikologi Wanita*, (Bandung : Pustaka Hidayah, 2002), hlm. 125.

¹⁵ Kartini Kartono, *Psikologi Anak*, hlm. 182.

¹⁶ *Ibid.*, 182.

pernikahan usia dini merupakan sebuah beban karena telah dituntut menjadi ibu dan ayah dari anak yang sedang dikandungnya. Sedangkan usia ideal untuk membina rumah tangga yang ditinjau dari kematangan fisik dan psikis adalah pada usia dewasa antara usia 20 hingga 30 tahun.¹⁷ Untuk membina sebuah pernikahan, pada usia tersebut sudah mengalami kesiapan fisik serta organ reproduksi telah siap digunakan. Sedangkan secara psikis, pada usia 20 tahun dapat dikatakan matang serta dapat bertanggung jawab.

Kesehatan jasmaniah dan kematangan psikis merupakan unsur yang sangat diperlukan, agar wanita yang tengah hamil mampu menanggung berbagai macam kontradiksi kehidupan batiniah sendiri dan cobaan-cobaan jasmaniah tanpa mengalami gangguan mental seperti kecemasan sebelum melahirkan.¹⁸

Dalam penelitian ini, penulis membahas tentang kecemasan yang terjadi pada calon ibu baru saat akan melahirkan anak pertama pada pernikahan dini. Penulis tertarik pada tema tersebut karena kelahiran anak pertama merupakan langkah awal seorang wanita dalam menjalani kehidupan yang memerlukan berbagai persiapan baik psikis maupun fisik. Selain hal tersebut, seorang calon Ibu yang menikah pada usia matang dan telah siap menjalani rumah tangga pun akan merasakan kecemasan pada saat akan melahirkan anak pertamanya, apalagi kelahiran anak pertama yang terjadi pada pernikahan dini. Seorang calon ibu yang belum

¹⁷ Elizabeth Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 1980), hlm. 246-247.

¹⁸ Kartini Kartono, *Psikologi Wanita Jilid 2*, (Bandung: Mandar Maju, 2007), hlm. 101.

mencapai kematangan baik secara psikis dan fisik serta masih dalam masa pertumbuhan dan perkembangan atau masa remaja.

C. Rumusan Masalah

1. Apa saja bentuk kecemasan calon ibu baru pada pernikahan dini menjelang melahirkan anak pertama ?
2. Bagaimana cara calon ibu baru pada pernikahan dini mengatasi kecemasan menjelang kelahiran anak pertama?

D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan
 - a. Mengetahui bentuk kecemasan calon ibu baru pada pernikahan dini menjelang melahirkan anak pertama.
 - b. Mengetahui cara mengatasi kecemasan pada calon ibu baru pada pernikahan dini menjelang melahirkan anak pertama.
2. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah :

- a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi keilmuan bimbingan dan konseling islam khususnya dalam mengatasi kecemasan calon ibu baru pada pernikahan dini.

- b. Manfaat Praktis

Diharapkan dapat berguna bagi calon ibu baru pada pernikahan dini saat menghadapi kelahiran anak pertama khususnya dalam mengatasi kecemasan. Serta berguna untuk konselor agar dapat membantu mengatasi kecemasan calon ibu baru pada pernikahan dini.

E. Kajian Pustaka

Penelitian berjudul “Hubungan Intensitas Ibadah Dengan Kecemasan Ibu Menghadapi Kelahiran Anak Pertama” yang disusun oleh Yohannita Nurul Arifah pada tahun 2004. Penelitian ini membahas tentang hubungan intensitas ibadah dengan kecemasan ibu saat menghadapi kelahiran anak pertama. Semakin tinggi intensitas ibadah semakin rendah kecemasan ibu menghadapi kelahiran anak pertama, dan sebaliknya.¹⁹

Kedua, penelitian yang berjudul “Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Isteri dalam Perkawinan Monogami Dengan Isteri Dalam Perkawinan Poligami Desa Mertapada Wetan Kec. Astanajapura Cirebon Jawa Barat”, disusun oleh Mardianah pada tahun 2007. Tingkat kecemasan isteri pada perkawinan monogami lebih tinggi daripada tingkat kecemasan isteri pada perkawinan poligami. Hal tersebut disebabkan dengan tidak terpenuhinya kasih sayang, merasa tidak tentram dan merasa takut yang menimbulkan ketidakseimbangan psikologis, diantaranya

¹⁹ Yohannita Nurul Arifah, *Hubungan Intensitas Ibadah Dengan Kecemasan Ibu Menghadapi Kelahiran Anak Pertama*, Skripsi tidak diterbitkan (Yogyakarta : Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga, 2004), hlm 79.

adalah ketegangan somatis, pengalaman hidup yang menyedihkan sehingga isteri menjadi trauma dalam hidupnya.²⁰

Ketiga, penelitian yang berjudul “Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Remaja Yang Mempunyai Orang Tua Dengan Remaja Yatim Piatu Pada Panti Asuhan Putri ‘Aisyiyah Kab. Magelang” membahas tentang kecemasan remaja yang mempunyai orang tua dan remaja yatim piatu. Remaja yang mempunyai orang tua memiliki kecemasan yang lebih rendah daripada remaja yatim piatu, hal ini dikarenakan kondisi psikologis mereka dan masa remaja yang masih rawan dan labil.²¹

Setelah menelaah beberapa penelitian diatas yang membahas tentang kecemasan, penelitian tentang Kecemasan Calon Ibu Baru Pada Pernikahan Dini berbeda dengan penelitian sebelumnya. Penelitian ini memfokuskan bentuk dan cara mengatasi kecemasan yang terjadi pada calon ibu baru atau calon ibu yang akan melahirkan anak pertamanya, dengan subjek penelitian calon ibu baru yang menikah pada usia dini. Sehingga penelitian ini dikatakan asli sepanjang pengetahuan penulis.

²⁰Mardianah, *Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Isteri Dalam Perkawinan Monogami Dengan Isteri Dalam Perkawinan Poligami Desa Mertapada Wetan Kec. Astanajapura Cirebon Jawa Barat*, Skripsi tidak diterbitkan, (Yogyakarta : Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga, 2007), hlm 68.

²¹ Sari Mulyaningsih, *Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Remaja Yang Mempunyai Orang Tua Dengan Remaja Yatim Piatu pada Panti Asuhan Putri ‘Aisyiyah Kab. MAGELANG*, Skripsi tidak diterbitkan (Yogyakarta : Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga, 2004), hlm 66.

F. Landasan Teori

1. Tinjauan tentang Kecemasan

a. Pengertian Kecemasan

Kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran, kegeliasahan atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang dan emosi yang dialami seseorang.²²

Teori Freud menyebutkan bahwa kecemasan merupakan sama dengan perasaan takut, kecemasan yaitu suatu pengalaman perasaan yang menyakitkan yang ditimbulkan oleh ketegangan-ketegangan akibat dorongan-dorongan dari dalam atau luar dan dikuasai oleh susunan syaraf²³.

Sementara itu, cemas menurut Frank Tallis merupakan tanggapan dari seluruh masalah yang terjadi karena kita tidak dapat mengendalikan pikiran buruk serta cenderung semakin lama semakin bertambah.²⁴

Delgado berpendapat, bahwa kecemasan adalah ketegangan perasaan, yang mana keadaan itu dapat disadari maupun tidak disadari.²⁵

²² M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta : Ar-Ruzz Media, 2012), hlm. 142.

²³ Calvin S. Hall, *Libido Kekuasaan Sigmund Freud*, terj. Tasrif (Yogyakarta: Tarawang, 2000), hlm. 69.

²⁴ Frank Tallis, *Mengatasi Rasa Cemas*, terj. Meitasari Tjandrasa (Jakarta : Arcan, 1991), hlm. 3.

²⁵ Kadek Ayu Fitria, *Menangis Itu Perlu*, (Jakarta : Ankara Pustaka, 2009), hlm. 35.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan suatu ketegangan perasaan yang disadari maupun tidak disadari, ditimbulkan oleh suatu keadaan yang tidak menyenangkan, tekanan serta ketidakmampuan seseorang mengendalikan pikiran buruk.

b. Aspek Kecemasan

Calhoun dan Acocell (1995) mengelompokkan aspek-aspek kecemasan menjadi tiga, yaitu:

- 1) Emosional, yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan. Individu merasa prihatin, ketegangan, sedih, mencela, diri sendiri atau orang lain.
- 2) Kognitif, yaitu ketakutan dan kekhawatiran yang berpengaruh terhadap kemampuan berfikir jernih sehingga mengganggu dalam memecahkan masalah dan menguasai tuntutan lingkungan hidup.
- 3) Fisiologis, yaitu reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekhawatiran. Reaksi ini berkaitan dengan sistem saraf yang mengendalikan berbagai otot dan kelenjar tubuh sehingga timbul reaksi dalam bentuk jantung

berdetak lebih cepat, nafas bergerak lebih cepat, dan tekanan darah meningkat.²⁶

c. Gejala Kecemasan

Sedangkan individu yang mengalami kecemasan dapat dilihat dengan adanya gejala-gejala sebagai berikut:

- 1) Gejala fisiologis, yaitu gejala yang muncul secara fisik seperti keringat dingin, gemetar, sesak nafas, insomnia, sesak nafas, jantung berdenyut cepat, pucat, muka memerah, sakit perut.²⁷
- 2) Gejala emosional, yaitu gejala yang berpengaruh pada jiwa seseorang seperti, rasa takut, tegang, khawatir, gelisah, panik, tertekan, dan cepat marah.²⁸
- 3) Gejala kognitif, meliputi tidak mampu berkonsentrasi, tidak mampu mengendalikan pikiran, pelupa, tidak memperhatikan lingkungan.²⁹

Berdasarkan uraian diatas, gejala kecemasan ditandai dengan tiga gejala yaitu gejala secara fisik, mental dan gejala kognitif. Gejala fisik muncul dengan ditandai dengan munculnya keringat dingin, detak jantung berdenyut cepat, gemetar dan muka pucat. Gejala psikis yang muncul adalah susah tidur, rasa takut,

²⁶ Calhoun dan Acocell (1995) dalam Kamarrudin, *Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswi MTs. Padureso Kebumen*, Skripsi, (Yogyakarta:Fakultas Ilmu Sosial Humaniora, 2012), hlm. 19.

²⁷ Frank Tallis, *Mengatasi Rasa Cemas*, hlm. 4.

²⁸ *Ibid.*, hlm. 3-4.

²⁹ A. M. Diponegoro, Perbedaan Kecemasan dan Lama Bersalin, “Antara Ibu Primipara Yang Menerima dan Tidak Menerima Pendampingan Doa dan Dukungan Psikofisiologis Saat Bersalin”, *Humanitas*, Vol. 6 No.1 (Januari, 2009), hlm.18.

khawatir, gelisah, serta panik. Sedangkan gejala kognitif merupakan gejala yang muncul dari dalam pikiran.

d. Bentuk Kecemasan

Shah membagi kecemasan dalam tiga bentuk komponen, yaitu:

- 1) Fisik, kecemasan fisik merupakan kecemasan yang muncul dalam bentuk fisik di tubuh manusia, seperti pusing, sakit perut, tangan berkeringat, perut mual, mulut kering, pucat, menangis, grogi.
- 2) Emosional, kecemasan dalam bentuk emosional merupakan bentuk rasa cemas perasaan seseorang, biasanya terlihat dalam bentuk gerak-gerik dan ekspresi wajah seperti panik, takut, gelisah dan khawatir.
- 3) Mental atau kognitif, berupa gangguan perhatian dan memori, kekhawatiran, ketidakteraturan dalam berfikir, bingung.³⁰

Uraian diatas merupakan bentuk kecemasan dalam bentuk fisik yang ditampilkan oleh tubuh serta bentuk emosional dan mental yang berpengaruh pada perilaku dan perasaan.

Menurut teori Frued, kecemasan terdiri dari tiga bentuk yaitu:

³⁰ M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, hlm. 144.

- 1) Kecemasan realistik, yaitu suatu pengalaman perasaan sebagai akibat pengamatan suatu bahaya dalam dunia luar yang mengancam³¹.
- 2) Kecemasan Syaraf, yaitu kecemasan karena suatu pengamatan tentang bahaya dari naluri-naluri, ketakutan yang tegang, dan irasional³².
- 3) Kecemasan Moral, yaitu perasaan bersalah atau malu dalam ego yang ditimbulkan oleh pengalaman mengenai bahaya dari hati nurani.³³

e. Mengatasi Kecemasan

Menurut Frank Tallis, kecemasan dapat diatasi dengan beberapa tahap, yaitu :

- 1) Mengenali kecemasan, yaitu mengenali tentang penyebab dan munculnya rasa cemas. Kecemasan timbul tanpa disadari sehingga seseorang tidak dapat memutuskan kapan rasa cemas tersebut muncul dan sekali hal itu muncul akan sulit dihentikan. Rasa cemas dapat dikenali ketika pikiran negatif memenuhi benak seseorang yang dapat merubah perasaan hingga perilaku seseorang.³⁴

³¹ Calvin S Hall, *Libido Kekuasaan Sigmund*, hlm. 71

³² *Ibid.*, Hlm. 74.

³³ *Ibid.*, Hlm. 78

³⁴ Frank Tallis, *Mengatasi Rasa Cemas*, hlm. 30-31.

- 2) Mengakui dan mengungkapkan perasaan cemas tersebut.³⁵ Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara menulis di buku harian atau *sharing* dengan orang terdekat.
- 3) Berfikir positif. Jika rasa cemas tersebut telah dikenali karena adanya pikiran negatif, hendaknya segera mungkin menggantikannya dengan pikiran yang lebih realistis dan positif karena pikiran dapat mempengaruhi perasaan.³⁶

Menurut Dale Carnegie, kecemasan dapat diatasi dengan cara sebagai berikut :

- 1) Mencari kesibukan. Membuang rasa cemas dengan banyak bergerak, bekerja merupakan obat mujarab menyembuhkan ketegangan syaraf. Sibuk bekerja dapat membenamkan pikiran seseorang yang sedang mengalami kecemasan.
- 2) Tidak membiarkan diri mudah tersinggung dengan hal-hal sepele, maka kita dapat berfikir “Hidup ini terlalu pendek untuk memikirkan hal-hal sepele”.
- 3) Menerima apa yang ada di dalam diri sendiri dengan ikhlas dan tawakal, sehingga kita dapat mengetahui bahwa suatu keadaan tersebut di luar kekuasaan dan kemampuan diri dengan begitu kita dapat memperbaikinya.³⁷

³⁵ *Ibid.*, hlm. 32.

³⁶ *Ibid.*, hlm. 85.

³⁷ Dale Carnegie, *Bagaimana Melenyapkan Cemas dan Menikmati Hidup*, terj. Puspanegara, (Bandung: Sumur Bandung, 1976), Hlm. 109.

Sementara itu, Dr. Alexis Carrel berpendapat bahwa kecemasan dapat diatasi dengan berdoa. Berdoa merupakan ucapan yang mengungkapkan masalah yang membebani hati dan pikiran. Dengan demikian, berdoa dapat melahirkan perasaan lega, dan energi karena beban dalam pikiran tidak hanya dipikirkan diri sendiri.³⁸

2. Tinjauan Tentang Pernikahan Dini

a. Pengertian Pernikahan

Menurut Undang-Undang Bab 1 Pasal 1 tahun 1974 tentang perkawinan, perkawinan ialah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami isteri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan ketuhanan Yang Maha Esa.³⁹

Adapun definisi pernikahan menurut beberapa ulama fikih antara lain sebagai berikut:

- 1) Ulama Hanafiyah, pernikahan sebagai suatu akad yang berguna untuk memiliki mut'ah dengan sengaja. Yang artinya seorang lelaki dapat menguasai perempuan dengan seluruh anggota badannya untuk mendapatkan kesenangan atau kepuasan.

³⁸ Alexis Carrel dalam Dale Carnegie, *Bagaimana Melenyapkan Cemas*, hlm.183.

³⁹ Hasbullah Bakry, *Kumpulan Undang-undang dan Peraturan Perkawinan Di Indonesia*, (Jakarta : Djambatan, 1978), hlm. 3.

- 2) Ulama Syafi'iyah, pernikahan adalah suatu akad yang memiliki arti dengan pernikahan seseorang dapat memiliki atau mendapatkan kesenangan dari pasangannya.⁴⁰

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa pernikahan adalah suatu akad antara pria dan wanita baik lahir maupun batin untuk mencapai suatu tujuan kehidupan sesuai syariat agama.

b. Pengertian Pernikahan Dini

Dalam Undang-undang Perkawinan No.1 tahun 1974 Bab II pasal 7 menetapkan bahwa batas minimal usia perkawinan adalah 16 tahun bagi perempuan dan 19 tahun bagi laki-laki.⁴¹

Selain itu, masa yang paling baik untuk berumah tangga menurut kesehatan dan program KB adalah antara 20-25 tahun bagi wanita dan 25-30 tahun bagi pria.⁴² Pada usia tersebut, wanita dan pria telah dianggap siap dari segi pertumbuhan fisik terutama organ reproduksi dan keadaan psikisnya.

Namun dalam penelitian ini, pengertian pernikahan dini yang digunakan memiliki batasan berdeda, yaitu pernikahan dilakukan wanita pada usia 16 tahun yang belum mencapai kematangan baik dari segi fisik maupun psikis.

⁴⁰ Slamet Adidin dan Aminuddin, *Fiqh Munakahat*, (Bandung : Pustaka Setia, 1999), hlm. 10.

⁴¹ Hasbullah Bakry, *Kumpulan Undang-undang*, hlm. 5.

⁴² Dadang Hawari, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan*, (Jakarta : Dana Bhakti Prima Yasa, 1996), hlm. 252.

c. Tujuan Pernikahan

Tujuan nikah pada umumnya bergantung pada masing-masing individu yang akan melakukannya, berikut beberapa tujuan pernikahan:

1) Melaksanakan Libido Seksual

Semua manusia laki-lakimaupun perempuan mempunyai insting seks dengan kadar dan intensitas yang berbeda. Dengan pernikahan, seorang laki-laki dapat menyalurkan nafsu seksualnya kepada wanita dengan syah dan begitu pula sebaliknya.⁴³

2) Memperoleh Keturunan

Keturunan atau anak merupakan penerus generasi, terlebih lagi bagi umat islam yaitu merupakan penerus generasi untuk berdakwah bagi agama Allah. Akan tetapi, mempunyai anak bukanlah suatu kewajiban melainkan amanat dari Allah SWT,⁴⁴ walaupun pada kenyataannya ada seseorang yang ditakdirkan untuk tidak mempunyai keturunan.

3) Memperoleh Kebahagiaan dan Ketentraman

Dalam hidup berkeluarga perlu adanya ketentraman, kebahagiaan, dan ketenangan lahir batin. Dengan keluarga

⁴³ Slamet Adidin dan Aminuddin, *Fiqih Munakahat*, hlm. 13.

⁴⁴ *Ibid.*, hlm. 14.

yang bahagia dan sejahtera akan dapat mengantarkan pada ketenangan hidup serta ibadah.⁴⁵

4) Menjalankan Perintah Allah dan Sunah Nabi

Allah SWT telah menyuruh kepada kita untuk menikah apabila telah mampu.⁴⁶ Sementara Nabi Muhammad SAW juga telah menyuruh pada umatnya untuk menikah, dengan beitu menikah merupakan sunah dari Nabi.

d. Faktor Pendorong Pernikahan Dini

Hal-hal yang mendorong terjadinya pernikahan dini diantaranya sebagai berikut :

1) Adat Istiadat

Dalam kamus istilah populer adat istiadat berarti kebiasaan atau kebiasaan turun temurun.⁴⁷ Adat suatu daerah merupakan sebuah tradisi atau kebiasaan yang tidak dapat dihindari oleh masyarakat, salah satunya adalah menikahkan anak gadisnya pada usia muda. Bahkan di beberapa belahan daerah di Indonesia, masih terdapat beberapa pemahaman tentang perjodohan, dimana anak gadisnya sejak kecil telah dijodohkan orang tuanya. Dan akan segera dinikahkan sesaat setelah anak tersebut mengalami masa menstruasi. Padahal umumnya anak-anak perempuan mulai menstruasi di usia 12

⁴⁵ *Ibid.*, hlm 15.

⁴⁶ *Ibid.*, hlm. 17.

⁴⁷ Pius A. Partanto dan M. Daelan, *Kamus Istilah Populer*, (Surabaya : Arloka, 1994), hlm. 178.

tahun. Maka dapat dipastikan anak tersebut akan dinikahkan pada usia 12 tahun, jauh di bawah batas usia minimum sebuah pernikahan yang diamanatkan UU.

2) Pergaulan Bebas

Masa remaja adalah masa yang paling berseri, masa dimana remaja itu juga proses pencarian jati diri. Dan, disinilah para remaja banyak yang terjebak dalam pergaulan bebas. Pergaulan bebas merupakan dampak globalisasi dan kemajuan teknologi pada saat ini. Salah satu bentuk pergaulan bebas adalah berhubungan layaknya suami istri dengan kekasih pada masa pacaran.⁴⁸ Dengan kondisi seperti ini, orang tua anak perempuan cenderung segera menikahkan anaknya, karena menurutnya bahwa sudah tidak perawan lagi, dan hal ini menjadi aib. Tanpa mengenyampingkan perasaan dan kegalauan orang tua, hal ini sebuah solusi yang kemungkinan di kemudian hari akan menyesatkan anak-anak. Ibarat anak sudah melakukan suatu kesalahan yang besar, bukan memperbaiki kesalahan tersebut, tetapi orang tua justru membawa anak pada suatu kondisi yang rentan terhadap masalah. Karena sangat besar di kemudian hari perkawinan anak-anak tersebut akan dipenuhi konflik. Keadaan tersebut dapat menjadi lebih parah jika anak telah hamil karena peraulan

⁴⁸ Ahmad Fauzi, *Remaja Masa Kini*, (Bandung : Senja Grafika, 2002), hlm. 22.

bebas. Jika kondisi anak perempuan itu telah dalam keadaan hamil, maka orang tua cenderung menikahkan anak-anak tersebut.

3) Rendahnya Tingkat Pendidikan dan Pemahaman Agama

Peran pendidikan dan pemahaman agama mempunyai peran yang penting bagi seorang anak. Kurangnya pendidikan, pengetahuan serta pemahaman tentang agama dapat membuat seseorang melakukan hal dapat merugikan diri sendiri, termasuk dalam hal menikah pada usia remaja.⁴⁹ Jika seorang anak putus sekolah pada usia wajib sekolah, kemudian mengisi waktu dengan bekerja. Saat ini anak tersebut sudah merasa cukup mandiri, sehingga merasa mampu untuk menghidupi diri sendiri. Hal yang sama juga dapat terjadi apabila seorang anak dan orang tua kurang memahami ajaran agama. Ada sebagian dari masyarakat kita yang memahami bahwa jika anak menjalin hubungan dengan lawan jenis, telah terjadi pelanggaran agama. Dan sebagai orang tua wajib melindungi dan mencegahnya dengan segera menikahkan anak-anak tersebut. Ada satu kasus, dimana orang tua anak menyatakan bahwa jika anak menjalin hubungan dengan lawan jenis merupakan suatu “perzinahan”. Oleh karena itu sebagai orang tua harus mencegah hal tersebut dengan segera menikahkan.

⁴⁹ *Ibid.*, hlm. 24.

e. Dampak Pernikahan Dini

Dampak pernikahan dini dapat dilihat dari segi positif dan negatif, antara lain :

1) Dampak Positif

Dampak positif dari pernikahan dini, diantaranya adalah :

a. Menyelamatkan dari penyimpangan seksual

Menyalurkan kegiatan seksual dengan pasangan merupakan salah satu kegiatan dalam kehidupan pernikahan. Penyaluran kegiatan seks secara benar dan teratur dapat menghindarkan seseorang dari penyakit seksual dan penyimpangannya.⁵⁰

b. Sehat jasmani dan rohani

Kegiatan seksual yang dilakukan secara teratur dapat meningkatkan antibodi *Imunoglobulin A*, yang bisa melindungi diri dari flu dan infeksi.⁵¹ Selain itu, hubungan seks yang dilakukan secara teratur juga dapat mengurangi stress dan kegelisahan.

c. Menambah nilai ibadah

Salah satu tujuan menikah adalah ibadah. Seperti halnya kegiatan yang dilakukan oleh pasangan suami istri dalam suatu rumah tangga sebanyak 50% adalah ibadah dan

⁵⁰ “10 Manfaat ML Buat Kesehatan”, <http://menjelma.com/2012/12/inilah-10-manfaat-ml-buat-kesehatan.html>.

⁵¹ “Manfaat Seks Di Pagi Hari “, <http://health.okezone.com/read/2012/11/30/485/725533/1001-manfaat-seks-di-pagi-hari>.

akan mendapatkan pahala, jika kegiatan tersebut dilakukan secara ikhlas dan karena Allah⁵². Misalnya adalah kegiatan seorang istri yang secara ikhlas melayani suami dan merawat anak-anaknya.

2) Dampak Negatif

Dampak negatif seseorang yang melakukan pernikahan dini terkait dengan beberapa aspek, diantaranya:

a. Segi Kesehatan Fisik

Dilihat dari segi kesehatan, pasangan usia muda dapat berpengaruh pada tingginya angka kematian ibu yang melahirkan, kematian bayi serta berpengaruh pada rendahnya derajat kesehatan ibu dan anak. Melahirkan pada usia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun mengandung resiko tinggi. Ibu hamil usia 20 tahun ke bawah sering mengalami prematuritas (lahir sebelum waktunya) besar kemungkinan cacat bawaan, fisik maupun mental, kebutaan dan ketulian.⁵³

b. Segi Kejiwaan

Pasangan usia muda belum siap bertanggung jawab secara moral, pada setiap apa saja yang merupakan tanggung jawabnya. Mereka sering mengalami kegoncangan mental, karena masih memiliki sikap mental

⁵² Alif Firdaus Al-Halwani, *Melahirkan Anak Saleh*, (Yogyakarta : Mitra Pustaka, 2003), hlm. 25.

⁵³ Miriam Stoppard, *Panduan Mempersiapkan Kehamilan*, hlm. 37.

yang labil dan belum matang emosinya. Tidak adanya keseimbangan fisik dan mental tersebut dapat menyebabkan calon ibu mengalami perasaan cemas sebelum melahirkan bayinya. Selain hal tersebut, belum adanya kematangan fisik dan mental akan berpengaruh terhadap keharmonisan hubungan rumah tangga dalam menyikapi sebuah permasalahan yang ada.⁵⁴

3. Tinjauan Kecemasan Calon Ibu Baru Pada Pernikahan Dini

Kelahiran anak pertama merupakan awal kehidupan baru bagi seorang wanita setelah menikah. Kelahiran anak pertama merupakan hal paling membahagiakan bagi calon orangtua terutama untuk calon Ibu. Namun, kebahagiaan tersebut tidak dapat terlepas dari perasaan cemas tentang kepastian proses kelahiran, kondisi bayi, dan waktu kelahiran. Dalam hal ini seorang wanita akan mengalami perubahan status menjadi seorang Ibu. Perubahan status menjadi seorang Ibu membutuhkan berbagai persiapan dan kesiapan baik dari segi mental, finansial, dan fisik.

Kelahiran anak pertama yang terjadi pada calon Ibu yang menikah pada usia dini, merupakan situasi yang penuh resiko. Resiko tersebut dikarenakan belum adanya kematangan fisik dan psikis. Resiko dari segi fisik misalnya, jalan lahir pada calon Ibu baru cenderung kaku dibandingkan dengan wanita pernah mengalami

⁵⁴ Suparyanto, "Konsep Pernikahan Dini", <http://dr-suparyanto.blogspot.com/2011/02/dampak-pernikahan-dini.html>.

kelahiran sebelumnya.⁵⁵ Resiko dari segi psikis misalnya adanya perasaan cemas, tegang dan takut terhadap proses kelahiran bayi.

Melahirkan merupakan peristiwa yang menguras tenaga, baik fisik maupun psikis. Secara fisik, tenaga seorang calon Ibu terkuras ketika calon Ibu baru mengalami kontraksi, mengejan dan menahan rasa sakit ketika menjelang kelahiran. Sedangkan secara psikis, calon Ibu baru akan mengalami kecemasan, kegelisahan, rasa takut, khawatir terhadap kemungkinan yang terjadi saat melahirkan.⁵⁶

Kecemasan pada calon Ibu baru biasanya terjadi pada periode awal kehamilan dan mencapai klimaks pada minggu-minggu terakhir kehamilan. Pada awal kehamilan kecemasan tersebut berupa kecemasan terhadap gejala awal kehamilan misalnya, ngidam, *morning sickness* dan perubahan fisik yang dialami. Sedangkan pada minggu-minggu terakhir kehamilan, kecemasan biasanya berupa kegelisahan calon Ibu menghadapi proses kelahiran. Proses melahirkan yang banyak disertai kesakitan jasmaniah dan ketidakpastian di kala melahirkan bayi tersebut dapat menimbulkan ketegangan, ketakutan, kecemasan dan emosi lainnya. Maka puncak krisis penuh kesakitan jasmaniah menjelang lahirnya bayi, semua konflik batin dan keresahan hati yang sudah terbentuk akan semakin menjadi akut dan memuncak

⁵⁵ Mohammad Fauzil Adhim, *Bahagia Saat Hamil bagi Ummahat*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 1999), hlm.180.

⁵⁶ *Ibid.*, hlm. 260.

pada saat calon Ibu baru merasakan tanda-tanda kesakitan melahirkan bayinya.⁵⁷

Fungsi biologis dari reproduksi sangat dipengaruhi oleh kehidupan psikis dan kehidupan emosional calon Ibu terutama calon Ibu baru yang masih berusia dini. Pada proses melahirkan bayi, pengaruh psikis dapat menghambat dan memperlambat proses kelahiran, atau bisa juga mempercepat kelahiran bayi.⁵⁸ Gangguan-gangguan psikis pada saat minggu terakhir masa kehamilan tersebut dapat memberikan banyak pengaruh terhadap proses kehamilan lainnya dimasa yang akan datang.⁵⁹ Dengan demikian, kesiagaan dan kerelaan mempersiapkan diri pribadi secara fisik dan mental sangat diperlukan untuk menjadi calon Ibu.

a. Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Kecemasan pada calon ibu yang akan melahirkan dapat disebabkan oleh⁶⁰:

1) Ibadah

Ibadah sangat berpengaruh pada kecemasan seorang calon ibu yang akan melahirkan. Seorang yang menjalankan ibadah secara rutin akan merasa lebih tenang dalam menghadapi kelahiran. Dalam hal tersebut calon ibu telah menyerahkan diri pada Allah, bahwa melahirkan adalah

⁵⁷ Kartini Kartono, *Psikologi Wanita Jilid 2*, hlm 167.

⁵⁸ Ibid., hlm. 167.

⁵⁹ Ibid., hlm. 166.

⁶⁰ Mohammad Fauzil Adhim, *Bahagia Saat hamil*, hlm. 78.

perjuangan suci dan merupakan jihad jika dilakukan dengan ikhlas demi Allah.⁶¹

2) Status pernikahan

Seseorang yang belum mempunyai status pernikahan yang syah, misalnya dalam pernikahan siri, tentu akan merasa cemas apabila anak telah lahir. Belum adanya bukti secara hukum tentang status pernikahan yang syah menurut negara dapat menimbulkan masalah bagi anak di masa depan. Untuk membuat akta kelahiran dan untuk bersekolah membutuhkan status pernikahan yang jelas dari orang tua.

3) Sosial ekonomi

Sosial ekonomi yang dimaksud berkaitan dengan kesiapan dalam menyambut kelahiran anak, dari segi ekonomi dan status sosial calon orang tua. Keluarga yang mempunyai keadaan ekonomi yang tercukupi dan status sosial calon orang tua yang terpandang dapat mempersiapkan dan menyambut kelahiran anak dengan bahagia karena segala kebutuhan dapat tercukupi,⁶² begitu pula sebaliknya. Calon orang tua yang keadaan sosial ekonomi kurang mampu mereka dapat terganggu pikirannya dengan persiapan kelahiran calon anak.

⁶¹ *Ibid.*, hlm. 193.

⁶² Alif Firdaus Al-Halwani, *Melahirkan Anak Saleh*, (Yogyakarta : Mitra Pustaka, 2003), hlm. 31.

4) Pekerjaan

Wanita yang bekerja, menghadapi kemungkinan cemas lebih tinggi dibanding wanita hamil yang tidak berkerja.⁶³ Kehamilan bagi sebagian orang dapat mengganggu aktifitas terutama pada saat bekerja. Terlebih lagi jika ada suatu tuntutan atau larangan kehamilan dari suatu perusahaan kepada pegawai atau karyawan.

5) Tingkat pengetahuan tentang kehamilan dan persalinan

Kecemasan terhadap berbagai kemungkinan yang bisa terjadi saat melahirkan terutama dialami oleh wanita yang baru pertama kali hamil sangat mengganggu. Informasi tentang berbagai kesulitan ketika akan melahirkan, dapat menjadi masalah yang ikut menambah kecemasan calon ibu. Kecemasan ini terutama bisa terjadi jika wanita menerima informasi yang tidak jelas serta kurangnya pengetahuan tentang kehamilan hingga persalinan.⁶⁴

b. Bentuk Kecemasan

Kecemasan terhadap berbagai kemungkinan yang bisa terjadi saat melahirkan terutama dialami oleh wanita yang baru pertama kali hamil, kecemasan tersebut dapat berupa sebagai berikut :

⁶³ Mohammad Fauzil Adhim, *Bahagia Saat Hamil*, hlm. 162.

⁶⁴ *Ibid.*, hlm. 80.

1) Cemas terhadap kemungkinan saat melahirkan

Rasa cemas ini bisa terjadi jika seorang wanita menerima informasi yang tidak jelas tentang berbagai kesulitan ketika akan melahirkan. Misalnya, kecemasan tentang kemungkinan bedah *caesar*, bayi sungsang, penyayatan farji untuk melebarkan jalan kelahiran. Kecemasan ini biasanya terjadi pada wanita yang kepribadiannya belum matang.⁶⁵

2) Gelisah terhadap persalinan

Kegelisahan terhadap persalinaan akan semakin kuat pada saat akhir-akhir kehamilan, yang dapat berupa pertanyaan-pertanyaan kapan persalinan datang, bagaimana harus menjalani persalinan, apa yang perlu dilakukan saat bersalin, dimana persalinan itu terjadi, apakah suami akan menemani ketika bersalin.⁶⁶

3) Kecemasan terhadap mitos

Mitos merupakan cerita suatu bangsa tentang dewa dan pahlawan zaman dahulu yang mengandung penafsiran tentang asal usul semesta alam, manusia dan bangsa itu sendiri yang mengandung arti mendalam yang diungkapkan dengan cara gaib.⁶⁷ Mitos atau cerita tahayul ini masih dipercayai oleh penduduk yang tinggal di daerah pedesaan, terutama mitos

⁶⁵ *Ibid.*, hlm. 80.

⁶⁶ *Ibid.*, hlm. 79.

⁶⁷ Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, hlm.588.

tentang Ibu hamil. Namun, pada jaman modern dan mutakhir ini kepercayaan pada kekuatan gaib tentang proses kehamilan sudah sangat berkurang. Menurut Kartini Kartono, kesulitan-kesulitan pada peristiwa kelahiran bisa dijelaskan dengan alasan-alasan secara biologis, anatomis dan fisiologi. Sejalan dengan semua kemajuan ilmu teknologi dan kedokteran, bentuk kecemasan terhadap makhluk gaib, setan jahat yang membayangi selama proses kehamilan telah tampil dalam bentuk yang baru yaitu berupa kecemasan dan ketakutan pada dosa-dosa atau kesalahan sendiri.⁶⁸

Rasa berdosa dan bersalah di masa lalu terhadap orang lain atau Ibunya sendiri menimbulkan perasaan takut serta cemas jika bayi yang berada di dalam kandungan mengalami cacat fisik maupun mental karena menanggung beban dosa dari masalah si calon Ibu.

4) Gelisah pada fase akhir kehamilan

Perasaan gelisah ini biasanya dialami calon Ibu kurang lebih satu minggu sebelum melahirkan. Gelisah ini disebabkan oleh tanda-tanda kelahiran, penurunan uterus dan rahim calon Ibu yang menyebabkan kontraksi mirip dengan kontraksi mau melahirkan. Rahim yang menurun menyebabkan tekanan-tekanan yang semakin berat di dalam perut, sesak nafas,

⁶⁸ Kartini Kartono, *Psikologi Wanita Jilid 2*, hlm. 153.

ketegangan batin, timbul implus kebencian ingin cepat mengeluarkan bayi yang ada di dalam perut.⁶⁹

5) Takut mati

Kelahiran merupakan kejadian fisiologis yang normal pada perempuan, namun hal tersebut mempunyai resiko-resiko dan bahaya kematian. Bahkan pada proses kelahiran normal akan tetap disertai pendarahan dan kesakitan-kesakitan hebat.⁷⁰ Peristiwa inilah yang menimbulkan ketakutan, khususnya takut kematian pada diri sendiri serta bayi yang akan dilahirkannya.⁷¹

6) Trauma kelahiran

Trauma kelahiran ini adalah perasaan yang dihadapi seorang ibu yang merasa seolah-olah ibu tersebut tidak dapat menjamin keselamatan bayinya setelah berada diluar rahimnya, trauma ini biasanya disebabkan oleh pengalaman selama kehamilan ibu.⁷²

7) Ketakutan riil

Pada calon ibu ketakutan untuk melahirkan bayinya dapat diperkuat oleh sebab-sebab yang nyata yang akan terjadi pada bayinya jika sudah terlahir, misalnya takut jika bayi lahir cacat, takut jika beban hidup akan bertambah karena kelahiran

⁶⁹ *Ibid.*, hlm. 155-156.

⁷⁰ *Ibid.*, hlm. 159-160.

⁷¹ *Ibid.*, hlm. 160.

⁷² *Ibid.*, hlm. 160.

bayi, munculnya perasaan ketakutan yang sangat mendalam dan tidak disadari jika calon ibu dipisahkan dari bayinya.⁷³

c. Mengatasi Kecemasan

Menurut Dr. Kartini Kartono, kecemasan calon Ibu baru pada usia dini dapat diatasi dengan cara sebagai berikut:

1) Dukungan dari orang terdekat

Ketakutan mati yang terjadi pada wanita hamil menjelang kelahiran dapat menjadi semakin intensif, jika orang-orang disekitarnya misalnya Ibunya, suaminya dan semua orang yang bersimpati pada dirinya ikut menjadi panik dan resah memikirkan nasib keadaannya. Oleh karena itu, diperlukan sikap menghibur dan melindungi dari orang-orang terdekat. Hal tersebut dapat memberikan suport moril pada setiap konflik batin, keresahan hati dan ketakutan.⁷⁴

2) Perasaan positif

Dibalik rasa ketakutan dan kecemasan selalu terselip harapan yang menyenangkan untuk segera menimang dan membelai bayi. Dari harapan-harapan tersebut dapat menimbulkan rasa optimis yang bersifat semangat dan gairah hidup. Perasaan positif ini biasanya dilandasi dengan

⁷³ *Ibid.*, hlm. 162.

⁷⁴ *Ibid.*, hlm. 162.

pengetahuan intelektual dan kesiapan mental dalam menghadapi tugas melahirkan.⁷⁵

Selain hal tersebut, mengatasi kecemasan pada calon Ibu Baru juga dapat dilakukan dengan cara, sebagai berikut:

- 1) Khusnudzon, berprasangka baik merupakan merupakan sikap yang banyak membantu calon Ibu dalam menjalani kehamilan tanpa kelelahan pikiran karena kebingungan.⁷⁶
- 2) Relaks, kesempatan ini dapat diambil pada tahap-tahap awal proses kelahiran dengan istirahat sebaik-baiknya, menentramkan hati, dan tidur sejenak untuk mengembalikan tenaga yang terbuang karena mengejan yang disebabkan kontraksi.⁷⁷ Senam khusus Ibu hamil juga merupakan kegiatan relaksasi yang bertujuan melenturkan otot-otot dan merenggangkan syaraf.⁷⁸
- 3) Tawakal kepada Allah, melahirkan adalah hal mulia. Menyerahkan hidup dan mati kita kepada Allah tatkala dalam puncak keikhlasan. Seorang wanita berada dalam puncak keikhlasan ketika ia sedang mengalami puncak rasa sakit, ketika akan melahirkan bayi yang suci, tanpa dosa dan fitri.⁷⁹

⁷⁵ *Ibid.*, hlm. 162.

⁷⁶ Mohammad Fauzil Adhim, *Bahagia Saat Hamil*, hlm. 128.

⁷⁷ *Ibid.*, hlm. 225

⁷⁸ Miriam Stoppard, *Panduan Mempersiapkan Kehamilan*, hlm. 97.

⁷⁹ Mohammad Fauzil Adhim, *Bahagia Saat Hamil*, hlm. 222

Sedangkan dari pandangan Islam dan BKI, untuk membantu mengatasi kecemasan calon Ibu baru dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

1) Wudhu

Wudhu merupakan kegiatan bersuci dengan menggunakan media air. Jikalau wudhu dilakukan dengan cara yang benar, wudhu dapat memperlancar peredaran darah dan mengembalikan titik-titik saraf pada tempatnya sehingga hati dan pikiran menjadi tenang. Hal ini terjadi karena terdapat sekitar 182 titik zona terapi refleksi yang tersentuh oleh tangan ketika kita melakukan wudhu.⁸⁰ Dengan kata lain, wudhu dapat menjaga kestabilan dan keseimbangan dalam diri.

2) Membaca Al-Qur'an

Membaca Al-Qur'an merupakan ibadah yang dapat menjadi terapi penentram jiwa dan dapat menyembuhkan penyakit hati. Hal tersebut sesuai dengan Q.S Al-Isra' ayat 82 yang berbunyi :

وَنُزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ^٧

وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ﴿٨٢﴾

Artinya: *“dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.”*⁸¹

⁸⁰ Sholeh Gisymar, *Terapi Wudhu*, (Surakarta: Nuun, 2008), hlm. 95.

⁸¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, hlm. 437.

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Al-Qur'an dapat sebagai penawar atau obat bagi umat yang beriman. Di dalam Al-Qur'an terdapat pedoman, bimbingan dan petunjuk yang diberikan Allah kepada manusia agar tercipta ketenangan, baik diri sendiri maupun orang lain.

3) Shalat

Shalat merupakan ibadah yang wajib dijalankan karena perintah Allah SWT. Shalat juga merupakan sarana berkomunikasi manusia dengan Allah, karena shalat merupakan rangkaian dari doa. Sebagian kecil hikmah dari gerakan shalat adalah ketenangan jiwa dan kesehatan fisik. Selain ketenangan jiwa yang dapat diperoleh setelah melaksanakan shalat, hikmah dari shalat adalah dapat mempermudah persalinan.⁸² Gerakan-gerakan shalat tersebut dapat melenturkan otot-otot yang kaku terutama bagi calon Ibu yang hamil anak pertama. Diantara gerakan shalat tersebut adalah rukuk dan sujud yang panjang.

4) Dzikir dan Doa

Dzikir dan doa merupakan bentuk ketakwakan manusia kepada Allah SWT. Manfaat utama dari energi dzikir adalah menjaga keseimbangan suhu tubuh agar tercipta suasana jiwa yang tenang. Dzikir dan doa merupakan perasaan keterhubungan yang kuat antara seorang manusia sebagai

⁸² Mohammad Fauzil Adhim, *Bahagia Saat Hamil*, hlm. 195.

hamba dengan Tuhannya, sehingga merangsang syaraf parasimpatetis dan menimbulkan ketenangan hati.⁸³ Hal tersebut memungkinkan dzikir dan doa dapat digunakan sebagai alternatif mengatasi gangguan jiwa ringan seperti kecemasan.

G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang penulis gunakan adalah penelitian lapangan, dengan menggunakan pendekatan studi kasus, yaitu penelitian yang memusatkan perhatian pada suatu kasus secara intensif dan mendetail.⁸⁴

2. Subyek Penelitian

Subyek penelitian adalah sumber untuk memperoleh keterangan.⁸⁵ Subjek pada penelitian ini adalah Calon Ibu yang akan melahirkan anak pertama pada pernikahan dini, yaitu Ibu Septi dan Ibu Khusnul. Sedangkan sumber informasi lain, didapatkan dari :

- a. Kerabat terdekat, meliputi orang-orang yang hidup bersama dengan kedua subyek yaitu Bapak Paryono merupakan suami dari Ibu Septi, Bapak Arif merupakan suami dari Ibu khusnul.

⁸³ Siti Nurjanah, "Metode Psikoterapi Islam", *Outline*, disampaikan pada kuliah Terapi Islam di Universitas Islam Negeri Yogyakarta, 2012.

⁸⁴ Winarno Surakhmad, *Pengantar Penelitian Ilmiah*, (Bandung : Marsito, 1990), hlm 143

⁸⁵ Tatang M. Arifin, *Menyusun Rencana Penelitian*, (Jakarta: CV. Rajawali, 1990), hlm. 92

- b. Dokter atau bidan, merupakan orang terpercaya dari kedua subyek dan tempat konsultasi selama kehamilan.

3. Obyek Penelitian

Obyek penelitian adalah sesuatu yang hendak diteliti oleh peneliti.⁸⁶ Obyek pada penelitian dalam penelitian ini adalah bentuk kecemasan pada calon ibu baru yang akan melahirkan anak pertama pada pernikahan dini dan cara calon ibu mengatasi kecemasan tersebut.

4. Metode Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data penulis menggunakan tiga metode, yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi.

a. Wawancara

Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam. Wawancara mendalam sering disebut juga wawancara tak terstruktur yaitu wawancara yang bersifat luwes, susunan pertanyaan dan susunan kata-kata dalam setiap pertanyaan dapat diubah pada saat wawancara, sesuai dengan kebutuhan dan kondisi saat wawancara, termasuk karakteristik sosial-budaya (agama, suku, gender, usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, dsb.) responden yang dihadapi.⁸⁷

Wawancara ini ditujukan kepada kedua calon Ibu yang akan melahirkan anak pertama, yang bertujuan untuk memperoleh

⁸⁶ Khusaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial* (Jakarta : Bumi Aksara, 1996), hlm. 75.

⁸⁷ Deddy Mulyana, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2004), hlm. 181.

data terkait dengan bentuk dan cara mengatasi kecemasan calon Ibu baru pada pernikahan dini. Wawancara juga dilakukan kepada beberapa informan seperti suami dari calon ibu, orangtua, tetangga, bidan atau dokter tempat calon ibu memeriksakan kandungan.

b. Observasi

Istilah observasi diturunkan dari bahasa Latin yang berarti melihat dan memperhatikan. Istilah observasi diarahkan pada kegiatan memperhatikan secara akurat, mencatat fenomena yang muncul dan mempertimbangkan hubungan antara antar aspek dalam fenomena tersebut.⁸⁸

Tujuan observasi adalah untuk mendeskripsikan setting yang dipelajari, aktivitas-aktivitas yang berlangsung, orang-orang yang terlibat dalam aktivitas dan makna kejadian dilihat dari perspektif mereka yang terlihat dalam kejadian yang diamati tersebut.⁸⁹

Observasi dalam penelitian ini adalah jenis observasi non partisipan, yaitu observasi dimana peneliti hanya menjadi pengamat saja atau menjadi pihak ketiga yang mengamati kegiatan subjek.⁹⁰ Metode ini dilakukan terhadap dua calon ibu baru yang akan melahirkan anak pertama, untuk mengetahui bentuk

⁸⁸ E. Kristi Poerwandari, *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*, (Jakarta : LPSP3, 2007), hlm. 134.

⁸⁹ *Ibid.*, hlm. 136.

⁹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis*, (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm.132.

kecemasan calon ibu baru yang akan melahirkan anak pertama pada pernikahan dini dan cara mengatasi kecemasan tersebut.

5. Keabsahan Data

Untuk menguji keabsahan data penulis menggunakan triangulasi, yaitu teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu dari luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data.⁹¹ Langkah-langkah penggunaan triangulasi dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara
- b. membandingkan apa yang dikatakan informan didepan umum dengan apa yang dikatakan secara pribadi
- c. membandingkan apa yang dikatakan pada waktu penelitian dengan apa yang dikatakan di luar waktu penelitian
- d. membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen yang terkait.⁹²

6. Analisis Data

Analisi data adalah dan proses penghimpunan atau pengumpulan, pemodelan dan transformasi data dengan tujuan untuk menyoroti dan memperoleh informasi yang bermanfaat, memberikan saran, kesimpulan dan mendukung pembuatan kesimpulan.⁹³

⁹¹ *Ibid.*, hlm. 135.

⁹² *Ibid.*, hlm. 331.

⁹³ Restu Kartiko Widi, *Asas Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta : Graha Ilmu, 2010), hlm. 253.

Setelah data terkumpul, kemudian data tersebut disajikan dalam bentuk laporan ilmiah. Adapun penulis menggunakan analisis data deskriptif kualitatif, yaitu metode yang digunakan terhadap suatu data yang telah dikumpulkan, disusun dan dijelaskan dalam bentuk kata-kata atau kalimat yang dipisah-pisahkan menurut katagori untuk memperoleh kesimpulan dan memberikan penilaian terhadap seluruh data.⁹⁴

Penulis menggambarkan tentang realitas yang ada di lapangan melalui metode wawancara dan observasi yang berkaitan dengan kecemasan calon Ibu baru pada pernikahan dini. Data tersebut dibaca, dicermati, dan dipelajari kemudian mengadakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

1. Reduksi Data

Reduksi data berarti merangkum memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting sesuai dengan tema.⁹⁵ Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti dalam mengumpulkan data selanjutnya.

2. Penyajian Data

Penyajian dalam penelitian dapat berupa uraian singkat, tesk yang bersifat naratif, bagan, hubungan antar kategori, dan

⁹⁴ *Ibid.*, hlm 254.

⁹⁵ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm.92.

flowchart.⁹⁶ Penyajian data dalam penelitian ini berupa uraian atau teks yang merupakan penggambaran seluruh informasi tentang bentuk kecemasan calon Ibu baru pada pernikahan dini dan bagaimana cara mengatasi kecemasan calon Ibu baru pada pernikahan dini.

3. Penarikan Kesimpulan

Setelah analisis dilakukan, maka penulis dapat menyimpulkan hasil penelitian yang menjawab rumusan masalah. Penarikan kesimpulan dilakukan penulis setelah pengolahan dan penganalisisan data yang diinterpretasikan terhadap masalah.

⁹⁶ *Ibid.*, hlm. 95

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah menganalisis data yang diperoleh berdasarkan penelitian mengenai Kecemasan Calon Ibu Baru Pada Pernikahan Dini, maka penulis dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

Pertama, subyek penelitian terdiri dari dua orang calon Ibu yang menikah pada usia dini lebih banyak mengalami bentuk kecemasan secara emosional karena calon Ibu baru tersebut masih berusia remaja dan belum adanya kematangan secara emosional.

Kedua, cara mengatasi kecemasan Calon Ibu Pada Pernikahan Dini menjelang kelahiran anak pertama sebagai berikut :

1. Mendekatkan diri kepada Allah SWT dan tawakal dengan selalu berdoa, berdzikir dan shalat lima waktu.
2. Rutin memeriksakan kandungan dan berkonsultasi dengan Dokter atau Bidan jika ada keluhan serta menjalankan nasehat yang diberikan.
3. Menenangkan hati dan pikiran dengan berpikir positif jika persalinan akan berjalan dengan lancar.
4. Mencari kesibukan dengan membaca buku, majalah, novel, mempersiapkan peralatan untuk calon bayi dan mengikuti senam Ibu hamil.

B. Saran

1. Untuk Penulis Selanjutnya
 - a. Menggunakan metode penelitian yang lain, agar hasil lebih maksimal.
 - b. Ada baiknya jika penulis memperkaya teori yang lain, agar hasil lebih maksimal.
 - c. Jangan ragu-ragu dan sungkan bertanya kembali kepada subyek jika itu untuk melengkapi data.
2. Untuk Calon Ibu
 - a. Meningkatkan pengetahuan seputar kehamilan dan kelahiran, dari majalah, surat kabar, buku dan sebagainya.
 - b. Percaya diri, tidak mudah percaya dengan cerita-cerita orang sekitar tentang sakitnya melahirkan karena setiap orang berbeda-beda tergantung kondisi badan calon Ibu dan kandungannya.
 - c. Olahraga ringan, seperti jalan-jalan pagi, senam pernafasan, senam Ibu hamil. Hal tersebut dapat membantu proses proses kelahiran agar lebih mudah.
 - d. Percaya pada kekuatan Allah SWT, jika kematian dan kelahiran Allah yang menentukan, menyerahkan semua kepada Allah SWT.
 - e. Lebih mempersiapkan kehamilan, baik dari segi usia, fisik, finansial dan terutama mental.

3. Untuk Suami

- a. Jadilah suami SIAGA, siap antar dan jaga.
- b. Selalu berikan motivasi positif dan semangat untuk calon Ibu untuk menjalani proses persalinan dengan normal dan selamat.
- c. Hendaklah suami tidak berpergian jauh ketika mendekati tanggal HPL.

4. Untuk Keluarga

- a. Jika salah satu anggota keluarga sedang tertimpa kesusahan, hendaknya sebagai keluarga ikut menanggungnya bersama-sama.
- b. Tetap memberikan semangat dan motifasi karena calon Ibu masih berusia di bawah umur.

C. Penutup

Dengan mengucapkan *Alhamdulillah* *rabbi' alamin*, penulis panjatkan syukur atas karunia dan hidayah Allah sebagai tempat berlindung, memohon, meminta dan berdoa, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis telah berusaha semaksimal mungkin demi kesempurnaan skripsi ini, namun penulis sangat menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis senantiasa mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan skripsi ini.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, 26 Juni 2013

Penulis,

Ayuk Agustiningsih



DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Fauzi, *Remaja Masa Kini*, Bandung : Senja Grafika, 2002.
- Alif Firdaus Al-Halwani, *Melahirkan Anak Saleh*, Yogyakarta : Mitra Pustaka, 2003.
- A.M. Diponegoro, Perbedaan Kecemasan dan Lama Bersalin, “Antara Ibu Primipara Yang Menerima dan Tidak Menerima Pendampingan Doa dan Dukungan Psikofisiologis Saat Bersalin”, *Humanitas*, Vol. 6 No.1, Januari, 2009.
- Atkinson, Rita L dan Atkinson, Richard C, *Pengantar Psikologi*, terj. Nurdjannah Taufiq, Jakarta: Erlangga, 1996.
- Ayuati dan Alena Mahardika, *Pantang-pantangan Ibu Hamil*, Yogyakarta : Araska, 2012.
- Calhoun dan Acocell, “Aspek-aspek Kecemasan”, dalam Kamarrudin, *Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswi MTs. Padureso Kebumen*, Skripsi tidak diterbitkan, Yogyakarta: Fakultas Ilmu Sosial Humaniora, 2012.
- Carnegie, Dale, *Bagaimana Melenyapkan Cemas dan Manikmati Hidup*, terj. Puspangara, Bandung: Sumur Bandung, 1976.
- Dadang Hawari, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan*, Jakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1996.
- Deddy Mulyana, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004.
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, Jakarta: Serajaya Santra, 1986.
- Dewa Ketut Sukardi, *Kamus Istilah Bimbingan dan Penyuluhan*, Surabaya : Usaha Nasional, 1993.
- Drever, James, *Kamus Psikologi*, terj. Nanci Simanjuntak, Jakarta : Bina Aksara, 1988.
- E. Kristi Poerwandari, *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*, Jakarta : LPSP3, 2007.
- Hall, S. Calvin, *Libido Kekuasaan Sigmund Freud*, terj. Tasrif, Yogyakarta: Tarawang, 2000.

- Hasan Basri, *Merawat Cinta Kasih*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2004.
- Hasbullah Bakry, *Kumpulan Undang-undang dan Peraturan Perkawinan Di Indonesia*, Jakarta : Djambatan, 1978.
- J.S. Badudu dan Sutan Mohammad Zain, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta : Pustaka Sinar Harapan, 1994.
- Kadek Ayu Fitria, *Menangis Itu Perlu*, Jakarta : Ankara Pustaka, 2009.
- Kartini Kartono, *Psikologi Anak*, Bandung: Mandar Maju, 1995.
- _____ *Psikologi Wanita Jilid 2*, Bandung: Mandar Maju, 2007.
- Khusaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar, *Metodelogi Penelitian Sosial*, Jakarta : Bumi Aksara
- Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung : Rosdakarya, 2000.
- Mardianah, *Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Isteri Dalam Perkawinan Monogami Dengan Isteri Dalam Perkawinan Poligami Desa Mertapada Wetan Kec. Astanajapura Cirebon Jawa Barat*, Skripsi tidak diterbitkan, Yogyakarta : Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga, 2007.
- Mohammad Fauzil Adhim, *Bahagia Saat Hamil bagi Ummahat*, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 1999.
- M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, Yogyakarta : Ar-Ruzz Media, 2012.
- Pius A. Partanto dan M. Daelan, *Kamus Istilah Populer*, Surabaya : Arloka, 1994.
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta : Balai Pustaka, 2005.
- Restu Kartiko Widi, *Asas Metodologi Penelitian*, Yogyakarta : Graha Ilmu, 2010.
- Sari Mulyaningsih, *Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Remaja Yang Mempunyai Orang Tua Dengan Remaja Yatim Piatu pada Panti Asuhan Putri 'Aisyiyah Kab. MAGELANG*, Skripsi tidak diterbitkan, Yogyakarta : Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga, 2004.
- Sholeh Gisymar, *Terapi Wudhu*, Surakarta: Nuun, 2008.
- Siti Nurjanah, "Metode Psikoterapi Islam", *Outline*, disampaikan pada kuliah Terapi Islam di Universitas Islam Negeri Yogyakarta, 2012.

Slamet Adidin dan Aminuddin, *Fiqih Munakahat*, Bandung : Pustaka Setia, 1999.

Stoppard, Miriam, *Panduan Mempersiapkan Kehamilan dan Kelahiran*, terj. Agung Prihantoro, Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2006.

Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2009.

_____ *Metode Penelitian Bisnis*, Bandung: Alfabeta, 2007.

Suparyanto, “Konsep Pernikahan Dini” , <http://dr-suparyanto.blogspot.com/2011/02/dampak-pernikahan-dini.html>

Tallis, Frank, *Mengatasi Rasa Cemas*, terj. Meitasari Tjandrasa, Jakarta : Arcan, 1991.

Tatang M. Arifin, *Menyusun Rencana Penelitian*, Jakarta: CV. Rajawali, 1990.

Winarno Surakhmad, *Pengantar Penelitian Ilmiah*, Bandung : Marsito, 1990.

Yohannita Nurul Arifah, *Hubungan Intensitas Ibadah Dengan Kecemasan Ibu Menghadapi Kelahiran Anak Pertama*, Skripsi tidak diterbitkan, Yogyakarta : Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga, 2004.

Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung, 1978.

Zakariyya Ibrahim, *Psikologi Wanita*, Bandung : Pustaka Hidayah, 2002.

Zulkifli L, *Psikologi Perkembangan*, Bandung: Remaja Rosdakarya Offset, 2009.

10 Manfaat ML Buat Kesehatan”, <http://menjelma.com/2012/12/inilah-10-manfaat-ml-buat-kesehatan.html>. “Manfaat Seks Di Pagi Hari“, <http://health.okezone.com/read/2012/11/30/485/725533/1001-manfaat-seks-di-pagi-hari>.

Lampiran 1: Pedoman Wawancara

INSTRUMEN PENELITIAN

1. Pedoman Wawancara

- A. Tujuan : Mengetahui profil subjek
- B. Subjek : Ibu Septi & Ibu Khusnul
- C. Topik Wawancara :
 - 1. Identitas
 - 2. Jenjang pendidikan
 - 3. Rutinitas ibadah
 - 4. Kondisi perekonomian rumah tangga
 - 5. Kondisi kehidupan rumah tangga

2. Pedoman Wawancara

- A. Tujuan : Mengetahui bentuk kecemasan subjek
- B. Subjek : Ibu Septi dan Ibu Khusnul
- C. Topik wawancara :
 - 1. Perasaan pertama kali saat mengetahui positif hamil.
 - 2. Gejala yang muncul di bulan-bulan awal kehamilan.
 - 3. Gejala yang muncul saat ini di trisemester ketiga kehamilan.
 - 4. Perasaan terhadap gejala tersebut.
 - 5. Gejala yang paling membuat perasaan calon Ibu tidak tenang, merasa cemas, khawatir, gelisah atau takut.
 - 6. Hari perkiraan lahir (HPL).
 - 7. Perasaan ketika mendekati HPL.
 - 8. Mitos tentang Ibu hamil yang ada disekitar tempat tinggal.

3. Pedoman Wawancara

- A. Tujuan : Mengetahui cara mengatasi kecemasan subjek
- B. Subjek : Ibu Septi dan Ibu Khusnul
- C. Topik wawancara :
 1. Apa sudah memiliki persiapan kehamilan.
 2. Yang dilakukan calon Ibu saat gejala yang di khawatirkan, dicemasakan, dan ditakutkan muncul.
 3. Yang dilakukam calon Ibu saat tidak bisa berhenti memikirkan hal-hal tentang persalinan.

4. Pedoman Wawancara

- A. Tujuan :
 - 1) Mengetahui profil subjek dari Informan
 - 2) Mengetahui bentuk kecemasan dari informan
 - 3) Mengetahui cara mengatasi kecemasan subjek
- B. Informan : Orangtua dari Ibu Septi dan Ibu Khusnul
- C. Topik wawancara :
 - 1) Profil subjek:
 - a. Identitas
 - b. Yang dilakukan orangtua ketika subjek tidak mau melanjutkan sekolah lagi.
 - c. Intensitas ibadah subjek sebelum dan sesudah menikah.
 - d. Tanggapan ketika subjek memutuskan menikah pada usia remaja.
 - 2) Bentuk kecemasan:
 - a. Tanggapan tentang kehamilan subjek di usia remaja.
 - b. Subjek pernah mengeluh, bertanya tentang kehamilan atau tidak.
 - c. Gejala kehamilan yang membuat subjek merasa khawatir, takut atau cemas.

3) Cara mengatasi

- a. Yang dilakukan informan ketika subjek mengalami gejala awal kehamilan.
- b. Yang dilakukan informan ketika subjek merasa khawatir atau cemas menghadapi persalinan.
- c. Nasehat yang sering informan sampaikan kepada subjek ketika hamil.

5. Pedoman wawancara

- A. Tujuan : mengetahui bentuk kecemasan dan cara mengatasi kecemasan subjek
- B. Informan : Bapak Paryono dan Bapak Arif
- C. Topik wawancara :
 1. Keluhan subjek terhadap suami
 2. Kebiasaan sehari-hari subjek pada trisemester ketiga kehamilan.
 3. Yang dilakukan suami ketika subjek gelisah tentang proses kelahiran.

6. Pedoman Wawancara

- A. Tujuan : mencari informasi tambahan terkait kemasam Ibu Septi dan Ibu Khusnul
- B. Informan : Bidan S dan Bidan MS
- C. Topik :
 1. Pernahkah subjek mengeluh tentang kehamilan pada trisemester pertama.
 2. Biasanya apa yang membuat calon Ibu baru mengeluh dan merasa takut.
 3. Apa semua pasien yang baru pertama hamil semua gelisah dan merasa takut terhadap gejala-gejala kelahiran.
 4. Kemungkinan yang terjadi jika kehamilan masih dibawah umur.
 5. Nasehat agar pikiran calon Ibu tenang dalam menghadapi kelahiran.

7. Pedoman wawancara

A. Tujuan : mengetahui cara mengatasi kecemasan pada Ibu Septi

B. Informan : Ibu Estri

C. Topik wawancara :

1. Apa Ibu Septi pernah bertanya kepada Ibu Estri seputar kehamilan atau kelahiran.
2. Apa yang selalu ditanyakan Ibu Septi kepada Ibu Estri.
3. Seberapa sering Ibu Septi bertanya-tanya tentang kehamilan pada Ibu Estri.

Lampiran 2: Pedoman Observasi

No.	Aspek yang diteliti
1.	Identitas <ul style="list-style-type: none">• Alamat tempat tinggal• Anggota keluarga
2.	Latar belakang keagamaan <ul style="list-style-type: none">• Rutinitas menjalankan sholat• Intensitas ibadah pada minggu-minggu akhir kehamilan
3.	Kondisi kehidupan keluarga <ul style="list-style-type: none">• Hubungan subjek dengan suami• Hubungan subjek dengan orang tua• Hubungan subjek dengan anggota keluarga lain
4.	Penyebab terjadinya kecemasan <ul style="list-style-type: none">• Kondisi fisik subjek• Kondisi mental subjek• Kondisi finansial keluarga• Faktor eksternal, misal mitos
5.	Proses konsultasi dengan Bidan <ul style="list-style-type: none">• Sesi pemeriksaan• Konsultasi tanya jawab
6.	Bentuk kecemasan subjek pada trisemester ketiga kehamilan <ul style="list-style-type: none">• fisik• emosional• kognitif
7.	Bentuk kecemasan subjek pada detik-detik menjelang proses kelahiran. <ul style="list-style-type: none">• fisik• emosional• kognitif
8.	Cara mengatasi kecemasan yang dilakukan subjek ketika detik-detik menjelang proses kelahiran.
9.	Peranan orang terdekat dalam mengatasi kecemasan pada subjek.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Nama : Ayuk Agustiningsih
Tempat/Tgl. Lahir : Sleman, 10 September 1990
Alamat : Kwagon, RT 01/01 Sidorejo, Godean, Sleman 55564
Nama Ayah : Sigit Suparmono
Nama Ibu : Suminem

B. Riwayat Pendidikan

- a. SD/MI, Tahun Lulus : SD Negeri Ngino II, 2002
- b. SMP/Mts, Tahun Lulus : SMP Negeri 1 Seyegan, 2005
- c. SMA/MA, Tahun Lulus : MAN Yogyakarta III- PKBM Sekar Melati
2008

C. Pengalaman Organisasi

1. Pengurus Dewan Penggalang SMP Negeri 1 Seyegan
2. Pengurus Osis SMP Negeri 1 Seyegan
3. Pengurus Dewan Ambalan MAN Yogyakarta III
4. Anggota Dewan Kerja Cabang Yogyakarta (KWARCAB 1205)