

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan sangat mempengaruhi kualitas hidup seseorang, kualitas kehidupan seseorang akan semakin baik ketika tidak mempunyai permasalahan kesehatan mental dan fisiknya. Kesehatan merupakan suatu situasi seseorang dimana seluruh aspek kesehatan sosial, mental, serta fisiknya sehat atau tidak mengalami gangguan. Pengertian diatas juga didukung oleh Suhaimi yang mengatakan bahwa kesehatan mental ialah keadaan paling optimalnya perkembangan intelektual (rasio/cognitive), fisik (biologis), spiritual (agama), dan emosional (affective) seseorang (Yasipin et al., 2020).

Pranaikah ialah memberikan persiapan terhadap penumbuhan kesadaran, pemahaman, serta pengetahuan remaja usia nikah mengenai berkeluarga atau kehidupan berumah tangga (Bustan, 2017). Masalah yang dapat mengganggu kesehatan mental pada pasangan pranikah yaitu kecemasan ataupun gangguan psikis yang dapat diartikan permasalahan kejiwaan pada kesiapan para calon pengantin. Adanya kecemasan dalam proses pernikahan bisa membuat kedua calon pengantin merasa ragu-ragu untuk menikah. Selain itu, jika terjadi peningkatan kecemasan dapat berpengaruh pada salah satu syaraf otonom individunya sehingga mengakibatkan beberapa organ tubuh terluka (Wulandari, 2018).

Pada pasangan pranikah sering terjadi konflik dalam kesehatan mentalnya, Banyak sekali calon pengantin yang fisik serta ekonominya telah memiliki kesiapan untuk menikah tetapi calon pengantin tersebut masih belum berani. Dengan demikian ketidaksiapan pelaksanaan pernikahan tidak hanya dikarenakan oleh material, namun juga berhubungan dengan masalah mental ataupun psikis, terutam

mengenai perasaan. Ketidaksiapan perasaan dalam menghadapi proses pernikahan bermacam jenisnya seperti malas, takut, sedih, tegang, dan lain-lainnya (Wulandari, 2018). Agama juga menjadi faktor penyebab dalam masalah membangun rumahtangga, agama berdampak baik pada memperkuat keputusan pernikahan agar terhindar dari ketidakcocokan, ekonomi, KDRT serta permasalahan dengan pasangannya. Karenanya diperlukan upaya agar menguatkan pernikahan dengan kekuatan ikatan lahiriah serta batiniah pernikahan sehingga akan membantu individu melakukan adaptasi pada kehidupan pernikahannya (Saidiyah, 2016)

Secara psikologis, banyak pasangan memiliki kekhawatiran pernikahan dapat menjadi hambatan studi serta memiliki kerentanan konflik yang berakibat pada perceraian, dikarenakan pada kedua pasangan masih kekurangan persiapan mentalnya. Kecemasan pada penyelesaian permasalahan dalam keluarga nantinya akan mengakibatkan kedua pasangan terkena beberapa gangguan yang berakhir depresi serta stress, ketika tidak terdapat penyelesaian yang tepat dapat menyebabkan permasalahan yang semakin berat (Minarni et al., 2014). Setiap pasangan harus dapat menyelesaikan masalah agar tercapainya kebahagiaan dalam berumah tangga, namun tidak seluruh pasangan bisa dengan baik menemukan penyelesaian permasalahannya, ketidakpuasan pasangan ketika menyelesaikan masalah pernikahannya biasa akan terjadi perceraian (Muhid, 2019).

Dampak perceraian dapat mengakibatkan berbagai masalah yang datang antara lain yaitu pecahnya keluarga tersebut dari ikatan perkawinan, renggangnya hubungan keluarga, dan dampak yang paling berat nantinya akan dirasakan oleh anak-anak mereka. Berdasarkan observasi angka perceraian di masyarakat sangat memprihatinkan, hal ini dapat dilihat dari banyaknya wanita yang memiliki status janda dan pria yang memiliki status duda, perbedaan pendapat, perselisihan,

pertengkaran yang secara terus menerus dan dapat menyebabkan hilangnya rasa cinta dan kasih sayang. Pertengkaran yang berlangsung secara terus menerus akan memicu terjadinya perceraian, penyebab perceraian terjadi juga disebabkan karena pernikahan dibawah umur yang membuat mereka belum siap mengatasi masalah-masalah yang akan mereka temui setelah menikah.

Perceraian ialah salah satu upaya untuk melepaskan ikatan antara suami dan istri dari suatu pernikahan, perceraian terjadi biasanya karena sudah tidak adanya jalan keluar untuk menyelesaikan masalah. Perceraian di Indonesia didominasi oleh cerai yang diajukan oleh pihak istri. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statisti, terjadinya peningkatan pada kasus perceraian tiap tahunnya, pada 2012 tercatat 346.480 perceraian, pada 2013 tercatat 324.247 perceraian, pada 2014 tercatat 344.237 perceraian, pada 2015 tercatat 347.256 perceraian, dan yang terakhir pada 2016 tercatat sebesar 365.633 perceraian di Indonesia. Pada tahun 2016 paling tinggi kasus perceraian terjadi di Jawa Timur tercatat 86 491 perceraian.

Pernikahan harmonis merupakan keinginan semua pasangan, kehidupan dalam pernikahan ialah jalan awal pemahaman dan adaptasi antar pasangan. Banyak konflik pada pernikahan, selama ini permasalahan pernikahan di selesaikan dengan cara konseling (Saidiyah, 2016). Beberapa kasus yang dialami calon pengantin menyadarkan calon pengantin bahwa untuk mendapatkan dan menjalani kehidupan dalam pernikahan yang sakinah mawaddah warahmah, calon pengantin harus memiliki kemantapan dan keyakinan serta mempersiapkan mentalnya. Maka diperlukan konseling pranikah guna untuk memberikan sedikit bimbingan dan bekal kepada kedua calon pengantin untuk lebih mempersiapkan dirinya dalam melangsungkan kehidupan berumah tangga dan konseling pranikah ini diberikan juga agar mempermudah penyelesaian permasalahan serta tantangan yang timbul pada

pasangan calon pengantin, serta membekalinya dengan keterampilan dalam menyelesaikan permasalahan tersebut (Devianti, 2021).

Bimbingan atau konseling ialah cara penyelesaian kurang baiknya akhlak menjadi semakin baik lagi dengan tujuan untuk mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi oleh diri sendiri di dalam hidupnya. Tujuan dari diberikannya bimbingan pranikah yaitu untuk mencegah agar tidak terjadinya masalah kesehatan yang muncul pada pasangan pranikah (Chodijah, 2016). Karena banyaknya masalah yang dapat mempengaruhi kesehatan mental akibat dari stress apabila tidak dilakukannya deteksi awal terhadap gejala tersebut maka akan dapat menimbulkan keparahan pada kesehatan mental seseorang. Sehingga saya sebagai peneliti tertarik untuk meneliti “Gambaran Kesehatan Mental Pada Pasangan Pranikah di Tarakan Kalimantan Utara” yang bertujuan untuk mengetahui seberapa cemasnya seseorang tersebut sebelum pernikahan.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran kesehatan mental pasangan pranikah di Tarakan Kalimantan Utara?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisa gambaran kesehatan mental pada pasangan pranikah di Kota Tarakan Kalimantan Utara

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisa gambaran sosio demografi dari pasangan pranikah Kota Tarakan Kalimantan Utara
2. Menganalisa gambaran kesehatan mental pada Kota Tarakan Kalimantan Utara

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dari studi tersebut harapannya bisa menjadi referensi tentang gambaran kesehatan mental pada pasangan yang ingin menikah menambah wawasan dan ilmu yang dapat dikembangkan dalam bidang kesehatan mengenai kesehatan mental di Tarakan Kalimantan Utara.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Kependidikan

Bisa menjadi ilmu tambahan dalam materi pembelajaran serta menambah pengetahuan tentang pranikah.

2. Bagi Institusi Kesehatan

Dapat menambah ilmu kesehatan terutama kesehatan jiwa tentang kesehatan mental dalam pranikah

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bisa menjadi referensi untuk peneliti lain dengan kepentingan ilmu pengetahuan terkait tentang kesehatan mental

1.5 Keaslian Penelitian

Peneliti (Jeneri Alfa Sela Mangande, Desi, John R. Lahade, 2021) judul “Kualitas Pernikahan dan Status Kesehatan Mental Pada Perempuan yang Menikah Usia Dini”. Tujuannya adalah sebagai pendeskripsian status kesehatan mental serta kualitas pernikahan perempuan yang menikah ketika berusia 19 tahun ke bawah. Partisipan pada penelitian ini berjumlah 7 orang yang berusia 19 tahun. Penelitian menggunakan jenis deskriptif serta pendekatan kualitatif sebagai metodenya. Pengumpulan data memakai data primer dari interview serta data sekunder diperoleh

dari kerabat ataupun orang tua perempuan tersebut.

Persamaan: penelitian ini membahas tentang munculnya masalah pada pernikahan seperti ketidaksiapan psikis serta fisik, juga ketidakmampuan menyelesaikan masalah berumah tangga.

Perbedaan: penelitian ini membahas tentang kesehatan mental perempuan yang menikah di umur 19 tahun kebawah. Sedangkan penelitian yang saya lakukan yaitu kesehatan “Gambaran Kesehatan Mental Pada Pasangan Pranikah Di Kota Tarakan Kalimantan Utara” yang dilakukan semua umur dan semua kalangan baik laki-laki maupun perempuan.

