

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pernikahan adalah ikatan yang suci dan sakral antara seorang pria dan wanita. Menurut Undang – undang Nomor 1 Tahun 1974. Pengertian pernikahan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Bagi manusia, pernikahan merupakan hal yang penting karena pernikahan adalah sarana yang paling aman dan efektif untuk mengendalikan keinginan biologis manusia. Pernikahan juga bertujuan untuk mengembangkan keturunan dan meneruskan kehidupan umat manusia. Pernikahan antara sepasang kekasih yang saling mencintai juga akan memenuhi kebutuhan psikologis karena akan menimbulkan rasa bahagia, mendapatkan perlindungan, kasih sayang, saling menghargai dan rasa aman. Pernikahan dalam agama Islam merupakan fitrah manusia. Allah SWT telah mengatur kehidupan manusia dengan berbagai hukum yang termuat dalam Al Qur'an dan Hadist. Khususnya aturan tentang hubungan antara laki – laki dan perempuan karena manusia dikaruniai Allah dengan nafsu seks yang membutuhkan pelampiasan. Pernikahan adalah cara terbaik untuk menyalurkan libido seksual antara laki – laki dan perempuan. Sepasang suami istri yang telah menikah terikat dengan kewajiban untuk saling memberi nafkah batin kepada pasangannya. Oleh karena

itu, salah satu tujuan pernikahan adalah menghalalkan hubungan seksual antara suami istri, sehingga masalah seksual tidak dapat dipisahkan dengan kebahagiaan yang akan dicapai.

Namun pada kenyataannya yang terjadi dalam kehidupan pernikahan, berbagai masalah sering bermunculan. Seks sebagai kebutuhan biologis setiap individu seharusnya memberikan pengalaman yang berkesan dan menyenangkan. Nyatanya, hal ini tidak berlaku bagi semua orang. Peneliti menemukan salah satu masalah dalam pernikahan yang tidak dilandasi dengan hubungan seksual, kasus ini terjadi pada istri yang menderita vaginismus. Vaginismus merupakan disfungsi seksual yang membuat otot – otot dasar panggul dan vagina menjadi tegang dan kontraksi sehingga menyulitkan proses penetrasi. Vaginismus masuk dalam klasifikasi gangguan seksual DSM-IV sebagai salah satu gangguan fisik yang berdampak pada kondisi psikologis penderita. Vaginismus tercantum pada pedoman penggolongan penyakit internasional (ICD – 10 N94.2) yang dikeluarkan oleh WHO sebagai badan kesehatan dunia, termasuk kepada golongan penyakit disfungsi seksual pada organ reproduksi dan saluran kemih. Dalam hal ini, organ yang terkena gangguan adalah vagina. Menurut Lahaie et al (2010) memprediksi 5 – 17% wanita di dunia menderita vaginismus.

Kasus serupa juga terjadi di Indonesia, data di RSIA Limijati Bandung pada bulan Februari 2019 mencatat bahwa ada 425 wanita dari seluruh wilayah Indonesia yang menderita vaginismus. Penderita vaginismus di Indonesia mempunyai komunitas yang disebut dengan “*support vaginismus, respect vaginismus*”. Komunitas ini dibentuk sebagai wadah untuk saling menyemangati

sesama penderita, karena seringkali di luar sana penderita vaginismus tidak dihargai keluh kesahnya, dianggap sebagai wanita yang tidak normal dan tidak sempurna karena tidak bisa melayani kebutuhan batin suami serta tidak mengerti kodratnya sebagai wanita. Pihak suami seringkali menyalahkan kondisi istri atas penyakit vaginismus tersebut dan di sisi lain keinginan orang tua suami maupun istri untuk segera memiliki cucu, sehingga kondisi ini bisa menjadi tekanan bagi penderita vaginismus. Ciri utama istri yang menderita vaginismus adalah ketika penderita hendak melakukan penetrasi, secara spontan tubuh mengeluarkan respon penolakan dengan cara paha menyempit dan pantat terangkat disertai dengan rasa cemas. Hasil wawancara dari 30 penderita yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 25 Februari 2019 di ruang tunggu dokter ahli vaginismus RSIA Limijati Bandung, menunjukkan bahwa sebanyak 33,3% merasa tegang saat akan berhubungan seksual, 26,7% merasa khawatir, 23,3% jantung berdebar, dan 16,7% merasa takut melakukan penetrasi. Durasi penderita dalam mengalami vaginismus pun bervariasi, dimulai dari rentang usia pernikahan 0-10 tahun sebanyak 40%, 11-20 tahun sebanyak 33,3%, 20-30 tahun sebanyak 20%, dan 30-40 tahun sebanyak 6,7%.

Menurut Rasyid (dalam Zein, 2012) vaginismus adalah bentuk gangguan seksual bagi wanita berupa kejang – kejang otot di sekitar mulut vagina. Sa'bah (dalam Zein, 2012) menjelaskan lebih lanjut bahwa vaginismus adalah peristiwa kontraksi atau peregangan dan pengerasan otot vagina ketika penis melakukan penetrasi. Maka dapat disimpulkan bahwa vaginismus merupakan kelainan seks atau penyakit yang ditandai dengan kekejangan otot di sekitar vagina yang

mengganggu masuknya penis ke dalam vagina sehingga penetrasi sulit dilakukan. Vaginismus bisa membuat penderitanya sama sekali tidak bisa melakukan hubungan seksual atau memasukkan benda apapun ke dalam vagina, hal ini disebabkan otot di sekitar vagina berkontraksi terlalu kuat, sehingga vagina menutup rapat.

Menurut Zein (2012) istri yang menderita vaginismus akan merasa malu, rendah diri, frustrasi, apatis, labil, merasa bersalah dan berdosa karena tidak bisa melaksanakan kewajibannya memenuhi batin suami dan kehilangan kepercayaan diri. Hasil wawancara dari 30 penderita yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 26-27 Februari di ruang tunggu ruangan dokter ahli vaginismus di RSIA Limijati Bandung, peneliti menanyakan tentang apa yang dirasakan penderita akibat menderita vaginismus, 60% penderita menjawab bahwa penderita menjadi malu akibat menderita vaginismus karena kerap mendapat ejekan dari suami dan teman sebagai wanita yang tidak sempurna dan tidak seperti wanita pada umumnya, merasa sedih dan cemas ketika tidak dihargai keluh kesahnya, merasa bersalah karena dianggap berdosa sebab tidak mampu melayani kebutuhan batin suami. Peneliti juga menemukan sebanyak 23,3% penderita menjadi suka melamun, pikiran tidak bisa fokus akibat terlalu banyak beban pikiran sehingga pikiran menjadi kacau dan susah berkonsentrasi. Sisanya 16,7% penderita sering merasa pusing, sakit gigi sering kambuh, mudah lelah dan meningkatnya detak jantung. Gangguan vaginismus tidak hanya melibatkan gangguan psikologis penderita (istri) saja tetapi juga berakibat bagi suami. Suami yang tidak dapat menyalurkan nafsu seksualnya akan mengalami depresi, sering marah, susah tidur, mudah

tersinggung dan menderita penyakit psikosomatik. Suami merasa takut untuk melakukan hubungan karena berpikir akan gagal lagi, sehingga minat untuk melakukan hubungan seksual menjadi hilang.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan di atas, identifikasi dari variabel *y* adalah stres yang dialami oleh istri yang menderita vaginismus. Menurut Taylor (1995) stres adalah pengalaman emosional yang negatif yang disertai dengan perubahan biokimia, fisiologi, kognisi, dan perilaku yang dapat diprediksi dan diarahkan untuk mengubah peristiwa yang membuat stres atau mengakomodasi efeknya.

Taylor (1995) menyatakan individu yang mengalami stres dapat mengeluarkan berbagai respon. Respon stres dapat dilihat dari adanya perubahan, baik secara fisiologis, kognitif, emosi, dan tingkah laku. Aspek fisiologis ditandai dengan meningkatnya tekanan darah, detak jantung, denyut nadi, dan sistem pernapasan. Aspek kognitif terlihat lewat terganggunya proses kognitif individu, seperti ketidakmampuan untuk berkonsentrasi dan pikiran berulang. Aspek emosi menyangkut emosi yang dialami individu seperti takut, cemas, malu dan marah. Aspek tingkah laku, dapat dibedakan menjadi *fight* yaitu melawan situasi yang menekan dan *flight* yaitu menghindari situasi yang menekan.

Taylor (1995) mengemukakan bahwa individu bereaksi secara berbeda dalam menghadapi stresor, tergantung pada faktor – faktor yang mempengaruhi seperti hardiness, optimisme, kontrol psikologis dan dukungan sosial. Taylor (1995) juga mengemukakan bahwa *self esteem* dan *self confident* merupakan faktor yang dapat mempengaruhi stres atau tidaknya seseorang. Menurut Visotsky, et al (dalam

Taylor, 1995) faktor lain yang dapat mempengaruhi stres adalah *meaning of life*. Memiliki *meaning of life* dapat digunakan sebagai sumber daya internal yang dapat menangani stres secara efektif.

Lazarus dan Folkman (dalam Taylor, 1995) mengemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi stres adalah strategi *coping*, strategi *coping* meliputi *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping*. Strategi *coping* lainnya lebih fokus pada regulasi emosi. Lazarus dan Folkman (dalam Gyurak, dkk, 2011) menjelaskan lebih lanjut bahwa regulasi emosi dapat digunakan untuk mengurangi tuntutan eksternal dan internal yang spesifik serta berat atau melebihi sumber daya individu yang dinilai sebagai stres. Atkinson dan Hilgard (1996) berpendapat bahwa faktor – faktor yang mempengaruhi stres yaitu kemampuan menerka, kontrol atas jangka waktu, evaluasi kognitif dan perasaan.

Berdasarkan faktor yang mempengaruhi stres yang telah dijabarkan di atas, faktor yang menarik untuk diteliti adalah *meaning of life* dan regulasi emosi, karena menurut peneliti *meaning of life* yang dimiliki oleh penderita vaginismus berguna untuk memberikan kekuatan dalam menghadapi situasi dan kondisi apapun karena keyakinan adanya makna dibalik penderitaan yang dihadapi. Memiliki *meaning of life* dapat digunakan sebagai sumber daya internal yang dapat menangani stres secara efektif. Regulasi emosi yang dimiliki oleh penderita vaginismus berguna untuk menguasai dan mengatasi situasi yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapi.

Menurut Frankl (dalam Bastaman, 2007) *meaning of life* merupakan hal - hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi

seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Koesworo (dalam Nugroho, 2016) mengartikan *meaning of life* sebagai suatu proses penghayatan hidup dalam merasakan kebahagiaan, rasa berharga, serta adanya suatu tujuan dalam hidup. Bastaman (dalam Nugroho, 2016) menjelaskan lebih lanjut bahwa individu yang merasa hidupnya bermakna akan menunjukkan kegairahan, rasa optimis, memiliki tujuan dan terarah dalam menjalani kehidupannya, akan mampu bersabar dalam menghadapi cobaan serta mampu mengambil hikmah dibalik cobaan tersebut.

Frankl (2014) mengemukakan ada tiga aspek penting dalam *meaning of life*, yaitu *creative values* (nilai kreatif), *experiential values* (nilai penghayatan) dan *attitudinal values* (nilai bersikap). Nilai kreatif adalah nilai yang didapatkan melalui kontribusi individu dalam hidup dan dapat juga terdiri dari kontribusi yang dilakukan oleh individu yang membuat individu tersebut merasa menjadi bagian dari hidup yang bermakna. Nilai penghayatan sering disebut sebagai berkah yang diterima dalam hidup, dengan menjadi tulus dan baik individu mampu merasakan makna. Nilai bersikap berkaitan dengan sikap yang dimiliki oleh individu untuk bertahan dalam suatu kondisi yang tidak dapat dihindari.

Steger (dalam Dezutter, et al, 2013) berpendapat bahwa aspek-aspek *meaning of life* meliputi *presence of meaning* dan *search for meaning*.

Emosi memiliki peranan penting dalam kehidupan. Goleman (dalam Mahanggoro, 2018) mengemukakan bahwa emosi adalah suatu bentuk perasaan dan pikiran – pikiran khas, suatu kondisi biologis, psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Individu tidak hanya sekedar memiliki emosi,

namun emosi ini juga perlu diatur supaya individu mampu mengendalikan emosi dalam menyikapi segala permasalahan yang sedang dihadapi. Kemampuan individu dalam mengatur emosi disebut dengan regulasi emosi. Menurut Thompson (1994) regulasi emosi terdiri dari proses ekstrinsik dan intrinsik yang bertanggung jawab untuk memantau, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosional untuk mencapai tujuan tertentu.

Thompson (1994) membagi aspek – aspek regulasi emosi yang terdiri dari tiga macam yaitu kemampuan memonitor emosi, kemampuan mengevaluasi emosi dan kemampuan memodifikasi emosi.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dirumuskan masalah yang akan diangkat dalam penelitian ini yaitu adakah hubungan antara *meaning of life* dan regulasi emosi dengan stres yang dialami oleh para penderita vaginismus?

### **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *meaning of life* dan regulasi emosi dengan stres yang dialami oleh para penderita vaginismus.

### **C. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis : untuk memberikan sumbangan terhadap Ilmu Pengetahuan yaitu di bidang Psikologi Klinis.

## 2. Manfaat Praktis :

- a) Memberikan informasi kepada para penderita vaginismus tentang *meaning of life* dan regulasi emosi yang berguna untuk mengurangi stres yang dialami, supaya penderita mampu bertahan dalam kondisi sesulit apapun, mampu mengatasi situasi yang menekan dan tetap mempunyai semangat untuk mencari kesembuhan.
- b) Memberikan wawasan kepada suami para penderita vaginismus supaya suami tetap memberikan dukungan kepada penderita dalam mencari kesembuhan.
- c) Memberikan wawasan kepada khalayak bahwa wanita penderita vaginismus juga ingin kehadirannya diterima, tidak dipandang sebelah mata dan tidak dikucilkan oleh masyarakat.