

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hubungan seksual dalam keluarga merupakan bagian dari keharmonisan dan kebahagiaan, oleh karena itulah kedua belah pihak harus dapat menikmatinya bersama.

Hubungan seks antar manusia merupakan pencetus dari cinta antar individu dimana daya tarik dan panca indera ikut berperan, karena itu dalam hubungan seks, bukan hanya alat kelamin dan daerah erogen saja yang mudah terangsang tetapi juga psikologis dan emosi. (Manuaba, 1998:13)

Di sisi lain tidak semua manusia dapat menikmati hubungan seks karena perubahan biologis, perubahan dalam hubungan sosial, pengharapan dan norma masyarakat dan menumpuknya pengalaman hidup serta integrasinya dalam sejarah pribadi orang yang bersangkutan.

Hal tersebut menjadikan tidak sedikit di antara manusia yang mengalami gejala menurunnya libido serta tenaga di saat melakukan hubungan seksual seperti manusia dengan gejala ejakulasi dini.

Menurut Monks (2000:349) di Barat ditemukan bahwa sesudah usia 50 tahun, Frekuensi hubungan seksual menurun baik pada laki-laki maupun wanita, meskipun dorongan seksual pada laki-laki masih bisa bertahan sepanjang hidup. Wilson (1975) menemukan bahwa 25 % laki-laki usia 60 tahun ke atas tidak lagi melakukan hubungan seksual. Hal tersebut

membuktikan bahwa tidak semua individu dapat melakukan hubungan seksual.

Dua puluh tujuh dari kelompok laki-laki melakukan hubungan seks sekali sebulan. Pada kelompok wanita 12 % mengalami penurunan frekuensi yang drastis dalam hubungan seks. Penelitian ini ditemukan sekitar usia 75 tahun, mengenai hal ini ada perbedaan perseorangan yang besar. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ketika seseorang mengalami penurunan frekuensi yang drastis dalam hubungan seksual maka mereka akan mengalami perbedaan perseorangan atau perilaku yang sangat mencolok.

Saputra (2000:54) menyatakan bahwa dalam hasil penelitian mutakhir membuktikan sepertiga wanita hanya sekali-kali mengalami orgasme dan sepertiganya yang lain sama sekali belum pernah mengalami orgasme. Dan menyatakan bahwa penganut aliran Tao memandang harmoni seksual sebagai hal penting untuk kepuasan perkawinan. Itulah sebabnya hal tersebut merupakan salah satu motivasi primer dalam pengembangan seni di kamar tidur. Mereka mengetahui seperti ahli terapi pasangan di zaman modern, bila ada masalah di tempat tidur maka seluruh hubungan dirugikan.

Manfaat dari kepuasan seksual antara lain:

1. Orang yang berhubungan dengan energi seksual akan mempunyai energi lebih banyak untuk mengejar sasaran dan impian mereka (Saputra, 2000:54)

2. Wanita yang merasa puas secara seksual akan lebih merasa bahagia dan optimistik dan dapat menjadi pasangan, ibu, karyawan yang baik. (Saputra,2000:55)
3. Para penganut aliran Tao yakin bahwa cinta yang diekspresikan lewat seksualitas merupakan pengobatan yang paling ampuh dan mereka menyebut seks sebagai herbal manusia. (Saputra, 2000:204)

Menurut Preifer dan Davis (1972) dalam F.J. Monks (1982:349) menyatakan bahwa terdapat faktor-faktor yang berkorelasi dengan tingkah laku seksual pada usia lanjut. Pada laki-laki ditemukan ada korelasi positif dengan pengalaman seksual pada waktu-waktu sebelumnya dan dengan maskulinitas. Selanjutnya dengan penghasilan, kelas sosial, kesehatan dan kepuasan hidup. Korelasi yang negatif didapatkan dengan usia. Pada kelompok wanita, maka keadaan kawin berkorelasi positif dengan aktifitas seksual. Perbedaan antara laki-laki dan wanita dalam kebutuhan seks serta akibatnya dalam tingkah laku seks pada wanita yang menyatu dengan relasi emosional sehingga membutuhkan adanya pernyataan-pernyataan kasih sayang dan bentuk lain dari pada seks. Hal tersebut menunjukkan bahwa perilaku seksual berpengaruh pada aktifitas yang lainnya.

Menurut Saputra dalam *Multipel Orgasme* (2000:25) menyatakan bahwa ejakulasi hanya sekedar refleksi yang terjadi di dasar tulang belakang dan mengakibatkan penyemprotan cairan sperma. Proses ini pada dasarnya hanya mengejangnya otot yang terjadi tanpa dapat dikendalikan. Sehingga

mengakibatkan badan menjadi lelah dan menguras energi sehingga sulit mengalami kepuasan dalam berhubungan seksual.

Di sisi lain setiap orang menginginkan kepuasan yang bersifat jasmaniah maupun yang bersifat psikis. Seseorang ingin merasa aman, kenyang, terlindungi, ingin puas dalam berhubungan seksualnya. Dan dampak dari ketidakpuasan seksual antara lain:

1. Seseorang dapat mengalami frustrasi karena terhambat dan senantiasa tidak terpuaskan dalam pemenuhan dorongan-dorongan seksualnya. (Kartono,1998:28)
2. Dapat menimbulkan penyakit karena kepuasan seksual merupakan kebutuhan dasar manusia yang harus terpenuhi. Menurut Maslow dalam mazhab ketiga (Suprayitnya, 2002:70) menyatakan bahwa manusia dimotivasikan oleh sejumlah sumber genetis/naluriyah. Kebutuhan-kebutuhan itu merupakan inti kodrat manusia yang tidak dimatikan oleh kebudayaan, hanya ditindas. Kebutuhan-kebutuhan tersebut dengan mudah dapat diabaikan atau ditekan dan tidak jahat melainkan netral/justru baik. Suatu sifat dapat dipandang sebagai kebutuhan dasar jika memenuhi syarat-syarat sebagai berikut:
 - a. Ketidakhadirannya menimbulkan penyakit
 - b. Kehadirannya menyembuhkan penyakit
 - c. Pemulihannya menyembuhkan penyakit
 - d. Dalam situasi tertentu yang sangat kompleks dan dimana orang bebas memilih, orang yang sedang berkekurangan ternyata

mengutamakan kebutuhan itu dibandingkan jenis-jenis kebutuhan yang lainnya.

- e. Kebutuhan itu tidak aktif, lemah atau secara fungsional tidak terdapat pada orang yang sehat.

Macam-macam kebutuhan tersebut antara lain makanan, minuman, tempat berteduh, berhubungan seksual dan oksigen.

Menurut Kartono.(2000:27) Menyatakan bahwa dorongan-dorongan seksual itu merupakan kecenderungan-kecenderungan yang kuat dan senantiasa mengejar-ngejar manusia. Jika orang yang bersangkutan selalu terhambat atau senantiasa tidak terpuaskan dalam pemenuhan dorongan-dorongan seksual dapat menyebabkan frustrasi. Frustrasi tersebut dapat menjadi sumber bagi tekanan-tekanan batin dan konflik-konflik intern yang sangat hebat.

Sebuah data didapat dari survey yang dilakukan terhadap 4.000 wanita di Inggris. Dalam survei terungkap, 30 % dari wanita-wanita itu selalu memalsukan orgasme ketika melakukan hubungan badan dengan pasangannya. Rata-rata wanita melakukan hubungan seksual sebanyak 99 kali dalam satu tahun dengan pasangannya. Dari jumlah tersebut para wanita mengaku hanya 65 hubungan seksual yang memuaskan, sedangkan 34 hubungan seksual yang lain berakhir dengan orgasme palsu.

Orgasme palsu sering dilakukan oleh para wanita karena 90 persen wanita mengaku bahwa kaum pria tidak dapat membedakan orgasme yang palsu dan asli. Ketidakpuasan yang dirasakan para wanita tersebut

mengakibatkan 20% kehilangan hasrat bercinta dan terpaksa memikirkan pria yang bukan pasangan seksual untuk mendapat kepuasan. Bahkan hampir 4 juta wanita pernah meninggalkan pasangannya karena kehidupan seksualnya yang buruk.

Tapi data di atas juga terungkap bahwa 80% wanita lebih memilih mendapatkan pasangan yang memiliki keterampilan seksual yang buruk namun perhatian dan penyayang, dibanding lelaki yang hebat bercinta namun jahat dan kejam.

Dan 15% wanita menganggap bahwa keahlian bercinta ditingkatkan. Selain itu para wanita itu juga mengakui, kehidupan seksual yang buruk tidak semata-mata kesalahan lelaki, namun ada faktor lain seperti masalah anak, keuangan, pekerjaan dan lain-lain. (www.detik.com, 2008)

Frustrasi dapat mengakibatkan berbagai bentuk tingkah laku reaktif. Misalnya seseorang dapat mengamuk dan menghancurkan orang lain, merusak barang atau menyebabkan disorganisasi pada struktur kepribadian sendiri, namun sebaliknya frustrasi dapat juga memunculkan titik tolak baru bagi satu perjuangan dan usaha baru. Bisa juga menciptakan bentuk-bentuk adaptasi baru, dan pola pemuasan kebutuhan yang baru lalu terjadilah bentuk perkembangan hidup baru, keadaan frustrasi yang berlangsung terlalu lama dan tidak dapat diatasi oleh seseorang akan menimbulkan stres.

Emosi cenderung untuk menyertai stress dan seseorang seringkali menggunakan tingkat emosionalnya untuk mengevaluasi stress mereka.

(Maslach, 1979; Schachter & Singer, 1962, 1979; Scherer, 1986). Ada beberapa reaksi emosional yang umum terjadi pada waktu yaitu :

1. Ketakutan, adalah reaksi emosional yang mengikutsertakan ketidaknyamanan psikologis dan rangsangan fisik apabila kata merasa terancam.
2. Phobia, adalah ketakutan yang intense dan irrational yang dikaitkan dengan kejadian dan situasi yang khusus berupa perasaan ketidaknyamanan yang tidak jelas atau samar-samar yang sering kali melibatkan ancaman yang relatif tidak jelas atau tidak spesifik.
3. Anger, khususnya ketika seseorang menerima suatu keadaan sebagai keadaan yang membahayakan atau *frustrating*.
4. Stress juga dapat menimbulkan perasaan sedih atau depresi. Perbedaan antara depresi normal dan depresi sebagai *serious disorder* adalah masalah tingkatannya. Depresi dapat menjadi *psychological disorder* apabila fatal, sering terjadi dan *long-lasting* sifatnya. Seseorang dengan disorder ini cenderung untuk :
 - a. Mempunyai *unhappy mood*
 - b. Hopeless tentang masa depannya
 - c. Kelihatan pasif dan tidak mempunyai semangat
 - d. Memperlihatkan kebiasaan makan dan tidur yang kacau
 - e. Mempunyai kepercayaan diri yang rendah dan sering menyalahkan diri sendiri atas kejadian yang mempengaruhi kehidupannya.

Tingkat stress yang tinggi dapat mempengaruhi ingatan dan perhatian seseorang karena stress dapat menyebabkan ketidakseimbangan fungsi kognitif (Uncategorized September 11, 2006).

Markam (2003:36) menyatakan bahwa seseorang dapat melakukan bermacam-macam cara penyesuaian diri untuk mengatasi berbagai macam stres. Tiap orang mempunyai cara penyesuaian diri yang khusus, tergantung dari kemampuan-kemampuan yang dimiliki, pengaruh-pengaruh lingkungan, pendidikan dan bagaimana seseorang mengembangkan diri. Anak dan orang dewasa memiliki cara penyesuaian diri yang berbeda terhadap stres dan lingkungan.

Begitu pula ada perbedaan dalam penyesuaian diri antara orang yang berpendidikan tinggi dengan yang buta huruf, antara yang kelompok tinggi dan menengah dan sebaliknya. Dalam menghadapi stres, seseorang dapat mengadakan penyesuaian diri secara efektif yaitu mengarahkan penyesuaian diri secara efektif yaitu mengarahkan tindakannya pada sasaran tertentu untuk mengatasi sebab-sebab stres. Sifat-sifat dan tindakan yang terarah pada sasaran ialah objektif, rasional dan efektif.

Secara berturut-turut, langkah yang dilakukan untuk penyesuaian diri terhadap stres adalah (a) menilai situasi stres, yaitu menggolongkan jenis stres (kategorisasi) dan memperkirakan bahaya yang berkaitan dengan stres itu (b) merumuskan alternatif tindakan yang paling mungkin untuk dilakukan. (c) melaksanakan tindakan adalah langkah yang paling sukar. Langkah berikutnya adalah melihat *feedback*. Kalau langkah-langkah

pertama berhasil maka diteruskan kalau tidak segera dilakukan alternatif lain.

Tindakan yang diambil orang yang mengalami stres kemungkinan hanya berfungsi untuk melindungi diri terhadap kemungkinan disorganisasi, tindakan-tindakan ini merupakan tingkah laku yang sifatnya defensif. Reaksi defensif juga tidak objektif tetapi subyektif dan emosional (tidak rasional). Reaksi defensif terjadi secara otomatis/tidak disadari.

Menurut Manuaba (1998:21) menyatakan bahwa di daerah pedesaan hubungan seks bagi wanita dianggap sebagai kewajiban. Dan untuk kepentingan mendapat keturunan. Perkembangan derajat wanita yang makin meningkat, dimana banyak mulai mencapai pendidikan tinggi dan bekerja sebagai wanita karier sehingga wanita berhak mendapatkan kepuasan seks.

Keadaan tersebut makin meningkat nilainya dengan keinginan keluarga yang berorientasi pada Norma Keluarga Kecil Bahagia dan Sejahtera (NKKBS). Dalam arti bahagia itulah tersirat dan tersurat nilai hak wanita untuk mendapatkan kepuasan seks dari suaminya.

Untuk mengatasi dampak dari ketidakpuasan baik fisik maupun psikis, istri dapat melakukan upaya yang disebut strategi mengatasi masalah atau dikenal dengan istilah strategi coping.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) dalam (Atkinson, 2000:37) menyatakan bahwa proses yang digunakan oleh seseorang yang menangani tuntutan yang menimbulkan stress dinamakan coping (kemampuan mengatasi masalah) dan memiliki dua bentuk utama. Orang dapat

memfokuskan pada masalah/strategi spesifik yang telah terjadi, sambil mencoba menemukan cara baru untuk mengubahnya/menghindarinya dikemudian hari. Hal ini disebut strategi terfokus masalah. Seseorang juga dapat terfokus menghilangkan emosi yang berhubungan dengan situasi stress, walaupun situasi sendiri tidak dapat diubah. Proses kedua ini dinamakan strategi terfokus emosi.

Strategi emosi ditujukan untuk mengontrol respon emosional terhadap situasi stress. Stress adalah suatu kondisi normal pada waktu menghadapi perubahan fisiologis yang kemungkinan dapat dialami sebagai anxiousness (distress) atau pleasure (austress). Tugas dari tiap orang untuk menemukan nilai optimum dari stress stimulation, yang menyegarkan dan energizing, dan dengan tetap mempertahankan tingkatan relaksasi. Tiap orang harus juga mencari keseimbangan antara periode stress dan ketenangan diri. Ada beberapa strategi atau metode untuk mengurangi meditational breathing, suntikan pereda stress, dan prioritizing. Semua tergantung dari kondisi masing-masing individu, dan tingkatan stress. (Atkinson, 2000:378).

Mengingat bahwa dorongan-dorongan seksual itu merupakan kecenderungan-kecenderungan yang kuat dan senantiasa mengejar-ngejar manusia. Jika seseorang yang bersangkutan selalu terhambat atau senantiasa tidak terpuaskan dalam pemenuhan dorongan-dorongan seksual dapat menyebabkan frustrasi. Frustrasi tersebut dapat menjadi sumber bagi tekanan-tekanan batin dan konflik-konflik intern yang sangat hebat. Maka

ketidakpuasan seksual yang dialami oleh seseorang lebih mengarah ke strategi coping emosional.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, bahwa ketidakpuasan seksual dapat menyebabkan seseorang melakukan strategi coping emosional. Dan indentifikasi masalah terletak pada hubungan antara strategi coping emosional dengan ketidakpuasan seksual.

Seseorang dapat terfokus menghilangkan emosi yang berhubungan dengan situasi stress walaupun situasi sendiri tidak dapat diubah. Proses ini dinamakan strategi terfokus emosi.

Adapun faktor yang mempengaruhi strategi coping emosional :

1. Faktor kepribadian

Berdasarkan pada pendekatan kepribadian ini, dapat dikatakan bahwa masing-masing individu akan menghadapi kejadian yang menimbulkan stres dalam cara yang unik dan tidak dapat dimodifikasi. Jadi sangat beralasan untuk menyatakan bahwasannya kecenderungan kepribadian mempengaruhi cara-cara individu dalam menghadapi stress (Aspinwall & Taylor, 1992 ; 1000).

2. Berfikir positif dan *self – Efficacy*

Sikap yang optimis selalu lebih baik dari pada sikap yang pesimis dalam berbagai kasus, memberikan istri perasaan bahwa mereka

mengendalikan lingkungan mereka atau seperti yang disebut oleh ahli teori belajar Sosial Kognitif, Albert Bandura (1986, 1989) *self-efficacy*

3. Faktor-faktor kognitif

Penilaian kognitif (kognitif appraisal) adalah istilah yang digunakan Lazarus untuk menggambarkan interpretasi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidup mereka sebagai sesuatu yang berbahaya, mengancam, atau menantang dan keyakinan mereka apakah mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi suatu kejadian dengan efektif. (Santrock, 2002:562-567)

4. Kesehatan Fisik

Kesehatan merupakan hal penting karena selama dalam usaha mengatasi stress individu dituntut untuk mengarahkan tenaga yang cukup besar.

5. Materi

Dukungan ini meliputi sumber daya berupa uang, barang-barang atau layanan yang dapat dibeli.

6. Keterampilan sosial

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertingkah laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat.

7. Dukungan sosial

Dukungan ini meliputi individu dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman, dan lingkungan sekitar.

C. Batasan Masalah

Penelitian ini akan menguji adanya hubungan antara strategi coping emosional dengan ketidakpuasan seksual. Suatu pembatasan masalah diperlukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang termasuk dalam lingkup permasalahan diatas, yaitu sebagai berikut :

1. Ketidakpuasan seksual adalah perasaan ketidakpuasan istri/suami terhadap pasangan hidupnya dalam berhubungan seksual karena hubungan seksual berlangsung sangat singkat di luar kehendaknya.
2. Strategi coping emosional adalah strategi coping yang digunakan istri/suami untuk mengontrol respon emosional terhadap situasi stress. Seseorang menggunakan strategi terfokus emosi jika suatu masalah tidak dapat dikendalikan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka dapat dirumuskan masalah yang akan diteliti adalah apakah ada hubungan antara tingkat strategi coping emosional dengan tingkat ketidakpuasan seksual pada suami/istri.

E. Tujuan penelitian

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat strategi coping emosional dengan tingkat ketidakpuasan seksual pada suami/istri.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis : Bagi ilmu pengetahuan dan profesi psikologi memberikan tambahan informasi sehingga dapat membantu pada penelitian-penelitian selanjutnya.
2. Manfaat praktis : Pasangan terutama istri/suami agar bermanfaat bagi kehidupan berumah tangga.