

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Manusia sebagai makhluk hidup akan senantiasa tumbuh dan berkembang. Dalam proses tumbuh dan berkembang ini, ada saat-saat dimana seseorang merasakan keseimbangan dalam dirinya, tapi ada juga saat-saat dimana keseimbangan itu berkurang atau justru menjadi tidak seimbang. Keadaan yang tidak seimbang ini menimbulkan ketegangan pada diri individu. Hal ini bisa disebabkan karena adanya kebutuhan yang ingin dicapai dan belum terpenuhi.

Lewin (dalam Hall & Lindzey, 1985, h.280) mengatakan bahwa dalam usaha untuk mengurangi ketegangan, tujuan yang penting dari proses psikologis adalah mempertahankan individu tetap berada pada tahap keseimbangan. Murray juga (dalam Hall & Lindsey, 1985, h.315) menambahkan bahwa pada umumnya apabila kebutuhan muncul, individu akan mengalami ketegangan dan ketidakpuasan, dan ketegangan itu baru berkurang apabila individu merasa terpuaskan karena terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan tersebut. Pendapat ini di dukung juga oleh Sullivan (dalam Hall & Lindzey, 1985, h.175) yang mengatakan bahwa pemuasan kebutuhan dapat menghilangkan ketegangan. Adapun yang dimaksud dengan



kebutuhan itu sendiri adalah apabila seseorang berada pada suatu keadaan yang disebabkan oleh adanya ketidakseimbangan dalam dirinya yang ditandai dengan perasaan kekurangan dan keinginan untuk mewujudkan sesuatu demi kelangsungan hidup dan penyesuaian dengan lingkungan. Lewin sendiri berpendapat bahwa kebutuhan dapat merupakan kondisi fisiologis seperti lapar, haus, atau seks, dapat juga keinginan akan sesuatu, seperti pekerjaan atau uang; atau dapat pula merupakan intensi untuk melakukan sesuatu, seperti menyelesaikan tugas atau menepati janji. Bagi Lewin, kebutuhan adalah ekuivalen dengan term-term seperti motif, harapan, dan dorongan. Murray juga mengungkapkan adanya dua macam kebutuhan yang mendorong seseorang untuk bertindak laku yaitu kebutuhan primer dan kebutuhan sekunder, dimana kebutuhan primer adalah kebutuhan yang berhubungan dengan kebutuhan fisiologis seperti kebutuhan untuk makan, minum, seks, sedangkan kebutuhan sekunder adalah kebutuhan yang berkaitan dengan kebutuhan psikologis seperti kebutuhan untuk berprestasi, untuk berafiliasi, untuk menolong orang lain, untuk mandiri, dan sebagainya.

Pada dasarnya kebutuhan-kebutuhan di atas menghendaki adanya pemenuhan, dan tingkah laku manusia juga diarahkan sesuai dengan kebutuhan-kebutuhannya.

Kebutuhan-kebutuhan psikologis ini ada yang lemah dan tidak mendesak untuk dipenuhi tapi ada juga diantaranya yang cukup kuat dan mendesak untuk dipenuhi sehingga orang dituntut untuk segera memenuhi kebutuhannya tersebut. Berbagai macam cara dan usaha dilakukan seseorang untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhannya ini. Namun setelah melampaui serangkaian usaha, sebagian menimbulkan kepuasan karena terpenuhinya kebutuhan tersebut, tapi sebagian lagi menimbulkan ketidakpuasan karena kebutuhan-kebutuhan tersebut tidak terpenuhi. Kebutuhan-kebutuhan yang tidak terpenuhi ini dapat diketahui apabila kebutuhan tersebut cukup kuat dalam dirinya, tapi ditolak dengan kuat pula atau justru diakui kekuatannya. Apabila kebutuhan yang tidak terpenuhi ini sangat kuat sehingga mencekam pikiran orang tersebut, maka hal ini menimbulkan ketegangan sehingga memunculkan kecemasan. Kebutuhan yang kuat ini akan menyita begitu banyak energi dan perhatian orang tersebut sehingga cenderung atau bahkan mengabaikan kebutuhan-kebutuhan yang lainnya. Terlebih apabila kebutuhan-kebutuhan tersebut senantiasa mendesak dan menarik untuk dipenuhi maka kebutuhan yang lain menjadi tidak begitu menarik lagi sehingga terabaikan dan bahkan mungkin ditolak. Johnston (1971, h.58) mengungkapkan kecemasan sebagai reaksi terhadap ancaman, hambatan

terhadap keinginan pribadi atau perasaan tertekan yang disebabkan oleh perasaan kecewa, rasa tidak puas, rasa tidak aman serta sikap bermusuhan terhadap orang lain.

Kondisi kecemasan seperti di atas juga dialami oleh wanita karier. Bahkan Priest (1987, h.21) mengatakan bahwa pada umumnya wanita lebih banyak mengalami rasa cemas bila dibandingkan dengan pria; hal ini karena perasaan wanita lebih peka dan lebih emosional sehingga mudah sekali dihindangi oleh perasaan cemas. Para wanita karier ini ada yang menjalani peran ganda yaitu sebagai wanita karier sekaligus sebagai ibu rumah tangga, tapi ada juga yang hanya mencurahkan seluruh energinya hanya untuk kariernya dan memilih hidup sebagai wanita karier yang lajang atau tidak menikah. Jika ditinjau dari sudut psikologi perkembangan, maka usia para wanita karier ini berada pada masa dewasa muda dan dewasa pertengahan, dimana setiap masa perkembangan mempunyai tugas perkembangannya sendiri-sendiri. Menurut Melly S.S,R., (1984, h.82-93) tugas perkembangan pada usia dewasa muda selain memantapkan pekerjaan, juga memilih pasangan, memulai kehidupan berkeluarga, belajar hidup dengan pasangan dalam perkawinan, dan mengelola kehidupan keluarga.

Kenyataannya banyak wanita yang mengalami konflik antara menjadi wanita karier yang lajang, atau menjadi

ibu rumah tangga secara total, atau menjalani kedua peran tersebut secara bersama-sama. Keputusan yang diambil pada akhirnya, baik itu keputusan untuk tidak menikah dan menjadi wanita karier secara total ataupun keputusan untuk menikah tentu dilandasi oleh latar belakang tertentu. Bimo Walgito (1984, h.19) mengungkapkan bahwa perkawinan selain memenuhi kebutuhan fisiologis, juga dilatarbelakangi oleh kebutuhan psikologis seperti kebutuhan untuk memperoleh dan memberi perlindungan, kebutuhan akan kasih sayang dan sebagainya. Kebutuhan-kebutuhan psikologis ini akan dapat dipenuhi antara lain dengan melalui perkawinan. Dengan perkawinan seseorang akan merasa tenang karena kebutuhannya untuk dilindungi dan melindungi, dan kebutuhannya akan kasih sayang terpenuhi. Pada kelompok wanita karier yang tidak menikah bisa juga dilandasi oleh alasan-alasan tertentu, misalnya kebutuhan untuk membantu orang lain yang begitu kuat sehingga beranggapan bahwa kehidupan pernikahan akan menghambat pemenuhan kebutuhan tersebut. Bisa juga dilandasi oleh kebutuhan untuk berprestasi dalam karier yang cukup tinggi dan mengabaikan kebutuhan yang lainnya. Stein pada tahun 1978 (dalam Marcia L., 1987, h.118) melakukan penelitian terhadap wanita yang tidak menikah dan pada umumnya mereka mengungkapkan bahwa mereka lebih

mementingkan karier, kebebasan untuk bergerak dan melakukan perubahan serta kemandirian psikologis dan sosial. Sementara Jane Cary Peck (1991, h.64-65) mengatakan bahwa perkawinan jaman sekarang, umumnya 20 tahun terakhir ini tidak lagi dianggap sebagai gaya hidup yang cocok bagi semua orang sehingga orang cenderung sering menunda perkawinannya. Selain itu, faktor lain yang menyebabkannya ialah semakin banyak pasangan yang hidup bersama tanpa ikatan perkawinan yang sah. Dikatakan pula bahwa perubahan yang menyolok dewasa ini ialah bahwa perkawinan lebih merupakan hal yang menjadi pilihan dan keputusan.

Dari uraian di atas, dapat dikatakan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan seorang wanita karier memutuskan untuk tidak menikah atau menikah adalah adanya kebutuhan-kebutuhan tertentu yang melandasinya sehingga mengambil keputusan demikian. Kebutuhan-kebutuhan tersebut bisa saja mencekam diri mereka baik itu karena kebutuhan tersebut mendesak untuk dipenuhi maupun karena penolakan yang begitu kuat. Apabila keadaan yang mencekam ini cenderung menjadi obsesi bagi mereka, maka dengan sendirinya akan menyiratkan kecemasan. Mc.Clelland, (1967, h.376) mengatakan bahwa kecemasan dalam diri individu merupakan suatu petunjuk adanya ketidak-seimbangan dan

menuntut pemuasan untuk mengurangi keadaan tersebut. Kebutuhan dan dorongan yang tidak dan belum terpenuhi menyebabkan timbulnya ketegangan. Ketegangan ini cenderung meningkat bila kebutuhan atau dorongan tersebut semakin kumulatif terkumpul atau sebaliknya cenderung menurun bila kebutuhan terpenuhi atau terpuaskan.

Dalam kenyataannya tidaklah semudah sebagaimana yang dijabarkan di atas, karena jenis kebutuhan itu sendiri cukup bervariasi, dengan intensitasnya yang berbeda-beda. Apabila kebutuhan tersebut cukup kuat dalam dirinya dan belum terpenuhi, akan menyebabkan ketidakpuasan sehingga menimbulkan ketegangan dan akhirnya kecemasan, tapi juga merupakan interaksi dengan kecemasan dasar wanita karier itu sendiri. Spielberger (1972, h.39-45) menjelaskan tentang adanya kecemasan dasar dan kecemasan sesaat, dimana kecemasan dasar merupakan kecenderungan yang relatif menetap yang berbeda kadarnya antara individu satu dengan individu yang lain dalam menghayati kecemasan, sedangkan kecemasan sesaat lebih merupakan kondisi emosional pada suatu saat tertentu. Kedua jenis kecemasan ini akan saling berinteraksi untuk menentukan reaksi-reaksi yang muncul dalam diri individu apabila dihadapkan pada situasi yang menimbulkan kecemasan.

Pada akhirnya, kenyataan-kenyataan yang telah diungkapkan dimuka mendorong peneliti untuk meneliti bagaimana profil kebutuhan pada wanita karier yang tidak menikah tersebut. Apakah ada kebutuhan yang cukup kuat dan cenderung menjadi obsesi, baik itu kebutuhan yang ingin dipenuhi maupun kebutuhan yang ingin ditolak. Apakah ada pengaruh kebutuhan tertentu terhadap kecemasan pada wanita karier yang tidak menikah. Kebutuhan mana sajakah yang menimbulkan kecemasan, dan apakah ada hubungannya dengan tingkat kecemasan sesaat. Dan bagaimana pula tingkat kecemasan dasar dari wanita karier yang tidak menikah tersebut.

#### B. Tujuan Penelitian

Tujuan diadakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Profile kebutuhan wanita karier yang tidak menikah.
2. Kebutuhan yang menonjol pada wanita karier yang tidak menikah.
3. Kecemasan dasar dan kecemasan sesaat wanita karier yang tidak menikah.
4. Kebutuhan yang menonjol yang berpengaruh dan menimbulkan kecemasan pada wanita karier yang tidak menikah.



### C. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini dapat dibedakan menjadi dua yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis :

1. Secara teoritis dapat memperkaya penelitian dalam bidang psikologi klinis khususnya mengenai kebutuhan-kebutuhan yang mempengaruhi kecemasan pada wanita karier yang tidak menikah.

2. Secara praktis dapat memberikan masukan pada wanita karier yang tidak menikah agar dapat mengalokasikan pemenuhan kebutuhan-kebutuhannya sehingga dapat mengurangi atau mengatasi timbulnya kecemasan.