

**TAHAP PERKEMBANGAN KELUARGA MENURUT  
DUVALL “KELUARGA PASANGAN MENIKAH BELUM  
MEMILIKI ANAK”**

Tugas ini Dibuat untuk Memenuhi Penugasan Mata Kuliah Keperawatan  
Keluarga

Dosen Pengampu : : Giri Susilo Adi,S.Kep.,Ns.,M.Kep



Disusun oleh :

- |                          |             |
|--------------------------|-------------|
| 1. An Nida Lil Mau'idloh | SKA12022007 |
| 2. Isnaini Nur Annisa    | SKA12022020 |
| 3. Nadia Maulida Putri   | SKA12022022 |
| 4. Silvia Putri Yuliani  | SKA12022035 |
| 5. Winda Apriani         | SKA12022042 |

Kelompok 1

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN NOTOKUSUMO  
YOGYAKARTA**

**2024**

## **A. Definisi**

Setiap pasangan yang telah menikah pada umumnya menginginkan keturunan, karena anak menjadi pembentuk keluarga inti (nuclear family) sekaligus penerus generasi. Mempunyai anak tidak mudah bagi sejumlah pasangan. Ketidakhadiran anak dalam keluarga mengakibatkan kesunyian pasangan suami isteri dalam rumah tangga, karena kehadiran seorang anak dalam keluarga menjadi harapan yang cukup besar bagi pasangan yang sudah menikah. Oleh karena itu, pasangan yang sudah berumah tangga berusaha dan mengupayakan untuk memiliki anak. Pasangan yang tidak memiliki anak adalah kondisi tanpa anak pada pasangan suami istri. Kondisi ini cenderung mempengaruhi pengambilan keputusan untuk bercerai, poligami, adopsi anak, bayi tabung atau tetap hidup berdua.

## **B. Analisis Masalah**

### **1. Tekanan Ekonomi**

Tekanan ekonomi pada pasangan menikah yang belum memiliki anak bisa muncul dari berbagai sumber, termasuk biaya hidup yang meningkat, tanggung jawab finansial, dan harapan untuk membangun masa depan yang stabil. Berikut adalah beberapa masalah terkait dan cara mengatasinya:

#### Masalah Tekanan Ekonomi

- a. Biaya Hidup Tinggi: Kenaikan harga barang dan jasa dapat menyebabkan stres finansial, terutama jika pendapatan tetap atau tidak meningkat seiring waktu.
- b. Tanggungan Utang: Pasangan mungkin memiliki utang dari pendidikan, rumah, atau kendaraan yang mengganggu keuangan mereka.
- c. Tabungan untuk Masa Depan: Ketidakpastian tentang masa depan dapat membuat pasangan merasa tertekan untuk menabung lebih banyak tanpa mengetahui kapan atau apakah mereka akan memiliki anak.

- d. Perbedaan dalam Pengelolaan Uang: Jika pasangan memiliki pandangan yang berbeda mengenai pengelolaan uang, ini dapat menyebabkan konflik dan ketegangan.
- e. Investasi untuk Anak di Masa Depan: Tekanan untuk mulai berinvestasi dalam pendidikan atau tabungan untuk anak, meskipun belum ada anak, bisa menjadi beban tambahan.

#### Cara Mengatasinya

- a. Anggaran yang Jelas: Buat anggaran bersama untuk melacak pengeluaran dan pendapatan. Ini membantu pasangan memahami di mana uang mereka pergi dan di mana bisa mengurangi pengeluaran.
- b. Diskusi Terbuka tentang Keuangan: Komunikasikan tentang keuangan secara terbuka dan jujur. Diskusikan tujuan finansial masing-masing dan bagaimana mencapainya bersama.
- c. Prioritaskan Pengeluaran: Tentukan prioritas dalam pengeluaran dan fokus pada kebutuhan dasar terlebih dahulu. Ini dapat membantu mengurangi stres finansial.
- d. Hemat dan Investasi: Temukan cara untuk menghemat uang, seperti menggunakan diskon atau membandingkan harga. Pertimbangkan untuk berinvestasi dalam program yang menawarkan pengembalian baik untuk masa depan.
- e. Konsultasi dengan Ahli Keuangan: Jika diperlukan, carilah bantuan dari ahli keuangan untuk merencanakan anggaran dan investasi yang tepat sesuai dengan situasi keuangan pasangan.
- f. Fleksibilitas dalam Rencana: Mungkin perlu untuk bersikap fleksibel dalam rencana keuangan. Pertimbangkan untuk menunda pembelian besar atau berinvestasi jika situasi finansial tidak memungkinkan.
- g. Dukungan Emosional: Berikan dukungan emosional satu sama lain. Berbicara tentang kekhawatiran finansial dan berbagi perasaan dapat membantu mengurangi stres.

- h. Pelajari Tentang Manajemen Keuangan: Tingkatkan pengetahuan tentang manajemen keuangan pribadi melalui buku, seminar, atau kursus online. Ini bisa memberi pasangan alat untuk mengelola keuangan dengan lebih baik.

Dengan mengatasi masalah tekanan ekonomi secara proaktif dan bekerja sama sebagai pasangan, mereka dapat membangun fondasi yang kuat untuk masa depan, apakah mereka memutuskan untuk memiliki anak atau tidak.

## **2. Kecemasan dan Stres**

Kecemasan dan stres dapat menjadi masalah signifikan bagi pasangan yang menikah tetapi belum memiliki anak. Berikut adalah beberapa penyebab umum dan cara mengatasinya:

Masalah Kecemasan dan Stres:

- a. Tekanan Sosial: Harapan dari keluarga, teman, dan masyarakat untuk segera memiliki anak dapat menyebabkan pasangan merasa tertekan.
- b. Perbandingan dengan Pasangan Lain: Melihat teman-teman atau orang lain yang sudah memiliki anak dapat menyebabkan rasa tidak puas dan cemas tentang keputusan mereka.
- c. Kekhawatiran tentang Kesuburan: Pasangan mungkin khawatir tentang kesuburan mereka, yang dapat menyebabkan stres dan cemas.
- d. Perubahan dalam Hubungan: Ketidakpastian tentang masa depan dapat menyebabkan ketegangan dalam hubungan, mengubah dinamika pasangan.
- e. Tanggung Jawab Keuangan: Kecemasan tentang biaya membesarkan anak atau bagaimana menyiapkan masa depan dapat menambah beban mental.

#### Cara Mengatasinya:

- a. Komunikasi Terbuka: Diskusikan perasaan dan kekhawatiran satu sama lain secara terbuka. Komunikasi yang jujur dapat membantu mengurangi kecemasan dan memperkuat hubungan.
- b. Tetapkan Tujuan Bersama: Buat rencana dan tujuan bersama yang realistis. Ini bisa mencakup tujuan finansial, pengembangan karier, atau perjalanan, yang dapat memberi fokus pada masa depan.
- c. Ciptakan Waktu Berkualitas: Luangkan waktu untuk beraktivitas bersama yang menyenangkan dan mengurangi stres. Ini dapat membantu memperkuat hubungan dan mengalihkan perhatian dari kecemasan.
- d. Dukungan Emosional: Berikan dukungan emosional satu sama lain. Dengarkan dan hargai perasaan pasangan, dan saling memberikan dukungan saat merasa cemas.
- e. Pendidikan tentang Kesuburan: Jika ada kekhawatiran tentang kesuburan, mencari informasi dari profesional kesehatan dapat memberikan pemahaman dan mengurangi kecemasan.
- f. Berlatih Mindfulness: Teknik mindfulness, seperti meditasi atau yoga, dapat membantu mengelola stres dan meningkatkan kesejahteraan emosional.
- g. Pertimbangkan Konseling: Jika kecemasan dan stres terus berlanjut, pasangan dapat mempertimbangkan untuk berkonsultasi dengan terapis atau konselor yang berpengalaman dalam masalah hubungan.
- h. Fokus pada Kesehatan Mental: Jaga kesehatan mental dengan cukup tidur, pola makan yang baik, dan olahraga. Kesehatan fisik yang baik dapat berdampak positif pada kesehatan mental.
- i. Jangan Terlalu Memaksakan Diri: Mengingat bahwa setiap pasangan memiliki perjalanan yang unik, penting untuk tidak membandingkan diri dengan orang lain. Fokus pada perjalanan pribadi dan keputusan yang diambil bersama.

Dengan pendekatan yang proaktif dan saling mendukung, pasangan dapat mengatasi kecemasan dan stres, memperkuat hubungan mereka, dan merencanakan masa depan dengan lebih tenang.

### **3. Stigma Masyarakat**

Stigma masyarakat terhadap pasangan menikah yang belum memiliki anak bisa menimbulkan berbagai masalah emosional dan sosial. Berikut adalah beberapa masalah terkait stigma dan cara mengatasinya:

Masalah Stigma Masyarakat:

- a. Tekanan dari Lingkungan: Pasangan sering kali menghadapi pertanyaan atau komentar dari keluarga, teman, atau tetangga tentang mengapa mereka belum memiliki anak, yang bisa menyebabkan stres.
- b. Persepsi Negatif: Ada anggapan bahwa pasangan yang belum memiliki anak dianggap tidak lengkap atau kurang berhasil dalam kehidupan, yang dapat mempengaruhi rasa percaya diri mereka.
- c. Kesepian dan Isolasi: Stigma dapat menyebabkan pasangan merasa terasing dari teman-teman atau komunitas yang sudah memiliki anak, sehingga merasa kesepian.
- d. Keterbatasan Sosial: Pasangan yang belum memiliki anak mungkin merasa diabaikan dalam acara sosial yang melibatkan keluarga dengan anak, yang dapat menambah perasaan terasing.
- e. Kecemasan dan Stres Emosional: Stigma dapat memperburuk kecemasan atau stres yang sudah ada, terutama jika pasangan sedang berusaha untuk hamil.

Cara Mengatasinya:

- a. Komunikasi Terbuka: Pasangan harus berkomunikasi satu sama lain tentang perasaan mereka terkait stigma dan tekanan sosial yang dihadapi. Diskusi terbuka dapat membantu memperkuat hubungan.

- b. Dukungan Emosional: Mendapatkan dukungan dari teman dekat atau keluarga yang memahami situasi mereka dapat membantu mengurangi dampak stigma.
- c. Edukasi dan Kesadaran: Mendidik orang-orang di sekitar mereka tentang berbagai alasan mengapa pasangan mungkin belum memiliki anak (seperti pilihan pribadi, kesulitan kesehatan, atau keuangan) dapat membantu mengurangi stigma.
- d. Fokus pada Kualitas Hubungan: Mengalihkan perhatian dari tekanan eksternal dan berfokus pada kualitas hubungan antara pasangan dapat membantu mengurangi dampak stigma.
- e. Bergabung dengan Komunitas: Mencari dukungan dari kelompok atau komunitas yang terdiri dari pasangan tanpa anak bisa memberikan ruang aman untuk berbagi pengalaman dan mengurangi perasaan terasing.
- f. Mengelola Harapan: Menyadari bahwa setiap pasangan memiliki perjalanan yang unik dan tidak perlu membandingkan diri dengan orang lain. Fokus pada tujuan dan kebahagiaan bersama.
- g. Terapi atau Konseling: Jika stigma dan tekanan sosial menjadi terlalu berat, pasangan dapat mempertimbangkan terapi untuk mendapatkan dukungan profesional dalam mengatasi perasaan tersebut.

Dengan pendekatan yang proaktif dan saling mendukung, pasangan dapat mengatasi stigma masyarakat dan menciptakan lingkungan yang lebih positif untuk hubungan mereka.

#### **4. Masalah Medis**

Pasangan menikah yang belum memiliki anak mungkin menghadapi berbagai masalah medis yang dapat mempengaruhi kesuburan dan kemampuan mereka untuk memiliki anak. Berikut adalah beberapa masalah medis yang mungkin muncul, serta cara mengatasinya:

Masalah Medis:

a. Masalah Kesuburan:

Kesulitan untuk hamil bisa disebabkan oleh berbagai faktor, baik dari sisi pria (misalnya, rendahnya kualitas sperma) maupun dari sisi wanita (misalnya, gangguan ovulasi, endometriosis, atau masalah pada tuba falopi).

b. Kondisi Kesehatan Kronis:

Penyakit seperti diabetes, penyakit tiroid, atau sindrom ovarium polikistik (PCOS) dapat memengaruhi kesuburan dan kemampuan untuk hamil.

c. Infertilitas Tanpa Penyebab Jelas:

Beberapa pasangan mungkin mengalami infertilitas meskipun tidak ada masalah medis yang jelas teridentifikasi, yang dapat menambah stres emosional.

d. Gangguan Hormonal:

Ketidakseimbangan hormon dapat mengganggu siklus ovulasi pada wanita dan mempengaruhi produksi sperma pada pria.

e. Penyakit Menular Seksual (PMS):

Beberapa PMS dapat memengaruhi kesuburan jika tidak diobati, seperti klamidia atau gonore.

f. Usia:

Usia pasangan juga dapat menjadi faktor penting dalam kesuburan, dengan kesuburan wanita biasanya menurun setelah usia 30-an, dan pria juga mengalami penurunan kesuburan seiring bertambahnya usia.

### Cara Mengatasinya

a. Konsultasi dengan Dokter:

Mengunjungi dokter atau spesialis kesuburan untuk mendapatkan pemeriksaan kesehatan menyeluruh dan identifikasi masalah medis yang mungkin ada.

b. Tes Kesuburan:



Melakukan tes kesuburan untuk menilai faktor-faktor yang dapat memengaruhi kemampuan hamil, baik pada pria maupun wanita.

c. Pengobatan Medis:

Jika ada masalah yang teridentifikasi, seperti gangguan hormonal atau penyakit, dokter dapat merekomendasikan pengobatan untuk memperbaiki kondisi tersebut.

d. Perubahan Gaya Hidup:

Mengadopsi gaya hidup sehat dengan pola makan seimbang, olahraga teratur, mengelola stres, dan menghindari kebiasaan buruk (seperti merokok dan konsumsi alkohol) dapat meningkatkan kesuburan.

e. Pengobatan Fertilitas:

Jika diperlukan, pasangan dapat mempertimbangkan opsi pengobatan kesuburan, seperti obat kesuburan atau prosedur seperti inseminasi buatan (IUI) atau fertilisasi in vitro (IVF).

f. Dukungan Emosional:

Menghadapi masalah medis dan kesuburan dapat menimbulkan stres emosional. Dukungan dari pasangan, teman, atau terapis dapat membantu mengatasi kecemasan dan perasaan frustrasi.

g. Edukasi tentang Kesuburan:

Mempelajari lebih lanjut tentang kesuburan dan siklus reproduksi dapat membantu pasangan memahami faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan untuk hamil.

h. Dukungan dari Komunitas:

Bergabung dengan kelompok dukungan untuk pasangan yang mengalami masalah kesuburan bisa memberikan ruang aman untuk berbagi pengalaman dan mendapatkan dukungan.

Dengan penanganan yang tepat dan dukungan yang memadai, pasangan yang menghadapi masalah medis dalam upaya memiliki anak dapat mengatasi tantangan tersebut dan meningkatkan peluang untuk hamil.

### **C. Kesimpulan**

Pasangan menikah yang belum memiliki anak sering menghadapi berbagai masalah yang dapat berasal dari tekanan ekonomi, kecemasan dan stres, stigma masyarakat, serta masalah medis.

1. Tekanan Ekonomi: Kenaikan biaya hidup, utang, dan harapan untuk masa depan yang stabil dapat menyebabkan stres. Untuk mengatasinya, pasangan perlu membuat anggaran, berdiskusi terbuka tentang keuangan, serta mengelola pengeluaran dan investasi secara bijaksana.
2. Kecemasan dan Stres: Tekanan sosial, perbandingan dengan pasangan lain, dan kekhawatiran tentang kesuburan dapat menambah beban mental. Mengatasi hal ini memerlukan komunikasi terbuka, penetapan tujuan bersama, serta dukungan emosional dan pendidikan tentang kesuburan.
3. Stigma Masyarakat: Tekanan dari lingkungan dan persepsi negatif dapat menyebabkan pasangan merasa terasing dan kesepian. Untuk mengatasi stigma, penting bagi pasangan untuk berkomunikasi secara terbuka, mendapatkan dukungan emosional, serta berpartisipasi dalam komunitas yang memahami situasi mereka.
4. Masalah Medis: Kesulitan hamil bisa disebabkan oleh berbagai faktor medis, termasuk masalah kesuburan dan kondisi kesehatan kronis. Mengunjungi dokter, melakukan tes kesuburan, serta mengadopsi gaya hidup sehat adalah langkah-langkah penting untuk mengatasi masalah medis ini.

Secara keseluruhan, dengan pendekatan proaktif dan saling mendukung, pasangan dapat mengatasi berbagai tantangan ini, memperkuat hubungan mereka, dan membangun fondasi yang kuat untuk masa depan, baik dengan atau tanpa anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abimanyu, Hanan (2024). Ketahanan Keluarga pada Pasangan yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Balerejo Kecamatan Kebonsari Kabupaten Madiun. PhD Thesis. IAIN Ponorogo.
- Priandono, Tito Edy; Ramdani, Alwan Husni; Affandi, Ahmad Fahrul Muchtar. (2022). Perempuan Tanpa Anak. *Jurnal Common*, 6.2: 205-221.
- Triadhari, I., Afridah, M., & Salsabila, H. H. (2023). Dampak Psikologis Pernikahan Dini di KUA Kecamatan Kejaksaan Kota Cirebon. *Spiritualita*, 7(2), 89-100.
- Tunggono, V. M. (2021). *Childfree & Happy*. EA Books.