

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tuhan menciptakan setiap makhluk hidup agar berpasangan, dimana perempuan dan laki-laki untuk dapat menikah secara sah dan melahirkan keturunan. Kehidupan setelah menikah akan berbeda dengan kehidupan sebelum menikah. Setiap anak tetap menjadi tanggung jawab orang tua sebelum menikah. Akan tetapi ketika menikah pasangan harus saling melengkapi untuk memenuhi kebutuhan keluarganya dan menjunjung tinggi integritasnya.

Dalam Undang-Undang Perkawinan Nomor 1 Tahun 1974, disebutkan Perkawinan/pernikahan ialah ikatan lahir batin antara seorang laki-laki dengan perempuan sebagai suami isteri berdasarkan keinginan memiliki keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Perkawinan tersebut diakui sah, jika dilakukan berdasarkan hukum agama dan kepercayaannya masing-masing. Untuk menciptakan keluarga yang rukun dan langgeng. Agar masing-masing dapat bertumbuh sebagai pribadi dan memperoleh kekayaan materi dan rohani, suami dan istri harus saling mendukung dan meningkatkan. (BPK RI, 1974). Lebih lanjut, Bachtiar (dalam Diananda, 2016) menambahkan bahwa pernikahan merupakan pintu pertemuan jangka panjang dua hati di bawah bayang-bayang kehidupan sosial, di mana masing-masing pihak memiliki sejumlah tugas serta hak yang perlu dicukupi agar pihak lain tetap menjalani kehidupan yang terhormat, puas, dan damai.

Seseorang sering percaya bahwa setelah menikah semuanya akan menjadi lebih baik dari sebelumnya, tetapi yang sebenarnya membutuhkan kesiapan. Kesiapan dalam pernikahan oleh Duvall & Miller (dalam Sari & Sunarti, 2013) dijelaskan bahwa siap dan bersedia mengurus keluarga, siap mengasuh anak, menerima tanggung jawab sebagai suami atau istri, menjalin hubungan dengan pasangan, dan melakukan aktivitas seksual. Kematangan usia juga diperlukan dalam pernikahan, hal ini yang mendasari pemerintah mengeluarkan batas minimal usia menikah bagi pasangan. Dalam Undang-Undang Perkawinan (BPK RI, 1974), pasal 7 dijelaskan Perkawinan hanya diizinkan jika laki-laki sudah mencapai umur 19 tahun dan perempuan sudah mencapai umur 16 tahun. Usia bukan hanya akan mempengaruhi dalam pola pikir setelah menikah, namun juga akan memberikan dampak bagi kesehatan reproduksi perempuan.

Lebih lanjut, Ningrum & Anjarwati (2021) menjelaskan bahwa remaja perempuan yang melaksanakan pernikahan dini beresiko pada kesehatan reproduksi dan kesehatan psikis ketika melahirkan terjadinya komplikasi ataupun meningkal ketika melahirkan berkisar 35-55%. Namun saat ini, banyak kita temui pernikahan yang terjadi di usia remaja. Sebagaimana diutarakan Widyantoro (dalam Walgito, 2017) pengalaman para dokter ahli kebidanan disalah satu Rumah Sakit di Jakarta menunjukkan bahwa banyaknya remaja putri yang datang ke Rumah Sakit tersebut untuk memeriksakan kehamilannya.

Menurut Shidiq & Raharjo (2018), masa remaja adalah masa penentu. Pada tahap ini aktivitas eksplorasi remaja menentukan bagaimana dirinya di masa yang akan datang. Dalam penelitiannya, Maudina (2019) menyebutkan ada tiga dampak yang dihasilkan dari pernikahan

dini bagi remaja perempuan yaitu, dampak psikologis, kesehatan, dan sosial ekonomi. Dampak psikologisnya antara lain emosi berat, tertekan, penyesalan, dan stres. Baik ibu maupun anak terkena dampak masalah kesehatan. Karena organ reproduksi ibu masih dalam tahap pertumbuhan, ia belum siap untuk hamil dan akibatnya berisiko mengalami keguguran dan kelahiran prematur. Dampak sosial-ekonomi adanya perasaan malu, takut dan kurang percaya diri oleh tetangga di lingkungan rumah karena melakukan pernikahan dini, sehingga membuat kurangnya bersosialisasi, dari segi ekonomi masih membuatnya bergantung kepada orangtua, masih belum bisa mandiri dan tidak memiliki rumah. Selain berdampak negatif, pernikahan dini juga memiliki dampak positif. Sebagaimana diutarakan Yanti, dkk., (2018) bahwa jika ditinjau dari sisi agama maka pernikahan dini akan berdampak positif diantaranya mencegah perzinahan, dijauhkan oleh perbuatan seks bebas dikarenakan keperluan seksual yang dipenuhi, dampak positif lainnya adalah mengurangi beban orangtua yang ekonominya rendah. Oleh karena itu, diharapkan usia remaja harus mendapatkan pendidikan karakter, arahan yang baik dan lingkungan pergaulan baik untuk tidak termasuk dalam berbagai perbuatan negatif, agar perubahan remaja mendapatkan perubahan yang baik untuk masa depannya.

Informasi yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik (BPS) bekerja sama (UNICEF) terkait hasil analisis data perkawinan anak di Indonesia, berdasarkan hasil susenas 2008-2012 dan sensus penduduk 2010 menunjukkan data survei analisis data perkawinan anak di Indonesia lebih dari 700 juta perempuan yang hidup saat ini menikah sebelum usia dewasa yaitu 18 tahun dan sekitar 250 juta anak menikah sebelum usia 15 tahun. Pernikahan di bawah umur merupakan fenomena sosial yang sering kali terjadi di masyarakat, dimana pernikahan dibawah umur bisa terjadi karena beberapa faktor (BPS, 2016). Data lain yang diperoleh dari BKKBN Provinsi Sumatera Utara bahwa di tahun 2014 jumlah PUS (Pasangan Usia Subur) dengan usia istri dibawah 20 tahun sebanyak 75.512 orang. Data ASFR (*Age Spesific Fertility Rate*) 15 – 19 tahun di tahun 2012 di Deli Serdang sebanyak 15 per 1000 kelahiran. Mayoritas pernikahan di Kabupaten Deli Serdang terjadi di kalangan remaja; menurut data BKKBN Provinsi Sumut pada tahun 2014, terdapat 4.375 PUS yang berjenis kelamin perempuan dibawah usia 20 tahun atau sekitar 31% dari seluruh PUS. (Manalu, dkk, 2018).

Ada beberapa hal yang menyebabkan terjadinya pernikahan dini, diantaranya Faktor ekonomi, orang tua, kecelakaan, mempertahankan hubungan, tradisi keluarga, dan adat budaya setempat (Mubasyaroh, 2016), serta hamil di luar nikah (Khasanah, dalam Kusumaningtyas, 2016). Terkait hal ini, Widayantoro (dalam Waligito, 2017) menyebutkan data yang diperoleh dari salah satu Rumah Sakit di Jakarta menunjukkan bahwa angka kehamilan sebelum usia pernikahan semakin meningkat, ditandai dengan banyaknya remaja putri yang datang ke Rumah sakit tersebut untuk memeriksakan kehamilannya.

Tidak sedikit perempuan yang menikah di usia remaja belum siap menghadapi perubahan, seperti kehamilan, melahirkan, dan permasalahan dalam rumah tangganya. Selain itu, pernikahan di usia remaja juga dapat berpotensi tinggi terjadinya kekerasan dalam rumah tangga, sebab meningkatnya KDRT tersebut adalah karena minimnya kesiapan seorang pasangan suami istri untuk melangsungkan pernikahan (Hasan dalam Nurjananto, 2020). Berdasarkan Data dari Catatan

Tahunan (CATAHU) Komnas Perempuan tahun 2020, mencatat bahwa KDRT masih menempati urutan pertama dengan jumlah 75,4% dibandingkan ranah lainnya. Dimana data Pengadilan Agama dari Komnas Perempuan sejumlah 421.752, kasus diantaranya kekerasan terhadap istri yang penyebab perceraian CATAHU (BPS, 2016).

Menurut E.H Erikson (dalam Kusumaningtyas, 2016), masa remaja sebagai suatu masa dimana ketakutan dan emosionalitas yang tidak stabil adalah hal yang normal. Sering kali pada masa ini remaja tidak mampu mengendalikan dirinya. Remaja ingin mencari jati diri dan kebermaknaan hidupnya tanpa di atur oleh pihak lain. Pasangan yang telah menikah tentu ingin mendapatkan hidup yang bermakna. Lebih lanjut, Frankl (dalam Kusumaningtyas, 2016) menyebutkan bahwa kemampuan menjalani hidup dengan semangat dan semangat, jauh dari rasa hampa, mempunyai tujuan hidup yang pasti, merasakan kemajuan, dan menemukan makna hidup merupakan sifat-sifat yang membawa pada kebermaknaan hidup. Ketika kebermaknaan hidup setelah menikah tidak berjalan dengan baik, hal ini bisa pemicu dalam sulitnya pengendalian emosi. Sebagaimana pendapat Gross (dalam Mayangsari & Ranakusuma, 2014) bahwa respon emosional tidak tepat dapat menimbulkan permasalahan yang merugikan diri individu. Hal ini dapat menjadi pemicu terjadinya kekerasan dalam rumah tangga, yang muncul ketika salah satu pasangan dalam suatu hubungan merasa harus mendominasi dan mengendalikan pasangannya. Sebab saat usia remaja mengalami kesulitan mengendalikan emosinya, seperti yang kita ketahui bahwa emosi yang ada dalam diri remaja sulit untuk dikendalikan, oleh karena itu bimbingan serta latihan diperlukan untuk mengendalikan emosinya tersebut agar tidak teraplikasi ke dalam hal-hal yang negatif.

Itu artinya usia remaja sangat berpengaruh besar pada suatu keberlangsungan rumah tangga, baik dengan pasangan sendiri atau pun orang lain dan lingkungan sekitar seperti dengan hasil kutipan wawancara dengan Subjek 2 sebagai berikut

“....perbedaan usia saya (Istri 15 tahun) dengan suami (suami 21 tahun) yang sering sekali menimbulkan gejolak emosi yang berbeda, dimana saya merasakan bahwa komunikasi saya dan suami berbeda pendapat apa lagi jika sudah di campuri oleh saudara ipar saya....” (A.R2.058-066).

“....emosi yang paling sering saya rasakan itu kesal, marah dan merasa tidak di pahami, terkadang saya kalau merasa suami itu ngga paham saya, saya itu bisa merajuk, kesal mau marah aja bawaannya....”(A.R2.053-057)

Hal yang sama juga di ungkapkan oleh Subjek 3 dimana dia mengatakan bahwa

“....saya sering sekali berbeda pendapat dengan suami saya, dimana kan suami ku itu tiap ku ajak ngobrol hal serius bawaannya emosi aja, bahkan karena perbedaan usia kadang aku berpikir hal ini yang buat komunikasi kami kurang baik, terus karena komunikasi kami ngga pas saya sudah beberapa kali mengalami kdrt, karena saya pun sering kali merasa tidak dipahami, apa lagi kalau mertua ikut campur....”(A.R3.030-043)

“.... Aku itu kak kalau udah emosi itu langsung marah, mau nya langsung pulang kerumah orangtua aja, karena kalau pas sama suami terus mertua ikut campur belum lagi saudara yang lain, kan aku sering kalau udah berantem nangis, sedih pulang kerumah orangtua, tunggu suami yang jemput baru mau pulang.... ”(A.R3.055-065)

Remaja perempuan yang telah menikah sangat diharapkan untuk dapat mengendalikan emosinya agar memberikan dampak yang positif bagi dirinya dan rumah tangganya. Kemampuan seseorang mengontrol dan mengendalikan emosi disebut regulasi emosi (Estefan & Wijaya, 2014). Selanjutnya Gross dan Thompson (dalam Mirza, dkk., 2022) menyebut bahwa regulasi emosi adalah seperangkat teknik yang digunakan untuk mengendalikan emosi sesuai dengan tujuan pribadi yang dikejar untuk mempengaruhi, memperkuat, atau mempertahankan perasaan yang dialami seseorang.

Gross (dalam Mirza, dkk., 2021) menambahkan bahwa regulasi emosi mengacu pada bagaimana perasaan terbentuk, perasaan apa yang dimiliki seseorang, dan peristiwa atau metode yang melalui emosi tersebut diungkapkan. Selanjutnya, Vanden Bos (dalam Safitri, 2017) juga menyebutkan bahwa regulasi emosi adalah proses seseorang agar mengatur emosi atau mengontrol emosi. Cara regulasi emosi yang diawali dengan belajar memahami kondisi dengan cara lain agar memberikan hasil yang lebih positif. Danner, Snowdon dan Friesen (dalam Mirza & Sulistyaningsih, 2013), menyebutkan bahwa seseorang dengan regulasi emosi yang kuat mampu mengelola dan mengungkapkan perasaannya dengan benar.

Terkait hal ini, Gross dan John (dalam Hasanah & Widuri, 2014; Alfian, 2014; Mirza, dkk, 2022) menyebutkan dimana terdapat lima rangkaian proses regulasi emosi untuk dilaksanakan oleh seorang individu, diantaranya: (1) *situation selection*, adalah teknik mencapai atau menjauhi individu/keadaan dalam keadaan orang lain memberikan reaksi yang tidak normal, (2) *situation modification* adalah teknik seseorang merubah situasi sekitar agar memberikan hasil yang kuat atas emosi yang hadir, (3) *attention deployment* adalah Langkah individu merubah pandangan atas keadaan yang mengubah kesenangan guna mengalihkan emosi yang tidak stabil, (4) *cognitive change* adalah Langkah melihat lagi keadaan untuk merubah sudut pandang lebih positif agar meminimalisir efek berlebihan dari emosi tersebut, serta (5) *respon modulation* adalah Langkah seseorang untuk mengarahkan dan memnunjukan emosi yang dihadapinya.

Berlandaskan pemaparan diatas, memberikan kesimpulan bahwa kemampuan untuk merespon regulasi emosi sangat berdampak besar bagi pernikahan remaja yang telah menikah untuk menghasilkan dampak yang positif, untuk remaja yang telah menikah juga dibutuhkan untuk saling memahami pasangannya agar segala harapan yang diharapkan dapat terjadi dengan baik, agar mendapatkan kebermaknaan hidup yang baik dan regulasi emosi juga positif. Berdasarkan hal tersebut membuat peneliti tertarik untuk memahami bagaimana emosi dan proses regulasi emosi pada wanita yang menikah di usia remaja.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana emosi dan proses regulasi emosi pada wanita yang memutuskan menikah di usia remaja.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana emosi dan proses regulasi emosi pada wanita yang memutuskan menikah di usia remaja.

D. Manfaat Penelitian

Ada 2 (dua) manfaat dari penelitian ini, diantaranya adalah:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan kajian ilmu di bidang Psikologi terutama psikologi perkembangan dan psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi sebagai salah satu media untuk mengedukasi anak remaja akan pentingnya menikah diusia yang matang dan sebagai pijakan atau acuan bagi penelitian selanjutnya yang ingin meneliti menggunakan variable sejenis.