



RESILIENSI PEREMPUAN YANG MENIKAH MUDA DALAM MENJALANI KEHIDUPAN PERNIKAHAN

Lailatul Zakiyyah, Nathania Bayu Astrella

Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan

E-mail : lailatulzakiyyah@gmail.com, nb.astrella@yudharta.ac.id

Abstract

Marriage is one of the important issues in human life. Marriage can be done by anyone. However, in reality, many marriages are celebrated by women who have not yet reached the age of marriage, namely under 20 years of age, which can lead to conflicts in the future because emotions are still unstable and hasty actions lead to quarrels and divorce. This study aims to understand the resilience of women who marry at a young age in living their married life which is reviewed using Reivich and Shatte's resilience theory, with aspects that influence resilience including emotional regulation, impulse control, optimism, causal analysis, empathy, self-efficacy, and achievement. This research method uses qualitative methods with phenomenological models. The data collection technique used consisted of in-depth interviews with research subjects followed by interviews with significant others and observation. The results of this study indicate that the two subjects have differences in overcoming problems and challenges in their married life. The factors of partner maturity, having children and religiosity are new findings in this study because they can affect how the resilience process of women who marry young can live a married life.

Abstrak (Indonesia)

Pernikahan merupakan salah satu persoalan penting dalam kehidupan manusia. Pernikahan dapat dilakukan oleh siapa saja. Namun kenyataannya banyak perkawinan yang dirayakan oleh perempuan yang belum mencapai usia menikah yaitu di bawah 20 tahun yang dapat menimbulkan konflik di kemudian hari karena emosi masih labil dan tindakan yang tergesa-gesa yang menyebabkan pertengkaran dan perceraian. Penelitian ini bertujuan untuk memahami resiliensi perempuan yang menikah di usia muda dalam menjalani kehidupan pernikahan yang ditinjau dengan menggunakan teori resiliensi Reivich dan Shatte, dengan aspek yang mempengaruhi resiliensi antara lain regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan pencapaian. Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan model fenomenologi. Teknik pengumpulan data yang digunakan terdiri dari wawancara mendalam dengan subjek penelitian dilanjutkan dengan wawancara dengan *significant others* dan observasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedua subjek memiliki perbedaan dalam mengatasi permasalahan dan tantangan dalam kehidupan berumah tangganya. Faktor kedewasaan pasangan, telah memiliki keturunan dan religiusitas menjadi penemuan baru pada penelitian ini karena hal tersebut dapat mempengaruhi bagaimana proses resiliensi perempuan yang menikah muda dapat menjalani kehidupan pernikahan.

Pendahuluan

Bagi manusia pernikahan merupakan salah satu pertimbangan penting dalam kehidupannya, dimana perempuan dan laki-laki dengan berbagai perbedaan disatukan melalui persyaratan baik agama maupun hukum untuk menuju satu tujuan yang sama, yakni membentuk dan membina sebuah keluarga yang bahagia. Pernikahan dapat dilakukan oleh

Article History

Submitted: 25 Juli 2023

Accepted: 23 Agustus 2023

Published: 25 Agustus 2023

Key Words

Marriage, Young Women, Resilience

Sejarah Artikel

Submitted: 30 Juli 2023

Accepted: 23 Agustus 2023

Published: 25 Agustus 2023

Kata Kunci

Pernikahan, Perempuan muda, Resiliensi



siapa saja dan dalam usia yang beraneka ragam. Namun pada kenyataan yang ada, pernikahan banyak dilakukan oleh pihak perempuan yang mana belum memasuki usia siap menikah, hal tersebut di perkuat dengan adanya data sebesar 75,5% perempuan menikah di usia 15-24 tahun yang mana usia tersebut masih tergolong pada usia remaja atau usia menuju dewasa (Riskesdas, 2010). Konflik yang timbul dalam kehidupan pernikahan terutama dalam pernikahan yang dilakukan pada usia yang masih muda, dimana emosi masih labil, dan gegabah mengambil tindakan, hal tersebut dapat memicu pertengkaran yang berujung pada perceraian. Kementerian agama mencatat setiap tahun terjadi 212.000 kasus perceraian di Indonesia. Angka tersebut meningkat jauh dari 10 tahun lalu, yang mana angka perceraian sekitar 50.000 per tahun. Dari banyak kasus perceraian sebanyak 70 persen perceraian karena cerai gugat istri yang mengajukan cerai ke pengadilan agama. Menurut Wakil Kementerian Agama, 80% perceraian adalah pasangan usia muda dengan usia kurang dari 25 tahun, dan potensi konflik horizontal pasangan usia muda itu lebih sensitif (www.kemenag.go.id). Guru Besar Fakultas Hukum Universitas Padjajaran Prof. Dr. Sonny, D, J, M.H., berpendapat pernikahan dibawah umur berdampak pada psikologis karena anak dibawah umur belum memiliki emosi dan kematangan berpikir yang stabil. Hal ini memicu lahirnya masalah yang mengganggu keharmonisan rumah tangga dan stress pada anak perempuan (unpad.ac.id). Menguasai dan menyesuaikan diri pada perubahan sulit yang terjadi dalam hidup atau permasalahan yang berat diperlukan suatu kemampuan yang disebut dengan resiliensi. Menurut Reivich dan Shatte (dalam Hendriani, 2018) resiliensi merupakan kemampuan pada individu untuk mengatasi berbagai macam terpaan permasalahan dan tantangan yang terjadi dalam kehidupan dan tidak berlari dari kesulitan. Berdasarkan pemaparan latar belakang permasalahan itulah peneliti tergerak untuk menggali data dan informasi lebih dalam mengenai ketahanan perempuan daya dan upaya serta kemampuan dalam menghadapi permasalahan, bangkit, tidak menyerah dalam mempertahankan pernikahan muda. Dimana dalam penelitian ini dikhususkan mengenai aspek-aspek resiliensi pada perempuan yang menikah muda dalam menjalani kehidupan pernikahan.

Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian pendekatan kualitatif dengan model fenomenologi. Peneliti menggunakan model fenomenologi untuk mengetahui pengalaman hidup secara mendalam tanpa ada tujuan menghasilkan konsep atau teori ataupun tanpa adanya upaya melakukan generalisasi. Subjek dalam penelitian ini dipilih dengan teknik *purposive sampling* berdasarkan karakteristik yang ditentukan oleh peneliti, yaitu perempuan yang menikah dibawah usia 20 tahun, usia pernikahan lebih dari satu tahun, dan saat ini masih berstatus sebagai istri. Subjek penelitian memenuhi karakteristik dengan tetap bertahan pada pernikahan yang dilakukan di usia muda dan tetap menjalankan peran sebagai istri. Subjek dan *Significant Others* atau orang yang terdekat subjek bersedia dan tidak keberatan menjadi subjek penelitian sesuai yang ditulis dalam lembar *Informed Consent*. Teknik penggalan data dilakukan melalui wawancara semi terstruktur secara mendalam dan observasi. Hasil data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan menggunakan teori resiliensi Reivich & Shatte. Pengujian kredibilitas yang digunakan pada penelitian ini menggunakan triangulasi sumber data yang dilakukan dengan wawancara kepada orang terdekat subjek sebagai *significant others*, triangulasi teori, dan triangulasi metode.



Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil

1. Hasil Penelitian dari Subjek 1 (S1) FM

FM merupakan seorang remaja yang menikah di usia muda, yakni pada usia 19 tahun. FM dilahirkan di Pasuruan, pada tanggal 08 Januari 2023. FM merupakan anak terakhir dari 3 bersaudara, yang mana kedua saudaranya juga sudah menikah. FM memutuskan untuk menikah di usia muda karena ada arahan dan keinginan dari ibunya, karena ibunya tidak berkenan jika FM memiliki hubungan yang sah dengan lawan jenis. Pada saat menikah usia dari suami FM masih 18 tahun, yang mana dalam hal ini FM satu tahun lebih tua dibandingkan dengan suaminya. Saat memutuskan menikah FM tidak merasa ada paksaan dari pihak manapun, dan murni dari kesediaan FM yang setuju untuk dinikahkan. Selama 3 tahun usia pernikahan, FM sudah 2 kali ditalak oleh suaminya, namun masih memilih bertahan hingga saat ini.

Ketahanan diri dan adaptasi terhadap perubahan yang terjadi dapat disebut dengan resiliensi. Reivich & Shatte (dalam Hendriani, 218) mengemukakan bahwa terdapat 7 aspek resiliensi seperti regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisa kausal, empati, efikasi diri, dan *reaching out* atau pencapaian aspek positif dalam hidup. Dalam menjalani kehidupan pernikahannya resiliensi FM dalam menghadapi kesulitan dan perubahan dalam kehidupannya dapat dilihat dari sikap FM dalam meregulasi emosi, mengendalikan keinginan, dorongan, dan tekanan dalam diri, yakin terhadap kemampuan diri, menentukan penyebab dari permasalahan yang sedang dialami, empati kepada orang lain, pemikiran bahwa dapat memecahkan dan menemukan solusi dari permasalahan, dan pencapaian positif yang dialami selama menikah. Ketahanan diri dan kemampuan adaptasi dalam perubahan hidup yang terjadi pada diri FM dirasa masih sangat rendah, dimana saat terjadi permasalahan seperti pertengkaran dengan suami, FM tidak dapat mengatur emosinya sehingga terjadi pertengkaran verbal, yang berimbas pada buruknya hubungan sosial dengan keluarga suami, memilih banyak berbelanja online sebagai pelampiasan saat ada masalah, FM tidak dapat memahami kondisi emosi orang lain, memilih pasrah dengan keinginan, bergantung pada bagaimana sikap suami dan tidak berusaha agar pernikahan dapat bertahan lama, dan tidak dapat menemukan pencapaian positif yang terjadi dalam kehidupan pernikahannya. Namun, terdapat aspek analisa kausal dimana FM mampu mengidentifikasi penyebab masalah terjadi dalam kehidupan pernikahannya, yang mana 2 talak diberikan pada FM akibat dari pengaruh negatif dari teman suami yang menganjurkan agar suami FM menceraikan FM.

2. Hasil Penelitian dari Subjek 2 (S2) KU

KU merupakan perempuan yang menikah di usia 18 tahun. KU menikah setelah lulus dari Sekolah Menengah. KU memutuskan menikah di usia muda karena keinginan dari orang tua yang tidak ingin KU bermain ke luar rumah dengan laki-laki yang belum jelas statusnya, namun KU juga tidak merasa terpaksa melangsungkan pernikahan dengan alasan sebagai bentuk kepatuhan terhadap orang tua. KU menikah dengan gurunya semasa di Sekolah Menengah yang mana jarak usianya terpaut 6 tahun.



Ketahanan diri dan adaptasi terhadap perubahan yang terjadi dapat disebut dengan resiliensi. Reivich & Shatte (dalam Hendriani, 2018) mengemukakan bahwa terdapat 7 aspek resiliensi seperti regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisa kausal, empati, efikasi diri, dan *reaching out* atau pencapaian aspek positif dalam hidup. Dalam menjalani kehidupan pernikahannya resiliensi KU dalam menghadapi kesulitan dan perubahan dalam kehidupannya dapat dilihat dari sikap KU dalam meregulasi emosi, mengendalikan keinginan, dorongan, dan tekanan dalam diri, yakin terhadap kemampuan diri, menentukan penyebab dari permasalahan yang sedang dialami, empati kepada orang lain, pemikiran bahwa dapat memecahkan dan menemukan solusi dari permasalahan, dan pencapaian positif yang dialami selama menikah. Ketahanan diri dan kemampuan adaptasi dalam perubahan hidup yang terjadi pada diri KU tergolong tinggi, dimana saat terjadi permasalahan seperti pertengkaran dengan suami, KU dapat mengatur emosinya dengan memilih untuk mengalah dan meminta maaf terlebih dahulu agar masalah tidak berkelanjutan, ketika terlibat masalah dengan suami maupun kerabat suami, KU juga akan segera menyelesaikannya, sehingga masalah tidak bertambah panjang. KU juga mampu memahami kondisi emosi sang suami yang dirasa jadi lebih mudah marah karena mengalami *midlife crisis* atau pebur kedua. Ketika terbesit keinginan berpisah KU akan mengkomunikasikan kepada suami, supaya hal tersebut tidak benar terjadi, dan mengajak suami untuk sama-sama berjuang mempertahankan rumah tangganya. KU merasa terdapat perubahan dalam dirinya ketika sudah menikah, yang mana KU merasa lebih bisa berpikir dewasa dan mengatur emosinya.

Pembahasan

Resiliensi

a. Aspek Regulasi Emosi

Hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa aspek regulasi emosi kedua subjek (FM dan KU) berbeda, dimana FM kurang dapat mengatur emosinya, FM menampilkan perilaku mudah marah ketika dihadapkan pada masalah dengan orang lain, sehingga hubungan sosialnya menjadi buruk. Kemudian pada subjek 2 KU dalam menghadapi permasalahan dapat mengatur emosinya agar tetap tenang dibawah kondisi yang menekan. KU memilih untuk fokus menyelesaikan permasalahan sehingga masalah tidak berlarut-larut.

b. Aspek Kontrol Impuls

Pengendalian impuls dari subjek 1 (FM) kurang dapat mengendalikan keinginan untuk bertindak impulsif dengan banyak berbelanja, dan menunjukkan perilaku reaktif dengan cara menghindari keluarga sang suami karena merasa asing. Namun, disatu sisi ketika terjadi permasalahan dengan sang suami, ia dapat mengendalikan keinginan untuk tidak meminta berpisah dan mengakhiri pernikahannya dengan sang suami, dan pada subjek 2(KU) ketika menghadapi permasalahan dengan orang lain, seperti dengan anggota keluarga sang suami, ia dapat mengendalikan tekanan yang muncul dari dalam dirinya dengan tidak memunculkan perilaku mudah marah, dapat mengendalikan impulsivitasnya dengan memberikan respons yang tepat pada permasalahannya dengan cara menyadari kesalahannya dan memilih untuk meminta maaf. Namun, saat bertengkar KU sering meminta berpisah kepada sang suami, akan tetapi saat emosinya sudah reda, subjek 2 (KU) dapat memberikan respons yang tepat dengan cara segera meminta maaf kepada sang suami.



3. Aspek Optimisme

Pada aspek optimisme kedua subjek (FM dan KU) memiliki kesamaan dalam menjalani kehidupan yaitu dalam kehidupan berumah tangga sama-sama suka hidup sesuai takdir dan harapan bahwa pernikahan dapat bertahan selamanya. Namun, untuk FM mengatakan jika ia bertahan dalam rumah tangga tergantung pada sikap sang suami, Ia juga mengatakan jika tidak keberatan berpisah untuk yang ketiga kali karena merasa mampu menghidupi dirinya sendiri. Berbeda dengan KU yang selalu berusaha menyelesaikan masalah dengan meminta maaf kepada suaminya, dan berusaha agar pertengkaran tidak berkelanjutan yang berakibat pada perpisahan.

4. Aspek Analisis Kausal

Pada aspek analisis kausal kedua subjek (FM dan KU) memiliki persamaan dalam mengidentifikasi masalah, namun pada Subjek 1 (S1) FM lebih memilih mengatasi permasalahan tersebut dengan memberikan ancaman kepada sang suami, menghindari interaksi dengan mertua, sedangkan pada Subjek 2 (S2) KU menyelesaikan permasalahan dengan saudara suami dengan cara meminta maaf.

5. Aspek Empati

Terdapat perbedaan kemampuan berempati antara subjek 1 (FM) dengan subjek 2 (KU), dimana FM kurang dapat memahami kondisi emosional dari sang mertua, dan memilih untuk tetap pindah dari rumah mertua, yang mengakibatkan renggangnya hubungan sosial antara FM dan mertua, namun, disatu sisi, FM dapat memahami kondisi emosional dari sang suami yang berimbas pada tetap terjalinnya hubungan yang baik antara dirinya dan sang suami. Pada subjek 2 (KU) dapat dilihat bahwa menghadapi masalah dengan suami maupun dengan saudara sang suami, ia lebih memilih untuk meminta maaf terlebih dahulu agar masalah tersebut tidak berkelanjutan, hal tersebut membuat hubungan sosial antara KU dan suami berjalan dengan positif, namun pada saudara suami, KU mengaku bahwa hubungan sosial dengan saudara suami masih belum terlalu membaik.

6. Aspek Efikasi Diri

Pada Aspek Efikasi diri kedua subjek (FM dan KU) memiliki perbedaan dalam menyelesaikan permasalahan. Pada subjek 1 (FM) dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan suaminya, FM memberikan peringatan kepada suami untuk tidak lagi berhubungan dengan teman yang memberikan pengaruh buruk. Kemudian untuk subjek 2 (KU) saat bertengkar dengan suami, dirinya memilih untuk mengalah dan tetap mengajak suami berkomunikasi, saat emosi sang suami sudah mereda, KU akan meminta maaf. KU memiliki prinsip bahwa jika terjadi pertengkaran antara dirinya dan suami, bagaimanapun keadaanya KU lah yang harus meminta maaf terlebih dahulu

7. Aspek *Reaching out* atau pencapaian

Aspek pencapaian pada kedua subjek (FM dan KU) terdapat perbedaan, dimana FM mengaku bahwa dirinya tidak merasakan perbedaan dalam kehidupannya, baik sebelum menikah maupun telah menikah. Sedangkan pada subjek 2 (KU) dirinya mengaku bahwa terjadi perubahan dari segi pemikiran dan emosi. Dimana, setelah menikah KU merasa bahwa



pemikirannya jadi lebih berpikir panjang untuk masa depan dan dari segi emosi dirinya mampu mengkomunikasikan secara langsung kepada suami dan tidak memendam emosinya, sehingga masalah dapat diselesaikan dengan segera.

Kesimpulan

Menurut hasil penelitian yang dilakukan kepada perempuan yang menikah pada usia muda menggunakan teori resiliensi Reivich dan Shatte yang terdiri dari tujuh aspek yakni regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan pencapaian ditemukan persamaan kedua subjek (FM dan KU) yakni keinginan agar pernikahan tetap utuh, pilihan untuk menjalani hidup sebagaimana takdir berjalan, dan kemampuan dalam menganalisa serta mengidentifikasi permasalahan. Pada subjek 1 (FM) resiliensi yang dimiliki dapat dikategorikan rendah berdasarkan perilaku dan aspek resiliensi seperti menampilkan perilaku mudah marah, berperilaku impulsif, menghindari permasalahan, kurang dapat memahami emosi orang lain dan tidak dapat meraih nilai positif dalam kehidupan rumah tangganya. kemudian pada subjek 2 (KU) resiliensi yang dimiliki dapat dikategorikan tinggi berdasarkan perilaku dan aspek resiliensi seperti mampu mengatur emosi, fokus untuk menyelesaikan permasalahan, mampu memahami kondisi emosi orang lain, tidak menghindari permasalahan, serta mampu meraih nilai positif dalam rumah tangga seperti perubahan dari segi emosi dan kedewasaan dalam berpikir. Faktor kedewasaan pasangan, telah memiliki keturunan dan religiusitas menjadi penemuan baru pada penelitian ini karena hal tersebut dapat mempengaruhi bagaimana proses resiliensi perempuan yang menikah muda dapat menjalani kehidupan pernikahan.

Saran

Melalui penelitian yang telah dilakukan dan hasil penelitian yang ditemukan, maka peneliti mengajukan saran untuk subjek penelitian diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan resiliensi dengan belajar mengatur emosi, memahami kondisi emosi orang lain, menjalin hubungan sosial yang baik, fokus menemukan tujuan hidup serta belajar untuk berpikir optimis. Kepada pemerintah dan lembaga swadaya masyarakat perlu adanya kerjasama antara pemerintah dan lembaga swadaya masyarakat dalam memberikan Informasi, sosialisasi, bimbingan dan pelatihan-pelatihan terkait dengan pra-pernikahan seperti pelatihan *skill* dan pengetahuan dasar kepada perempuan yang menikah muda dengan tujuan agar lebih siap baik mental maupun material dalam menghadapi pernikahan ditinjau dari segi psikologis maupun agama dan kepada peneliti selanjutnya penelitian mengenai resiliensi masih sangat dibutuhkan, khususnya mengenai resiliensi pada perempuan yang menikah di usia muda dalam menjalani kehidupan pernikahan, dan untuk peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengungkapkan lebih dalam faktor yang mempengaruhi resiliensi seperti faktor dari diri sendiri dan faktor dari lingkungan.

**Daftar Pustaka**

Kemenes RI: *Riset Kesehatan Dasar (2010) Riskesdas*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI

Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis sebuah pengantar*, Surabaya: Prenadamedia Grup

Arief, M. *Hari Perempuan Internasional, Fakta Tingginya Pernikahan Dini, dan Dorongan Untuk Terus Berkarya* [on-line], 28 Mei 2023 dari unpad.ac.id

Annisa. (2014). *Hubungan antara resilience dengan subjective well being pada pernikahan usia muda (Emerging Adulthood)*. *psychology.binus* [on-line]. Diakses pada tanggal 26 Mei 2023 dari <https://psychology.binus.ac.id>