

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pada kehidupan sebagian besar manusia pasti ingin merasakan yang namanya pernikahan dalam kehidupan mereka. Terdapat kondisi tertentu yang biasanya manusia memilih sebuah pernikahan, seperti untuk mencapai kebutuhan yang diperlukannya di dalam kehidupan. Beberapa orang menikah dengan tujuan untuk memperoleh kasih sayang, rasa aman dan saling mencintai. Beberapa orang lagi menikah dengan tujuan untuk menghindari zina, dan tuntutan keluarga. Adapun yang menikah untuk tujuan memperbaiki dan meneruskan keturunan, serta tujuan pernikahan lainnya.

Sebelum manusia memutuskan untuk menikah, seharusnya mereka memiliki berbagai pertimbangan dalam pernikahan yang akan dilakukan seperti kesiapan fisik, mental dan finansial. Aspek tersebut biasanya diperoleh ketika seorang individu memiliki usia dan kesiapan emosional yang disarankan untuk menikah. Pada Peraturan Perundang-Undangan No. 35 Tahun 2014 tentang perlindungan anak, usia minimal untuk menikah adalah 19 tahun bagi laki-laki dan perempuan. Pernikahan yang dilakukan tanpa mempertimbangkan aspek tersebut dapat memicu beragam masalah yang akan timbul setelah pernikahan seperti perencanaan masa depan yang tidak matang, kesehatan pasangan, perkembangan terhadap anak, konflik dalam rumah tangga, dan stres pernikahan.

Menurut hasil wawancara tidak terstruktur yang dilakukan pada perempuan yang menikah di usia dini pada bulan Mei 2023 dapat diketahui bahwa terdapat beberapa dampak stres yang dialami oleh perempuan tersebut. Hal ini sesuai dengan pernyataan *interviewee* yaitu:

*“Pada waktu sebelum menikah aku bisa bermain kemana-mana dengan temanku, sekarang setelah menikah aku harus ikut suami dan mertuaku. Dan aku tidak memiliki teman disini untuk bisa diajak cerita atau bermain. Mungkin cuma main ke mbak, tapi jarak usia kami juga cukup jauh jadi bingung harus bicara gimana. Sedangkan suami harus ke luar rumah untuk bekerja. Jadi dirumah hanya sama mertua saja. Sering gitu ngerasa kesepian, sedih tidak ada yang bisa diajak cerita dengan teman yang seumuran disini. Suami juga ketika pulang sudah capek, jadi terkadang berantem kalau lagi dirumah.”*

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat diketahui bahwa jawaban yang diberikan oleh *interviewee* memenuhi beberapa indikator dari stres pernikahan dini yaitu pada aspek psikologi yaitu perasaan sedih yang dirasakan oleh *interviewee*, kemudian pada aspek perubahan perilaku yaitu adanya perasaan kesepian karena *interviewee* merasa tidak memiliki teman yang seumuran sehingga memiliki perasaan canggung yang menyebabkan *interviewee* lebih memilih menarik diri dari lingkungan sosial tersebut. Selain kedua aspek tersebut terdapat indikator dari aspek hubungan sosial dengan suami yang buruk, ditunjukkan dengan pernyataan *interviewee* bahwa terkadang mereka mengalami pertengkaran akibat permasalahan yang ringan.

Selain itu *interviewee* juga mengungkapkan bahwa ketika menikah ia mengalami beberapa kondisi seperti sulit tidur dan hilangnya nafsu makan yang akhirnya mengakibatkan penurunan berat badan pada *interviewee*.

*“Saya ya, dulu masih suka makan. Sedangkan sekarang setelah menikah justru berat badan saya menurun sampai lima kilogram. Saya yang dulunya punya pipi cubby jadi tidak seberisi dulu.”*

Dari pernyataan tersebut dapat diketahui adanya indikator stres pernikahan dini yang terpenuhi, yaitu pada aspek perubahan perilaku yang awalnya *interviewee* memiliki nafsu makan yang baik sebelum menikah namun setelah menikah justru mengalami penurunan berat badan.

Kemudian berdasarkan informasi dari orang terdekat *interviewee* diketahui bahwa subjek pernah masuk rumah sakit karena riwayat sakit asam lambung sebanyak dua kali. Dan ketika sedang bertengkar dengan suaminya, *interviewee* pernah membanting *handphone* suaminya hingga tidak dapat digunakan kembali.

Berdasarkan hasil observasi yang didapatkan, diketahui bahwa *observe* memenuhi indikator stres pernikahan pada aspek fisiologis yaitu *observe* memiliki riwayat sakit *magh* dan pernah di rawat di rumah sakit. Selain itu perilaku *observe* yang membanting *handphone* suaminya ketika bertengkar dapat menunjukkan adanya emosi negatif yang merupakan salah satu indikator dari aspek hubungan sosial yang berbentuk negatif karena adanya emosi yang negatif tersebut.

Dari data-data yang telah didapatkan dapat diketahui bahwa kesiapan mental, fisik dan finansial sangat diperlukan dalam sebuah pernikahan. Dalam pernikahan yang dilakukan di usia muda atau dini, dengan usia psikis yang belum matang dapat menimbulkan adanya stres yang dialami pasangan dalam sebuah rumah tangga. Banyak dampak yang dapat ditimbulkan dari ketidak siapan secara fisik dan mental. Seperti kondisi kesehatan pasangan dan calon anak, yang memungkinkan adanya prematur, stunting, dan kurang gizi. Serta kondisi mental seperti cemas, marah, sedih, tidak merasa dihargai dan dicintai yang pada akhirnya dapat mengakibatkan stres.

Melansir dari BPS (Badan Pusat Statistik) tentang *Proporsi Perempuan Umur 20-24 Tahun Yang Berstatus Kawin Atau Berstatus Hidup Bersama Sebelum Umur 18 Tahun Menurut Provinsi (Persen)*, pada tahun 2024 terdapat 7,78 persen perempuan yang berstatus kawin atau hidup bersama sebelum umur 18 tahun ("*Proporsi Perempuan...*", 2024). Dan berdasarkan data BPS lainnya mengenai *Proporsi Perempuan Pernah Kawin 15-49 Tahun Yang Melahirkan Anak Lahir Hidup Yang Pertama Kali Berumur Kurang Dari 20 Tahun Menurut Kabupaten/Kota*, diketahui pada tahun 2023 dan 2024 Malang mengalami peningkatan dari yang awalnya sebesar 0,119 pada tahun 2022 dan mengalami kenaikan sebesar 0,003 menjadi 0,122 ditahun 2023 dan 2024 ("*Proporsi Perempuan...*", 2024).

Pernyataan tersebut didukung juga oleh tulisan artikel dari malangpost.com yang berjudul "PA Kabupaten Malang Kabulkan 936 Perkara Dispensasi Kawin, 177 Hamil Sebelum Menikah" yang penulisnya bernama Amin, maka pengutipan dalam naskah sebagai berikut:

Pada tahun 2023 terdapat 1.009 perkara pengajuan dispensasi perkawinan. Dan pada tahun berikutnya di pertengahan tahun terdapat sekitar 300 perkara pengajuan dispensasi perkawinan (Amin, 2024).

Sesuai dengan data-data yang telah dipaparkan, dapat diketahui bahwa angka pernikahan dini khususnya di Malang memiliki nilai yang cukup tinggi yang berada di usia di bawah 19 tahun sesuai dengan peraturan pemerintah. Pada teori perkembangan Erikson, manusia dengan usia tersebut masih berada di tahap perkembangan Identitas vs kebingungan peran (12-18 tahun). Erikson dalam (Arini, 2021) menjelaskan bahwa kegagalan dalam membentuk identitas diri akan

menciptakan kebingungan peran pada manusia. Sehingga dalam usia psikologis, pernikahan dini dapat mengakibatkan stres karena pasangan masih berada pada tahap pencarian identitas diri.

Menurut berita [antaranews.com](https://antaranews.com) dengan judul “Pernikahan Dini: Tradisi Lama Masalah Baru, Simak Dampak Negatifnya!” pada tahun 2024 yang penulisnya Harahap menuliskan tentang pernikahan dini yang memiliki beberapa dampak negatif salah satunya adalah masalah kesehatan mental. Pada artikel publikasi di bulan November 2024 tersebut, mengatakan bahwa terdapat studi yang menyebutkan ketika pasangan menikah sebelum usia 18 tahun berisiko mengalami masalah kesehatan mental hingga 41 persen, termasuk kecemasan, depresi, PTSD, dan gangguan disosiatif.

Berdasarkan teori Richard (1984) yang merupakan tokoh dalam pengembangan teori stres transaksional, mengatakan mengenai pengertian dari stres adalah hubungan antara seseorang dengan lingkungan tempatnya berada yang dievaluasi dan kemudian dianggap sebagai tuntutan yang tidak dapat diatasi dan dapat berdampak buruk atau mengancam orang tersebut. Richard (1984) menjelaskan bahwa *appraisal* merupakan faktor penting dalam penentuan stres yang didapatkan seseorang ketika berhadapan dengan keadaan yang menurutnya berbahaya dan mengancam dirinya. Sehingga dapat dikatakan bahwa stres adalah perolehan dari adanya transaksi antara seseorang dengan pemicu stres dengan melibatkan proses pengevaluasian (Dewe et al., 2012). Selanjutnya yang dinamakan sumber stres adalah kondisi dimana situasi tersebut tidak mampu diterima oleh pikiran atau tubuh karena melebihi kapasitas yang mampu ditampung individu dan ketika individu berada pada situasi yang memberikan rangsangan terhadap stres, maka individu akan melakukan *appraisal* atau

penilaian dan penanggulangan terhadap situasi tersebut. Sehingga pada situasi tertentu stres dapat berakibat semakin baik ataupun semakin buruk, tergantung dari penanggulangan dan usaha individu dalam mengatasi stres.

Dalam terjadinya stres pada pernikahan dapat diatasi dengan memiliki dukungan sosial yang berasal dari orang sekitar dan lingkungan. Dengan adanya dukungan sosial yang positif dinilai dapat membantu individu dalam mengatasi stres yang sedang dialaminya. Berdasarkan teori dukungan sosial menurut Cohen dan Wills (dalam Pariartha et al., 2022) diketahui bahwa dukungan sosial dapat mengurangi dampak negatif dari stres karena dukungan sosial berfungsi sebagai *buffer* atau penengah antara individu dengan *stresor*. Dijelaskan bahwa dukungan sosial dibagi menjadi dukungan emosional, informasi, dan instrumental.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Selanno dan Kristianingsih (2023) dapat diketahui bahwa dukungan sosial yang diperoleh remaja yang melakukan pernikahan dini seperti dukungan pemberian rasa empati, perhatian dan kepedulian, dukungan jasa, dukungan informasi, dukungan penghargaan dan penilaian positif. Sehingga dapat diketahui bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang positif terhadap penerimaan diri pada remaja. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Putri et al. (2024) dapat diketahui bahwa kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada menikah muda memiliki hubungan yang positif, selain itu dukungan sosial dengan penyesuaian diri juga mengalami hubungan yang positif. Selanjutnya berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Septiyani (2017) dengan judul "Strategi Coping Stres pada Remaja Menikah Dini di Desa Tangkisan Gantiwarno Klaten" dapat diketahui bahwa stres dapat meningkatkan emosi psikologis pasangan seperti marah, membanting barang, juga kondisi

lainnya seperti mudah tersinggung, kehilangan nafsu makan, sulit tidur, dan detak jantung meningkat.

Stres yang dialami oleh perempuan dalam pernikahan dini dapat berasal dari berbagai sumber, seperti tanggung jawab baru sebagai istri dan mungkin sebagai ibu, perubahan dinamika dalam keluarga, serta ekspektasi masyarakat. Selain itu, perempuan sering kali menghadapi masalah dalam hal pendidikan dan karier, yang dapat terhambat oleh pernikahan dini. Hal ini dapat menyebabkan perasaan tertekan, kehilangan identitas, dan ketidakpuasan dalam hidup. Sehingga dapat memicu terjadinya KDRT atau kekerasan dalam rumah tangga hingga terjadinya perceraian.

Penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani (2020) bahwa pernikahan dini dapat menyebabkan dampak negative secara menyeluruh mulai dari angka pengangguran, meningkatnya angka perceraian dan penelantaran anak, hingga permasalahan kesehatan reproduksi. Menurut oktaviani adanya konflik dalam rumah tangga dapat menyebabkan rusaknya keharmonisan rumah tangga apabila tidak dapat ditangani secara tepat, dan apabila terjadi secara terus menerus maka akan memicu terjadinya perceraian.

Dukungan sosial menjadi faktor penting dalam mengatasi stres yang dialami oleh perempuan dalam pernikahan dini. Jaringan dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas dapat memberikan bantuan emosional dan praktis yang diperlukan untuk menghadapi tantangan ini. Namun, tidak semua perempuan mendapatkan dukungan yang memadai, dan kurangnya dukungan sosial dapat memperburuk kondisi stres yang mereka alami. Sehingga dengan latar belakang tersebut, penelitian bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman dukungan sosial

yang diterima oleh perempuan yang mengalami stres akibat pernikahan dini, faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat dukungan sosial yang diterima oleh pasangan muda, serta dampaknya terhadap kesejahteraan emosional mereka.

### **B. Fokus Penelitian**

Penelitian ini akan fokus pada dukungan sosial yang didapatkan dan dirasakan perempuan ketika mengalami stres pada pernikahan dini. Stres yang dialami perempuan dalam pernikahan dini dapat berasal dari berbagai sumber, termasuk tanggung jawab baru, ekspektasi sosial, dan perubahan dalam kehidupan pribadi.

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk dukungan sosial yang didapatkan perempuan ketika mengalami stres akibat pernikahan dini. Dukungan sosial dapat bersumber dari berbagai pihak mulai dari orang tua, suami, keluarga, teman, ataupun lingkungan sekitar yang bersifat positif.

### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis terhadap peneliti dan juga pembaca diantaranya.

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam bidang psikologi, terutama dalam psikologi perkembangan dan psikologi sosial. Selain itu, penelitian ini juga berfungsi sebagai sumber literatur dan memperluas pemahaman dalam ilmu sosial dan humaniora.
2. Dalam manfaat praktis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat terutama bagi perempuan yang melakukan pernikahan di usia muda. Dengan adanya penelitian ini semoga dapat meningkatkan perhatian masyarakat dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.