

Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Pasangan yang Menikah di Usia Muda

Hena Saraswati¹, Inhastuti Sugiasih²

Mahasiswa Fakultas Psikologi¹, Dosen Universitas Islam Sultan Agung Semarang²
henasaraswati.hs@gmail.com¹, inhastuti@unissula.ac.id²

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri. Hipotesis yang diajukan oleh peneliti yaitu, terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada pasangan yang menikah di usia muda. Subjek penelitian adalah pasangan yang menikah di usia muda di Kecamatan Sapuran Kabupaten Wonosobo. Sampel penelitian berjumlah 100 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kematangan emosi dan skala penyesuaian diri. Reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini yang dihitung menggunakan perhitungan *Alpha Cronbach* skala penyesuaian diri sebesar $\alpha = 0,964$ dan skala kematangan emosi sebesar $\alpha = 0,955$. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan analisis statistik korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini di terima yaitu terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada pasangan yang menikah di usia muda. Kematangan emosi memberikan sumbangan efektif sebesar 67,2% pada penyesuaian diri.

Kata kunci: *Kematangan Emosi, Penyesuaian Diri*

Pendahuluan

Pernikahan adalah suatu hubungan yang sah antara laki-laki dan perempuan yang memiliki tujuan untuk memperoleh kebahagiaan bersama. Pernikahan menyatukan jiwa dan raga dua insan manusia yang berlawanan jenis kelamin dalam sebuah ikatan yang suci dibawah perlindungan hukum serta agama. Pernikahan di Indonesia sudah diatur didalam Undang-Undang pemerintah yang diterangkan pada Undang-undang Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 1974. Pasal 1, bahwa pernikahan ialah jalinan lahir batin antara pria dan wanita selaku

pasangan suami istri yang bertujuan membangun keluarga yang kekal serta sejahtera berlandaskan Ketuhanan Yang Maha Esa (Walgito, 2004).

Pasal 7 ayat (1) Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 menerangkan bahwa perkawinan diperbolehkan andaikata laki-laki sudah berusia 19 tahun serta pihak perempuan berusia 16 tahun, ketentuan tersebut dimungkinkan dapat memicu terjadi pernikahan anak perempuan usia muda dikarenakan didalam Pasal 1 ayat 1 Undang-Undang mengenai Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 mengenai Perlindungan Anak menerangkan bahwasanya anak ialah seorang anak yang masih berada didalam kandungan sampai dengan seseorang tersebut berusia 18 tahun. Undang-Undang perlindungan anak yang menjadi instrumen dari HAM tidak berterus terang menyebut mengenai usia terendah dalam melangsungkan pernikahan kecuali menjelaskan tentang definisi anak yang tercantum didalam Pasal 1 ayat 1 Undang-Undang mengenai Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 mengenai Perlindungan Anak yang apabila dikaji lebih dalam, maka secara tidak langsung UU perlindungan anak menetapkan batas usia minimum seseorang dapat menikah adalah pada usia 18 tahun.

Ketetapan mengenai batas minimal usia menikah dalam Undang-Undang perkawinan yang termuat didalam pasal 15 ayat 1 KHI dengan menyingkap tujuan perkawinan untuk kebaikan rumah tangga serta keluarga, maka pernikahan hanya diizinkan pada individu yang sudah masuk dalam usia minimal menikah yang dimuat didalam ketentuan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2019 mengenai Perubahan atas Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang

Perkawinan. Ketentuan Pasal 7 ayat (1) mengalami perubahan sehingga berbunyi sebagai berikut: Perkawinan hanya diizinkan apabila pria wanita sudah mencapai umur 19 tahun. Dalam hal ini batas usia terendah pernikahan bagi laki-laki dan perempuan disamakan yaitu 19 tahun. Batas usia tersebut dianggap sudah memiliki kematangan jiwa dan raga untuk bisa melaksanakan

pernikahan sehingga akan terwujud pernikahan yang baik dan tidak berujung pada perpisahan dan dapat memperoleh anak yang berkualitas serta sehat.

Peraturan Menteri Agama Republik Indonesia No. 11 Tahun 2007 mengenai Pencatatan Nikah Pasal 7 menerangkan jika calon suami/istri belum berusia 21 tahun maka diharuskan melampirkan izin tertulis dari orangtua, dikarenakan usia tersebut dianggap masih perlu pengawasan serta bimbingan dari orangtua/wali sehingga izin tersebut adalah sebuah keharusan. BKKBN (Kependudukan & Nasional, 2010) yang melakukan kerja sama dengan Badan Penasihat Perkawinan dan Perceraian Kementerian Agama menyatakan bahwa usia minimal perkawinan bagi wanita ialah 21 tahun dan pria ialah 25 tahun. Dari berbagai sumber data menerangkan bahwa usia perempuan yang melangsungkan pernikahan di Indonesia adalah dibawah usia 21 tahun, hal tersebut masih tergolong dalam pernikahan usia muda. Pernikahan yang dilaksanakan di bawah usia 21 tahun dikatakan sebagai pernikahan usia muda karena secara ekonomi belum mapan, secara mental, sosial dan secara kesehatan reproduksi belum siap karena masih terlalu muda.

Pada kenyataannya banyak individu yang menikah dibawah usia 19 tahun. Didaerah Kabupaten Wonosobo, Kecamatan Sapuran adalah salah satu kecamatan yang mempunyai angka pernikahan usia muda yang masih tergolong tinggi. Berdasarkan data dari Kantor Urusan Agama (KUA) Kecamatan Sapuran, menunjukkan bahwa jumlah pernikahan usia ≤ 19 tahun dari tahun 2016-2019 yaitu dengan jumlah perempuan 814 dan jumlah laki-laki 19 orang dengan total 833 orang.

Pernikahan usia muda bersangkutan dengan keadaan sosial ekonomi individu tersebut, yang mencakup status ekonomi keluarga, tingkat pendidikan individu, serta tingkat pendidikan orangtua (Ahmad, 2011). Pada umumnya perempuan yang berpendidikan rendah akan menikah dan mempunyai anak diusia muda, hal ini terjadi karena tingkat pendidikan adalah faktor yang utama dalam logika berpikir guna menentukan perilaku menikah diusia muda (Widhaningrat & Wiyono, 2005).

Tingkat Pendidikan orang tua yang rendah dapat menjadi penyebab kecondongan menikahkan anaknya pada usia di bawah umur (Landung et al., 2009).

Permasalahan yang mungkin muncul ketika menikah di usia remaja salah satunya adalah terkait penyesuaian diri. Untuk membentuk keluarga yang harmonis pasangan yang menikah di usia muda harus memiliki penyesuaian diri yang baik, seseorang yang mampu menyesuaikan diri dengan baik maka akan lebih mengenal dan menerima kelebihan dan kekurangan diri, lebih mengetahui tentang diri sendiri, mempunyai kestabilan emosi, serta mampu menyeimbangkan tuntutan dalam diri dengan tuntutan dari lingkungan. Keberhasilan dan kegagalan dalam penyesuaian diri dapat mempengaruhi keharmonisan di dalam keluarga, oleh sebab itu penyesuaian diri adalah hal penting untuk pasangan suami istri. Schneiders (Agustiani, 2006) menyatakan bahwa penyesuaian diri ialah sebuah proses yang mencakup respon perilaku serta respon mental, individu tersebut akan berupaya menangani dengan baik segala ketegangan, kebutuhan, frustrasi, serta konflik yang bersumber dari dalam diri guna menciptakan keharmonisan tuntutan dalam diri dengan harapan lingkungan tempat tinggal individu tersebut.

Masalah penyesuaian diri juga dialami oleh pasangan suami istri yang menikah di usia remaja di Kecamatan Sapuran Kabupaten Wonosobo. Hasil yang diperoleh dalam wawancara menyatakan bahwa ketiga subjek mempunyai penyesuaian diri yang rendah. Berbagai permasalahan yang timbul dalam rumah tangga pasangan yang menikah di usia muda terjadi karena belum matangnya kematangan emosi, pasangan yang menikah di usia muda fisik serta psikologisnya masih dalam proses perkembangan (Hasan, 2012).

Proses dalam penyesuaian diri bisa dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain seperti frustrasi, kecemasan, kematangan, lingkungan keluarga, ekonomi, status sosial dan sebagainya, namun yang paling penting ialah faktor kedewasaan atau kematangan. Seseorang yang mempunyai kematangan emosi akan lebih baik dalam membangun rumah tangga.

Kematangan emosi merupakan kemampuan untuk mengontrol diri dengan baik, memiliki sikap toleran, merasa nyaman, dapat menerima diri serta orang lain serta dapat menjelaskan emosinya secara kreatif dan konstruktif (Yusuf & Sugandhi, 2011). Kematangan emosi adalah aspek penting untuk menjaga pernikahan, karena dalam pernikahan yang harmonis sedikit banyak dipengaruhi oleh kematangan emosi kedua belah pihak yaitu suami dan istri. Pernikahan pada usia remaja mempunyai resiko besar di dalamnya, namun apabila pasangan pernikahan usia muda tersebut mempunyai kematangan emosi positif maka pasangan tersebut akan lebih mudah dalam melakukan penyesuaian diri terhadap konflik-konflik yang mungkin muncul dalam pernikahan, pasangan akan dapat menghadapi dengan bijak konflik yang terjadi di dalam pernikahan, dan meminimalkan tekanan dan perselisihan dalam pernikahan.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas maka peneliti hendak mengetahui apakah terdapat hubungan antara kematangan emosi dan penyesuaian diri pada pasangan yang menikah di usia muda.

Metode

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuantitatif korelasional, penelitian kuantitatif korelasional menggunakan data berbentuk angka yang dapat dianalisis menggunakan teknik perhitungan statistik yang bertujuan untuk menguji teori secara objektif dengan cara meneliti guna mengetahui hubungan antar variabel (Supratiknya, 2015). Dalam penelitian ini penyesuaian diri sebagai variabel tergantung (Y) dan kematangan emosi sebagai variabel bebas (X).

Jumlah total populasi pernikahan usia muda ≤ 19 tahun Berdasarkan data dari Kantor Urusan Agama (KUA) Kecamatan Sapuran, menunjukkan bahwa jumlah pernikahan usia ≤ 19 tahun dari tahun 2016-2019 yaitu laki-laki berjumlah 19 orang dan perempuan berjumlah 814 orang dengan total 833 orang. Teknik

pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan menggunakan kriteria tertentu.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 2 skala yaitu skala penyesuaian diri yang disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri dari (Mustofa, 1982) yaitu: penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Skala yang kedua berupa skala kematangan emosi yang disusun berdasarkan aspek-aspek kematangan emosi oleh (Katkovsky & Gorlow, 1976) yang terdiri dari tujuh aspek, yaitu: kemandirian, kemampuan dalam menerima kenyataan, kemampuan beradaptasi, kemampuan merespon dengan tepat, kapasitas untuk seimbang, kemampuan berempati, dan kemampuan menguasai amarah. Subyek penelitian mengisi skala penyesuaian diri maupun kematangan emosi dengan pilihan jawaban sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, sangat tidak sesuai.

Setelah dilakukan uji coba skala dengan analisis korelasi *Part-Whole Correlation*, skala penyesuaian diri yang berisi 51 aitem memiliki koefisien reliabilitas = 0,964 dengan indeks daya aitem yang bergerak antara 0,309-0,772. Skala kematangan emosi berisi 55 aitem dengan koefisien reliabilitas = 0,955 dengan indeks daya beda aitem yang bergerak antara 0,304-0,753. Pengujian reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach*

Beberapa analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini antara lain uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi yang dilakukan adalah uji normalitas dan uji linieritas. Teknik analisa data yang digunakan dalam pengujian hipotesis adalah korelasi product moment. Seluruh perhitungan dilakukan dengan bantuan program SPSS *versi 13.0 for Windows*.

HASIL

Tabel 1 Norma Hasil Kategorisasi Menurut Skor Persentil

Kategorisasi	Penyesuaian Diri		Kematangan Emosi	
	F	%	F	%
Sangat Tinggi	15	15	8	8
Tinggi	63	63	66	66
Sedang	22	22	22	22
Rendah	0	0	4	4
Sangat Rendah	0	0	0	0

Berdasar pada tabel 1, diketahui bahwa persentase penyesuaian diri berada pada kategori tinggi, begitupula dengan persentase kematangan emosi terbesar pada kategori tinggi.

Analisis data perlu didahului dengan melakukan uji asumsi. Uji asumsi untuk dua variable penelitian meliputi uji normalitas dan uji linieritas hubungan antar variable. Uji asumsi pertama adalah uji normalitas sebaran subyek penelitian menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Z*. Dalam menentukan normalitas sebaran data, standart yang digunakan adalah jika $p > 0,05$, maka sebaran data penelitian dikatakan normal. Sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebaran data penelitian tidak normal. Hasil uji normalitas pada kedua variable penelitian dapat dilihat pada tabel 2

Tabel 2 Rangkuman Hasil Uji Normalitas Sebaran Data

No	Variabel	Mean	SD	K-SZ	P	Keterangan
1	Penyesuaian Diri	156,06	19,049	1,253	0,087	Normal
2	Kematangan Emosi	168,10	19,803	0,883	0,417	Normal

Pada tabel 2 dapat diketahui bahwa kedua variabel memiliki distribusi sebaran data yang normal. Hasil uji normalitas terhadap variabel penyesuaian diri diperoleh $K-SZ = 1,253$ dengan $p = 0,087$ ($p > 0,05$) sehingga dapat dikatakan sebaran data penyesuaian diri memiliki distribusi normal. Hasil uji normalitas terhadap variabel kematangan emosi diperoleh $K-SZ = 0,883$ dengan $p = 0,417$ ($p >$

0,05), sehingga dapat dikatakan bahwa variable kematangan emosi memiliki distribusi normal.

Tahap selanjutnya yang dilakukan setelah melakukan uji normalitas ialah uji linieritas. Untuk mengetahui hubungan yang linier atau tidak pada variabel bebas dan variabel tergantung maka perlu dilakukan uji linieritas. Variabel bisa dikatakan mempunyai hubungan yang linier jika nilai $F_{Linearity} < 0,05$. Berdasar pada hasil uji linieritas hubungan antara penyesuaian diri dan kematangan emosi mendapatkan nilai koefisien F_{linier} sebesar 183,614 dengan Sig. 0,000 ($p < 0,05$). Dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang linier antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri.

Tabel 3 Hasil Uji Hipotesis

	R	R Squared	P
Penyesuaian diri * kematangan emosi	0,820	0,672	0,000

Hipotesis yang diajukan peneliti adalah terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada pasangan yang menikah muda. Berdasarkan data pada tabel 3, hasil uji korelasi diperoleh $r_{xy} = 0,820$ dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri.

Diskusi

Berdasarkan hasil analisa terhadap terhadap uji hipotesis diketahui bahwa ada hubungan positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada pasangan yang menikah muda. Hal ini menunjukkan hubungan yang sangat signifikan terhadap variabel-variabel yang diteliti. Kematangan emosi memberikan sumbangan efektif sebesar 67,2% sisanya 32,8% yang dipengaruhi faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hasil pegujian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan penulis diterima.

Walgito (2004) mengungkapkan bahwa kemampuan individu dalam mengontrol/mengendalikan emosi bisa membuat individu dapat melihat permasalahan secara objektif serta mampu berfikir matang saat dihadapkan dalam permasalahan. Kematangan emosi bermanfaat guna mengendalikan diri saat dihadapkan pada keadaan yang mampu memicu munculnya emosi berlebih, sehingga individu yang mempunyai kematangan emosi yang baik akan lebih mudah dalam menyesuaikan diri. (Fitroh, 2011) menyatakan bahwa saat seseorang mempunyai kematangan emosi maka seseorang tersebut akan mampu dalam mengontrol diri serta mengontrol timbulnya konflik, hal tersebut merupakan gambaran bahwa individu tersebut memiliki kemampuan dalam melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari peneliti sebelumnya, yaitu oleh (Shafira, 2015) yang meneliti tentang hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. Bersumber dari penelitian ini menunjukkan kematangan emosi memberi pengaruh terhadap penyesuaian diri sebesar 55,8 % sisanya 44,2 % yang dipengaruhi faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan (Hidayat, 2015) menyatakan bahwa emosi negatif pada individu akan berkurang kemudian emosi positif akan berkembang menjadi lebih baik seiring dengan bertambahnya kematangan emosi pada individu. Perkembangan emosi positif tersebut akan membantu individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Hal ini sesuai dengan hipotesis yang telah diajukan oleh peneliti yaitu terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri, semakin tinggi kematangan emosi dari individu maka semakin tinggi pula penyesuaian diri dari individu tersebut, sebaliknya semakin rendah kematangan emosi dari individu maka semakin rendah pula penyesuaian diri dari individu tersebut. Artinya, pasangan yang telah mempunyai kematangan emosi akan semakin baik dalam

menyesuaikan diri, akan tetapi apabila kematangan emosinya tidak baik/kurang matang maka akan semakin buruk dalam hal penyesuaian diri.

Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada pasangan yang menikah diusia muda . Sumbangan efektif variable kematangan emosi terhadap variable penyesuaian diri sebesar 67,2%.

Daftar Pustaka

- Agustiani, H. (2006). *Psikologi Perkembangan: Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*. Bandung: Refika Aditama.
- Ahmad, Z. (2011). *Dampak sosial pernikahan usia dini studi kasus di desa Gunung sindur-Bogor*
- Fitroh, S. F. (2011). Hubungan antara kematangan emosi dan hardiness dengan penyesuaian diri menantu perempuan yang tinggal di rumah ibu mertua. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 8(1).
- Hidayat, W. (2015). Hubungan antara kematangan emosi dengan penerimaan sosial pada siswa kelas VII SMP Piri Ngaglik tahun ajaran 2014/2015. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*.
- Katkovsky, W., & Gorlow, L. (1976). *The psychology of adjustment: current concepts and applications* (Online). McGraw-Hill Companies. https://openlibrary.org/books/OL5195728M/The_psychology_of_adjustment
- Kependudukan, B., & Nasional, K. B. (2010). *Penyiapan Kehidupan Berkeluarga Bagi Remaja*. Jakarta: Direktorat Remaja Dan Perlindungan Hak-Hak Reproduksi.

- Mustofa, F. (1982). *Penyesuaian Diri tentang Pengertian dan Peranannya dalam Kesehatan Mental*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Shafira, F. (2015). Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Walgito, B. (2004). *Bimbingan dan konseling perkawinan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Widhaningrat, S. K., & Wiyono, H. N. (2005). Karakteristik demografi, sosial, dan ekonomi perempuan Kelompok Usia early childbearing. *Warta Demografi*, 36 (1), 17–29.
- Yusuf, S., & Sugandhi, N. M. (2011). *Perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.