

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Emosi

1. Pengertian Emosi

Emosi merupakan reaksi psikologis dan fisiologis yang timbul sebagai respons terhadap situasi tertentu. Goleman mendefinisikan (dikutip dalam Kamaluddin), sebagai perasaan yang kompleks, mencakup aspek kognitif, fisiologis, dan perilaku yang muncul akibat persepsi individu terhadap stimulus eksternal atau internal. Emosi tidak hanya berperan dalam membentuk pengalaman personal, tetapi juga dalam menentukan kualitas hubungan sosial dan pengambilan keputusan.¹

Menurut Novie, emosi pada remaja mencakup kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola perasaan sendiri serta orang lain, yang merupakan bagian dari kompetensi emosional yang berkembang seiring dengan pertumbuhan individu. Emosi suatu respons

¹ Ahmad Kamaluddin, *Kontribusi Regulasi Emosi Qur'ani Dalam Membentuk Perilaku Positif: Studi Fenomenologi Komunitas Punk Tasawuf Underground*, 2015.hal. 23

psikologis dan fisiologis yang kompleks terhadap stimulus internal maupun eksternal, yang memengaruhi cara individu berpikir, merasa, dan berperilaku. Dalam konteks psikologi remaja, emosi memainkan peran penting dalam perkembangan identitas dan hubungan sosial.²

Perkembangan emosi pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk perubahan hormonal, pengalaman sosial, dan lingkungan keluarga. Azmi menekankan bahwa emosi yang bergejolak pada masa remaja merupakan potensi sekaligus tantangan yang memerlukan perhatian dari orang tua dan pendidik untuk diarahkan secara positif. Emosi positif seperti kebahagiaan dan cinta dapat mendorong perilaku prososial, sementara emosi negatif seperti marah dan cemas perlu dikelola agar tidak berkembang menjadi masalah psikologis.³

² Novie Triana Wijayanti, 'Kompetensi Emosi Pada Remaja', *Psychological Journal: Science and Practice*, 1.1 (2021), hal. 16–22

³ Nurul Azmi, 'Potensi Emosi Remaja Dan Perkembangannya', 2.1 (2015), hal.36–46.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa emosi juga diklasifikasikan ke dalam beberapa kategori utama, seperti emosi dasar (kebahagiaan, kesedihan, marah, takut), emosi kompleks (cemburu, cinta, rasa bersalah), emosi netral (keterkejutan, bosan), dan emosi moral (rasa malu, bangga) . Klasifikasi ini membantu dalam memahami berbagai pengalaman emosional yang dialami oleh individu, termasuk remaja. Pemahaman tentang emosi dan kemampuan untuk mengelolanya secara efektif sangat penting bagi remaja, terutama dalam menghadapi tekanan sosial dan tantangan perkembangan. Kemampuan ini tidak hanya mendukung kesejahteraan psikologis tetapi juga berkontribusi pada keberhasilan akademik dan hubungan interpersonal yang sehat.

2. Konsep Kematangan Emosi

Kematangan emosi merupakan kemampuan individu untuk mengelola dan mengekspresikan emosinya secara tepat, stabil, dan sesuai dengan tuntutan situasi.

Individu yang matang secara emosional mampu mengendalikan dorongan emosional, menunjukkan empati, serta mempertimbangkan dampak emosional dari tindakannya terhadap diri sendiri dan orang lain. Menurut Putri dan Afdal 2023, kematangan emosi pada remaja yang menikah di usia dini mencerminkan kesiapan psikologis mereka dalam menghadapi tekanan hidup, menyelesaikan konflik, serta menjalin hubungan sosial yang konstruktif dan harmonis. Mereka menekankan pentingnya kematangan emosi dalam mendukung keberhasilan pernikahan pada usia muda.⁴

Haslinda, Tetteng, dan Nurdin menyatakan bahwa kematangan emosi adalah kemampuan individu dalam mengendalikan emosinya, memahami diri sendiri maupun orang lain, serta menerima kenyataan yang terjadi. Mereka menemukan bahwa remaja dengan kematangan emosi yang tinggi cenderung memiliki perilaku agresi

⁴ Putri, R., & Afdal, A. (2023). Kematangan Emosi Remaja yang Menikah pada Usia Dini di Kecamatan Tigo Nagari Kabupaten Pasaman. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 16003–16010.

yang lebih rendah.⁵ Fajar, Fitria, dan Yunus menambahkan bahwa kematangan emosi berkaitan dengan kemampuan remaja untuk menyesuaikan diri dengan perubahan emosional dan sosial yang terjadi selama masa remaja. Mereka menemukan hubungan positif antara kematangan emosi dan penurunan perilaku agresif pada remaja.⁶

3. Aspek Kematangan Emosi

Kematangan emosi adalah kemampuan individu dalam mengelola dan mengendalikan emosinya secara proporsional dan sesuai konteks. Geloman dalam Mahyudin mengatakan kematangan emosi mencerminkan kesiapan individu dalam menghadapi tekanan hidup tanpa reaksi yang berlebihan. Individu yang matang secara emosional dapat menunda kepuasan, menunjukkan

⁵ Haslinda, A., Tetteng, B., & Nurdin, M. N. H. (2022). Kematangan Emosi Dan Perilaku Agresi Pada Remaja. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 1(5), 547–553.

⁶ Fajar, D. A., Fitria, L., & Yunus, Y. (2023). Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Agresi Pada Remaja di SMK Negeri Padang. *DIAJAR: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 2(4), 472–481.

empati, dan menyesuaikan diri secara konstruktif terhadap perubahan.⁷

Beberapa aspek penting dalam kematangan emosi, yaitu:

- a. Pengenalan emosi yaitu kemampuan mengatur reaksi emosional dalam situasi tertekan.
- b. Pengendalian emosi yang mencerminkan sikap realistis terhadap keadaan pribadi dan pasangan.
- c. Empati, yaitu kepekaan terhadap perasaan orang lain serta kemampuan merespons secara tepat.
- d. Berpikir objektif dalam pengambilan keputusan.

Ketiadaan aspek-aspek ini pada remaja yang menikah dini dapat menyebabkan konflik rumah tangga, stres emosional, bahkan ketidakstabilan psikologis. Tingkat kematangan emosi yang rendah pada pasangan muda berhubungan erat dengan kesulitan dalam menyelesaikan konflik dan ketidakmampuan beradaptasi dengan peran baru sebagai suami atau istri.

⁷ Mahyuddin, Muhammad Junaedi, et al. *Kecerdasan Emosi Dalam Bimbingan Konseling: Mengelola Stres Dan Konflik*. PT. Nawala Gama Education, 2025.

Kematangan emosi merupakan indikator penting dalam menilai kesiapan psikologis remaja dalam menghadapi dinamika pernikahan. Tingkat kematangan emosi yang memadai mencerminkan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan tekanan, peran baru, serta konflik dalam kehidupan rumah tangga. Upaya pembentukan kestabilan emosi perlu dimulai sejak dini melalui pendidikan emosional yang terarah serta dukungan lingkungan sosial yang sehat. Intervensi sejak usia remaja berperan besar dalam mencegah dampak negatif dari pernikahan dini, khususnya yang berkaitan dengan ketidaksiapan mental dan ketidakstabilan psikologis.

4. Teori Perkembangan Emosi

Perkembangan emosi merupakan bagian penting dari pertumbuhan individu yang terjadi secara bertahap seiring dengan usia dan pengalaman hidup. Emosi tidak hanya berperan dalam membentuk hubungan interpersonal, tetapi juga dalam pengambilan keputusan,

pengendalian diri, serta pembentukan identitas diri. Seiring pertambahan usia, kemampuan seseorang dalam mengenali, memahami, mengekspresikan, dan mengatur emosinya berkembang melalui interaksi antara faktor biologis dan lingkungan sosial. Menurut Hidayat, perkembangan emosi pada masa remaja ditandai dengan peningkatan intensitas emosi dan ketidakstabilan perasaan akibat perubahan hormonal dan pencarian identitas diri. Remaja berada dalam tahap belajar mengelola emosi negatif seperti marah, cemburu, atau takut melalui pengalaman sosial dan dukungan lingkungan yang sehat.⁸

Widiyawati dan Dewi menjelaskan bahwa perkembangan emosi berjalan seiring dengan perkembangan kognitif, di mana individu mulai dapat mengenali sebab dan akibat emosinya, serta belajar mengontrol ekspresi sesuai norma sosial. Mereka menekankan pentingnya peran keluarga, sekolah, dan

⁸ Hidayat, R. (2021). Regulasi Emosi dan Perkembangan Remaja: Pendekatan Psikologi Perkembangan. *Jurnal Psikodimensia*, 20(2), 115–123.

teman sebaya dalam membantu anak dan remaja membentuk regulasi emosi yang adaptif.⁹ Sementara itu, menurut Dewinda, Fitria, dan Wijaya , perkembangan emosi tidak terjadi secara otomatis, melainkan dipengaruhi oleh pola asuh, pengalaman hidup, serta kemampuan reflektif individu. Mereka menyatakan bahwa kurangnya dukungan emosional di masa kanak-kanak dapat berdampak pada rendahnya kematangan emosi di masa remaja, termasuk dalam kemampuan menyelesaikan konflik dan membangun hubungan sosial yang sehat.¹⁰

Teori perkembangan emosi berfokus pada bagaimana individu mengalami, memahami, dan mengelola emosi sejak masa kanak-kanak hingga dewasa. Kematangan emosi yang berkembang dengan baik memungkinkan individu untuk menyesuaikan diri secara efektif dengan lingkungan sosial, mengatasi tekanan

⁹ Widiyawati, R., & Dewi, N. P. (2020). Perkembangan Emosi Anak dan Peran Lingkungan Sosial. *Jurnal Psikologi Insight*, 2(1), 34–42.

¹⁰ Dewinda, H. R., Fitria, L., & Wijaya, I. (2024). *Resiliensi Remaja*. Bengkulu: Scopindo Media Pustaka.

psikologis, serta menjalani kehidupan dewasa dengan lebih stabil dan resilien.

5. Ciri Ciri Kematangan Emosi

Menurut Hurlock teori perkembangan (dikutip dalam Justin) ciri-ciri dari kematangan emosi antara lain:¹¹

- a. Daya tahan terhadap frustrasi
- b. Kemampuan mengelola rasa marah atau kecewa
- c. Stabilitas suasana hati
- d. Kemampuan berempati terhadap orang lain
- e. Reaksi emosional yang proporsional terhadap situasi

Individu yang tidak memiliki kematangan emosi cenderung menunjukkan perilaku impulsif, mudah tersinggung, dan kurang mampu menyelesaikan konflik secara rasional. Menurut Hurlock dalam buku *Developmental Psychology*, kematangan emosi tercermin dari kemampuan individu dalam merespons situasi secara

¹¹ Justin Caron dan James R Markusen, *Tinjauan Teori dan Praktis Perkembangan Peserta Didik, Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2016, II.

seimbang, serta menunjukkan kestabilan perasaan dalam berbagai kondisi. Beberapa ciri khas dari individu yang matang secara emosi mencakup: (1) daya tahan terhadap frustrasi, yaitu kemampuan untuk tetap tenang dan tidak menyerah ketika menghadapi kegagalan; (2) pengelolaan rasa marah dan kecewa dengan cara yang sehat, seperti menghindari pelampiasan emosi secara agresif; (3) stabilitas suasana hati, di mana individu tidak mudah mengalami perubahan emosi yang ekstrem; (4) empati terhadap orang lain, yakni kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan orang lain; serta (5) reaksi emosional yang proporsional, yaitu tidak berlebihan dalam merespons stimulus emosional, baik dalam kondisi positif maupun negatif.¹² Selain Hurlock, Goleman juga menyatakan bahwa kematangan emosi terlihat dari kemampuan seseorang dalam mengenali

¹² Elizabeth B. Hurlock, *Developmental Psychology: A Life-Span Approach*, (New York: McGraw-Hill, 1980), hlm. 274–276.

emosi diri dan orang lain, mengelola emosi, memotivasi diri, serta membina hubungan sosial yang sehat.¹³

Individu yang tidak memiliki kematangan emosi biasanya menunjukkan kecenderungan impulsif, mudah tersinggung, dan kurang mampu menyelesaikan konflik secara rasional, sehingga rentan mengalami kesulitan dalam hubungan interpersonal, terutama dalam pernikahan. Dalam konteks pernikahan dini, ketiadaan kematangan emosi memperbesar risiko konflik rumah tangga, stres berkepanjangan, hingga kegagalan dalam menjalani peran sebagai pasangan hidup.¹⁴

6. Faktor-Faktor kematangan emosi

Menurut Puspita Sari Kematangan emosi dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal.

Faktor-faktor tersebut meliputi:¹⁵

¹³ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, (New York: Bantam Books, 1995), hlm. 43–46.

¹⁴ Rima Salima, “Dampak Pernikahan Dini terhadap Psikososial Remaja,” *Jurnal Psikologi Pendidikan*, Vol. 6, No. 1, 2020, hlm. 59–65.

¹⁵ Popy Puspita Sari, Sumardi, dan Sima Mulyadi, “Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini,” *Jurnal PAUD Agapedia*, 4.1 (2020), 157–70.

- a. Pola asuh orang tua
- b. Lingkungan sosial dan pendidikan
- c. Kematangan kognitif
- d. Pengalaman hidup
- e. Stabilitas psikologis dan kepercayaan diri

Pernikahan dini pada remaja menunjukkan bahwa individu yang menikah pada usia muda belum memiliki pengalaman hidup yang memadai dan cenderung rentan terhadap tekanan peran yang berat. Kondisi tersebut menjadikan faktor-faktor pendukung kematangan emosi sebagai elemen krusial yang memengaruhi kestabilan psikologis remaja dalam menjalani kehidupan pernikahan.

B. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja adalah fase transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Menurut Santrock (dikutip dalam Tati Nurhayati), masa remaja dimulai sekitar usia 12 tahun dan berlangsung hingga awal usia dua puluhan.

Tahap ini ditandai dengan pencarian jati diri, peningkatan emosi, serta usaha untuk memperoleh kemandirian dalam berpikir dan bertindak.¹⁶ Menurut Hurlock, remaja adalah periode perkembangan yang dimulai saat individu secara fisik sudah matang untuk bereproduksi dan berakhir saat individu mencapai kemandirian secara sosial. Hurlock menekankan bahwa remaja bukan hanya perubahan biologis, tetapi juga masa pembentukan nilai, minat, serta sikap hidup yang mencerminkan kedewasaan.¹⁷

Menurut Monks, dkk., remaja merupakan tahap perkembangan manusia yang secara umum terjadi antara usia 12 hingga 21 tahun, yang dicirikan dengan ketidakstabilan emosi, pertumbuhan fisik yang cepat, serta munculnya kebutuhan untuk memperoleh pengakuan dari lingkungan sosial¹⁸. Sementara itu, menurut WHO (World

¹⁶ Tati Nurhayati, "Perkembangan Perilaku Psikososial pada masa Pubertas," *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53.9 (2016), 1689–99.

¹⁷ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 2016), hlm. 206.

¹⁸ F. J. Monks, W. A. M. Hadinoto, & M. Yuliani, *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagian*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2001), hlm. 89.

Health Organization), remaja adalah individu yang berada dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun. WHO menekankan bahwa masa remaja adalah masa kritis dalam perkembangan karena merupakan pondasi bagi kesehatan dan kesejahteraan pada masa dewasa.¹⁹

2. Perkembangan Remaja

Masa remaja merupakan periode transisi penting dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang ditandai dengan perubahan biologis, kognitif, emosional, dan sosial yang cepat. Susan M. Sawyer dalam kajiannya tentang adolescent development menjelaskan bahwa perkembangan remaja mencakup tiga aspek utama, yakni perkembangan neurologis, perkembangan identitas, dan perkembangan otonomi.²⁰

Perkembangan neurologis pada remaja difokuskan pada perubahan signifikan di area otak seperti prefrontal cortex, yang bertanggung jawab atas fungsi-fungsi

¹⁹ World Health Organization (WHO), *Adolescent Health and Development*, (Geneva: WHO, 2020).

²⁰ Susan M. Sawyer and others, 'The Age of Adolescence', *The Lancet Child and Adolescent Health*, 2.3 (2018), 223–28

eksekutif seperti perencanaan, kontrol diri, dan pengambilan keputusan. Pada masa ini, terjadi peningkatan konektivitas sinaptik dan proses mielinisasi, yang mempercepat pemrosesan informasi dan meningkatkan kemampuan berpikir abstrak. Remaja menjadi lebih mampu mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang, namun masih rentan terhadap pengaruh emosional akibat ketidakseimbangan perkembangan antara sistem limbik dan korteks prefrontal.

Selain perubahan biologis, perkembangan identitas menjadi aspek krusial dalam perjalanan remaja. Pembentukan identitas melibatkan eksplorasi nilai-nilai pribadi, peran sosial, serta tujuan hidup. Erikson dalam teorinya (dikutif dalam David) tentang tahap perkembangan psikososial mengemukakan bahwa krisis utama pada masa remaja adalah pencarian identitas versus kebingungan identitas (*identity vs. role confusion*).²¹

²¹ David Elkind, 'Erik Erikson's Eight Ages of Man', *New York Times Magazine*, 1970, 1–27

Perkembangan otonomi menjadi dimensi penting yang menandai pergeseran dari ketergantungan pada orang tua menuju kemandirian dalam berpikir, bertindak, dan mengambil keputusan. Otonomi yang sehat tidak berarti keterputusan total dari orang tua, melainkan kemampuan untuk membuat pilihan berdasarkan pertimbangan pribadi dengan tetap menjaga hubungan positif dengan lingkungan sosial. Otonomi berkembang seiring dengan meningkatnya kemampuan remaja dalam mengambil perspektif orang lain, memikirkan berbagai alternatif solusi, dan mengatur diri dalam situasi yang penuh tekanan.

Perkembangan remaja bukanlah proses linear melainkan dinamis, ditandai dengan eksplorasi, ketidakstabilan emosi, dan pencarian makna diri. Oleh karena itu, pemahaman tentang kompleksitas perubahan pada masa ini menjadi penting dalam merancang intervensi pendidikan, kesehatan mental, dan kebijakan sosial yang ramah remaja.

C. Pernikahan dini

1. Pengerian pernikahan dini

Pernikahan dini merupakan sebuah fenomena sosial di mana seseorang melangsungkan pernikahan di bawah usia 18 tahun, sebagaimana diatur dalam Undang-Undang No. 16 Tahun 2019 dan didefinisikan oleh UNICEF. Pada usia tersebut, individu umumnya belum mencapai tingkat kematangan fisik, mental, maupun emosional untuk menjalani kehidupan rumah tangga. Fenomena ini kerap menjadi perhatian karena dampaknya yang signifikan tidak hanya pada individu, tetapi juga pada keluarga dan masyarakat secara keseluruhan.²²

Pernikahan dini adalah pernikahan yang dilakukan oleh seseorang sebelum mencapai usia dewasa sebagaimana ditetapkan oleh hukum dan norma sosial. Menurut UU No. 16 Tahun 2019, batas usia minimal pernikahan di Indonesia adalah 19 tahun bagi laki-laki dan perempuan. Namun, dalam praktiknya, masih banyak

²² Syahrul Mustofa, S. H. *Hukum Pencegahan Pernikahan Dini*. Guepedia, 2019. Hal. 67

pernikahan yang terjadi sebelum usia tersebut, terutama di daerah pedesaan. Pernikahan dini sering kali dianggap sebagai solusi bagi berbagai permasalahan sosial, meskipun memiliki dampak yang cukup kompleks terhadap individu yang menjalaninya.²³

Pernikahan dini tidak hanya melibatkan aspek legalitas, tetapi juga kesiapan mental, emosional, dan finansial seseorang dalam menjalani kehidupan berumah tangga. Pada usia remaja, individu masih berada dalam tahap perkembangan emosional yang belum stabil, sehingga menghadapi tantangan dalam rumah tangga bisa menjadi beban yang berat. Ketidaksiapan dalam menghadapi pernikahan dapat menyebabkan stres, kecemasan, bahkan konflik dalam rumah tangga yang

²³ Almahisa, Yopani Selia, and Anggi Agustian. "Pernikahan Dini Dalam Perspektif Undang-Undang Perkawinan Dan Kompilasi Hukum Islam." *Jurnal Rechten: Riset Hukum Dan Hak Asasi Manusia* 3.1 (2021): hal. 27-36.

berujung pada perceraian atau kekerasan dalam rumah tangga (KDRT).²⁴

Pernikahan dini terbukti membawa dampak negatif yang signifikan terhadap aspek psikologis, sosial, pendidikan, dan ekonomi remaja, sehingga memerlukan perhatian serius dari berbagai pihak. Permasalahan ini menuntut adanya strategi pencegahan yang menyeluruh melalui peningkatan literasi masyarakat tentang pentingnya pendidikan, akses terhadap informasi kesehatan reproduksi, dan penguatan regulasi hukum yang melindungi hak anak. Ketidakhadiran intervensi yang efektif akan menjadikan pernikahan dini sebagai sumber permasalahan sosial yang memperburuk siklus kemiskinan dan menghambat proses perkembangan generasi muda secara optimal.

²⁴ Umah, Habibah Nurul. "Fenomena Pernikahan Dini Di Indonesia Perspektif Hukum-Keluarga-Islam." *Jurnal Al Wasith: Jurnal Studi Hukum Islam* 5.2 (2020). Hal. 8

2. Faktor-faktor pernikahan dini

Pernikahan dini membawa berbagai dampak negatif yang dapat memengaruhi kehidupan individu yang menjalaninya. Dampak ini tidak hanya terbatas pada aspek psikologis, tetapi juga mencakup aspek sosial dan kesehatan. Pernikahan yang dilakukan di usia muda sering kali terjadi tanpa kesiapan mental dan emosional yang matang, sehingga menimbulkan berbagai permasalahan dalam kehidupan rumah tangga. Selain itu, remaja yang menikah dini juga mengalami keterbatasan dalam akses pendidikan dan ekonomi, yang pada akhirnya dapat memperburuk kualitas hidup mereka di masa depan. Oleh karena itu, penting untuk memahami berbagai dampak negatif dari pernikahan dini agar masyarakat lebih sadar akan risiko yang ditimbulkannya.²⁵

a. Dampak Psikologis

Pernikahan dini dapat menyebabkan ketidakstabilan emosional bagi pasangan yang belum

²⁵ Hidayah, Septi, et al. "Pernikahan Usia Dini di Kota Serang." *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial* 1.12 (2024).

siap menghadapi tanggung jawab rumah tangga. Pada usia remaja, seseorang masih dalam tahap mencari jati diri dan membangun kematangan emosional. Ketika mereka dipaksa untuk menjalani peran sebagai suami atau istri, mereka mungkin merasa tertekan karena harus mengurus keluarga, memenuhi kebutuhan pasangan, serta menghadapi berbagai masalah rumah tangga yang kompleks. Hal ini dapat menyebabkan stres yang berkepanjangan dan berujung pada gangguan mental seperti depresi dan kecemasan.²⁶

Pernikahan dini dapat menghambat perkembangan identitas diri. Remaja yang menikah dini kehilangan kesempatan untuk mengeksplorasi minat dan bakat mereka, sehingga mereka sulit menemukan potensi diri yang sebenarnya. Mereka lebih fokus pada tanggung jawab sebagai pasangan dan orang tua, sehingga mengalami kesulitan dalam

²⁶ Ayaturahman, Rizky. Kematangan emosi pasangan yang melakukan pernikahan usia dini di Desa Bambang Kabupaten Pesisir Barat. Diss. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2024. Hal. 56

menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Kondisi ini sering kali menimbulkan perasaan rendah diri, kurang percaya diri, dan bahkan penyesalan terhadap keputusan yang diambil. Dalam beberapa kasus, individu yang menikah dini juga lebih rentan mengalami perasaan kesepian dan isolasi sosial karena kehilangan kebebasan dalam pergaulan.²⁷

b. Dampak Sosial

Dampak sosial dari pernikahan dini sangat signifikan, terutama dalam hal pendidikan dan ekonomi. Banyak remaja yang terpaksa berhenti sekolah setelah menikah karena harus mengurus keluarga atau menghadapi stigma sosial. Pendidikan yang terputus menyebabkan mereka kesulitan mendapatkan pekerjaan yang layak, sehingga meningkatkan risiko kemiskinan. Akibatnya, mereka menjadi bergantung secara ekonomi pada pasangan atau keluarga, yang dapat mempersulit kehidupan

²⁷ Dewinda, Herio Rizki, Linda Fitria, and Indra Wijaya. *Resiliensi remaja*. SCOPINDO MEDIA PUSTAKA, 2024. Hal. 29

mereka di masa depan. Kurangnya pendidikan juga membuat mereka tidak memiliki keterampilan yang cukup untuk bersaing di dunia kerja, sehingga peluang mereka untuk meningkatkan taraf hidup menjadi semakin kecil.²⁸

Pernikahan dini meningkatkan risiko kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Ketidaksiapan mental dan emosional membuat pasangan muda lebih sulit dalam mengelola konflik rumah tangga, sehingga pertengkaran sering kali berujung pada kekerasan, baik secara fisik maupun verbal. Kurangnya pemahaman tentang pernikahan yang sehat juga menjadi faktor utama dalam meningkatnya angka KDRT pada pasangan yang menikah di usia muda. Banyak dari mereka yang tidak memiliki keterampilan komunikasi yang baik, sehingga kesalahpahaman dalam rumah tangga sering kali diselesaikan dengan cara yang tidak sehat. Hal ini berdampak buruk pada kesejahteraan

²⁸ Grijns, Mies, et al. *Menikah muda di Indonesia: suara, hukum, dan praktik*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2018. Hal. 76

psikologis, terutama bagi perempuan yang lebih rentan menjadi korban kekerasan.²⁹

c. Dampak Kesehatan

Pernikahan dini juga berdampak buruk pada kesehatan, terutama bagi perempuan yang menikah di usia muda. Remaja perempuan yang hamil pada usia dini lebih berisiko mengalami komplikasi kehamilan dan persalinan karena tubuh mereka belum sepenuhnya siap secara biologis untuk mengandung dan melahirkan. Risiko seperti preeklamsia, perdarahan saat persalinan, hingga kelahiran prematur lebih tinggi pada kehamilan remaja. Selain itu, kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi membuat mereka kurang mampu menjaga kesehatan diri dan janinnya dengan baik, sehingga meningkatkan risiko komplikasi yang membahayakan nyawa ibu dan bayi.³⁰

²⁹ Octaviani, Fachria, and Nunung Nurwati. "Dampak pernikahan usia dini terhadap perceraian di Indonesia." *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial HUMANITAS* 2.2 (2020): 33-52.

³⁰ Puspasari, Herti Windya, and Indah Pawitaningtyas. "Masalah Kesehatan Ibu Dan Anak Pada Pernikahan Usia Dini Di Beberapa Etnis

Tingginya angka kematian ibu dan bayi juga menjadi salah satu dampak serius dari pernikahan dini. Banyak remaja yang menikah dini tidak memiliki akses yang memadai terhadap layanan kesehatan, terutama di daerah pedesaan. Akibatnya, mereka tidak mendapatkan perawatan medis yang cukup selama kehamilan dan persalinan, sehingga meningkatkan risiko kematian. Selain itu, bayi yang lahir dari ibu yang menikah dini cenderung mengalami masalah kesehatan seperti berat badan lahir rendah dan keterlambatan pertumbuhan.

Pernikahan dini juga berkontribusi pada tingginya angka stunting atau keterlambatan pertumbuhan anak. Anak yang lahir dari ibu yang menikah dini lebih berisiko mengalami kekurangan gizi karena orang tua mereka sering kali belum memiliki pemahaman yang baik tentang pola asuh dan pemenuhan gizi yang tepat. Selain itu, kondisi ekonomi

yang kurang stabil juga menjadi faktor yang menyebabkan anak-anak dari pernikahan dini tidak mendapatkan nutrisi yang cukup untuk tumbuh dan berkembang dengan optimal. Stunting tidak hanya berdampak pada fisik anak, tetapi juga dapat memengaruhi perkembangan kognitif dan intelektual mereka di masa depan.³¹

Penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai bahaya pernikahan dini serta memberikan akses pendidikan dan layanan kesehatan yang lebih baik, guna mencegah dampak negatif yang berkepanjangan bagi generasi mendatang.

3. Dampak pernikahan dini

Pernikahan dini masih menjadi fenomena yang banyak terjadi di berbagai daerah, terutama di lingkungan dengan tingkat pendidikan dan ekonomi yang rendah. Meskipun pemerintah telah menetapkan batas usia

³¹ Indriani, Fatma, et al. "Dampak Tradisi Pernikahan Dini Terhadap Kesehatan Reproduksi Pada Wanita: Literature Review." *Journal of Science and Social Research* 6.1 (2023) hal. 1-8.

minimal pernikahan melalui Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019, praktik pernikahan dini masih terus terjadi karena berbagai faktor yang melatarbelakanginya. Faktor-faktor ini meliputi aspek ekonomi, budaya, pendidikan, tekanan sosial, hingga lemahnya penegakan hukum. Setiap faktor ini saling berkaitan dan berkontribusi terhadap tingginya angka pernikahan usia dini di Indonesia.

a. Faktor Ekonomi

Faktor utama yang menyebabkan pernikahan dini adalah kondisi ekonomi yang sulit. Kemiskinan sering kali menjadi alasan utama orang tua menikahkan anak mereka di usia muda dengan harapan dapat mengurangi beban ekonomi keluarga. Dalam keluarga yang kurang mampu, anak perempuan sering dianggap sebagai tanggung jawab yang harus segera dialihkan kepada suami. Dengan menikahkan anak mereka lebih cepat, orang tua berharap anak perempuan mereka

mendapatkan kehidupan yang lebih baik secara finansial.³²

Beberapa kasus pernikahan dini dianggap sebagai cara untuk mendapatkan keuntungan ekonomi, misalnya melalui mahar atau harta pemberian dari pihak laki-laki. Di beberapa daerah, praktik seperti ini masih terjadi, di mana keluarga melihat pernikahan anak sebagai peluang untuk meningkatkan kesejahteraan ekonomi. Namun, kenyataannya, banyak pasangan yang menikah dini justru mengalami kesulitan finansial karena kurangnya keterampilan kerja dan pendidikan yang rendah, sehingga semakin memperburuk kondisi ekonomi mereka.

b. Faktor Budaya dan Adat

Budaya dan adat juga memainkan peran penting dalam tingginya angka pernikahan dini. Di beberapa komunitas, pernikahan dini merupakan tradisi turun-

³² Hikmah, Nuria. "Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Terjadinya Pernikahan Dini Di Desa Muara Wis Kecamatan Muara Wis Kabupaten Kutai Kartanegara." *EJournal Sosiatri-Sosiologi* 7.1 (2019): hal. 261-272.

temurun yang masih dijalankan dan dianggap sebagai norma sosial yang harus dipatuhi. Perempuan yang sudah memasuki usia remaja sering kali didorong untuk segera menikah, terutama di daerah pedesaan yang masih sangat menjunjung tinggi nilai-nilai adat.³³

Terdapat stigma sosial terhadap perempuan yang belum menikah di usia tertentu, yang dianggap sebagai “perawan tua” atau beban bagi keluarga. Hal ini membuat banyak orang tua merasa khawatir jika anak mereka tidak segera menikah, sehingga mereka lebih memilih untuk menikahkan anaknya meskipun belum siap secara fisik dan mental. Tekanan ini semakin kuat jika lingkungan sekitar juga memiliki pandangan serupa, yang membuat pernikahan dini terus berlangsung tanpa mempertimbangkan dampaknya bagi masa depan anak.³⁴

³³ Ibrahim, Malik, and Nur Haliman. "Kontribusi Orang Tua dalam Mencegah Terjadinya Nikah Dini di Desa Hargomulyo, Gunung Kidul Perspektif Sosiologi Hukum Islam." *Supremasi Hukum: Jurnal Kajian Ilmu Hukum* 11.1 (2022): hal. 1-19.

³⁴ Khairunnisa, Salsabila, and Nunung Nurwati. "Pengaruh Pernikahan Pada Usia Dini Terhadap Peluang Bonus Demografi Tahun

c. Faktor Pendidikan yang Rendah

Pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk pola pikir dan kesadaran seseorang terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk pernikahan. Sayangnya, kurangnya akses terhadap pendidikan yang berkualitas menjadi salah satu penyebab utama terjadinya pernikahan dini. Remaja yang tidak melanjutkan pendidikan, terutama perempuan, cenderung lebih cepat dinikahkan karena dianggap tidak memiliki pilihan lain dalam hidupnya selain menjadi istri dan ibu rumah tangga.³⁵

Pemahaman tentang dampak negatif pernikahan dini juga menjadi faktor yang berkontribusi. Banyak keluarga yang tidak mengetahui risiko kesehatan, psikologis, dan sosial yang dihadapi oleh anak-anak yang menikah dini. Pendidikan yang rendah membuat

2030: Pengaruh Pernikahan Pada Usia Dini Terhadap Peluang Bonus Demografi Tahun 2030." *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial HUMANITAS* 3.1 (2021): 45-69.

³⁵ Azizah, Tahira Nurul, and R. N. Nurwati. "Pernikahan Dini dan Pembangunan Daerah." *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 7.1 (2020): hal. 10.

mereka kurang memahami pentingnya kesiapan mental dan finansial dalam membangun rumah tangga, sehingga mereka lebih mudah terdorong untuk menikah tanpa pertimbangan matang.³⁶ Pernikahan dini memberikan dampak negatif yang signifikan terhadap individu, khususnya dalam aspek psikologis, sosial, dan kesehatan. Remaja yang menikah pada usia muda cenderung mengalami ketidakstabilan emosional, tekanan mental, serta keterbatasan dalam mengembangkan identitas diri. Kondisi ini memperbesar risiko gangguan penyesuaian diri dan menghambat proses perkembangan pribadi secara utuh.

³⁶ Taufikurrahman, et al. "Sosialisasi pernikahan usia dini dan edukasi kesehatan reproduksi remaja sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Pabean, Kabupaten Probolinggo." *Scientia: Jurnal Hasil Penelitian* 8.1 (2023): hal. 8.