

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Penyesuaian Diri

1. Definisi Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah interaksi antara individu dan orang lain, serta individu dan dunianya dimana ketiganya memiliki hubungan timbal balik. Jika individu tidak dapat menyesuaikan diri maka akan timbul berbagai masalah terjadi pada mereka, khususnya pada remaja yang tidak dapat menyesuaikan diri mereka pada lingkungan sekolahnya.¹ Penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Schneiders menyatakan bahwa menyesuaikan diri ini memiliki tiga sudut pandang yaitu adaptation dalam bentuk adaptasi,

¹ Arifin Hidayat dan Nurintan Muliani Harahap, "Problematika Penyesuaian Diri Remaja Di Kota Padangsidempuan," *Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 5, no. 2 (2023): 293-295.

conformity yang berarti konformitas, dan mastery yang berarti usaha penguasa.²

Menurut Baker dan Siryk menyatakan bahwa penyesuaian diri berarti bahwa Seseorang beradaptasi dan mengatasi tekanan dan tuntutan lingkungan baru, seperti perguruan tinggi, dengan cara yang sehat dan produktif.³ Penyesuaian diri juga diartikan oleh remaja yaitu penyesuaian hubungan sosial atau kehidupan masyarakat. Penyesuaian ini merupakan penerimaan di dalam masyarakat. Adapun masyarakat akan menerima remaja dengan mudah apabila remaja tersebut berperilaku sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat yaitu terlibat aktif dalam kegiatan yang diadakan lingkungan sekitar, ada peran serta di

² Ana Fitriani dan Ratna Walandri, "Penyesuaian Diri Mahasiswa Pada Pembelajaran Daring," *Jurnal J-BKPI* 02, no. 01 (2022): 14–17.

³ Kristianus Doni Baruna Marandof dan Dewita Karema Sarajar, "Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Dari Wilayah 3T Daerah Papua," *Jurnal Ilmiah Hospitality* 13, no. 1 (2024): 62–63.

dalam masyarakat, mau bekerja sama, membantu masyarakat sekitar.⁴

Penyesuaian adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan di dalam dirinya, ketegangan, konflik dan frustrasi yang di alaminya sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmonis antara tuntutan dari dalam dirinya.⁵ Menurut Hurlock, penyesuaian diri adalah usaha yang digeluti individu untuk membawanya menjadi sebagian dari lingkungan diri, baik fisik maupun psikis di mana dia hidup. Davidoff juga menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah proses yang akan membantu seseorang, artinya seseorang harus menemukan titik temu antara bagaimana ia berada dan apa yang diperlukan oleh

⁴ Driya Pranata, Herlan Pratikto, dan Suhadianto, "Penyesuaian Diri Pada Remaja: Bagaimana Peranan Kelekatan Orang Tua?," *INNER: Journal of Psychological Research* 2, no. 3 (2022): 342–343.

⁵ Wendi Ariansyah, Sukanto, dan Nor Mita Ika Saputri, "Hubungan Adiksi Game Online Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Di Kelurahan Simatorkis Sisoma," *Ristekdik : Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 9, no. 2 (2024): 318.

lingkungan tempat ia tinggal.⁶ Self adjustment biasanya disebut penyesuaian diri yang merupakan proses yang kompleks dimana seseorang berusaha untuk menjadi versi terbaik dirinya sendiri agar dapat hidup di dalam lingkungan yang seringkali berubah. Proses ini melibatkan berbagai langkah rumit untuk dapat menyesuaikan diri dengan berbagai tantangan yang datang, mulai dari menghadapi berbagai konflik internal hingga mengatasi berbagai ketegangan yang muncul dari luar.⁷

Menurut Hurlock, sebagaimana dikutip dalam Farsya & Akmal (2022), menyatakan bahwa pasangan harus beradaptasi dan menyesuaikan diri satu sama lain selama pernikahan pertama dan kedua mereka. Perubahan pekerjaan seringkali menghadirkan tantangan yang berbeda karena asumsi ideal dan realitas para aktor

⁶ Yulia Novita Sari et al., "Implementasi Pendekatan Behavioristik Terhadap Penyesuaian Diri Anak Usia Dini," *Jurnal Ilmiah Cahaya Paud* 5, no. 1 (2023): 24–25.

⁷ Jeremy Timothy, Rita Markus Idulfilastri, dan Linda Wati, "Gambaran Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Indonesia Tingkat Sarjana Yang Kuliah Di Taiwan," *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni* 7, no. 1 (2023): 42–44.

bertentangan. Kedua pasangan diharapkan menjadi orang tua setelah menikah. Ini adalah upaya yang kompleks dan membutuhkan persiapan intensif dari kedua belah pihak. Perencanaan ini adalah kemampuan untuk menavigasi siklus perubahan.⁸

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan, bahwasanya penyesuaian adalah proses psikologis di mana individu beradaptasi dengan diri mereka sendiri dan lingkungan mereka untuk mencapai harmoni antara kebutuhan pribadi dan tuntutan lingkungan. Penyesuaian mencakup kemampuan untuk mengelola emosi, mengatasi stres, dan beradaptasi dengan norma dan perubahan. Dalam konteks pernikahan, penyesuaian menjadi lebih kompleks karena individu harus menyesuaikan peran, tanggung jawab, dan hubungan mereka dengan pasangan mereka untuk mencapai kehidupan yang harmonis.

⁸ Mercia Chusumi Maulina dan Asri Rejeki, "Phenomenological Study: Women's Adjustment in Early Marriage Decisions," *Journal of Psychology* 8, no. 1 (2024): 91.

2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

a. Aspek Penyesuaian Diri Menurut Schneiders

Menurut Schneiders, ada beberapa aspek penting yang mencerminkan kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan yang harmonis dengan lingkungan sekitarnya. Aspek-aspek ini termasuk cara seseorang menempatkan dirinya dalam hubungan sosial dan menghargai norma masyarakat yang berlaku. Menurut Schneiders, penyesuaian diri sosial terdiri dari lima komponen utama, yaitu:

1) Menghargai (Recognition)

Menghargai artinya menghormati dan mengakui hak-hak orang lain. Setiap individu harus mampu menerima keberadaan orang lain yang berbeda agar terhindar dari konflik sosial.

2) Berpartisipasi (Participation)

Berpartisipasi dapat diartikan seseorang yang terlibat aktif dalam berhubungan antar individu. Semua orang dapat diharapkan

mampu membangun dan mempertahankan ikatan pertemanan. Individu yang tidak mampu berinteraksi dengan orang lain dan cenderung menutup diri akan mengalami kesulitan dalam beradaptasi.

3) Persetujuan sosial (Sosial Approval)

Persetujuan sosial merupakan ketertarikan dan simpati terhadap kesejahteraan orang lain. Dimana individu mampu peka akan masalah dan kesulitan yang dihadapi oleh mereka yang berada di sekitarnya, serta bersedia memberikan kontribusi guna melegakan beban yang diemban.

4) Altruisme (Altruism)

Altruisme adalah memiliki sikap yang rendah hati serta tidak egois. Setiap individu harus mengembangkan rasa saling tolong menolong dan memberi prioritas kepada kepentingan orang lain, yang merupakan salah

satu nilai yang sangat penting bagi individu dalam penyesuaian moral yang matang.

5) Keserasian (Conformity)

Keserasian adalah menghargai dan mematuhi nilai-nilai integritas hukum, tradisi, dan kebiasaan yang berlaku. Setiap individu diharapkan memiliki kesadaran yang mendalam untuk taat dan menghormati aturan serta adat istiadat yang berlaku di lingkungan tempat tinggalnya agar dapat diterima dengan baik oleh lingkungannya.⁹

b. Aspek Penyesuaian Diri Menurut Sudut Pandang Lain

Menurut Fatimah aspek -aspek penyesuaian diri meliputi :

⁹ Sitti Rahmah, Ika Amalia, dan Widi Astuti, “Gambaran Penyesuaian Diri Pada Siswa Kelas 1 Di Dayah Terpadu Al-Muslimun,” *Insight: Jurnal Penelitian Psikologi* 1, no. 4 (2023): 791–793.

1) Aspek kepribadian

Terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Hubungan sosial meliputi hubungan Penyesuaian pribadi Kemampuan setiap individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga dapat menjalin hubungan yang seimbang antara diri dan lingkungan sekitarnya. Individu benar-benar menyadari dirinya, menyadari kelemahan dan kekuatan, serta dapat bertindak sesuai dengan kondisi dirinya.

2) Penyesuaian sosial

Terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Hubungan sosial meliputi hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggal, keluarga, sekolah, teman atau masyarakat luas secara umum. Agar setiap individu dapat melakukan akomodasi sosial, semua individu

harus dapat mengetahui dan mematuhi norma-norma serta aturan sosial di masyarakat.¹⁰

Beberapa aspek penyesuaian diri dapat dipandang dari dua sudut pandang yakni aspek kepribadian dan aspek penyesuaian sosial. Aspek penyesuaian diri berdasarkan aspek kepribadian merupakan sistem dinamis dari karakteristik, sikap, dan kebiasaan yang menghasilkan tingkat konsistensi respons individu yang bervariasi. Sementara itu, aspek penyesuaian diri dilihat dari aspek penyesuaian sosial yang mana dapat dinilai dari beberapa faktor seperti lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat. Pertama, yaitu di lingkungan keluarga misalnya di mana seseorang membangun hubungan harmonis dengan anggota keluarganya, taat akan aturan yang telah diberikan dan ditetapkan oleh kedua orang tua dan berusaha untuk membantu keluarganya.

¹⁰ Millen Wanda Seffila, "Perbedaan Penyesuaian Diri Mahasiswa Tahun Pertama Pada Fakultas Sosial, Humaniora Dan Seni Dengan Fakultas Sains, Teknologi Dan Kesehatan Di Universitas Sahid Surakarta," *Jurnal Asosiatif* 3, no. 1 (2024): 1–8.

Kedua, yaitu di lingkungan sekolah misalnya menunjukkan sikap hormat dan mematuhi peraturan sekolah, berpartisipasi aktif dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang ada dalam sekolah tersebut, membentuk persahabatan dengan teman sekolah, serta bersikap sopan kepada siapapun di sekolah baik kepala sekolah, guru, staf, petugas kebersihan, satpam, dan seterusnya. Sedangkan di lingkungan masyarakat merupakan faktor penting bagi perkembangan sosial anak, dimana seseorang anak yang memiliki keterampilan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar akan membantu mereka belajar empati, saling menghargai, serta menyesuaikan diri sesuai norma yang berlaku.¹¹

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwasanya penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk menyeimbangkan diri dengan

¹¹ Johari Marjan dan Muhammad Zoher Hilmi, "Penyesuaian Diri Anak-Anak Di Lingkungan Sekolah," *Sosio Edukasi Jurnal Studi Masyarakat Dan Pendidikan* 4, no. 1 (2020): 34–35.

lingkungan. Schneiders menekankan aspek sosial seperti menghargai orang lain, berpartisipasi, peduli, tidak egois, dan mematuhi norma. Sementara Fatimah membagi penyesuaian diri menjadi dua, yaitu aspek kepribadian (menerima dan memahami diri) dan aspek sosial (mampu beradaptasi di keluarga dan masyarakat). Secara keseluruhan, penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang melibatkan penerimaan diri dan kemampuan beradaptasi secara sosial agar tercipta hubungan yang harmonis.

3. Faktor-Faktor Penyesuaian Diri

Adapun faktor yang sangat berpengaruh terhadap penyesuaian diri seseorang untuk menyesuaikan diri dilingkungan sekitar, yaitu yang pertama faktor internal yang meliputi faktor fisiologis dan faktor psikologis sedangkan yang kedua faktor eksternal meliputi

kematangan sosial, moral, lingkuan, budaya dan agama.¹²

Menurut penelitian Ali dan Asrori, penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor dalam dan luar yang menentukan kepribadian seseorang. Faktor-faktor tersebut meliputi:

- a. Faktor fisiologis mencakup kondisi tubuh.
- b. Faktor psikologis mencakup pengalaman, hasil belajar, kebutuhan, aktualisasi diri, rasa bergantung, perasaan ingin dikasihani, dan lainnya.
- c. Faktor perkembangan dan kematangan itu mencakup kematangan emosional, sosial, moral, agama, dan intelektual.
- d. Faktor lingkungan meliputi berbagai lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, budaya, dan agama.
- e. Faktor budaya dan kepercayaan mencakup sumber nilai, norma, kepercayaan dan pola tingkah laku.

¹² Siela Maimunah, "Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri," *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 8, no. 2 (2020): 275.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri berasal dari internal maupun eksternal individu. Faktor-faktor tersebut kemudian akan munculkan kesadaran untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi. Pada tingkat yang lebih dalam, setiap individu memiliki mekanisme untuk menghadapi berbagai tantangan secara berbeda-beda. Hal ini dipengaruhi oleh karakteristik pribadi masing-masing, pengalaman di masa lalu, serta lingkungan sosial tempat mereka tumbuh dan berkembang. Oleh karena itu, penyesuaian diri merupakan suatu proses yang kompleks dan dinamis.¹³

Penyesuaian diri dapat dipengaruhi oleh banyak faktor-faktor salah satunya melalui faktor kematangan atau kedewasaan batiniah seseorang. Seseorang yang

¹³ Enis Prastiwi dan Vera Imanti, "Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru IAIN Surakarta Dalam Menempuh Pembelajaran Online Di Tahun Pertama Perkuliahan Selama Pandemi Covid-19," *Indonesian Journal of Islamic Psychology* 4, no. 1 (2022): 1–6.

telah mendalami makna kedewasaan emosional pasti memiliki kemampuan yang lebih baik ketika membina relasi rumah tangga. Kemampuan mengendalikan emosi secara tepat merupakan cerminan dari kematangan batin yang telah dimiliki oleh individu, sehingga mereka lebih mudah beradaptasi dan menyesuaikan diri karena mampu menerima berbagai karakter dan situasi serta memberi tanggapan yang sesuai dengan tuntutan yang dihadapi. Perlu diketahui bahwasanya kematangan emosional seseorang itu berpengaruh pada nyatanya terhadap kemampuan penyesuaian diri, di mana jika orang yang matang secara emosional cenderung mampu menyesuaikan diri dengan baik.¹⁴

Untuk memahami penyebab pernikahan dini, terutama pada remaja, faktor penyesuaian diri sangat penting. Penyesuaian diri adalah kemampuan

¹⁴ Maulida Salsabila Almira Marwan, "Konsep Diri, Kematangan Emosi, Dan Penyesuaian Diri Pada Individu Yang Menikah Di Usia Muda" 4, no. 1 (2024): 38–39.

seseorang untuk mengubah sikap, perilaku, dan emosi mereka sesuai dengan tuntutan lingkungan, peran sosial, dan perubahan dalam hidup mereka. Remaja yang mengalami kesulitan menyesuaikan diri cenderung membuat keputusan yang bersifat pelarian, seperti menikah terlalu muda. Teori Erik Erikson tentang tahapan perkembangan psikososial dalam psikologi perkembangan menjelaskan dinamika ini. Remaja (usia 12–18 tahun) mengalami fase pembentukan identitas diri yang stabil, yang mencakup pemahaman tentang nilai hidup, tujuan masa depan, dan peran dalam masyarakat. Ini dikenal sebagai fase identitas vs. peran kekacauan. Pada masa remaja, perkembangan psikososialnya berada pada tahap identity (identitas) versus identity confusion (kebingungan identitas). Di sini, yang dimaksud dengan identitas adalah gagasan tentang diri yang konsistensi yang terdiri dari nilai, tujuan, dan keyakinan yang kuat seseorang. Erikson menyatakan

bahwa tugas utama remaja adalah menyelesaikan krisis dan kebingungan identitas mereka, membangun identitas unik mereka sendiri, menjalin hubungan dengan lingkungan mereka agar mereka diakui keberadaannya, dan membangun hubungan yang signifikan dengan orang lain.¹⁵

Remaja akan mengalami kebingungan identitas (role confusion) jika tahap ini tidak dilalui dengan baik. Mereka tidak memiliki pemahaman yang jelas tentang tujuan hidupnya dan siapa dirinya. Dalam situasi seperti ini, sebagian remaja cenderung mencari jalan pintas untuk memperoleh status sosial, rasa aman, atau kejelasan peran, dan salah satunya adalah menikah sebelum waktunya. Beberapa remaja menikah karena tidak memiliki arah hidup yang pasti, bingung karena tekanan dari keluarga atau lingkungan, dan percaya bahwa menikah adalah cara yang lebih jelas untuk memulai hidup baru. Karena keputusan tersebut dibuat

¹⁵ Izzartur Rusuli, "Psikososial Remaja: Sebuah Sintesa Teori Erick Erikson Dengan Konsep Islam," *Jurnal As-Salam* 6, no. 1 (2022): 76–77.

oleh kebutuhan untuk menghindari pencahayaan dari pada kesiapan psikologis, ini menunjukkan penyesuaian diri yang belum matang. Selain itu, remaja yang belum menemukan identitas dirinya setelah menikah akan kesulitan menyesuaikan diri dengan peran baru mereka sebagai pasangan hidup atau bahkan sebagai orang tua. Karena mereka tidak memiliki kemampuan emosional yang diperlukan untuk menghadapi tantangan pernikahan, ketidaksiapan ini sering kali menyebabkan konflik, stres, bahkan penyesalan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri yang buruk, yang diwajibkan pada krisis identitas menurut Erikson, adalah salah satu alasan mengapa remaja menikah terlalu dini. Sebelum remaja menghadapi transisi peran penting seperti pernikahan, pendidikan karakter, pendampingan psikologis, dan pelatihan sangat penting untuk memperkuat identitas diri mereka.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan, penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik, psikologis, kematangan emosi, serta pengalaman hidup. Sedangkan faktor eksternal mencakup lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, budaya, dan agama. Selain itu, menurut teori perkembangan psikososial Erik Erikson, remaja yang belum mencapai kematangan identitas diri cenderung mengalami kebingungan peran (identity vs role confusion), sehingga berisiko mengambil keputusan seperti pernikahan dini tanpa kesiapan emosional. Dengan demikian, penyesuaian diri merupakan proses yang kompleks dan dinamis, sangat dipengaruhi oleh kematangan emosional serta dukungan lingkungan dalam membentuk kesiapan individu menghadapi peran kehidupan.

B. Pernikahan Dini Akibat Kehamilan Pranikah

1. Definisi Pernikahan Dini

Pernikahan dini yang diakibatkan hamil diluar nikah biasanya sepasang remaja baik laki-laki dan perempuan yang melakukan hubungan seksual sebelum pernikahan. Dimana pernikahan pada usia dini kerap dianggap larangan oleh sebagian besar masyarakat. Meski demikian, terdapat tempat dan budaya tertentu di mana pernikahan remaja dianggap sebagai tradisi yang biasa dan umum. Hal ini didasarkan pada berbagai alasan sosial, ekonomi, bahkan religius. Kendati demikian, kebijakan hukum di sejumlah negara saat ini melarang praktik tersebut mengingat dampaknya yang berpotensi merugikan bagi perkembangan fisik dan mental remaja. Memasuki usia pernikahan tanpa memiliki kesiapan yang matang dikhawatirkan dapat menghambat pertumbuhan pribadi seseorang. Terlebih lagi, tanggung jawab sebagai

suami atau istri serta kewajiban membangun rumah tangga seringkali dianggap terlalu berat bagi remaja.¹⁶

Pernikahan dini adalah perkawinan di bawah usia yang dianggap sebagai perkawinan sebelum anak perempuan penuh secara fisik, fisiologi, dan psikologi siap untuk menikah dan mengasuh anak.¹⁷ Pernikahan dini ini juga didefinisikan sebagai pernikahan yang dilakukan sebelum usia dua puluh tahun. Ini menjadi masalah di seluruh dunia.¹⁸

Pernikahan dini sering dipandang sebagai jalan keluar bagi pasangan remaja yang hamil di luar nikah. Di masyarakat tradisional, orang tua biasanya lebih mementingkan nama baik keluarga, jadi mereka memilih menikahkan anaknya sebagai cara untuk menutupi rasa malu, tanpa benar-benar memikirkan

¹⁶ Hendra Pratama Sihombing dan Cutmetia Cutmetia, "Analisis Subjective Well-Being Pada Pasangan Yang Menikah Pada Usia Dini," *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia* 10, no. 1 (2024): 670–672.

¹⁷ Suryanti Buton, Yusriani, dan Fairus Prihatin Idris, "Dampak Pernikahan Dini Terhadap Kehamilan Remaja Putri Suku Buton Di Desa Simi Kecamatan Waisama Kabupaten Buru Selatan," *Journal of Muslim Community Health (JMCH)* 2, no. 1 (2021): 144–145.

¹⁸ Indanah et al., "Faktor Yang Berhubungan Dengan Pernikahan Dini," *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* 11, no. 2 (2020): 281–283.

apakah anaknya sudah siap secara mental dan emosional. Ini berbeda dengan pandangan masyarakat masa kini yang lebih fokus pada pentingnya kesiapan batin, kematangan emosi, dan pendidikan sebelum membina rumah tangga.

Menurut teori perkembangan psikososial Erikson, proses pembentukan individu secara fisik dan mental dari kelahiran hingga akhir hayat melibatkan interaksi kompleks antara faktor internal biologis dan eksternal lingkungan sosial. Perubahan terus menerus dalam diri seseorang dapat dilihat pada aspek kepribadian, emosi, sikap, dan pola berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Perkembangan yang sehat akan memungkinkan seseorang untuk mengembangkan kemampuan untuk bekerja, bermain, mencintai, serta mempertahankan integritas diri di setiap tahapan kehidupan.¹⁹

¹⁹ Khairunnisa Nazwah Kamilla et al., "Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson," *ECJ: Early Childhood Journal* 3, no. 2 (2022): 78–81.

Menurut Erik Erikson, masa remaja berada pada tahap Identity vs Role Confusion. Pada tahap ini individu sedang berada dalam proses pencarian jati diri, nilai hidup, dan peran sosialnya. Remaja yang belum mencapai kematangan identitas cenderung mengalami kebingungan peran, ketidakstabilan emosi, serta kesulitan dalam mengambil keputusan yang matang. Dalam konteks pernikahan dini akibat kehamilan pranikah, kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian remaja belum sepenuhnya siap secara psikologis untuk menjalankan peran sebagai istri maupun ibu. Ketidaksiapan ini dapat memengaruhi kemampuan individu dalam melakukan penyesuaian diri di dalam kehidupan rumah tangga. Masa remaja adalah periode penting dalam perkembangan seseorang, dimulai dari pubertas hingga sekitar usia 18–20 tahun. Pada tahap ini, individu mengalami perubahan fisik dan mental yang menyerupai orang dewasa, tetapi masih menghadapi ketidakpastian dalam perannya. Hal ini

menyebabkan kebingungan identitas, karena di satu sisi mereka mulai dianggap dewasa, tetapi di sisi lain masih dipandang belum sepenuhnya matang.²⁰

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan, pernikahan dini akibat kehamilan pranikah merupakan pernikahan yang dilakukan pada usia remaja karena kehamilan di luar nikah, yang sering dipilih sebagai solusi untuk menjaga nama baik keluarga tanpa mempertimbangkan kesiapan mental dan emosional. Meskipun di beberapa budaya dianggap wajar, praktik ini berisiko menghambat perkembangan fisik, psikologis, dan sosial remaja. Berdasarkan teori perkembangan psikososial Erik Erikson, remaja berada pada tahap identity vs role confusion, yaitu fase pencarian jati diri. Jika tahap ini belum terselesaikan dengan baik, remaja dapat mengalami kebingungan identitas dan belum siap menjalani peran dewasa seperti pernikahan dan menjadi

²⁰ Ratnasartika Aprilyani et al., *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, ed. Nanny Mayasar, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Padang Sumatra Barat: : Get Press Indonesia, 2023).

orang tua. Dengan demikian, pernikahan dini berpotensi menimbulkan kesulitan penyesuaian diri karena dilakukan pada masa perkembangan yang seharusnya difokuskan pada pembentukan identitas dan kematangan emosional.

2. Faktor-Faktor Penyebab Pernikahan Dini

Banyak faktor mempengaruhi pernikahan dini, terutama yang terjadi pada usia remaja. Faktor-faktor ini dapat dibagi menjadi beberapa kelompok besar yaitu sebagai berikut:

a. Faktor Kemauan Diri Sendiri

Lubis menyatakan bahwa faktor-faktor yang berasal dari dalam diri remaja perempuan, seperti kematangan kebutuhan fisik dan psikologis untuk pakaian dan kebutuhan seksual, atau masa puber, dapat mendorong mereka untuk menikah, meskipun usia mereka masih sangat muda.

b. Faktor Kehamilan Di Luar hubungan Perkawinan

Salah satu persoalan yang muncul adalah hubungan intim pada usia di bawah 19 tahun, yang mencakup hubungan seksual seperti antara suami istri di luar ikatan perkawinan. Tindakan ini kerap kali berkaitan dengan perilaku tidak senonoh yang dipicu oleh gaya hidup bebas dan kurangnya perhatian dari orang tua. Gaya hidup bebas yang dilakukan oleh remaja dapat mengakibatkan konsekuensi yang serius seperti kehamilan di luar perkawinan, yang pada akhirnya mendorong remaja untuk menikah, meski mereka masih sangat muda.

c. Faktor Orang Tua

Orang tua dapat memainkan peran penting dalam terjadinya perkawinan usia dini pada anak, di mana orang tua memaksakan kehendak untuk menikahkan anak meski belum cukup umur. Banyak orang tua semacam ini bertindak demikian karena merasa gelisah, cemas, dan takut terjadi hal-hal yang di

luar kendali serta dapat merusak reputasi keluarga.

Karenanya, jika anak tersebut memiliki pasangan dapat mengkhawatir orang tua mereka yang dapat membahayakan nama baik keluarga.²¹

Banyak faktor yang menjadi penyebab terjadinya pernikahan di usia dini, antara lain faktor kehamilan di luar nikah, faktor ekonomi keluarga, pengaruh lingkungan sosial dan perilaku bebas remaja, serta pengaruh media sosial. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pernikahan usia dini terjadi karena berbagai sebab, seperti kehamilan di luar status pernikahan, lingkungan sosial yang mendukung, kurangnya pengawasan orang tua, rendahnya pendidikan, keluarga yang kurang mampu secara finansial, sifat individu masing-masing, serta pengaruh media sosial yang kadang kurang mendidik. Kemudahan berinteraksi antar lawan jenis pada masa

²¹ Nur Rohmah Mutiah, Ishmatul Zulfa, dan Widodo Hami, "Analisis Penyebab Dan Dampak Pernikahan Dini (Studi Kasus Di Desa Rejosari, Kecamatan Bojong)," *Misykat Al-Anwar Jurnal Kajian Islam Dan Masyarakat* 7, no. 1 (2024): 32.

remaja telah menjadikan hal ini sebagai hal yang lumrah di masyarakat. Kehamilan diluar nikah akibat dari aktivitas intim tanpa pengawasan orang tua seringkali terjadi di usia belia. Keadaan ini sering memaksa remaja untuk menikah di usia dini dengan harapan dapat menyelesaikan masalah tak terduga akibat hubungan asmara mereka sebelumnya.²²

Pernikahan dini akibat kehamilan pranikah dapat disebabkan oleh beberapa faktor, baik internal maupun eksternal. Secara internal, kurangnya kontrol diri, rendahnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi, serta ketidaksiapan emosional pada masa remaja menjadi pemicu terjadinya perilaku berisiko. Remaja yang masih berada pada tahap pencarian jati diri menurut Erik Erikson cenderung belum memiliki kematangan dalam mengambil keputusan. Secara eksternal, pergaulan bebas, kurangnya pengawasan orang tua, pengaruh

²² Nurmaidah Hasmi dan Hasaniah Zulfihani, “Faktor Penyebab Dan Dampak Psikologis Pernikahan Anak (Studi Kasus UPTD PPA Lombok Timur),” *Jurnal At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam* 1, no. 1 (2022): 10–14.

media, serta tekanan sosial dan budaya turut berperan dalam mendorong terjadinya kehamilan pranikah yang kemudian berujung pada pernikahan dini. Dalam beberapa kasus, faktor ekonomi juga menjadi alasan keluarga menikahkan anak pada usia muda.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan, pernikahan dini pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kemauan diri sendiri, dorongan biologis, serta kematangan fisik dan psikologis pada masa pubertas. Sedangkan faktor eksternal mencakup kehamilan di luar nikah, tekanan atau paksaan orang tua, kondisi ekonomi keluarga, rendahnya pendidikan, pengaruh lingkungan sosial, serta dampak media sosial. Dari berbagai faktor tersebut, kehamilan di luar nikah menjadi penyebab yang paling dominan, karena seringkali mendorong remaja untuk menikah sebagai solusi atas tekanan sosial dan menjaga nama baik keluarga. Dengan demikian, pernikahan dini

merupakan fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh kombinasi faktor pribadi, keluarga, dan lingkungan.

3. Dampak Pernikahan Dini Akibat Kehamilan Pranikah

A. Dampak negatif:

1) Kesehatan

Terdapat dua dampak buruk bagi kesehatan yang disebabkan oleh pernikahan di usia muda. Secara biologis, alat kelamin remaja belum cukup matang untuk melakukan hubungan intim. Jika dipaksakan, terutama jika mengakibatkan kehamilan, resiko terhadap kesehatan reproduksi sangat tinggi. Kondisi ini dapat menyebabkan persalinan yang sulit dan berlarutan, sehingga ibu dan bayi harus segera dibawa ke rumah sakit dengan keadaan darurat. Perempuan yang menikah pada usia belia, terutama pada kisaran umur 15-19 tahun, memiliki kemungkinan keguguran dua kali

lebih tinggi dibandingkan wanita dewasa. Risiko kematian yang akan dialami oleh ibu dan bayi ketika melahirkan juga meningkat secara nyata.

2) Kehidupan rumah tangga

Pernikahan dini dapat menyebabkan banyak masalah, seperti konflik yang disebabkan oleh keegoisan dan ketidaksiapan. Perselisihan seringkali disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang kehidupan berumah tangga dan ketidakseimbangan dalam pemahaman hak dan kewajiban masing-masing pasangan.

3) Sosial

Faktor-faktor sosial yang menganggap wanita sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari mempertahankan budaya patriarki, yang sering menyebabkan kekerasan dan penderitaan bagi wanita. Hal tidak akan meningkatkan

kepercayaan diri seorang wanita dan menjadikannya lebih bijaksana, terutama jika tempat tinggalnya nanti berada di perkotaan. Selain itu, Anda mungkin tidak menyadari perubahan yang terjadi pada seorang remaja yang masih sekolah menjadi peran seorang ibu dan istri saat harus menjadi orang tua pada usia muda.

4) Ekonomi

Anak remaja yang menikah dini menghadapi kesulitan untuk mendapatkan pekerjaan yang layak karena tingkat pendidikan yang rendah. Hal ini menyebabkan beban keuangan keluarga meningkat, terutama keluarga pihak laki-laki. Orang tua tidak hanya harus membayar kebutuhan dasar keluarga

mereka, tetapi juga harus mempertimbangkan kebutuhan anak-anak mereka.²³

5) Pendidikan

Selain itu, pernikahan dini juga dapat menghambat hak remaja untuk mengakses pendidikan, sehingga menyebabkan gangguan dalam proses pendidikan, yang mengakibatkan pengetahuan yang terbatas. Hal ini dapat menyebabkan kurangnya pengetahuan pendidikan dan akses terbatas terhadap pendidikan formal, yang dapat menyebabkan perkembangan kognitif yang buruk, menghambat kemajuan karir, dan keterampilan yang terbatas. Tingkat pendidikan dan keterampilan yang terbatas ini dapat membatasi peluang kerja yang dapat bermanfaat di masa depan.²⁴

²³ Adela Puspita Sari dan Fatma Nurul Aulia, “Dampak Dan Faktor Penyebab Pernikahan Dini Di Indonesia,” *Jurnal Pendidikan: SEROJA* 2, no. 3 (2022): 387–394.

²⁴ Febi Nina Barokah dan Giyarsi, “Dampak Pernikahan Dini dan Upaya Pencegahannya Melalui Pendidikan Agama Islam, “ *Journal on Education* 7, no. 1 (2024): 5748-5749.

B. Dampak Psikologis

Dalam pernikahan dini yang disebabkan oleh kehamilan pranikah ada beberapa dampak yang akan dialami oleh remaja perempuan, bahwasanya kehamilan yang dialami remaja sebelum pernikahan dapat menyebabkan masalah psikologis karena mengubah cara mereka menerima kehamilan. Berbagai dampak psikologis termasuk perasaan cemas, malu, stres, dan ketidakstabilan emosi. Perasaan cemas muncul karena perasaan yang kurang mampu untuk menjawab tuntutan kenyataan serta ketidakberanian mengungkapkan kejujuran kepada orang tua, pasangan, dan masyarakat sekitar. Remaja yang hamil di luar nikah belum siap menerima segala perubahan, baik secara fisik maupun tanggung jawab yang terkait dengan menjadi ibu.²⁵

²⁵ Anggreyna Yohana Tjolly dan Christiana Hari Soetjningsih, "Dampak Psikologis Remaja Yang Hamil Diluar Pernikahan," *Journal Of Social Science Research* 3, no. 2 (2023): 224–237.

Dampak psikologis tersebut juga berupa:

1) Gangguan dalam adaptasi

Setiap individu dihadapkan pada tantangan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, psikologis, dan alam sekitarnya. Keberadaan manusia pada umumnya mendorong terciptanya proses pencarian keseimbangan. Norma dan nilai yang berlaku sebagai pedoman hidup senantiasa berubah seiring perjalanan waktu, yang menuntut setiap insan untuk mampu mengikuti perubahan tersebut agar dapat terus berbaur dengan masyarakat. Akan tetapi, keterbatasan akibat pernikahan dini dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam membangun ikatan emosional yang sehat dengan orang-orang disekelilingnya. Intraksi sosial.

2) Pola pengasuh yang tidak tepat

Bagaimana perilaku anak sangat dipengaruhi oleh gaya pengasuhan mereka. Orang tua mempunyai pengaruh besar terhadap kehidupan anak-anak mereka, termasuk membentuk kepribadian mereka, memilih agama yang sesuai dengan ajaran Al-Qur'an, dan menjamin bahwa mereka akan hidup dan memiliki keturunan. Anak-anak bertanggung jawab kepada orang tua mereka baik di dunia maupun di akhirat.

3) Beban keuangan dan pikiran

Pernikahan dini dapat menyebabkan stres psikologis dan finansial, terutama jika mereka menikah dalam lingkungan keluarga yang tidak stabil. Anak perempuan kadang-kadang menikah dengan seseorang yang lebih mampu secara finansial untuk meringankan beban finansial orang tua mereka.

4) Putus sekolah

Dalam hal pendidikan, orang yang menikah pada usia dini cenderung meninggalkan pendidikan formal. Meskipun ada beberapa mata pelajaran yang dapat diteruskan melalui pendidikan nonformal, seperti paket program, keterbatasan waktu dan perhatian untuk mengasuh anak dapat mengalihkan perhatian mereka. Akibatnya, orang yang menikah dini sering mengalami kesulitan untuk melanjutkan sekolah.²⁶

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan, pernikahan dini akibat kehamilan pranikah menimbulkan berbagai dampak negatif, baik secara fisik, sosial, ekonomi, pendidikan, maupun psikologis. Dari segi kesehatan, risiko komplikasi kehamilan dan persalinan pada

²⁶ Imelda Triadhari, Muntaz Afridah, dan Hana Haifah Salsabila, “Dampak Psikologis Pernikahan Dini (Studi Kasus Di KUA Kecamatan Kejaksaan Kota Cirebon),” *Journal of Ethics and Spitality* 7, no. 2 (2023): 89–95.

remaja lebih tinggi karena kondisi fisik yang belum matang. Dalam kehidupan rumah tangga, ketidaksiapan emosional sering memicu konflik dan ketidakharmonisan. Secara sosial dan ekonomi, pernikahan dini dapat membatasi pendidikan dan peluang kerja, sehingga berdampak pada rendahnya kesejahteraan keluarga. Sementara itu, secara psikologis, remaja berisiko mengalami stres, kecemasan, rasa malu, gangguan adaptasi, serta ketidaksiapan dalam menjalankan peran sebagai istri dan ibu.

