

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang**

Perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga atau rumah tangga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa (Undang-Undang No. 1 Tahun 1974 pasal 1). Hukum perkawinan Islam juga menyatakan bahwa perkawinan merupakan suatu perjanjian yang suci dan kuat dan kokoh untuk hidup bersama secara sah antara seorang laki-laki dan seorang wanita membentuk keluarga yang kekal, santun menyantuni, kasih mengasihi, tentram dan bahagia (Ramulyo dalam Addurrofiq, 2010).

Esensinya perkawinan atau pernikahan memiliki arti yang sama bahkan dalam beberapa pasal di Kompilasi Hukum Islam tetap menyebut sebagai perkawinan, hanya saja istilah perkawinan tersebut dalam Islam diperhalus menjadi pernikahan dalam pengertian sebagai akad yang sangat kuat atau *miitsaaqon gholiidah* untuk menaati perintah Allah dan melaksanakannya merupakan ibadah (Pasal 2 Kompilasi Hukum Islam/Inpres No. 1 Tahun 1991 tanggal 10 Juni 1991). Selain itu terdapat juga di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia V (2016) menjelaskan bahwa perkawinan sama dengan pernikahan.

Perkawinan merupakan suatu ikatan atau janji setia yang diucapkan oleh dua insan manusia dengan niat untuk bertaqwa kepada Allah SWT dengan harapan hubungan perkawinan tersebut dapat bertahan dan bahagia. Adanya perkawinan, dua insan manusia dengan latar belakang pribadi yang berbeda di persatukan dengan tujuan bersama yakni membentuk kehidupan rumah tangga yang harmonis dan bahagia. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Walgito (2017), bahwasanya melalui pernikahan, manusia berharap mampu memenuhi kebutuhan hidupnya bersama orang yang dicintainya dalam bahtera rumah tangga agar menjadi keluarga yang harmonis dan bahagia.

Terdapat dua jenis pernikahan yaitu menikah atas pemilihan dilakukan oleh anak dan pemilihan pasangan hidup oleh orang tua yang disebut perjodohan

(Mappiare, 2003). Perjodohan yang dilakukan orang tua secara tidak langsung merupakan perkawinan yang dipaksa karena tidak ada keinginan dari anaknya. Perkawinan secara paksa merupakan suatu penyimpangan dan kekerasan terhadap anak, dimana salah satu bentuk kasus kekerasan terhadap anak adalah perjodohan paksa (Addurrofiq, 2010). Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang memengaruhi perkawinan paksa yakni keinginan orang tua dan hutang budi. Dalam hal ini orang tua melakukan perkawinan secara paksa terhadap anak-anak mereka, didasarkan atas berbagai alasan, antara lain; kekhawatiran orang tua bahwa anak mereka akan mendapat pendamping yang tidak bertanggung jawab, mendekatkan kembali hubungan pertalian persaudaraan yang telah jauh, orang tua memiliki hutang dan tidak bisa melunasi hutang itu, sehingga anak menjadi korban kawin paksa orang tua demi melunasi hutangnya. Perkawinan yang seperti ini terjadi akibat dari ketidakberdayaan perempuan secara psikologis. Ini artinya, perempuan adalah korban pertama dalam tradisi kawin paksa (Sa'dan, 2015).

Fenomena ini pun terjadi di Madura, karena itu sudah menjadi tradisi dan budaya masyarakat Madura dalam menikahkan anak perempuannya. Tidak hanya itu, di beberapa daerah tertentu di Madura ada sebuah tradisi masyarakat yang menjodohkan anaknya sejak usia balita bahkan ketika bayi masih berada dalam kandungan. Perjodohan tersebut dilakukan oleh sesama saudara atau kerabat atau tetangga dekat. Terlepas dari tujuan agar harta warisan tidak jatuh ke tangan orang lain, tradisi yang demikian masih ada meski tingkat pendidikan generasi muda Madura era sekarang sudah mencapai taraf lumayan membaik dibanding generasi sebelumnya (Sa'dan, 2015).

Banyak alasan yang menyebabkan anak menerima perjodohan yang telah dilakukan oleh orang tuanya antara lain ingin berbakti pada kedua orang tua dan meyakini pilihan orang tua adalah yang terbaik. Hal itu didukung juga dengan tradisi yang ada di Madura. Menurut Mardhatillah (dalam Azhar, 2017) menjelaskan bahwa di dalam tradisi perjodohan, perempuan Madura umumnya diharuskan menerima, menjalani sekaligus melestarikan berbagai tradisi yang telah mengakar di masyarakat. Mereka tidak sepenuhnya bebas memilih kapan

dan dengan siapa mereka menikah serta cenderung menunggu lamaran dari pihak laki-laki atau inisiatif orang tua perihal perjodohan dengan calon yang bukan tak mungkin belum dikenal dan atau tidak sesuai kriteria. Selain itu, faktor usia yang cukup untuk menikah dan tradisi/lingkungan menjadikan tuntutan pada anak perempuan untuk menikah. Penelitian Astuty (2013) menyatakan bahwa faktor pendorong perkawinan pada usia muda yakni ketakutan orang tua terhadap gunjingan dari tetangga dekat. Apabila anak perempuan belum menikah takut anaknya dikatakan perawan tua.

Namun, beberapa kalangan orang Madura juga menggunakan pernikahan sebagai alternatif dalam menyembuhkan guna-guna yang biasa terjadi pada masyarakat Madura terutama pada perempuan. Hal ini bisa terjadi karena seorang perempuan terkena magi cinta. Magi cinta ini digunakan untuk menarik seorang laki-laki (atau perempuan) yang pendiam ke tempat tidurnya (guna) (Geertz, 2014). Hal ini dibuktikan dengan pernyataan yang diberikan informan, yaitu:

“Saya terpaksa menikah dengan suami mbak, mau gimana lagi! kalau memang menikah itu membuat kedua orang tua saya menjadi senang, saya akan lakukan mbak, saya kasian melihat orang tua saya mbak. Saya juga putus asa karena saya merasa disiksa gitu, harus kawin kalau gak kawin ada hal-hal halus yang selalu mengintai saya katanya ustad saya itu. saya harus menikah kalau gak menikah harus ada pendamping pada waktu itu padahal saya sudah gimana yaah.. udah gak ada lagi kayaknya udah saya ngejalani aja diterima sama saya gitu”. (Wawancara dengan MU, 22 tahun, 15 November 2018).

Kawin paksa memiliki dua dampak yakni dampak positif dan dampak negatif antara lain: (1) dampak positif yang didapatkan oleh anak mampu membahagiakan kedua orang tuanya; meneruskan keturunan yang mana hal ini merupakan salah satu tugas perkembangan manusia pada masa dewasa awal dimana seorang wanita siap menerima tanggung jawab sebagai seorang ibu (Hurlock, 1986) dan sembuh dari magi cinta. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari salah satu informan yang mengalami kawin paksa yakni MU yang berusia 22 tahun, dan dari pernikahannya merasakan bahwa sudah merasa nyaman dan sembuh dari hal tersebut; (2) dampak negatif dari kawin paksa yakni mengorbankan perasaan anak di dalam pernikahan karena ketidakpahaman terhadap pasangannya dan tidak memiliki perasaan suka. Ketidakpahaman anak

perempuan ini menimbulkan rasa cemas, takut, segan dan marah bahkan akan menimbulkan perasaan tertekan *nervous*, *stress* serta apatis atau perasaan lainnya yang akan berlanjut hingga awal kehidupan perkawinan (Munir, 2016).

Secara umum pernikahan yang dilandaskan cinta dan kasih dengan pernikahan secara paksa sama-sama tidak akan lepas dengan yang namanya masalah. Pernikahan secara paksa merupakan pernikahan yang tidak dilandaskan cinta dan kasih sayang dan terdapat ketidakpahaman antara suami dan istri. Hal ini akan membuat suami istri tidak mampu beradaptasi dengan baik dan memicu terjadinya masalah. Beberapa masalah akan timbul yakni tidak adanya kecocokan antar pasangan, selalu ada perselisihan, dan tidak ada komunikasi yang baik antara suami/istri. Menurut Robbin dan Judge (dalam Sari, 2017) Komunikasi dapat menjadi sumber konflik. Komunikasi yang terlalu banyak atau terlalu sedikit dapat menjadi dasar terjadinya konflik. Hal ini dibuktikan dengan pernyataan yang diberikan informan, yakni:

“Kalau saya yang gelisah kalau sama suami sudah enggak, nanti kalau saya sudah sembuh nanti suami yang kayak gitu kayak gak ada kecocokan gitu tapi kadang kalau kita saling menjauh kadang membutuhkan tapi dianya udah gak mau lagi dengan saya. Yasudah daripada saya sama dia. Terlanjur yah gimana sakit hati terus apalagi dalam keadaan di sana suami sudah gak kerasan ke rumah saya dan disana sudah males dengan saya karena kadang-kadang terjadi cekcok. Ada aja, yang pertengkaran inilah apalagi masalah itulah sama dia. Kadang dia itu tidak terlalu terbuka selalu dibuat uneg-uneg ini tapi dia selalu ngeluh toh saya ngerasa tidak cocok saja sama kamu. (Wawancara dengan MU, 22 tahun, 15 November 2018).

Masalah ini akan berkelanjutan bahkan bisa berujung pada perceraian jika tidak mampu menemukan solusi dalam penanganannya. Berbagai upaya dilakukan oleh setiap pasangan untuk menjaga keharmonisan di dalam rumah tangga. Namun keinginan dan kenyataan terkadang tidak sesuai. Menurut MU ketika ada masalah dengan suami, dia selalu menanggapi dan mengikuti kemauan suami. Tidak hanya itu, ia selalu sabar dengan perlakuan suami kepadanya. Namun pada akhirnya mereka tidak mampu mempertahankan pernikahan dan memilih untuk bercerai.

Matondang (2014) menjelaskan bahwa perceraian adalah berakhirnya suatu pernikahan, saat kedua pasangan tak ingin melanjutkan kehidupan pernikahannya, mereka bisa meminta pemerintah untuk dipisahkan. Bercerai adalah suatu hal

yang tidak diinginkan siapapun di dalam sebuah rumah tangga. Semua orang ingin hidup bahagia bersama pasangannya.

Menurut data yang dilansir oleh Badan Pusat Statistik (*bps.go.id*) jumlah angka perceraian yang terjadi di empat Kabupaten di Pulau Madura tercatat yakni Kabupaten Sumenep mencapai 1.964 kasus, Kabupaten Pamekasan mencapai 1.373 kasus, Kabupaten Sampang mencapai 1.238 kasus dan Kabupaten Bangkalan mencapai 1.516 kasus. Berdasarkan data tersebut angka perceraian tertinggi terjadi di Kabupaten Sumenep; kedua terjadi di Kabupaten Bangkalan; ketiga Kabupaten Pamekasan dan terakhir di Kabupaten Sampang. Dalam hal ini Kabupaten Bangkalan menduduki posisi yang krusial untuk dilakukan penelitian terkait perceraian.

Banyak faktor yang melatarbelakangi terjadinya perceraian antara lain tidak memiliki keturunan. Menurut Walgito (2010) menjelaskan bahwa memiliki anak merupakan dambaan setiap suami istri dalam rumah tangga. Apabila salah satu pihak diketahui tidak bisa memberikan keturunan contohnya si suami atau istri yang mandul juga bisa memicu salah satu pasangan untuk mengakhiri dan meninggalkan pasangannya. Akibat dari kondisi tersebut maka terjadilah perselisihan di antara keduanya (suami istri) dan tidak mustahil dari perselisihan tersebut akan berbuntut pada putusnya ikatan perkawinan (perceraian). Perselisihan ini terjadi karena adanya ketidaksesuaian pendapat dalam rumah tangga yang terus menerus sehingga hilangnya rasa cinta dan kasih sayang (Matondang 2016).

Faktor yang menyebabkan perceraian tidak hanya terjadi ketika sudah menikah namun juga disebabkan alasan pada saat menikah. Menurut Nur'aeni & Dwiyantri (2009) dijelaskan di dalam penelitiannya bahwa sebab perceraian yang terjadi pada kenyataannya dipengaruhi oleh alasan saat menikah, ketika menikah tidak ada rasa cinta, namun mereka menikah karena perjodohan di dalam penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa salah satu penyebab terjadinya perceraian secara umum adalah sang istri yang berusaha menyesuaikan diri dengan suami namun ternyata tidak cukup kuat hingga akhirnya berujung pada perceraian.

Nura'eni dan Dwiyanti (2009) menyatakan bahwa perceraian akan membawa dampak pada pelakunya terutama pihak perempuan untuk siap dengan segala perubahan yang terjadi ketika mereka sudah berubah status dari memiliki suami menjadi tidak bersuami atau janda karena bercerai. Banyak dampak yang ditimbulkan dari perceraian yakni pada diri sendiri dan dari lingkungan. Lingkungan memiliki pengaruh terhadap keberadaan seorang janda yakni citra buruk yang seringkali memberi pandangan negatif pada janda. Hal itu ditegaskan lagi oleh Imron (2012) predikat janda dalam masyarakat kita masih dianggap label yang janggal terlebih jika status janda tersebut diperoleh bukan karena kematian pasangan hidupnya tetapi karena perceraian dengan pasangannya dan untuk kasus perempuan yang berstatus janda seringkali memiliki citra yang buruk, meskipun kesalahan akibat perceraian itu tidak selalu diakibatkan olehnya.

Janda yang diceraikan suami akan mendapatkan tuntutan untuk menikah lagi baik dari keluarga maupun lingkungan sosialnya. Menurut Siregar (2014) menjelaskan bahwa janda mendapat tuntutan untuk menikah lagi itu sangat gencar dan kadang lebih menggebu daripada perempuan lajang padahal mencari pasangan bukan hal yang gampang bagi mereka yang sudah pernah gagal dalam menikah.

Perceraian akan menimbulkan berbagai masalah yang sangat kompleks. Sehingga hal ini berdampak pada aktivitas sehari-hari seorang janda. Seorang janda akan memiliki beban yang lebih berat dan harus dijalankan seorang diri. Menurut Rika (2012) beban mental dan beban moral harus dipikul selain juga beban materi untuk menjadi orang tua tunggal bagi anak-anaknya. Beban moral yang dimaksud adalah ketika seorang janda akan menjadi sorotan masyarakat, khususnya jika dekat dengan laki-laki, kalau pergi sendiri, kalau pulang malam, semua serba merepotkan untuk menjadi sorotan masyarakat sekitar. Sedangkan beban mental adalah ketika seorang perempuan bercerai harus siap dengan status baru dari istri menjadi janda. Perubahan status tersebut bisa menimbulkan depresi (Nina dalam Samara, 2013).

Seorang janda turut mengalami dilema dengan statusnya, ketika beberapa laki-laki yang masuk dalam kehidupannya membanggakan diri dengan niat baik yang akan menikahi seorang janda. Banyak kasus pria menggoda seorang janda dengan iming-iming kebahagiaan sesaat. Hal ini yang sering ditakutkan oleh perempuan dengan status janda akhirnya janda menutupi statusnya. Namun ketika mereka tidak mengungkapkan status janda secara jujur, sulit bagi janda itu sendiri untuk mencari pengganti suami mereka lagi (Dyah dalam Andriana, 2017).

Janda harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan tanpa suami. Hal ini akan membuat janda mengalami perubahan pola hidup dan kebiasaan yang berpengaruh pada kondisi psikologisnya, seperti stres. Rasmun (dalam Humairah, 2016) menyatakan bahwa stres adalah respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari, setiap orang mengalaminya. Stres bisa berupa; stres emosi, stres intelektual dan stres sosial. Stres emosi dapat menimbulkan perasaan negatif atau destruktif terhadap diri sendiri dan orang lain. Stres intelektual akan mengganggu persepsi dan kemampuan seseorang dalam menyelesaikan masalah, stress sosial akan mengganggu hubungan individu terhadap kehidupan.

Selain stres, dampak lain adalah gangguan emosi. Janda yang memiliki rasa cinta dan ingin hidup bahagia bersama pasangannya akan menimbulkan rasa kecewa yang besar karena tidak mampu mewujudkannya. Hal ini ditegaskan oleh Mitchell (dalam Nur'aeni dan Dwiyantri, 2009) bahwa seorang wanita setelah bercerai dan menjadi janda akan merasakan trauma, penyesalan, kecewa, sakit hati, kesepian, marah, sedih, kehilangan dan berbagai perasaan buruk lainnya. Kesepian disebabkan karena sudah tidak ada lagi tempat berbagi cerita, tempat mencurahkan dan mendapatkan bentuk kasih sayang. Humairah (2016) menyatakan bahwa perceraian suami istri terkadang menimbulkan trauma bagi pasangan itu sendiri. Kegagalan rumah tangga menjadi kenangan buruk dan kadang menghambat seseorang untuk kembali menikah dengan orang lain.

Banyak masalah yang harus dialami oleh seorang janda setelah bercerai. Seorang janda harus mampu menyesuaikan diri dengan kondisi yang baru, serta

lingkungan sekitar. Walaupun perceraian itu memberikan status baru bagi janda atau duda, namun, janda memiliki beban yang berat daripada seorang duda. Menurut Papalia (dalam Sudarto & Wirawan, 2000) perempuan biasanya sedikit mengalami kesulitan dalam melakukan berbagai aktivitasnya setelah masa perceraian. Bagi seorang perempuan, perubahan status dari seorang istri menjadi seorang janda khususnya karena perceraian, tidaklah mudah. Dibutuhkan kecerdasan dan kepribadian yang kuat, rasa percaya diri, dan keberanian untuk mampu bertahan hidup (Nurseha dalam Sudarto & Wirawan, 2000).

Hal ini tidaklah mudah dilakukan, dibutuhkan kesiapan bagi seorang janda untuk mampu bertahan hidup. Kesiapan tersebut harus didahului dengan proses menuju penerimaan diri secara lapang dada. Untuk mencapai penerimaan diri maka dibutuhkan emosi yang stabil dalam menghadapi berbagai masalah dan tuntutan lingkungan sekitar. Sebagaimana yang telah dijelaskan oleh Hurlock (1986) bahwa salah satu faktor kondisi yang mendukung penerimaan diri individu yakni tidak adanya gangguan emosional yang berat dan hambatan di dalam lingkungan. Artinya, seorang janda dibutuhkan untuk mengontrol emosinya terhadap lingkungan meskipun dalam keadaan tertekan.

Individu yang mampu mengontrol emosi dikatakan sebagai individu yang memiliki kemampuan meregulasi emosi. Menurut Gross (2007) regulasi emosi merupakan sebuah proses secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakannya baik positif maupun negatif. Selain itu seseorang juga dapat mengurangi emosinya baik itu positif maupun negatif. Seseorang yang mampu meregulasi emosinya dengan baik akan menerima dampak positif bagi kesehatan fisik, tingkah laku dan hubungan sosial.

Emosi positif terdiri dari cinta (meliputi kesukaan, kegila-gilaan) dan kegembiraan (meliputi kebahagiaan, kepuasan, dan kebanggaan). Emosi negatif terdiri dari kemarahan (kekesalan, kebencian, kehinaan dan kecemburuan), kesedihan (kesakitan, kenestapaan, perasaan bersalah dan kesepian), ketakutan

(kengerian, kekhawatiran (Fischer, Shaver & Carnochan dalam Feldman, 2012). Emosi negatif yang dialami oleh MU ketika mendapatkan status baru sebagai janda yaitu seperti kecewa, sedih, kesepian dan sakit hati, serta MU sering marah ketika ditanya tentang perceraian tersebut. Namun MU terus berusaha untuk mengontrol atau mengalihkan emosi tersebut supaya tidak berdampak pada dirinya dan lingkungan sekitar.

Menurut Reivich dan Shatte (2002) pengekspresian emosi positif maupun negatif merupakan hal yang konstruktif dan sehat asalkan dilakukan secara tepat. Bahkan kemampuan dalam mengekspresikan emosi yang tepat merupakan salah satu kemampuan individu yang *resilience*. Dua buah keterampilan yang dapat memudahkan individu untuk melakukan regulasi emosi, yaitu tenang (*calming*) dan fokus (*focusing*). Keterampilan tersebut akan membantu individu untuk mengontrol emosi yang tidak terkendali, menjaga fokus pikiran individu ketika banyak hal-hal yang mengganggu, serta mengurangi stress yang dialami oleh individu, pada penelitian ini adalah janda yang pernah mengalami kawin paksa. Ketika sudah diceraikan oleh suaminya, janda tersebut diharapkan mampu untuk mengelola emosi-emosi negatif yang dialami seperti sedih, kecewa frustrasi ataupun marah. Keluarga turut berperan penting, terutama orang tua harus selalu memberikan dukungan kepada janda yang mengalami kawin paksa, agar tetap merasa memiliki teman selain pasangan hidupnya nanti.

Regulasi emosi dapat terjadi dalam proses yang berbeda tiap individu yang pastinya akan diakhiri dengan respon-respon perilaku yang berbeda pula (Hendriana, dalam Farida 2016). Hal tersebut menjadi latar belakang peneliti tertarik meneliti fenomena ini dengan tujuan penelitian yakni mengetahui bagaimana regulasi emosi tersebut bisa terjadi dan apa saja upaya memiliki kemampuan regulasi emosi, khususnya pada janda yang pernah mengalami kawin paksa.

## 1.2. Signifikansi Penelitian

Perceraian terjadi di Madura kabupaten Bangkalan mengalami peningkatan hingga mencapai 1.516 perkara terdata hingga awal tahun 2018 di pengadilan agama setempat (Penawarta.com). Hal ini menyebabkan salah satu pasangan (janda atau duda) harus menanggung beban setelah mengalami perceraian. Namun seorang janda lebih berat menanggung beban dibanding seorang duda, dikarenakan janda memiliki beberapa pandangan negatif dari masyarakat, sehingga hal ini membuat seorang janda memerlukan kesiapan dalam menerima status jandanya (Siregar, 2018). Seorang janda juga memiliki dampak psikis berupa gangguan emosi dari perceraian tersebut, selain reaksi lingkungan sekitar. Hal ini tidak mudah dijalankan seorang janda, sehingga dibutuhkan kemampuan dalam meregulasi emosi agar mampu bertahan dengan tekanan-tekanan yang muncul dari perceraian maupun lingkungan sekitar.

Gross (2007) menjelaskan bahwa abad silam, investigasi psikologi tentang regulasi emosi terfokus pada *psychological defenses* (Freud, 1926/1959), *stress and coping* (Lazarus, 1966), *attachment* (kelekatan) (Bowlby, 1969) dan *self regulation* (Mischel, 1996). Tetapi, sampai awal 1990-an, ada beberapa dokumen secara relatif setiap tahun berisi istilah regulasi emosi dan sekarang ada beribu-ribu dokumen publikasi baru setiap tahun, membuat regulasi emosi menjadi salah satu dari area yang berkembang cepat di bidang psikologi.

Regulasi emosi sendiri merupakan serangkaian proses dimana emosi diatur sesuai dengan tujuan individu, baik secara otomatis atau dikontrol, disadari atau tidak disadari dan melibatkan banyak komponen yang bekerja terus sepanjang waktu. Regulasi emosi melibatkan perubahan dalam dinamika emosi atau waktu munculnya, besarnya, lamanya dan mengimbangi emosi respons perilaku, pengalaman atau fisiologi. Regulasi dapat memengaruhi, memperkuat atau memelihara emosi tergantung pada tujuan individu (Gross, 2007).

Pada saat ini penelitian tentang regulasi emosi masih berkembang di berbagai aspek kehidupan. Salah satunya penelitian pada janda yang bercerai atau ditinggal mati oleh pasangannya. Penelitian ini dilakukan oleh Ely Nur Lailatul Farida (2016) yang meneliti tentang regulasi emosi yang terjadi pada perempuan

pasca kematian pasangan hidup di usia dewasa akhir. Penelitian ini menjelaskan bahwa subjek mampu meregulasi emosi dikarenakan faktor pola asuh dan hubungan interpersonal sehingga subjek mampu meregulasi emosi dengan baik, walaupun mengalami afek negatif berupa emosi sedih, terkejut dan harapan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi.

Lebih lanjut Tyas Diana Uswatun Hasanah dan Erlina Listyanti Widuri (2014) melakukan penelitian kembali tentang regulasi emosi pada ibu *single parent*. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwa emosi-emosi yang dialami oleh ibu *single parent* tidak jauh beda dengan emosi yang dialami oleh perempuan yang ditinggal mati oleh pasangan diantaranya yakni emosi sedih, cemas, marah, rindu, menerima dan harapan. Hal itu juga dirasakan hampir seluruhnya oleh subjek. Faktor yang memengaruhi regulasi emosi antara lain perbedaan individu, kognitif, stresor, keadaan sebelum suami meninggal, lingkungan sosial dan keluarga, serta religiusitas. Hal ini menunjukkan bahwa seorang janda setelah mengalami kematian pasangan hidupnya beserta ibu *single parent* sama-sama memiliki gangguan pada emosi. Namun keduanya mampu mencapai regulasi emosi dengan baik melalui strategi yang berbeda.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Ulfatin Mufarrihah (2016). Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya yang terletak pada subjek penelitian yakni istri yang dipoligami. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dan faktor-faktor regulasi emosi istri yang dipoligami. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Hasil dalam penelitian istri yang mengalami poligami tidak jauh berbeda dengan janda yang mengalami kematian pasangan dan ibu *single parent* yakni memiliki emosi-emosi negatif yang muncul seperti sedih, dan marah saat mengetahui suaminya telah menikah lagi. Namun subjek juga mampu meregulasi emosinya dengan baik. Adapun faktor pendukung istri yang dipoligami dalam meregulasi emosinya yakni; (1) faktor intrinsik dimana istri yang dipoligami berusaha sabar dan ikhlas dalam menjalani pernikahan poligami, serta menganggap semua yang terjadi adalah bagian dari takdirnya. Istri yang dipoligami juga berusaha untuk tidak terpengaruh oleh emosi. (2) faktor ekstrinsik adanya dukungan dan respon

dari keluarga, rekan kerja, dan juga tetangga didapat istri yang dipoligami dalam menjalani pernikahan poligami.

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian yang dilakukan tentang regulasi emosi memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Peneliti ingin mengetahui tentang bagaimana regulasi emosi janda yang mengalami kawin paksa. Namun, penelitian ini juga memiliki kesamaan dalam metode yakni menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Keunikan dari penelitian ini terletak pada subjek penelitian janda yang menikah secara paksa yang pada penelitiannya sebelumnya belum diteliti. Lebih spesifik janda dalam penelitian ini adalah janda yang bercerai. Janda yang bercerai akan mengalami permasalahan yang berbeda dengan janda yang di tinggal mati oleh pasangannya dan memiliki sudut pandang yang berbeda dari masyarakat. Hal itulah yang akhirnya membuat janda memiliki permasalahan yang lebih kompleks setelah bercerai dengan suaminya. Maka dari itu, penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran dari regulasi emosi janda yang mengalami kawin paksa.

### **1.3. Fokus Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana pengalaman regulasi emosi janda yang mengalami kawin paksa:

1. Bagaimana pengalaman janda yang mengalami kawin paksa?
2. Bagaimana gambaran regulasi emosi seorang janda yang mengalami kawin paksa?

### **1.4. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui regulasi emosi janda yang mengalami kawin paksa.

### **1.5. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Memberikan sumbangsih dan wawasan ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi perkembangan dan psikologi kinis. Selain itu juga dapat dijadikan bahan referensi untuk penelitian lebih lanjut.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Subjek**

Diharapkan dalam penelitian ini dapat memberi wawasan tentang regulasi emosi agar dapat memahami bagaimana meregulasi emosi sehingga dapat mengatur emosinya dengan baik.

##### **b. Bagi orang tua**

Informasi yang diperoleh dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai pentingnya keterbukaan dan perhatian dengan segala permasalahannya, termasuk permasalahan pernikahan agar orang tua tidak melakukan pernikahan paksa pada anak (laki-laki atau anak perempuan) yang tidak diinginkan maupun tidak sesuai kriteria.

##### **c. Bagi masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi masyarakat mengenai kondisi janda dan dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk tidak memberi pandangan negatif/label pada janda, khususnya janda cerai hidup yang mengalami kawin paksa.

##### **d. Bagi peneliti selanjutnya**

Diharapkan hasil penelitian ini nantinya dapat dijadikan sebagai referensi dalam penelitian selanjutnya tentang regulasi emosi pada janda yang mengalami kawin paksa.