

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pernikahan merupakan peristiwa penting dalam kehidupan. Pernikahan menjadikan seorang wanita dan pria menjadi sepasang suami istri yang dapat dan saling berbagi banyak hal, melimpahkan dan mendapatkan kasih sayang, serta memperoleh keturunan yang merupakan salah satu fase yang dianggap penting dalam kehidupan. Perkawinan juga akan membawa seseorang memperoleh keseimbangan hidup baik secara biologis, psikologis, maupun secara sosial.

Pernikahan merupakan ikatan lahir batin yang kuat dan kekal antara dua insan, rasa cinta kasih, kewajiban, dan untuk meneruskan keturunan bagi manusia. Salah satu tujuan menikah adalah memelihara kelangsungan keturunan maka Allah memberikan wadah untuk merealisasikan keinginan tersebut melalui pernikahan, yang sah menurut agama, diakui oleh Undang-Undang dan diterima sebagai bagian dari budaya masyarakat (Nuroniya, 2011). Sedangkan menurut UU Perkawinan No 1 Tahun 1974, pernikahan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami isteri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.

Perkawinan pada umumnya dilakukan oleh orang dewasa dengan tidak memandang pada profesi, suku bangsa, miskin atau kaya, tinggal di desa atau di kota. Namun diluar itu, adanya batas usia dalam melangsungkan perkawinan dapat dikatakan sangat penting. Hal ini disebabkan karena didalam perkawinan menghendaki kematangan baik secara biologis maupun psikologis.

Ketentuan batas umur telah diatur dalam UU Nomor 16 Tahun 2019 Tentang Perubahan Atas UU Nomor 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan tersebut, yang menyatakan bahwa perkawinan hanya diizinkan jika pihak pria dan wanita sudah mencapai usia 19 tahun. Batas usia dimaksud dinilai telah matang jiwa raganya untuk dapat melangsungkan perkawinan agar dapat mewujudkan tujuan perkawinan secara baik tanpa berakhir pada perceraian dan mendapat keturunan

yang sehat dan berkualitas. Namun pada faktanya pernikahan di usia muda yakni pasangan yang menikah dibawah usia 19 tahun masih banyak terjadi di Indonesia, khususnya fenomena nikah muda yang terdapat di desa Kembang, Kecamatan Dukuhseti Kabupaten Pati.

Di Desa kembang, Kecamatan Dukuhseti, Kabupaten Pati masih banyak yang melaksanakan pernikahan muda terutama bagi wanita. Meski belum cukup umur, hal tersebut tidak menghalangi berlangsungnya proses pernikahan bagi sebagian masyarakat desa Kembang. Berdasarkan data yang peneliti dapatkan dari KUA kec. Dukuhseti, dari tahun 2018 – 2021 tercatat sebanyak 48 perempuan dari 304 dengan jumlah desa sebanyak 12 yang melakukan pernikahan di usia dibawah 19 tahun.

Menikah di usia muda menurut sebagian masyarakat merupakan hal yang biasa, bahkan sudah menjadi budaya baru yang harus dijaga dan dilestarikan, karena kebiasaan tersebut merupakan kebiasaan dari nenek moyang yang diwarisi secara turun temurun. Seperti yang dikatakan Sabir (2014) bahwa pernikahan diusia muda seperti yang sudah dipaparkan diatas yakni dibawah usia 19 tahun di Indonesia sangat erat kaitannya dengan persepsi masyarakat yang masih menerapkan tradisi kebiasaan turun-temurun khususnya pada anak perempuan yang sudah dianggap dewasa dengan faktor-faktor tertentu. Seperti yang diungkapkan oleh salah satu masyarakat desa Kembang;

“iya bener mbak kalo disini banyak yang melakukan pernikahan dini, kebanyakan masyarakat disini masih percaya sama omongan orang dulu ya, apalagi misal ada perempuan yang didatangai cowok maka dia harus menerima, jika tidak nanti akan lama dapat jodohnya. Pandangan seperti itu masih banyak berkembang disini, makanya tiap tahun masih banyak yang nikah padahal umurnya ya masih muda banget. (M, 2 September 2021).

Hasil wawancara awal diatas menyebutkan bahwa masyarakat di desa Kembang masih kental dengan tradisi leluhur mereka yang turun temurun. Salah satunya jika anak perempuan sudah didatangi oleh seorang laki-laki yang berniat melamar maka perempuan tersebut harus menerima, jika tidak maka perempuan tersebut akan lama mendapatkan jodohnya.

Selain itu, faktor yang mendorong terjadinya pernikahan dini di desa Kembang yaitu rendahnya kemampuan ekonomi masyarakat, yang kemudian berimbas pada nasib pendidikan sang anak yang harus terhenti karena orang tua hidup pas-pasan dan tidak mampu membiayai anaknya sekolah. Dari segi agama, masyarakat berpendapat bahwa menikah dini lebih baik untuk menghindarkan anak dari perbuatan zina. Seperti yang diungkapkan oleh salah satu narasumber dari desa Kembang;

“saya menikah umur 18 tahun mbak, alasan menikah di umur segitu ya kesepakatan bersama sih mbak antara saya, suami dan keluarga. Kami sudah berpacaran kurang lebih 8 tahun loh mbak, jadi biar tidak lama-lama lagi ya mending menikah saja, kalo ga segera nikah dari keluarga takut juga misal kita berdua ngelakuin yang enggak-enggak, yaudah diputuskan nikah aja ya meskipun hitungannya umur ku masih muda banget. (LA, 8 September 2021).

Berdasarkan hasil wawancara awal dengan LA, disebutkan bahwa alasan pernikahan dini dilakukan karena bentuk proteksi orang tua kepada anak, daripada sang anak terjerumus ke perbuatan zina yang dilarang oleh agama lebih baik segera dinikahkan.

Yunus (dalam Wasman dan Nuroniyah, 2011) merumuskan secara singkat terkait tujuan perkawinan yakni untuk memperoleh keturunan yang sah dalam masyarakat dengan mendirikan rumah tangga yang damai dan teratur. Sejalan dengan tujuan tersebut setiap pasangan suami istri mendambakan hadirnya buah hati di tengah-tengah keluarga mereka.

Kehamilan menjadi sebuah anugerah bagi seorang wanita berkeluarga yang mengharapkan kehadiran seorang anak. Kehamilan juga merupakan perwujudan dari identitas sebagai seorang wanita dan ibu. Kehamilan merupakan perubahan keadaan yang relatif baru, khususnya bagi wanita yang baru pertama kali mengalaminya. Terdapat proses-proses biologis dasar reproduksi yang diperlukan agar perempuan dapat hamil. Menurut Federasi Obstetri Ginekologi Internasional, kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi (Prawirohardjo, 2014).

Menurut Na'im (2010) kehamilan adalah suatu krisis maturitas yang dapat menimbulkan kecemasan atau bahkan stres, tetapi berharga karena wanita tersebut menyiapkan diri untuk memberi perawatan dan mengemban tanggung jawab yang lebih besar. Seiring persiapan menghadapi peran baru, wanita mengubah konsep dirinya agar siap menjadi orang tua. Pertumbuhan ini membutuhkan penguasaan tugas-tugas tertentu, menerima kehamilan, mengidentifikasi peran ibu, mengatur hubungan dengan pasangannya, membangun hubungan dengan anak yang belum lahir, dan mempersiapkan diri menghadapi persalinan.

Namun ditengah kebahagiaan menyambut buah hati pertama, seorang ibu muda dihadapkan beberapa risiko saat masa kehamilan hingga proses kelahiran nantinya. Seperti yang diungkapkan oleh Tamim (2021) bahwa kehamilan di usia dini sangat berisiko mengalami berbagai komplikasi yang membahayakan ibu maupun janin. Pada janin, risiko yang mungkin terjadi adalah bayi terlahir *prematur*, *stunting*, atau berat badan lahir yang rendah (BBLR). Pada ibu, melahirkan di usia muda berisiko untuk menyebabkan terjadinya preeklamsia maupun anemia. Jika tidak ditangani, kondisi ini bisa menimbulkan komplikasi serius seperti *eklamsia* yang berakibat fatal, bahkan kematian pada ibu dan bayi.

Putri (2020) menyebutkan bahwa seorang ibu dianjurkan untuk melakukan program hamil di usia yang ideal, usia yang tidak terlalu muda dan tidak terlalu tua. Beberapa alasannya yaitu tingkat kesuburan lebih tinggi, kondisi fisik wanita lebih mumpuni untuk hamil, dan risiko lebih rendah untuk terkena komplikasi kehamilan. Sebaliknya, kehamilan yang terjadi di usia yang terlalu muda atau tua kurang dianjurkan dari sisi medis. Pasalnya, kehamilan di usia tersebut bisa meningkatkan risiko penyakit. Terlebih lagi pada usia yang terlalu muda organ reproduksi wanita belum sepenuhnya matang, demikian pula dengan kondisi psikologisnya.

Kehamilan membawa perubahan bagi seluruh aspek pada seorang calon ibu. Secara fisiologis, perubahan dapat dikategorikan menjadi dua yaitu, perubahan lokal dan perubahan sistemik. Perubahan lokal merupakan perubahan yang terjadi pada organ reproduksi, sedangkan perubahan sistemik merupakan perubahan yang terjadi pada keseluruhan tubuh (Pillitteri, 2010). Perubahan fisik

tersebut menyebabkan kondisi psikis dan emosi menjadi tidak stabil sehingga menumbuhkan kekhawatiran yang terus-menerus sampai akhir kehamilannya.

Keluhan yang umum terjadi pada ibu hamil yaitu *morning sickness*. *Morning sickness*, yaitu rasa mual yang datang pada pagi hari yang menyebabkan hilangnya nafsu makan. Jika kondisi ini terus menerus terjadi pada ibu hamil menyebabkan menurunnya berat badan sehingga nutrisi untuk janin menjadi berkurang (Hambali, 2009). Hal ini seperti yang diungkapkan oleh LA,

“pas trimester pertama itu aku ngelamin banget yang namanya morning sick, parah banget mbak. Makan ga doyan, nyium bau sedikit langsung pingin muntah, perut rasanya mual banget”. (LA, 8 September 2021)

Berdasarkan hasil wawancara awal tersebut LA menyatakan bahwa dirinya sering mengalami *morning sick*. Seperti wanita hamil pada umumnya, gejala-gejala seperti mual, nafsu makan yang naik turun, dan perubahan fisiologis lainnya sangat di rasakan oleh LA.

Selain perubahan fisiologis, perubahan psikologis dan emosional juga terjadi pada masa kehamilan. Perubahan psikologis terjadi karena ibu hamil mengalami ketakutan, kecemasan, dan emosi lain yang mendadak. Perubahan psikologis yang terjadi pada trisemester pertama biasanya disebabkan oleh ketidaknyamanan fisik, misalnya tubuh yang dulu langsing kini terus membesar. Ketidaknyamanan ini jelas dapat menurunkan rasa percaya diri pada ibu hamil. (Lousie, 2006).

Selama hamil, sangat normal apabila calon ibu mengalami *mood swing*. Dimana terdapat perubahan emosi dan suasana hati yang naik-turun secara fluktuatif. Sebagian besar ibu hamil mengalaminya, hanya saja ada yang ringan dan ada yang ekstrim (Kolopaking, 2009). Hal ini sesuai dengan pernyataan SW;

“iya mbak sering berubah aku, kadang marah terus tiba-tiba ya nangis sendiri ga jelas gitu. pas marah gitu ya spontan aja, dan langsung plong. Aneh banget ya, hihi.. ya itulah mbak orang hamil, ga bisa di tebak. Tak kira ya semuanya orang hamil pasti seperti ini. (SW, 5 September 2021)

Berdasarkan hasil wawancara awal diatas dapat dipahami jika seorang wanita yang hamil memiliki suasana hati atau emosi yang mudah sekali berubah-ubah. Marah kepada siapapun tanpa alasan yang jelas, menangis tanpa musabab

yang diketahui menjadi contoh kecil dari labilnya keadaan emosi pada wanita hamil.

Keadaan emosi yang labil tidak jarang juga memunculkan perasaan cemas dan khawatir pada ibu hamil. Pada diri manusia, kecemasan dapat berupa perasaan gelisah yang bersifat partisipatif, sejumlah perilaku, respon fisiologis yang bersumber di otak dan tercermin dalam denyut jantung yang meningkat dan otot yang menegang (Durand, 2006).

Menurut Mansur (2011), hampir 80% dari ibu hamil mengalami kekecewaan, menolak, gelisah, cemas, depresi dan murung serta kejadian gangguan jiwa sebesar 15% terjadi pada ibu *primigravida* pada trimester pertama. Hal ini didukung pernyataan dari Kartono (2007), bahwa kecemasan yang sering muncul pada wanita hamil berupa rasa takut dan khawatir terhadap kondisi kesehatan, kondisi kehamilan, kondisi keuangan, dan masalah lainnya.

Perasaan cemas tersebut akan terlihat lebih kompleks ketika menghadapi masa persalinan. Seperti pendapat yang diungkapkan oleh Maramis (2005) bahwa sebagian besar calon ibu yang menghadapi kelahiran anaknya dengan perasaan takut dan cemas semakin tua kehamilan, maka perhatian dan pikiran ibu hamil mulai tertuju pada sesuatu yang dianggap klimaks, sehingga kecemasan dan ketakutan yang dialami ibu hamil akan semakin intensif saat menjelang persalinan.

Seorang wanita hamil sangatlah sensitif dan rapuh, banyak ketakutan yang muncul akan bahaya yang mungkin saja terjadi pada diri ibu maupun janinnya. Ketakutan yang tidak mendasar ini mungkin disebabkan oleh perubahan yang terjadi pada tubuhnya tampaknya tidak bisa ia kendalikan dan proses hidupnya berubah dan tidak dapat dikendalikan lagi. Seperti yang dialami oleh partisipan pada kutipan hasil wawancara diatas. Inilah saat ibu hamil memerlukan saran, dorongan, pengarahan dan bantuan dari orang-orang sekitarnya (Rukiah, 2013).

Pemaparan diatas menunjukkan bahwa kehamilah pertama pada wanita yang menikah muda tidak hanya membuat wanita tersebut merasakan kebahagiaan. Namun juga merasakan berbagai tekanan akibat dampak kehamilan yang dirasakan. Kondisi demikian membuat subjek harus dapat mengelola

emosinya supaya bisa beradaptasi dengan keadaannya. Salah satu kecerdasan emosi yang dapat dilatih untuk hal tersebut yaitu regulasi emosi.

Selain itu yang dapat dilakukan atau digunakan untuk mengurangi stres atau ketegangan psikologis pada wanita hamil. Salah satunya yaitu Coping stres (strategi ibu hamil dalam menyelesaikan masalah). Terdapat dua macam coping menurut Andriyani (2019) yang pertama yakni, Coping psikologis yaitu reaksi persepsi atau penerimaan individu terhadap stresor artinya seberapa berat ancaman yang dirasakan individu serta keefektifan strategi coping yang digunakan. Kemudian yang kedua yakni, coping psikososial yaitu reaksi psikososial terhadap adanya stimulus stres yang diterima atau yang dihadapi oleh individu. Reaksi yang muncul seperti kemampuan mengelola marah, emosi, sedih, serta gembira merupakan bagian dari kecerdasan emosi. Salah satu kecerdasan emosi yang dapat dilatih yaitu regulasi emosi.

Regulasi emosi berhubungan dengan suasana hati. Konsep regulasi emosi yang luas meliputi kesadaran dan ketidaksadaran secara psikologis, tingkah laku, dan proses kognitif. Selain itu, regulasi emosi beradaptasi dalam kondisi situasi emosi yang stimulusnya berhubungan dengan lingkungan. Gross (2007) menyatakan bahwa regulasi emosi merupakan strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat, atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu suatu pengalaman emosi dan perilaku. Suatu kemampuan individu dalam meregulasi emosi menjadi salah satu kekuatan untuk menghadapi lingkungan, dan kemudian membuat individu merasa diterima secara sosial. Regulasi emosi yang dimaksud yakni fokus pada kemampuan yang dimiliki oleh individu tersebut untuk menyesuaikan dirinya, mengatur dan mengekspresikan emosi dan perasaan dalam kehidupan sehari-hari yang mana melalui sikap dan perilakunya tersebut.

Gross (2007) mengemukakan dua komponen regulasi emosi, yaitu *reappraisal* (penilaian kembali) dan *suppression* (penekanan). Penekanan kembali berarti menjelaskan bagaimana individu membuat suatu aspek penilaian kembali dari sebuah peristiwa yang menjelaskan bagaimana pengaruh atribusi yang berdampak pada emosi. Sedangkan penekanan yaitu perbuatan yang menerangkan

situasi emosional yang berpotensi merubah jalan yang positif atau mengurangi efek negatif yang secara keseluruhan berhasil dalam arti regulasi.

Bagi wanita hamil, kemampuan menyalurkan regulasi emosi dirasa cukup penting. Peristiwa atau kejadian sehari-hari yang tidak menyenangkan akan terasa lebih ringan bila individu mampu meregulasi emosi. Bahkan pada saat individu merasa tidak berdaya dan putus asa, proses perubahan emosi dapat memungkinkan individu mengurangi kelelahan emosi dan mendapatkan lebih banyak kepuasan hidup (Gomez dkk, 2018).

“saya paham mbak kalo lagi emosi kayak gitu ya buruk, ga ada baiknya sama sekali malah. Habis marah-marah gitu ya sadar, apa untungnya sih aku marah, sering batin kek gitu. makanya saya kadang berpikir gimana ya biar ga gampang marah atau apa gitu, biar enak”. (SW, 5 September 2021)

Berdasarkan wawancara tersebut SW mengatakan bahwa SW sadar jika emosi yang sering di keluarkan itu tidak ada baiknya dan manfaatnya sama sekali, bahkan bisa saja memunculkan amarah balik dari sang suami.

Kemudian LA mengungkapkan bagaimana dia meregulasi emosinya :

“kalo aku biasanya main hp mbak, entah liat tiktok, youtube, facebook, atau instagram. Ya itung-itung nyari hiburan lewat situ, nonton film atau video lucu biasanya. Kadang kalo malem pas sumpek banget ya tak buat sholat mbak”. (LA, 8 September 2021)

Keunikan dalam penelitian ini sendiri adalah karena terjadi diusia dini. Di era yang sudah modern, Pendidikan dianggap penting namun masih terjadi karena argument masyarakat sehingga menjadi tolak ukur tersendiri untuk peneliti mengambil penelitian tersebut

Proses kehamilan pertama yang dialami oleh seorang wanita jika dilihat sekilas tampak cukup berat, karena semua yang terjadi merupakan pengalaman pertama terlebih bagi calon ibu yang usianya masih terlalu muda. Berbeda dengan fase yang dialami saat program hamil yang kedua, seperti yang dikemukakan oleh Suri (2017) mengutip dari *She Knows* bahwa kehamilan yang kedua bagi seorang wanita tidak terlalu mengkhawatirkan daripada yang pertama, karena wanita tersebut sudah pernah hamil, melahirkan, dan memiliki anak, ia tak merasa terlalu khawatir seperti saat kehamilan pertama. Ia sudah pernah melakukannya, jadi

perubahan-perubahan kecil dari apa yang di anggap normal tidak membuat panik. Ia sudah tahu apa yang akan terjadi, dan merasa tenang. Ia sudah tahu apa yang seharusnya terjadi dan sudah paham juga soal gula darah, tekanan darah, dan hormon-hormon kehamilan lainnya.

Berdasarkan uraian fakta-fakta yang telah disebutkan diatas, serta minimnya kajian fenomenologis yang menyoroti regulasi emosi pada wanita hamil. Akhirnya, peneliti merasa tertarik untuk mengungkap lebih lanjut dalam sebuah penelitian yang berjudul “Gambaran Regulasi Emosi Pada Kehamila Pertama Wanita Yang Menikah Muda”

1.2 Signifikansi Penelitian

Beberapa penelitian yang dilakukan dan menjadi perbandingan terhadap penelitian ini ada penelitian sebelumnya yaitu ditulis oleh Sari (2020) tentang hubungan regulasi emosi dengan kecemasan pada ibu hamil. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan signifikan dan negatif antara regulasi emosi dengan kecemasan ibu hamil di UPTD. Puskesmas Kecamatan Kalijambe Kabupaten Sragen, hal ini menunjukkan bahwa dengan semakin tinggi tingkat kemampuan ibu dalam menyesuaikan intensitas atau durasi dari reaksi emosional ke tahap yang lebih menyenangkan maka akan semakin menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil. Strategi ini adalah suatu bentuk perubahan kognitif dalam menguraikan suatu situasi yang secara potensial mendatangkan emosi sehingga bisa mengubah respon emosional. Terdapat perbedaan antara penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis. Pada penelitian tersebut metode yang digunakan adalah metode kuantitatif, sedangkan pada penelitian ini metode yang akan digunakan adalah metode kualitatif. Pada penelitian tersebut hanya difokuskan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan kecemasan pada ibu hamil, sedangkan pada penelitian ini akan menggambarkan lebih detil tentang regulasi emosi yang dilakukan selama masa kehamilan.

Selanjutnya penelitian dari Mufarrihah (2015) tentang regulasi emosi istri yang dipoligami. Hasil yang didapatkan menyebutkan bahwa perilaku regulasi

emosi istri yang dipoligami adalah individu mampu meningkatkan, mempertahankan, serta mampu mengurangi emosi negatif maupun emosi positif (Pengaturan Emosi). Mampu mengendalikan emosi secara sadar, mudah dan otomatis (Menyembunyikan). Regulasi emosi dapat digunakan untuk membuat hal-hal yang lebih baik atau lebih buruk. Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian kali ini adalah fenomena yang diteliti. Dimana pada penelitian tersebut membahas tentang regulasi emosi pada istri yang di poligami, sedangkan pada penelitian ini akan membahas tentang regulasi emosi pada wanita hamil. Regulasi emosi ini kemudian dilakukan penelitian untuk mengetahui regulasi emosi suami yang melakukan perkawinan poligami, sehingga membedakan dengan penelitian sebelumnya yang membahas salah satu istri yang dipoligami.

Selanjutnya penelitian dari Amalia (2017) tentang gambaran regulasi emosi remaja perempuan yang menikah di bawah umur yakni sebelum menginjak usia 19 tahun. Proses regulasi emosi pada remaja yang menikah di bawah umur tahap awal tindakan meliputi pemilihan situasi dimana situasi yang dapat menimbulkan emosi, selanjutnya memodifikasi situasi seperti mengubah situasi yang penuh gejolak dengan aktivitas yang menenangkan. Tahap berikutnya remaja mengalihkan perhatian dari situasi yang membuatnya emosi yang disebut juga penyebaran perhatian, lalu remaja mengubah cara berfikir menjadi positif sehingga mengurangi pengaruh kuat dari emosi. Regulasi yang terjadi pada akhir tindakan yaitu perubahan respon dimana remaja mengatur emosinya agar tidak mengekspresikan emosinya secara berlebihan. Konteks penelitian tersebut hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan kali ini yaitu membahas tentang regulasi emosi, namun terdapat perbedaan pada partisipan yang diteliti, dimana partisipan pada penelitian tersebut adalah remaja putri yang menikah di bawah umur, sedangkan partisipan pada penelitian ini adalah wanita hamil yang menikah muda.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas maka rumusan masalah ini adalah “bagaimana regulasi emosi pada kehamilan pertama wanita yang menikah pada usia dini?”

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yakni untuk mengetahui regulasi emosi pada kehamilan pertama wanita yang menikah pada usia dini.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan untuk mengembangkan kemampuan peneliti dalam mengamati permasalahan serta membantu memberikan sumbangan bagi ilmu psikologi, khususnya disiplin ilmu psikologi perkawinan dan keluarga tentang bagaimana regulasi emosi pada kehamilan pertama wanita yang menikah muda.

1.5.2 Manfaat Praktis

a. Bagi partisipan penelitian

Penelitian ini sebagai bentuk untuk berbagi pengalaman proses regulasi emosi wanita pada kehamilan pertama-nya, sehingga mampu memahami kondisi dirinya dan mampu mencari jalan keluar dari tekanan atau konflik yang dirasakan selama masa kehamilan.

b. Bagi pasangan

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada pasangan atau suami sehingga mampu memahami kondisi dari sang istri yang sedang hamil, dan mampu memberikan pelayanan dan jaminan keamanan kepada sang istri selama masa kehamilannya. Supaya suami mampu memahami kondisi istri yang sedang hamil dan membantu meregulasi emosi istrinya.

c. Bagi keluarga partisipan penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman bagi keluarga besar yang mana didalam keluarga tersebut terdapat salah satu anggota yang

sedang hamil, dengan harapan bisa memahami satu sama lain sehingga keluarga mampu memberikan dukungan dan bantuan yang memudahkan selama proses kehamilan.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan memberikan pengetahuan dan wawasan kepada peneliti selanjutnya untuk lebih baik lagi dalam melakukan penelitian dan pengkajian dalam bidang psikologi perkawinan dan keluarga mengenai regulasi emosi wanita yang sedang hamil.