

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masyarakat Madura dikenal memiliki etos kerja yang kuat, keterbukaan, serta kebanggaan terhadap adat istiadat. Di samping itu, Madura juga memiliki kebudayaan dan tradisi yang sangat kental. Menurut Nasrullah (2019), perpaduan antara tradisi dan ritual keagamaan membentuk karakteristik Islam Madura yang unik, khas, dan mendalam, di mana banyak tradisi yang disisipi dengan nilai-nilai keislaman. Salah satu fenomena sosial yang masih sering dijumpai di beberapa wilayah Madura adalah praktik pernikahan dini.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2023), persentase penduduk perempuan yang menikah pada usia 15 hingga 19 tahun di wilayah Madura mencapai 8,66%, dengan rincian Bangkalan sebesar 1,51%, Sampang 3,03%, Pamekasan 3,27%, dan Sumenep 0,87%. Angka tersebut tergolong tinggi jika dibandingkan dengan kabupaten lain di Jawa Timur. Selain itu, BPS (2023) juga mencatat bahwa persentase perempuan berusia lebih dari 10 tahun namun belum mencapai 17 tahun yang berstatus pernah menikah adalah 1,39% di Bangkalan, 2,83% di Sampang, 3% di Pamekasan, dan 0,8% di Sumenep.

Dari sisi perkembangan usia, kelompok ini masih dikategorikan sebagai remaja. Hurlock (1981) menyebutkan bahwa remaja berada pada rentang usia 12 hingga 18 tahun, sementara Monks (2000) menyebutkan batas usia remaja antara 12 hingga 21 tahun. Artinya, perempuan yang menikah pada usia tersebut masih dalam tahap perkembangan yang belum matang secara fisik maupun psikologis. Pernikahan dini di Madura umumnya dipengaruhi oleh faktor budaya, sosial, ekonomi, dan keagamaan. Sejalan dengan temuan Maulida (2016), faktor-faktor tersebut saling berperan, khususnya aspek ekonomi, pendidikan, dan budaya. Hal ini didukung oleh penelitian Sulaiman (2012) yang mengungkapkan bahwa praktik menjodohkan anak sejak usia dini, bahkan sejak dalam kandungan, masih berlangsung dalam masyarakat Madura. Umumnya, masyarakat menggunakan kriteria aqil baligh sebagai tolok ukur kedewasaan, bukan usia kronologis, sehingga

orang tua merasa wajar menikahkan anak-anaknya meski masih di bawah umur. Proses perjodohan juga sering dilakukan tanpa sepengetahuan anak.

Menurut Azza *et al.* (2022), praktik pernikahan dini di Madura merupakan bagian dari budaya yang telah lama dilestarikan. Anak perempuan yang belum menikah pada usia tertentu sering dianggap "tidak laku," sehingga mendorong orang tua untuk segera menikahkan anaknya (Kusumastuti & Qomaruddin, 2021). Dorongan untuk menjaga kehormatan dan reputasi sosial keluarga turut memperkuat praktik ini. Jika anak diketahui menjalin hubungan dengan lawan jenis, keluarga akan segera menikahkannya guna menghindari stigma negatif dari masyarakat sekitar (Bawono, Suminar, & Hendriani, 2023). Syafira (2019) juga menemukan bahwa motivasi utama orang tua adalah menghindarkan anak dari pergaulan bebas atau perilaku menyimpang.

Selain faktor budaya, kondisi ekonomi juga menjadi pendorong utama terjadinya pernikahan dini. Dalam kondisi kemiskinan, menikahkan anak dianggap sebagai cara untuk meringankan beban ekonomi keluarga. Terkadang, pernikahan juga dipandang sebagai solusi untuk meningkatkan status sosial atau mencapai kestabilan finansial melalui perjodohan. Sejalan dengan itu, Hermambang *et al* (2021) menyebutkan bahwa faktor penyebab pernikahan dini mencakup rendahnya tingkat pendidikan dan pengetahuan orang tua, kemiskinan, pengalaman seksual pertama, serta pengaruh lingkungan.

Pernikahan dini di Madura juga sering dikaitkan dengan faktor keagamaan. Azza *et al* (2022) menegaskan bahwa dalam masyarakat Madura, pernikahan dini kerap dipandang sebagai bentuk ketaatan kepada orang tua dan upaya untuk menghindari perbuatan dosa. Fitriani (2021) menyatakan bahwa masyarakat Madura yang mayoritas Muslim meyakini bahwa pernikahan dini dapat menjaga kehormatan keluarga dan menjauhkan anak dari pengaruh negatif pergaulan. Meskipun ajaran Islam tidak secara eksplisit menganjurkan pernikahan di usia muda tanpa kesiapan, interpretasi lokal sering kali memperkuat praktik ini sebagai bagian dari pelestarian tradisi. Rofiq (2020) menambahkan bahwa keluarga dengan keterbatasan ekonomi juga menjadikan pernikahan dini sebagai solusi untuk mengurangi beban ekonomi.

Wanita yang menikah pada usia dini umumnya masih berada dalam tahap perkembangan remaja, yaitu masa ketika individu belum memiliki kesiapan psikologis dan emosional untuk menjalani kehidupan pernikahan. Pada usia ini, remaja cenderung rentan mengalami stres serta memiliki kemampuan pengelolaan emosi yang masih rendah. Sejalan dengan pendapat Rahmawati (2019), secara psikologis menikah di usia dini merupakan beban mental yang besar, karena kehidupan rumah tangga memerlukan kedewasaan dalam berpikir dan bertindak untuk menjaga keharmonisan. Oleh karena itu, diperlukan batasan usia yang layak dalam pelaksanaan pernikahan agar individu telah memiliki kesiapan mental dan kematangan fisik. Remaja yang menikah dini sering kali kesulitan beradaptasi dengan lingkungan dan situasi baru, sehingga lebih berisiko mengalami stres (Rohayati, 2017).

Membangun rumah tangga merupakan tanggung jawab besar baik bagi laki-laki maupun perempuan. Dalam struktur peran tradisional, laki-laki diharapkan mencari nafkah, sementara perempuan bertugas mengurus pekerjaan domestik dan mengasuh anak. Namun, kenyataannya, beban ini cenderung lebih berat dipikul oleh perempuan. Menurut Halizah dan Faradita (2023), diskriminasi dan ketidakadilan gender menyebabkan perempuan menanggung beban ganda secara berlebihan. Dalam kehidupan rumah tangga, perempuan sering kali mengerjakan hampir 90% dari pekerjaan domestik dan sekaligus bertanggung jawab penuh dalam pengasuhan anak.

Perempuan yang menikah di usia dini sering kali belum memiliki bekal pengetahuan maupun kesiapan psikologis yang cukup untuk menjalankan peran tersebut. Harmanda dan Sari (2024) menjelaskan bahwa peran ganda yang dijalani perempuan, seperti menjadi ibu sekaligus pengelola rumah tangga, menambah beban tanggung jawab yang berat. Faktor-faktor yang memengaruhi pelaksanaan fungsi keluarga mencakup usia, tingkat pendidikan, status perkawinan, status pekerjaan, serta pengetahuan tentang fungsi keluarga dan informasi kependudukan (Herawati *et al.*, 2020). Menurut Herawati *et al.* (2020), terdapat delapan fungsi utama dalam keluarga, yaitu fungsi agama, sosial budaya, cinta kasih, perlindungan, reproduksi, sosialisasi dan pendidikan, ekonomi, serta pembinaan lingkungan. Usia

dan tingkat pendidikan yang rendah dapat menjadi kendala dalam pemenuhan fungsi tersebut, terutama fungsi sosialisasi dan pendidikan anak. Karena itu, perempuan yang menikah pada usia dini lebih berisiko mengalami tekanan psikologis dan stres dalam menjalankan peran sebagai ibu. Penelitian Mangande *et al* (2021) menunjukkan bahwa pernikahan dini berkaitan dengan rendahnya kepuasan dan kebahagiaan dalam kehidupan pernikahan, serta rentan memunculkan bentuk emosional negatif seperti kecemasan dan stres.

Di samping menjalani pekerjaan domestik, seorang ibu juga memikul tanggung jawab penting dalam pengasuhan anak, seperti mengajarkan nilai dan pengetahuan baru, mengelola emosi anak, membangun komunikasi efektif, serta memberikan perawatan dan perhatian yang optimal. Ngewa (2019) mendefinisikan pengasuhan sebagai proses mendidik, membentuk karakter, kontrol diri, serta perilaku yang baik pada anak. Konsep pengasuhan yang baik mencakup beberapa aspek, yaitu: (1) membentuk kepribadian positif pada anak seperti percaya diri, mandiri, tangguh, dan tidak mudah terpengaruh lingkungan buruk; (2) memberikan pengasuhan penuh kasih sayang, yang merupakan hak setiap anak; serta (3) menerapkan pengasuhan berkualitas, yang mencakup pemenuhan gizi, kasih sayang, stimulasi, dan layanan kesehatan.

Namun, dalam konteks pernikahan dini, banyak anak perempuan yang terpaksa berhenti sekolah karena tanggung jawab baru sebagai ibu (Nabila, 2024). Ibu yang putus sekolah akibat menikah dini cenderung menghadapi berbagai tantangan dalam pengasuhan, karena kurangnya pengetahuan dan keterampilan. Nabila (2024) menekankan bahwa pendidikan tinggi pada ibu sangat penting karena berpengaruh terhadap cara dan kualitas pengasuhan anak. Ibu yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi lebih mampu memahami informasi tentang pola asuh dan memenuhi kebutuhan perkembangan anak.

Hal ini didukung oleh penelitian Asrida *et al.* (2022) yang menunjukkan bahwa anak-anak yang lahir dari ibu remaja memiliki tingkat kecerdasan lebih rendah dibanding anak-anak dari ibu yang lebih dewasa. Kurangnya stimulasi mental yang diberikan oleh ibu menjadi penyebab utama, karena ibu yang menikah dini cenderung belum matang secara emosional dan psikologis. Sejalan dengan itu,

Hadi (2019) mengungkapkan bahwa ibu muda cenderung belum mampu menjaga stabilitas emosional dalam mendidik anak balita, karena adanya ketidaksiapan fisik dan psikis. Aisyah dan Hasiana (2024) juga menyatakan bahwa ibu yang menikah pada usia muda cenderung belum memiliki kematangan emosional, kesiapan psikologis, serta kapasitas pengetahuan yang memadai. Ketidakmatangan ini menyebabkan beban mental yang tinggi dalam menjalani peran sebagai orang tua, sehingga meningkatkan risiko terjadinya stres pengasuhan.

Stres adalah reaksi tubuh yang muncul ketika seseorang menghadapi keadaan yang sulit untuk diatasi atau diterima. Looker dan Gregson (2005) menyatakan bahwa stres terjadi ketika terdapat ketidaksesuaian antara tuntutan yang diterima individu dan kemampuan untuk menghadapinya. Dalam kehidupan sehari-hari, ibu rumah tangga sering dihadapkan pada berbagai tekanan yang dapat menimbulkan stres, salah satunya adalah stres pengasuhan. Abidin (1995) mendefinisikan stres pengasuhan sebagai kecemasan dan ketegangan berlebihan yang berkaitan dengan peran sebagai orang tua serta interaksi dengan anak. Daulay (2020) menyebutkan bahwa stres pengasuhan muncul ketika harapan orang tua tidak sesuai dengan kenyataan, atau ketika tuntutan yang diterima melebihi kemampuan orang tua dalam memenuhi kebutuhan anak dan keluarga. Stres pengasuhan mencerminkan tekanan mental yang dirasakan oleh orang tua saat membimbing, merawat, dan berinteraksi dengan anak. Abidin (1995) menguraikan tiga aspek utama stres pengasuhan, yaitu: (1) parental distress, yang meliputi depresi, keterbatasan peran, rasa tidak mampu, isolasi sosial, hubungan dengan pasangan, dan kondisi kesehatan orang tua; (2) difficult child characteristics, seperti kemampuan adaptasi, tuntutan, suasana hati, dan tingkat distraktibilitas anak; dan (3) parent-child dysfunctional interaction, yaitu keterikatan, penerimaan, dan respons anak terhadap orang tua yang tidak optimal.

Lestari (2016) menjelaskan bahwa penyebab stres pengasuhan dapat berasal dari tiga faktor utama: (1) faktor individu, seperti kesehatan fisik dan mental orang tua maupun anak; (2) faktor keluarga, termasuk kondisi ekonomi dan struktur keluarga; dan (3) faktor lingkungan, seperti minimnya dukungan sosial dari sekitar. Ketika stres pengasuhan tidak diimbangi dengan kemampuan pengelolaan emosi

yang baik, pola pengasuhan ibu bisa berubah menjadi maladaptif. Choriyah dan Surjaningrum (2020) menemukan bahwa stres pengasuhan berhubungan dengan perilaku salah asuh seperti membentak, mencubit, hingga memukul anak, yang dapat berdampak pada gangguan perilaku di masa remaja. Jazyla (2023) juga mengungkapkan bahwa ketidakmampuan ibu dalam membimbing anak dapat memunculkan emosi negatif seperti jengkel dan kesal, terutama ketika mendampingi anak belajar. Stres pengasuhan tidak hanya berdampak pada hubungan emosional antara ibu dan anak, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif anak. Ward dan Lee (2020) menyatakan bahwa stres pengasuhan orang tua berkaitan secara tidak langsung dengan perkembangan kognitif dan perilaku prososial anak melalui daya tanggap yang rendah dari orang tua. Dalam konteks ini, kemampuan regulasi emosi menjadi sangat penting. Putri et al. (2023) menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan regulasi emosi pada ibu, maka semakin rendah tingkat stres pengasuhan yang dialami, dan sebaliknya.

Gratz dan Roemer (2004) menjelaskan bahwa regulasi emosi adalah kemampuan individu dalam menyadari, memahami, serta mengelola emosi secara tepat sesuai dengan situasi yang dihadapi. Gross (2007) menambahkan bahwa regulasi emosi mencakup kemampuan mengendalikan emosi positif maupun negatif, baik secara sadar maupun tidak sadar. Gratz dan Roemer (2004) juga mengidentifikasi enam aspek regulasi emosi, yaitu: (a) nonacceptance terhadap emosi negatif, (b) kesulitan menjalankan tujuan saat emosi tinggi, (c) kesulitan mengontrol impuls, (d) kurangnya kesadaran emosional, (e) keterbatasan strategi regulasi, dan (f) ketidakjelasan terhadap emosi yang dirasakan. Kemampuan regulasi emosi yang baik sangat penting dimiliki oleh ibu karena berpengaruh langsung terhadap kualitas pola asuh yang diterapkan. Muarifah et al. (2020) mengungkapkan bahwa regulasi emosi yang buruk dapat memicu tindakan pengasuhan yang kasar dan berdampak negatif pada kondisi psikologis maupun fisik anak, baik dalam jangka pendek maupun panjang.

Gina dan Fitriani (2022) menyatakan bahwa regulasi emosi berperan dalam menentukan tingkat stres pengasuhan. Ibu dengan keterampilan regulasi emosi yang rendah cenderung mengalami stres pengasuhan yang lebih tinggi. Gina dan

Fitriani (2020) juga menekankan bahwa pola asuh negatif yang muncul akibat ketidakmampuan mengelola emosi dapat menyebabkan dampak serius pada anak, seperti trauma, kecemasan, depresi, hingga penurunan motivasi belajar. Dampak ini sangat berbahaya karena dapat merusak kondisi mental maupun fisik anak, yang sejatinya merupakan generasi penerus bangsa. Kondisi ini menjadi lebih kompleks ketika stres pengasuhan terjadi pada ibu yang menikah di usia dini. Ibu yang menikah muda cenderung belum memiliki kesiapan emosional yang matang, karena secara psikologis masih berada dalam fase perkembangan pengelolaan emosi. Oleh karena itu, kemampuan regulasi emosi yang baik sangat diperlukan untuk mencegah munculnya pola asuh yang merugikan masa depan anak. Mengingat anak adalah generasi penerus, penting untuk meneliti dan memahami lebih dalam mengenai hubungan antara usia pernikahan dini, regulasi emosi, dan stres pengasuhan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, dapat disimpulkan bahwa ibu memiliki tanggung jawab penting dalam pengasuhan anak, seperti mengajarkan komunikasi yang baik, cara mengekspresikan emosi secara tepat, menghadapi karakter anak yang tidak sesuai harapan, serta memberikan rangsangan yang mendukung perkembangan anak. Namun, ibu yang menikah di usia dini dan masih berada dalam fase remaja sering kali belum memiliki bekal pengetahuan dan kematangan psikologis yang memadai. Pernikahan dini kerap menyebabkan putus sekolah, sehingga ibu kehilangan kesempatan untuk memperoleh pendidikan dan pengalaman yang dibutuhkan dalam menjalankan peran pengasuhan. Ketika tanggung jawab pengasuhan tidak diimbangi dengan kesiapan psikologis dan pengetahuan yang cukup, hal ini dapat menjadi tekanan tersendiri bagi ibu dan berpotensi menimbulkan stres pengasuhan. Salah satu faktor yang dapat memperparah stres pengasuhan adalah ketidakmampuan dalam mengelola emosi. Ibu yang tidak mampu mengatur emosinya dengan baik cenderung menunjukkan perilaku negatif kepada anak, seperti membentak atau bahkan melakukan kekerasan fisik. Perlakuan tersebut dapat berdampak buruk terhadap perkembangan anak, baik secara psikologis maupun fisik. Kemampuan dalam mengelola emosi ini dikenal sebagai regulasi emosi. Merujuk pada penelitian sebelumnya yang menunjukkan

adanya hubungan antara regulasi emosi dan stres pengasuhan, penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh regulasi emosi terhadap stres pengasuhan, dengan subjek penelitian yaitu ibu yang menikah pada usia dini di wilayah Madura.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh antara regulasi emosi terhadap stres pengasuhan pada ibu yang menikah pada usia dini di Madura?

1.3 Tujuan

Untuk mengetahui pengaruh antara regulasi emosi terhadap stres pengasuhan pada ibu yang menikah pada usia dini di Madura

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Untuk pengembangan ilmu psikologi, penelitian ini dapat memperkaya literatur psikologi, khususnya dalam bidang psikologi klinis, psikologi parenting terutama terkait regulasi emosi dan stres pengasuhan. Temuan penelitian dapat memberikan wawasan baru mengenai bagaimana regulasi emosi berperan dalam menurunkan stres pada ibu terutama yang menikah dini.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Subjek Penelitian: Penelitian ini dapat membantu ibu memahami bagaimana emosi yang dirasakan memengaruhi cara mengasuh anak. Dengan mengetahui pola emosi, ibu bisa lebih bijaksana dalam mengelola perasaan dan reaksi ibu saat menghadapi stres.
2. Bagi Pasangan dan keluarga: Suami dapat memahami betapa pentingnya regulasi emosi bagi istri. Penelitian ini memberi wawasan tentang tantangan yang dihadapi istri dalam pengasuhan dan bagaimana emosi individu berperan dalam hal tersebut. Dengan memahami stres yang dialami istri, suami dapat mendorong komunikasi yang lebih terbuka dan bisa lebih memberikan dukungan terhadap istri.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya: Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain yang ingin mengeksplorasi lebih dalam mengenai pengasuhan, kesehatan mental, dan regulasi emosi. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan

temuan ini untuk merancang program intervensi terkait bagaimana regulasi emosi yang baik ditujukan untuk membantu ibu-ibu yang menikah di usia dini.

4. Bagi Instansi

Bagi instansi seperti Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, BKKBN hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam menyusun program edukasi dan intervensi psikologis yang berfokus pada penguatan kemampuan regulasi emosi bagi ibu yang menikah di usia dini. Dengan memahami hubungan antara regulasi emosi dan stres pengasuhan, instansi terkait dapat merancang kebijakan atau pelatihan yang tepat sasaran untuk mengurangi beban psikologis para ibu muda, meningkatkan kualitas pengasuhan, serta mendukung kesejahteraan anak dan keluarga secara keseluruhan.