

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Masa dewasa awal biasanya disebut sebagai periode atau masa transisi atau perubahan dari masa remaja menjadi masa dewasa dimana pada masa tersebut seorang individu memasuki peralihan dari ketergantungan menuju kemandirian baik secara finansial, kebebasan menentukan diri.¹ Hurlock pada 2011 memaparkan bahwa dewasa awal merupakan istilah yang merujuk pada masa perubahan atau pertumbuhan dari masa remaja menuju masa dewasa yang terjadi mulai dari usia 18 hingga mencapai usia 40 tahun.² Setiap kebutuhan atau tugas-tugas dalam fase kehidupan ini harus terpenuhi dengan baik karena akan menentukan kebahagiaan dan keberhasilan tugas-tugas pada fase kehidupan selanjutnya.

Harlock pada tahun 2011 juga menjelaskan bahwa individu dapat disebut sebagai dewasa muda terjadi ketika berada pada rentang usia 18 sampai dengan 40 tahun.³ Pada masa ini terdapat beberapa tugas perkembangan yang harus dipenuhi, salah satu diantaranya yaitu memilih teman hidup atau pasangan hidup dan menjalin sebuah rumah tangga atau

¹ Elizabeth Bergner Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta timur:Erlangga), 2011, hal 246.

² Alifia Fernanda Putri, *Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya*, (Schoulid: Indonesian Journal Of School Counseling), 2019, hal 35.

³ Elizabeth Bergner Hurlock, *Psikologi Perkembangan*,... hal 14.

pernikahan.⁴ Pada fase tersebut seorang individu akan mulai mencari pasangan hidup yang cocok, dapat diajak kerjasama, dan siap untuk membangun sebuah pernikahan dan kehidupan rumah tangga atau keluarga yang harmonis. Kebutuhan psikologis yang diharapkan mencakup keinginan akan cinta, kasih sayang, penerimaan sebagai individu utuh, dan pencapaian diri. Dalam konteks pernikahan, kebutuhan sosial yang diharapkan meliputi kehadiran pasangan yang selalu ada dalam hidupnya, serta pengalaman baru bagi individu tersebut. Selain itu, kebutuhan seksual yang diinginkan juga berhubungan dengan pemenuhan aspek psikis dan seksual yang dapat terpenuhi setelah memiliki pasangan.

Salah satu tugas perkembangan penting pada masa dewasa awal adalah menentukan dan memilih pasangan hidup sebagai langkah awal dalam membangun kehidupan pernikahan..⁵ Dimasa dewasa awal terdapat banyak tugas perkembangan yang harus dipenuhi, salah satunya yaitu *Intimacy* dimana seorang individu mencoba untuk mendekati individu lain baik dalam hubungan persahabatan atau hubungan yang lebih dalam seperti pernikahan.⁶ Memilih pasangan hidup merupakan salah satu tugas perkembangan pada masa dewasa awal yang mencerminkan tahap intimacy, di mana keberhasilan menjalin hubungan erat menunjukkan

⁴ Frezy Paputungan, Karakteristik *Perkembangan Masa Dewasa Awal Developmental Characteristics of Early Adulthood*, Media Online (JEaC:Journal of Education and Culture), 2023, hal 5 .

⁵ Negresti Pebyamoriski, dkk, *Perbedaan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup Pada Dewasa Awal Berdasarkan Demografi*, (Jurnal Psikologi:Universita Gunadarma), 2022, hal 2.

⁶ Ari Pratiwi and Ayu Septi P, *Gambaran Acceptance of Dating Violence Pada Dewasa Awal Yang Menjadi Korban Kekerasan Dalam Pacaran*, (Manasa:Jurnal Ilmiah Psikologi), 2020, vol. 9, no. 2, hal 3.

kesiapan menikah, sedangkan kegagalannya dapat menimbulkan kecemasan dan isolasi.

Individu yang sudah memasuki usia dewasa awal akan mulai mencari individu lain untuk mencukupi kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat melalui pernikahan. Peralihan dari kehidupan menuju pernikahan akan memberikan banyak perubahan besar dalam segala aspek kehidupan.⁷ Karena manusia merupakan makhluk sosial, yang mana mengharuskan berhubungan dengan orang lain untuk menjalani kehidupannya, dan manusia tidak hidup sendiri melainkan bersama orang lain dan dapat direalisasikan melalui pasangan dalam pernikahan.⁸ Pernikahan sendiri merupakan salah satu hal yang terlihat sederhana namun hal tersebut menjadi salah satu sumber kecemasan terbesar pada dewasa awal.

Pernikahan atau nikah dalam islam diartikan menghimpun atau bersatu.⁹ Yang berarti dimana dua individu laki-laki dan perempuan terikat dalam sebuah ikatan yang sah. Sebagaimana hadist yang diriwayatkan Bukhari dan Muslim:¹⁰

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ قَالَ لَنَا رَسُولُ اللَّهِ : يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ ، مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ ، فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصْرِ ، وَأَخْصَنُ لِلْفَرْجِ ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ ؛ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ

artinya: “Dari Abdullah bin Mas’ud, beliau berkata, Rasulullah shallallahu

⁷ Asty Kurniati and Yuli Asmi Rozali, *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Untuk Menikah Pada Wanita Dewasa Awal Dengan Latar Belakang Orangtua Bercera*, (JCA of Psychology), 2020, vol. 1, no. 2, hal 85.

⁸ Anggel Pames Lader Putri, et al., *Cinta Dan Kasih Sayang Menurut Pemikiran Hierarki Kebutuhan Abraham Maslow*, (ISTISYFA:Journal of Islamic Guidance and Counseling), 2024, vol. 2, no. 3, hal. .

⁹ Dr Hj. Iffah Muzammil, *Fiqh Munakahat*, (Hukum Pernikahan Dalam Islam), (Tangerang:Tira Smart), 2019, hal 24.

¹⁰ KEMENAG: Kementerian Agama, Rahmad Fadillah Saputra, “Menikah? Tepat Waktu Atau Waktu Yang Tepat?”, kalimantan tengah, 9 September 2022.

alaihi wa sallam berkata kepada kami,“Wahai para pemuda, siapa yang sudah mampu menafkahi biaya rumah tangga, hendaknya dia menikah. Karena hal itu lebih menundukkan pandangannya dan menjaga kemaluannya. Siapa yang tidak mampu, hendaknya dia berpuasa, karena puasa dapat meringankan syahwatnya.”

Dari hadis tersebut dapat dijelaskan bagi siapapun yang merasa bahwa dirinya sudah mampu untuk menyegerakan menikah, tidak hanya secara finansial namun juga secara psikologis atau mental.

Menurut Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974, perkawinan adalah ikatan lahir dan batin antara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.¹¹ Secara garis besar, pernikahan adalah momen penting yang umumnya dialami oleh setiap individu, di mana mereka berharap dapat memenuhi berbagai kebutuhan secara wajar bersama pasangan. Umumnya, pasangan yang menikah mengharapkan terpenuhinya kebutuhan psikologis, sosial, seksual, dan material satu sama lain.

Pernikahan yang terjadi pada usia dewasa awal merupakan hal yang wajar terjadi. Pada tahap perkembangan ini. Berdasarkan undang-undang nomor 16 tahun 2019, seorang yang telah mencapai usia 19 tahun baik laki-laki maupun perempuan dapat melakukan pernikahan yang sah

¹¹ M. Harwansyah putra sinaga, dkk, *Pernikahan Dalam Islam*, (Jakarta:PT. Alex Media Komputindo, Kompas Gramedia) 2014, hal 19.

dimata hukum.¹² Dikutip dari kementerian kependudukan dan pembangunan keluarga (KEMENDUG) dalam programnya kampungKb bahwa usia ideal menikah bagi perempuan yaitu 21 tahun dan bagi laki-laki yaitu 25 tahun.¹³ Dapat disimpulkan pernikahan itu sendiri merupakan sebuah hubungan dimana dua individu untuk hidup bersama sebagai sebuah pasangan yang melibatkan hubungan emosional dan memiliki tujuan untuk membangun sebuah keluarga dan melibatkan sebuah komitmen yang diakui secara sah dimata hukum negara, agama, dan budaya.

Banyaknya hal yang perlu dipertimbangkan sebelum menempuh sebuah pernikahan membuat seorang individu mengalami kecemasan dalam menghadapi pernikahan. Hal ini dikarenakan pernikahan dikenal sebagai hubungan antar dua individu secara fisik, psikis, dan emosional yang dilakukan seumur hidup. Kecemasan adalah munculnya perasaan takut, was-was, kekhawatiran, atau bahkan kehati-hatian yang tidak jelas dan tidak menyenangkan.¹⁴ Ansietas adalah istilah yang umum digunakan untuk menggambarkan kondisi kekhawatiran atau kegelisahan yang tidak menentu, sering kali disertai perasaan takut dan tidak tenteram. Pada individu dewasa awal, ansietas ini kerap muncul terkait dengan persoalan pasangan hidup, seperti ketidakpastian hubungan, ketakutan akan

¹² BPK RI, Undang-undang (UU) Nomor 16 Tahun 2019, *Perubahan atas Undang-undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan*.

¹³ KEMENDUG: Kementerian Kependudukan dan pembaguan keluarga, *kampungkb:kamu masih anak sekolah*.

¹⁴ Angela Putriana, *Kecemasan Dan Strategi Coping Pada Wanita Korban Kekerasan Dalam Pacaran*, (Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi), 2019, vol. 6, no. 3 hal 3.

komitmen, atau kekhawatiran terhadap masa depan pernikahan.¹⁵ Kecemasan individu dapat memengaruhi pandangannya terhadap pernikahan, terutama akibat pengalaman dengan orang tua atau peristiwa masa lalu yang tidak diinginkan.¹⁶ Kecemasan ini cenderung banyak dialami oleh individu yang pernah mengalami atau melihat hal-hal yang biasanya mempengaruhi keharmonisan dalam pernikahan.¹⁷ Hal ini menimbulkan perasaan cemas pada diri individu dalam memandang sebuah pernikahan, dimana seseorang individu usia dewasa awal akan lebih berhati-hati dalam menentukan keputusan terutama dalam menentukan pasangan hidup untuk diajak membina sebuah hubungan yang berlaku seumur hidup seperti pernikahan.

Kecemasan yang terjadi ketika sebelum, selama, atau bahkan sesudah menjalani pernikahan, hal tersebut menjadi salah satu dari banyaknya gejala psikis yang muncul akibat terjadinya peristiwa yang cukup berarti dalam hidup seperti pernikahan. Tidak semua individu yang sudah merasa atau terlihat siap secara fisik untuk menikah juga siap memimpin sebuah kehidupan pernikahan. Namun, tidak sedikit calon mempelai yang meskipun telah matang secara fisik dan mapan secara finansial, ternyata belum tentu memiliki kesiapan emosional dan

¹⁵ Pieter. H. Z, Janiarti. B, dkk. *Pengantar Psikopatologi Untuk keperawatan* (Jakarta:Kencana), 2011, edisi 1, hal 200.

¹⁶ Junaidin, Mustafa, dkk., *Kecemasan Terhadap Pernikahan Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Mengalami Fatherless*, (Journal on Education), 2023, hal 3.

¹⁷ Rizka Fadhillah, *Gambaran Kecemasan Terhadap Pernikahan Di Tinjau Dari Jenis Kelamin*, (Jurnal Pendidikan Tambusai), 2024, vol. 8, no. 2, hal 2

psikologis untuk menjalani serta memimpin kehidupan pernikahan.¹⁸ Karena banyaknya perubahan-perubahan yang akan dialami dalam persiapan kehidupan pernikahan sehingga tidak jarang seseorang mengalami kecemasan.¹⁹ Kecemasan yang terjadi dalam proses menyiapkan atau menghadapi pernikahan merupakan hal yang wajar terjadi pada individu dewasa awal.

Sehingga salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan pernikahan adalah kematangan emosional. Dimana seseorang yang dianggap telah matang secara emosional dapat mengelola dan mengontrol emosi dengan baik, karena kesiapan secara fisik dan finansial saja tidak cukup menentukan kesiapan seseorang untuk menikah.²⁰ Dalam islam sendiri hukum menikah menjadi wajib seseorang yang sudah mampu secara finansial dan apabila seseorang tersebut telah memiliki syahwat yang tinggi.²¹ Sehingga bagi seseorang yang telah memenuhi syarat-syarat baik secara hukum negara maupun agama untuk menyetujui kewajiban dalam hal memiliki pasangan atau menikah.

Pada tahun 2023 angka pernikahan di Indonesia mencapai 1,58 juta, dengan alasan ekonomi, ketatnya persaingan kerja, ketidakstabilan mental, maraknya perselingkuhan dan kekerasan dalam rumah tangga.

¹⁸ Arif Ainur Rofiq, dkk., *Efektivitas Konseling Perkawinan Dengan Dinamika Kelompok Dan Teknik Disensitisasi Sistematis Untuk Menurunkan Kecemasan Calon Pengantin*, (Jurnal Konseling Dan Pendidikan), 2022, hal 2.

¹⁹ Kurniati and Rozali, *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Untuk*, (JCA psikologi), 2020, vol. 1, no. 2, hal 86.

²⁰ Hayu, Suwarnoputri Adjeng Rizka, and Stevani, "Analisis Pemahaman Mahasiswa Terhadap Konsep Kesiapan Pernikahan," *Jurnal Edukasi : Jurnal Bimbingan Konseling* 10, no. 1 (2024): 1–21.

²¹ Sinaga, Pratiwi, dkk, *Pernikahan Dalam Islam*, (Jakarta:Kelompok Gramedia, PT. Elex media komputindo) 2021, Hal 18.

Data survei tersebut membuktikan bahwa menurunnya minat menikah dan banyaknya individu yang memilih untuk menunda pernikahan di Indonesia. Faktor-faktor Penundaan pernikahan dapat dipengaruhi oleh keengganan berkomitmen, trauma hubungan masa lalu, belum menemukan pasangan yang sesuai, dan kepuasan pribadi di luar pernikahan.²² Tingginya perceraian juga menjadi salah satu alasan munculnya kecemasan pada diri individu pada pernikahan. Dikutip dari radar Jombang yang dirilis pada 2024 sejumlah perceraian pada kabupaten Jombang masih tinggi, 2.548 pasangan bercerai sepanjang tahun 2023 yang didominasi dengan alasan adanya perselisihan dan pertengkaran secara terus menerus.²³ Hal tersebut terjadi secara merata baik pada kecamatan Bareng.

Kecamatan Bareng merupakan salah satu kecamatan yang berada di kabupaten Jombang yang terdiri dari 13 desa dan memiliki jumlah warga sampai dengan 50.000 jiwa lebih. Pada kecamatan Bareng terdapat populasi warga yang berusia 20 sampai dengan 24 tahun berjumlah 4.783 jiwa yang mana 42,33 % tercatat belum menikah dan 275 pasangan tercatat melakukan pernikahan pertama sepanjang tahun ini.²⁴ Data tersebut menjelaskan bahwa hampir separuh dari populasi warga kecamatan Bareng yang sudah memasuki usia dewasa awal memilih untuk belum menikah atau berumah tangga.

²² Pebyamoriski, *dkk*, *Perbedaan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup Pada Dewasa Awal Berdasarkan Demografi*, (jurnal psikologi:Universitas Gunadarma), 2022, vol. 15, no. 2, hal 2.

²³ Jawa pos:Radar Jombang, Anggi Fridianto, *Akhir Tahun 2024, Sebanyak 2.427 Perempuan di Jombang Resmi Menyandang Stantus Janda*, 28 Desember 2024.

²⁴ BPS:Badan Pusat Statistika Kabupaten Jombang, *Jombang Dalam Angka*, dipublikasikan 28 Februari 2024. Jombangkab,bps.go.id

Fenomena tingginya perceraian yang dilandasi dengan alasan perselisihan dan pertengkaran secara terus menerus tersebut, menjelaskan bahwa pengolahan emosional juga dapat menentukan keharmonisan dalam sebuah rumah tangga. Kematangan emosi berperan penting dalam menyelesaikan konflik keuangan, sehingga penting untuk menciptakan saling pengertian dan keterbukaan saat merencanakan masa depan bersama.²⁵ Pengendalian emosional dan komunikasi dalam hubungan pernikahan sangat berperan penting terhadap keharmonisan rumah tangga tersebut, seseorang yang dapat mengendalikan, mengolah, mengutarakan emosi dengan baik dan sehat dapat disebut sebagai individu yang dewasa dalam hal emosional.

Kedewasaan atau kematangan emosional merupakan salah satu aspek penting dalam sebuah pernikahan yang harus dibangun sejak usia muda. Kematangan emosi mengurangi terjadinya masalah dalam keluarga. Ketika seseorang sudah matang secara emosional, ia mampu mengendalikan emosinya, berpikir matang, dan mengemukakan permasalahan dalam situasi yang pantas dan adil.²⁶ Sehingga kematangan emosional menjadi salah satu aspek penting sebelum membangun sebuah hubungan atau komitmen serius seperti pernikahan, karena kepuasan dalam pernikahan dapat tercapai ketika hubungan dalam pernikahan tersebut berjalan dengan kebahagiaan dan tanpa adanya tekanan ataupun

²⁵ Surtijah Endeh, dkk., *Hubungan Antara Kematangan Emosional Dan Finansial Dalam Kesiapan Pernikahan*, (AFEKSI:Jurnal Psikologi), 2023, vol. 2, hal. 2, hal 2.

²⁶ Saharani and Putrikita, *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Keharmonisan Keluarga Pada Pasangan Yang Menikah Di Usia Dini*, (psikosains:Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi), 2020, vol. 17, no. 2, hal 10.

masalah yang mempengaruhi keharmonisan dalam hubungan pernikahan tersebut. Banyaknya hal yang harus dipertimbangkan seseorang sebelum menuju pernikahan dan membangun sebuah keluarga membuat beberapa individu untuk menunda untuk menikah, meskipun individu tersebut sudah memasuki usia yang cukup.

Pertimbangan untuk memilih dan menentukan pasangan hidup biasanya dimulai pada saat masa dewasa awal.²⁷ Sedangkan pernikahan sendiri merupakan salah satu tahapan yang dimana dalam proses tersebut harus ditempuh untuk membangun sebuah keluarga yang harmonis.²⁸ Sangat penting bagi kedua pasangan untuk mempersiapkan pernikahan mereka sebelum pernikahan.²⁹ Banyak hal yang perlu dipertimbangkan sebelum menjalani sebuah pernikahan, salah satunya diantaranya adalah persiapan-persiapan yang dapat mempengaruhi kesejahteraan dan keharmonisan dalam menjalani rumah tangga nantinya.³⁰ Persiapan tersebut seperti masalah keuangan, kecocokan pasangan, dan yang paling utama, kesiapan mental secara pribadi.

Banyak hal yang mempengaruhi seorang individu dalam mempertimbangkan dan menentukan pasangan untuk diajak menjalani pernikahan. Salah satunya yaitu kepercayaan pada pasangan, dan

²⁷ Adifa and Cahyanti, *Hubungan Harga Diri Dengan Kecemasan Memiliki Pasangan Hidup Pada Perempuan Dewasa Awal*, (Jurnal Syntax Fusion), 2023, vol. 2, no. 1, hal 2.

²⁸ M. Harwansyah putra sinaga, dkk, *Pernikahan Dalam Islam*, (Jakarta:PT. Alex Media Komputindo, Kompas Gramedia) 2014, hal .

²⁹ Elizabeth Bergner Hurlock, *Psikologi Perkembangan*,... hal 278.

³⁰ Widaningsih, umarianti, dkk., *Gambaran Tingkat Kecemasan Calon Pengantin Dalam Menghadapi Persiapan Pernikahan Di Kecamatan Polokarto*, (JPSI:Jurnal Psikologi) 2023, vol. 1, hal 3.

penghargaan diri. Dalam sebuah hubungan pernikahan dua individu disatukan baik secara fisik maupun emosional. Pernikahan lebih dari sekadar bergabungnya dua individu. Ia juga mensyaratkan bahwa dua sistem keluarga beradaptasi.³¹ Dengan adanya kerjasama kedua pasangan untuk membangun atau mempersiapkan hal-hal tersebut diharapkan mampu meningkatkan kematangan secara emosi pada masing-masing pasangan tersebut sebelum menjalani sebuah pernikahan.³² Dalam hal ini dibutuhkan kerjasama antara kedua pihak untuk menyelaraskan tujuan pernikahan yang harmonis dan bahagia, sehingga peran keduanya baik laki-laki maupun perempuan sangatlah penting.

Kecemasan pernikahan yang terjadi pada individu usia dewasa awal merupakan hal wajar terjadi mengingat banyaknya hal yang perlu dipertimbangkan baik secara fisik, psikologis, maupun finansial. Kecemasan pernikahan ini wajar dirasakan dan dapat terjadi oleh setiap individu baik itu laki-laki maupun perempuan.³³ Wanita mungkin mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi, mudah tersinggung, cemas, dan curiga, karena sifatnya yang tidak stabil dan pengaruh hormonal yang mempengaruhi emosinya. Namun tidak menutup kemungkinan kecemasan tersebut terjadi pada laki-laki seperti ketakutan kehilangan kebebasan, kebosanan, dan kecemasan dalam mengemban

³¹ Ahmad Abdul Rohim, *Mempelajari Pertumbuhan dan Perkembangan Manusia*, (Yogyakarta:Jejak Pustaka) 2022, hal. 166.

³² Fadhillah, *Gambaran Kecemasan Terhadap Pernikahan Di Tinjau Dari Jenis Kelamin*, (Jurnal Pendidikan Tambusai), 2024, vol. 8, no. 1, hal 2.

³³ Siswandari and Astrella, *Pengaruh Kematangan Emosi Terhadap Kesiapan Menikah Pada Dewasa Awal*, (AFEKSI:Jurnal Psikologi, Filsafat, Dan Saintek), 2023, vol. 2, no. 4, hal 2.

tanggung awaba sebagai pemimpin keluarga.³⁴ Hal ini mengartikan bahwa kecemasan pernikahan dapat terjadi pada siapa saja, tidak memandang gender baik laki-laki maupun perempuan dapat mengalaminya.

Pernyataan di atas memunculkan ketertarikan pada peneliti untuk membahas tentang bagaimana hubungan kematangan emosional pada individu yang telah memasuki usia dewasa awal dengan kecemasan pernikahan pada dewasa awal. Hal ini didukung oleh penelitian Siswandari 2023, yang menyatakan bahwa memulai sebuah keluarga membutuhkan kesiapan menikah serta kematangan emosi sebagai bekal memasuki kehidupan pernikahan. Jika individu dewasa awal telah memenuhi kedua aspek tersebut, maka ia dapat dianggap telah siap untuk membangun rumah tangga secara utuh.³⁵ Usia dewasa awal merupakan periode kritis di mana individu sering menghadapi tekanan untuk menikah, sehingga pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana kematangan emosional mempengaruhi kecemasan dalam konteks ini sangat diperlukan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengisi gap tersebut dengan menganalisis hubungan antara kematangan emosional dan kecemasan pernikahan, serta memberikan wawasan yang lebih komprehensif tentang bagaimana dukungan emosional dapat membantu individu mengatasi kecemasan yang muncul menjelang pernikahan. Peneliti ingin menitik beratkan pada bagaimana hubungan antara kematangan emosional

³⁴ Pebyamoriski, dkk., *Perbedaan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup Pada Dewasa Awal Berdasarkan Demograf*, (Jurnal Psikologi:Universitas Gunadarma), 2022, vol. 15, no. 2, hal 7.

³⁵ Siswandari and Astrella, *Pengaruh Kematangan Emosi Terhadap Kesiapan Menikah Pada Dewasa Awal*, (AFEKSI:jurnal psikologi, filsafat, dan saintek), 2023, vol. 2, no. 4, hal 2.

terhadap kecemasan pernikahan pada individu usia dewasa awal. Penelitian ini diharapkan memberikan pandangan pada individu terhadap kecemasan pada pernikahan sehingga individu dapat menghadapinya dengan baik.

Berdasarkan pemaparan masalah di atas, variabel pertama, yaitu kematangan emosional, sangat penting untuk diteliti karena berpengaruh terhadap kesiapan individu dalam menghadapi pernikahan. Hal ini akan dipadukan dengan variabel kedua, yaitu kecemasan pernikahan pada usia dewasa awal, yang menurut peneliti sangat relevan untuk diteliti di Kecamatan Bareng. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk mengeksplorasi secara spesifik dalam skripsi yang berjudul **“Hubungan antara kematangan emosional dan kecemasan pernikahan pada usia dewasa awal di Kecamatan Bareng, Kabupaten Jombang.”**

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan pemaparan yang dijabarkan pada sub bab sebelumnya dan berdasarkan data yang diambil pada penelitian-penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu dan terbaru, memunculkan ketertarikan peneliti untuk mengkaji hal-hal yang berhubungan dengan adanya beberapa permasalahan dan memunculkan beberapa pertanyaan yang diantaranya:

1. Apakah terdapat hubungan antara kematangan emosional terhadap kecemasan pernikahan pada usia dewasa awal kecamatan Bareng?

2. Bagaimana hubungan kematangan emosional terhadap kecemasan pernikahan pada usia dewasa awal di kecamatan Bareng?
3. Apa saja faktor yang memicu terjadinya kecemasan pernikahan pada usia dewasa awal di kecamatan Bareng?

C. Rumusan masalah

Berdasarkan permasalahan yang dipaparkan di atas, dalam penelitian ini akan memaparkan beberapa rumusan masalah yang diantaranya:

1. Apakah terdapat hubungan antara kematangan emosional terhadap kecemasan pernikahan pada dewasa awal kecamatan Bareng?
2. Bagaimana hubungan kematangan emosional terhadap kecemasan pernikahan pada usia dewasa awal di kecamatan Bareng?
3. Apa saja faktor yang memicu terjadinya kecemasan pernikahan pada usia dewasa awal di kecamatan Bareng?

D. Tujuan penelitian

Adapun tujuan yang akan dicapai menurut rumusan masalah yang telah disusun dalam penelitian ini yaitu:

1. Mengetahui apakah terdapat hubungan antara kematangan emosional terhadap kecemasan pernikahan pada usia dewasa awal kecamatan Bareng.

2. Memahami bagaimana hubungan antara kematangan emosional terhadap kecemasan pernikahan pada dewasa awal di kecamatan Bareng.
3. Mengetahui hal apa saja yang mempengaruhi faktor kecemasan pernikahan di kecamatan Bareng.

E. Kegunaan penelitian

Adapun manfaat-manfaat yang ditujukan dalam penelitian ini baik manfaat yang diberikan secara praktis maupun teoritis dan sejalan dengan permasalahan dan tujuan yang telah dipaparkan, berikut merupakan manfaat-manfaat yang diberikan secara teoritis maupun praktis:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi akademik dalam memperkaya pengetahuan di bidang psikologi dan sosial, khususnya terkait hubungan antara kematangan emosional dan kecemasan pernikahan pada usia dewasa awal. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan manfaat praktis, tetapi juga memperkuat landasan teoritis dalam studi psikologi, sosial, dan hubungan antar individu.

Selain itu, penelitian ini juga memperkaya literatur dalam psikologi klinis, terutama dalam konteks kesehatan mental yang berfokus pada kesiapan emosional menghadapi perubahan kehidupan yang berpotensi menimbulkan stres atau tekanan psikologis.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis adalah keuntungan atau dampak positif dari hasil penelitian yang dapat langsung diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, masyarakat, atau bidang profesional. Dalam konteks penelitian, manfaat ini mencakup penerapan temuan untuk meningkatkan pemahaman, menyelesaikan masalah, serta mendukung pengambilan keputusan yang lebih tepat dan efektif. Adapun manfaat praktis bagi:

a. Bagi masyarakat kecamatan Bareng

Menambahkan pemahaman tentang hubungan antara kematangan emosional dan kecemasan, hasil penelitian juga dapat dijadikan sebagai referensi bagi pemerintah daerah dan masyarakat kecamatan Bareng dalam merumuskan kebijakan yang mendukung kesejahteraan psikologis masyarakat, khususnya bagi pasangan yang belum dan baru menikah.

b. Bagi akademisi

Menambah informasi bagi akademisi tentang pengaruh kematangan emosional terhadap kecemasan pernikahan pada usia dewasa awal, informasi tersebut dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengurangi terjadinya risiko kecemasan pernikahan dan meningkatkan kematangan emosional individu.

Penelitian ini memberikan kontribusi penting terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam ranah kesehatan mental pada individu dewasa awal. Dengan mengkaji hubungan

antara kematangan emosional dan kecemasan menghadapi pernikahan, penelitian ini memperluas pemahaman tentang bagaimana kesiapan emosional berperan dalam menjaga stabilitas psikologis saat menghadapi transisi kehidupan yang signifikan, seperti pernikahan.

c. Bagi praktisi profesional

Hasil dari penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk merancang program-program seperti penyuluhan atau edukasi yang ditujukan khusus bagi pasangan yang akan menikah, sehingga mereka dapat lebih memahami dan mengatasi kecemasan yang mereka hadapi.

Penelitian ini dapat memberikan gambaran nyata kepada pihak berwenang di Kecamatan Bareng terkait kondisi kesehatan mental wanita dewasa awal, khususnya dalam hal kematangan emosional dan kecemasan menghadapi pernikahan. Dengan informasi ini, pihak kecamatan dapat menyusun kebijakan berbasis data yang lebih responsif terhadap kebutuhan psikologis masyarakat.

Beberapa kontribusi praktis antara lain:

- 1) Mendorong program edukasi dan penyuluhan pranikah, bekerja sama dengan lembaga keagamaan dan Puskesmas, untuk membekali calon pengantin dengan keterampilan emosional yang memadai.

- 2) Menjadi dasar pembentukan layanan konseling pranikah atau pusat konsultasi keluarga di tingkat kelurahan atau desa, yang dapat diakses oleh masyarakat luas, khususnya wanita muda.
- 3) Memfasilitasi pelatihan kader kesehatan mental di lingkungan RT/RW untuk mendeteksi dini kecemasan atau ketidaksiapan psikologis dalam menghadapi pernikahan.
- 4) Menginformasikan perencanaan program pemberdayaan perempuan dan peningkatan kapasitas emosional individu dewasa awal sebagai bagian dari pembangunan sumber daya manusia di wilayah Kecamatan Bareng.

F. Ruang lingkup penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini dibatasi secara geografis hanya pada wilayah Kecamatan Bareng yang merupakan salah satu kecamatan di Kabupaten Jombang, dan tidak mencakup individu di luar rentang usia 20–25 tahun maupun yang sudah menikah. Penelitian ini tidak membahas aspek lain di luar kematangan emosional yang mungkin turut memengaruhi kecemasan pernikahan, seperti kondisi ekonomi, latar belakang keluarga, atau tekanan sosial, kecuali bila muncul sebagai faktor tambahan dalam data yang dikumpulkan.

G. Penegasan variable

Pada penelitian ini, beberapa variabel utama yang akan dianalisis perlu dijelaskan secara operasional agar dapat diukur dengan tepat.

Adapun definisi operasional untuk setiap variabel adalah sebagai berikut :

Table 1.1 Definisi Operasional

Variable penelitian	Definisi	Aspek dimensi
Kematangan Emosional	kondisi dimana seorang individu telah berada pada tahap atau keadaan dimana individu dapat mengontrol atau menguasai, menyalurkan, dan mengutarakan emosi dalam diri individu tersebut dengan baik dan sehat.	walgitto dalam bukunya terdapat 5 aspek kematangan emosional yaitu : a. Penerimaan diri sendiri dan orang lain b. Tidak bersifat impulsif c. Dapat mengontrol emosi dan ekspresi d. Sabar e. Bertanggung jawab
Kecemasan (pernikahan)	Kondisi ini merupakan suatu keadaan emosional yang ditandai oleh ketegangan fisik, kegelisahan, dan suasana hati yang tidak stabil, yang muncul akibat kekhawatiran terhadap kehidupan berumah tangga setelah pernikahan. Individu yang mengalaminya cenderung merasa cemas akan tanggung jawab, perubahan peran, serta ketidakpastian masa depan dalam hubungan pernikahan.	Dikutip dari Greenberger dan Padesky dalam Nailul terdapat 4 aspek yang diantaranya : 1. reaksi fisik 2. reaksi perilaku 3. reaksi pemikiran 4. suasana hati
Dewasa awal	Tahap perkembangan yang dimana terdapat sebuah periode yang sangat kritis dalam perkembangan identitas,	Menurut Hurlock dalam perkembangan ini dimulai pada pada umur 18 sampai dengan 40 tahun. Terdapat aspek

	karena individu berada di bawah lebih masa transisi dari masa remaja ke masa dewasa muda. Pada masa ini individu akan mulai mencari jati diri dan memandang masa depan.	
--	---	--

H. Sistematika penulisan

Penelitian ini disusun menjadi enam bab utama dengan sistematika sebagai berikut:

1. Bab 1

Bab ini merupakan latar belakang, Bab ini bagian awal yang menjelaskan alasan pentingnya suatu penelitian dilakukan. Di dalamnya memuat pernyataan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, ruang lingkup atau batasan, serta sistematika penulisan. Bagian ini memberikan gambaran umum mengenai fokus, arah, dan kontribusi penelitian terhadap ilmu pengetahuan maupun praktik di lapangan.

2. Bab 2

Bab ini menjelaskan dan memaparkan teori-teori yang relevan dengan variabel penelitian, seperti teori mengenai kematangan emosional dan kecemasan pernikahan. Selain itu, disajikan juga hasil penelitian terdahulu yang mendukung, serta kerangka berpikir yang digunakan untuk merumuskan hipotesis dalam penelitian ini.

3. Bab 3

Bab ini membahas berjudul metode penelitian. Dalam penelitian ini merupakan metode penelitian, Bab ini menjelaskan metode yang digunakan dalam penelitian, meliputi:

- a. Jenis dan pendekatan penelitian (kuantitatif),
- b. Lokasi dan waktu penelitian,
- c. Populasi dan sampel,

- d. Teknik pengambilan sampel,
- e. Instrumen penelitian berupa kuesioner dua skala yang telah diuji validitas isi oleh ahli dan diuji reliabilitasnya,
- f. Teknik pengumpulan data (dilakukan secara daring menggunakan Google Form),
- g. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hubungan antar variabel.

4. Bab 4

Bab ini merupakan hasil penelitian, Bab ini menyajikan hasil pengolahan data kuesioner yang telah dikumpulkan. Disajikan dalam bentuk deskriptif statistik dan hasil analisis korelasi (atau sesuai metode yang digunakan). Pembahasan dikaitkan dengan teori dan penelitian terdahulu untuk menafsirkan temuan.

5. Bab 5

Bab ini berjudul pembahasan, Dalam bagian ini, peneliti tidak hanya menguraikan makna dari hasil yang ditemukan, tetapi juga mengaitkannya dengan kerangka teori yang telah digunakan sebelumnya serta membandingkannya dengan hasil-hasil penelitian terdahulu yang relevan dan kredibel. Hal ini bertujuan untuk menunjukkan konsistensi atau perbedaan antara penelitian yang sedang dilakukan dengan studi sebelumnya, sekaligus memberikan justifikasi ilmiah terhadap temuan yang diperoleh. Dengan demikian, pembahasan menjadi wadah untuk menegaskan posisi dan kontribusi penelitian terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam ranah topik yang diteliti.

6. Bab 6

Bab ini merupakan bab penutup yang berisi kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan. Selain itu, bab ini juga menyajikan saran-saran yang diharapkan dapat menjadi masukan bagi penelitian selanjutnya maupun bagi pihak-pihak terkait yang berkepentingan dengan topik yang diteliti.