

**STRATEGI PENGENDALIAN EMOSI PADA WANITA YANG MENIKAH
DINI DI DUSUN PETUNG DESA BINADE KECAMATAN NGRAYUN
KABUPATEN PONOROGO**

Alif Reviana

Institut Islam Negeri Ponorogo
Alifreviana69@gmail.com

Abstrack

Marriage is a status that changes a person from single to partner or married. Early age of marriage can be a high concern because there are young marriages or it can be said that they are not yet of the age determined by law and have a high risk of divorce cases, then pregnancies that occur at a young age are also at risk of unstable parents' emotions , not ready and able to accept the reality of being a parent and child being an outlet when a problem occurs because they have not been able to control their emotions. In Islamic law there are several principles, namely protection of the soul, religion, ancestry as well as property and human reason. One of the principles that must be maintained is the religious principle so that religion can protect the path of lineage or descent from a man and a woman. In this study, the authors discuss how the emotional condition of women who marry early, then how to control emotions in women who marry early. The purpose of this study was to explain the emotional state of women who married early and how to control their emotions, especially in the Petung Hamlet, Binade Village, Ngrayun District, Ponorogo Regency. This research uses a qualitative approach with a descriptive approach. Data collection techniques through interviews and observation. Data analysis techniques by compiling the data that has been obtained then organizing it into patterns and making conclusions that are easy to understand. The results showed that the emotional condition of women who married early in Petung Hamlet, Binade Village, was unstable or immature in dealing with household problems and venting their emotions on their children. Then the emotional control of women who married early was found to be the fact that one out of two perpetrators could not control their emotions and still repeated the same mistakes in their household problems.

Keywords: emotions, emotional control, early marriage

Abstrak

Pernikahan merupakan status yang merubah seseorang dari masa lajang menjadi berpasangan atau kawin. Usia perkawinan yang masih dini dapat menjadi

perhatian yang tinggi karena adanya pernikahan yang masih muda atau bisa dikatakan belum mencukupi umur yang telah ditentukan oleh UU dan berisiko tinggi terhadap kasus perceraian, kemudian kehamilan yang terjadi di usia muda juga berisiko terhadap emosi orang tua yang belum stabil, belum siap dan mampu menerima kenyataan menjadi orang tua serta anak menjadi pelampiasan disaat terjadi masalah karena belum mampu mengendalikan emosinya. Di dalam hukum Islam ada beberapa prinsip yaitu perlindungan terhadap jiwa, agama, keturunan serta harta dan akal manusia. Salah satu prinsip yang harus dijaga yaitu prinsip keagamaan dengan begitu agama dapat menjaga jalan nasab atau keturunan dari seorang laki-laki dan perempuan. Dalam penelitian ini, penulis membahas bagaimana kondisi emosi pada wanita yang menikah dini, kemudian cara pengendalian emosi pada wanita yang menikah dini. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan kondisi emosi pada wanita yang menikah dini dan cara pengendalian emosi khususnya di Dukuh Petung Desa Binade, Kecamatan Ngrayun, Kabupaten Ponorogo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Teknik pengumpulan data melalui wawancara dan observasi. Teknik analisis data dengan menyusun data yang telah di peroleh kemudian mengorganisasikan ke dalam pola serta membuat kesimpulan yang mudah di pahami. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi emosi pada wanita yang menikah dini di Dusun Petung Desa Binade bisa dikatakan belum stabil atau belum matang dalam menghadapi masalah rumah tangga dan melampiaskan emosi ke anaknya. Kemudian pengendalian emosi pada wanita yang menikah dini ditemukan fakta bahwa satu dari dua pelaku belum bisa mengendalikan emosinya dan masih mengulangi kesalahan yang sama dalam permasalahan rumah tangganya.

Kata kunci: emosi, pengendalian emosi, pernikahan dini

PENDAHULUAN

Emosi adalah perasaan atau afeksi yang muncul ketika seseorang yang sedang berada dalam suatu keadaan atau interaksi yang dianggap penting olehnya. Emosi ditampilkan dalam bentuk perilaku yang mengekspresikan ketidaknyamanan seseorang terhadap keadaan atau interaksi yang sedang dialami.¹ Emosi merupakan reaksi yang kompleks dan mengandung aktivitas derajat yang tinggi sehingga memunculkan perubahan perilaku, karena pada dasarnya emosi adalah

¹ Tiara Erlita dan Zainal Abidin, "Kompetensi Emosi (Ekspresi dan Pemahaman Emosi) pada Anak Usia Prasekolah," *Jurnal Studia Insania* 8, no. 2 (27 Januari 2021): 140, <https://doi.org/10.18592/jsi.v8i2.3951>.

dorongan untuk bertindak.² Emosi sebagai bentuk perasaan yang ada dalam diri manusia akan berpengaruh terhadap pikiran dan tindakan seseorang. Apabila dalam diri seseorang sedang dalam kondisi emosi marah maka tindakan-tindakan verbal dan non-verbalnya akan banyak membuat orang takut dan tidak nyaman. Namun apabila manusia dalam kondisi emosi senang dan bahagia maka dari emosi tersebut akan memunculkan pikiran yang positif dan perilaku yang menyenangkan pula. Emosi merupakan sumber ekspresi seseorang. Dengan memiliki berbagai jenis emosi dalam diri maka akan semakin beraneka ragam ekspresi yang akan dimunculkan oleh seseorang.³ Fudyartanta bahwa emosi adalah perasaan yang bergejolak yang seakan-akan menggetarkan dan menggerakkan individu sehingga hal itu tampak dari luar. Misalnya, orang yang sedang mengalami emosi marah tampak mukanya berwarna merah padam, bibir bergetar, mata bersinar tajam, tangan mengepal-ngepal, dan sebagainya. Menurut Wunt dalam Fudyartanta⁴ emosi ada bermacam-macam, antara lain; emosi takut, sedih, marah, terkejut, kecewa, emosi benci. Emosi manusia pada dasarnya dibagi menjadi dua kategori, yaitu:

1. Emosi positif

Emosi positif memberikan dampak yang menyenangkan dan menenangkan. Emosi positif memiliki bermacam-macam sifat yaitu, tenang, santai, rileks, gembira, lucu, haru, dan senang. Ketika merasakan emosi positif maka akan mendapatkan keadaan psikologis yang positif.

2. Emosi negatif

Emosi negatif memberikan dampak yang negatif, tidak menyenangkan dan menyusahkan. Emosi negative terdiri dari beberapa macam yaitu sedih, kecewa, putus asa, depresi, tidak berdaya, frustrasi, marah, dendam, dan sebagainya. Ketika gagal dalam mengendalikan dan menyeimbangkan emosi negative maka keadaan suasana hati akan menjadi buruk. Di samping itu, ketika individu lebih banyak

² Ely Manizar Hm, “*Mengelola Kecerdasan Emosi*,” t.t.

³ Yahdinil Firda Nadhiroh, “*Pengendalian Emosi*,” *Jurnal Saintifika Islamica* 2, no. 1(2015): 53–63

⁴ Fudyartanta, ki. *Psikolog Umum*. (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2011), 339.

merasakan dan mengalami emosi negative seperti marah, benci, dendam, dan kecewa maka individu akan diliputi oleh suasana psikologis yang tidak nyaman dan tidak menyenangkan. Yang berakibat individu akan terasa sulit merasakan kepuasan hidup dan kebahagiaan.⁵

Pengendalian emosi merupakan suatu proses mengatur perasaan-perasaan yang terjadi dalam batin seseorang. Pengendalian emosi merupakan suatu hal yang sangat penting jika mengingat dampak baik dan buruk akibat dari emosi yang tidak diekspresikan atau diekspresikan.⁶ Pengendalian emosi sangat penting dalam kehidupan manusia khususnya untuk mereduksi ketegangan yang timbul akibat emosi yang memuncak, kecerdasan emosional dapat dilihat pada kompetensi emosi seperti mengatasi frustrasi, kemampuan membangun motivasi, mampu berempati dengan orang lain serta dapat menyeimbangkan antara pikiran dan perasaan.⁷

Emosi yang tidak terkendali akan mengakibatkan pertarungan batin dalam Diri seseorang. Pertarungan batin tersebut apabila tidak segera dikendalikan akan mengganggu perasaan-perasaan pada diri seseorang. Sebaliknya seseorang yang mampu menguasai dan mengendalikan emosionalnya maka akan lebih menjadi pribadi yang tenang, bertanggung jawab, memiliki penguasaan diri yang lebih baik. Diantara dampak positif seseorang yang memiliki pengendalian emosi yang baik adalah akan cenderung menjadi pribadi yang mudah beradaptasi dengan segala situasi, bahagia, suka menolong, menghargai orang lain, dapat bekerjasama, empati, bertanggungjawab dan memiliki berkepribadian unggul yang merupakan modal penting untuk dapat sukses dalam berbagai kondisi dan berbagai hal.⁸ Hurlock menjelaskan bahwa pengendalian emosi merupakan suatu bentuk usaha yang menitik beratkan pada penekanan reaksi terhadap suatu rangsangan yang menimbulkan emosi tersebut ke suatu bentuk ekspresi yang

⁵ Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi* (Jakarta: Bumi Aksara, 2012), 13.

⁶ Akhmad Syah Roni Amanullah, "Mekanisme Pengendalian Emosi dalam Bimbingan dan Konseling," *CONSEILS: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 2, no. 1 (28 April 2022): 1–13, <https://doi.org/10.55352/bki.v2i1.549>.

⁷ Amanullah, "Mekanisme Pengendalian Emosi dalam Bimbingan dan Konseling."

⁸ Nadhiroh, "Pengendalian Emosi."

bermanfaat dan dapat diterima oleh lingkungan.⁹ Sedangkan menurut Santoso pengendalian emosi merupakan salah satu tindakan untuk melakukan suatu pengelolaan emosi. Pengelolaan emosi terkait dengan kemampuan penyesuaian diri secara psikologis, dimana individu mampu mengidentifikasi, mengakui dan mampu untuk mengelolanya.¹⁰ Selain beberapa cara pengendalian emosi di atas berikut mekanisme pengendalian emosi dalam dunia konseling;¹¹

1. *Displacement* adalah teknik berupa pengalihan energi emosi dalam bentuk aktivitas positif yang lainnya.
2. Mekanisme model *cognitive adjustment* adalah penyesuaian antara pengalaman dan pengetahuan yang tersimpan dalam otak dengan upaya memahami masalah yang muncul.
3. *Self talk* adalah proses berbicara, bercakap, berdialog, melakukan teguran kepada diri sendiri.
4. Wudhu Imam Al Ghazali berkata bahwa amarah adalah salah satu perusak. Hati merupakan pengendali perbuatan dan daya pikir seseorang akan hilang ketika marah.

Perkawinan di usia dini rawan dengan berbagai macam problem yang mempengaruhi keharmonisan rumah tangga. Hal ini sesuai dengan kurangnya kesiapan fisik, materi, maupun mental pasangan. Kesiapan masing-masing individu sangat penting dalam membangun hubungan rumah tangga. Kasus pernikahan dini pada remaja memiliki dampak yang dirasakan oleh para korban khususnya perempuan antara lain, masalah kesehatan reproduksi yaitu mengalami kehamilan yang beresiko tinggi baik bagi ibu ataupun bayinya, munculnya KDRT karena masih belum matang emosinya, putus sekolah pada kasus pernikahan karena kehamilan yang tidak dikehendaki, dan dampak lain yang kemudian menimbulkan stress. Tekanan yang didapatkan karena ketidaksiapan menjalani hubungan pernikahan memiliki dampak negative bagi fisik maupun psikologis

⁹ Hurlock, E. B, *Perkembangan Anak Jilid I (Edisi ke 6)* (Jakarta: Erlangga, 2007), 31.

¹⁰ Santoso, A, S, *Modul 10 Kepribadian Dan Emosi* (Jakarta: Univertas Mercu Buana Jakarta, 2008)

¹¹ Akhmad Syahroni Amanullah, *Mekanisme Pengendalian Emosi dalam Bimbingan dan Konseling*, *Conselis: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam vol. 2, No. 01*, (Lamongan: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, 2022), 9-12.

remaja. Keadaan ini sering tidak mendapatkan perhatian dari pihak lain seperti keluarga khususnya orang tua. Kondisi ini menuntut para remaja menikah dini untuk bisa menyesuaikan diri dan mengatasi tekanan-tekanan yang mereka hadapi di kehidupan sehari-hari.¹² Penelitian ini dilakukan di Dusun Petung Desa Binade Kecamatan Ngrayun Kabupaten Ponorogo, alasan peneliti mengambil penelitian di Dusun Petung Desa Binade yaitu dari tahun 2019-2021 kasus pernikahan dini meningkat. Hal ini dilatar belakangi beberapa faktor yang berbeda-beda. Wanita yang menikah dini di bawah usia 20 tahun harus meminta izin orang tua, sedangkan wanita yang menikah dini di bawah usia 19 tahun harus meminta surat izin dari Pengadilan Agama. Menurut Nukman, pernikahan dini adalah pernikahan di bawah umur yang seharusnya belum siap untuk melaksanakan pernikahan. Menurut WHO, pernikahan dini atau kawin muda adalah pernikahan yang dilakukan oleh pasangan ataupun salah satu pasangannya masih dikategorikan remaja yang berusia di bawah 19 tahun. Sehingga seharusnya pernikahan itu dilakukan pada saat remaja sudah memasuki usia dewasa, karena ketidaksiapan dalam pernikahan berdampak pada kehidupan berumah tangga.¹³ Ada beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya pernikahan dini, diantara faktor tersebut yaitu: tradisi, ekonomi, orang tua, faktor tingkat pendidikan, rendahnya pemahaman agama dan yang menjadi faktor tertinggi yaitu *married by accident/MBA*. Setidaknya banyak pasangan yang menikah di usia dini bekerja sebagai ART (Asisten Rumah Tangga) yang dikerjakan oleh wanita dan laki-laki bekerja sebagai tukang bangunan di kota seperti kota Ponorogo, Madiun, Surabaya dan Jakarta hal ini tidak menuntut kemungkinan terjadinya perselingkuhan, karena usia yang masih begitu muda masih memiliki sifat labil dan belum memiliki sifat setia terhadap pasangan, belum mempunyai kesetiaan karena pernikahan mereka terjadi dengan keterpaksaan, karena sudah adanya bayi yang harus dinafkahi hasil dari kecelakaan. Keadaan ini menjadikan tidak fokus

¹² Risma Septiyani, "*Strategi Coping Stress Pada Remaja Menikah Usia Dini di Desa Tangkisan Gantiwarno Klaten, vol.3, No.4*, (Klaten: Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling, 2017, 2.

¹³ Rahayu Puji Lestari, "*Hubungan Antara Pernikahan Usia Remaja Dengan Ketahanan Keluarga*" *Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan, Vol. 02, No. 02*, 2015, 88.

lagi pada tujuan awal bekerja. Karena hal itu, sebagian besar akan terjadi pertengkaran dan kemudian mengarah pada perceraian. Dalam kasus perceraian akan menimbulkan banyak dampak negatif daripada dampak positif terlebih pada pihak perempuan.

Ahmad Syakroni Amanullah, Mekanisme Pengendalian Emosi dalam Bimbingan dan Konseling, penelitian ini berisikan pembahasan tentang mekanisme dan teknik-teknik yang dapat dilakukan oleh seseorang termasuk siswa untuk berlatih mengendalikan emosinya yang diambil dari berbagai pendekatan konseling baik islam maupun barat.

Yahdinil Firda Nadhiroh, Pengendalian Emosi, penelitian ini membahas tentang pengendalian emosi secara keseluruhan yang berhubungan dengan psikolog manusia. Hasil penelitian ini yaitu factor emosi manusia telah memberi warna bagi kehidupan, dalam Al-Qur'an pengendalian emosi digambarkan dalam bentuk ekspresi, perubahan fisiologi, dan tindakan.

Taty Fauzi dan Syska Purnama Sari, Kemampuan Mengendalikan Emosi pada Siswa dan Implikasinya terhadap Bimbingan dan Konseling, hasil dari penelitian ini adalah emosi dapat mempengaruhi perilaku siswa, prestasi belajar siswa dan pengambilan keputusan. Kemampuan pengendalian emosi sangat dibutuhkan oleh siswa agar siswa dapat mengendalikan perilaku menyimpang, meningkatkan prestasi belajar serta mampu mengambil keputusan dengan baik.

Berdasarkan hasil penelitian ini yang menjadi pembeda dalam pembaruan tinjauan terdahulu yaitu, peneliti melakukan penelitian tentang bagaimana strategi pengendalian emosi pada wanita yang menikah dini di Dusun Petung Desa Binade, pernikahan dini dapat mempengaruhi emosi pada seseorang khususnya untuk wanita dan pentingnya pengendalian emosi untuk membantu menyelesaikan berbagai masalah rumah tangga yang dihadapi.

METODE PENELITIAN

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, yaitu pendekatan yang digunakan untuk mengungkapkan situasi sosial

tertentu dengan mendeskripsikan kenyataan secara benar, dibentuk dengan kata-kata berdasarkan teknik pengumpulan dan analisis data yang relevan dan diperoleh dari situasi alami. Dalam penelitian kualitatif pengumpulan data tidak dipandu oleh teori tetapi dipandu oleh fakta-fakta yang ditemukan pada saat penelitian di lapangan. Penelitian kualitatif memiliki karakteristik alami sebagai sumber data langsung, deskriptif, proses lebih dipentingkan daripada hasil.

2. Data

Data adalah merupakan bahan keterangan tentang objek penelitian. Definisi data mempunyai kemiripan dengan definisi informasi, hanya saja informasi lebih ditonjolkan pada segi servis sedangkan data pada segi materi. Data merupakan suatu fakta yang di gambarkan lewat angka, simbol, kode dan lain sebagainya.¹⁴

3. Sumber Data/ Subjek

Sumber data adalah subjek dimana data diperoleh, sumber data juga bisa disebut dengan responden, yaitu orang yang merespon atau menjawab pertanyaan-pertanyaan dari peneliti baik pertanyaan yang tertulis maupun pertanyaan lisan. Sumber data sangat dibutuhkan oleh peneliti dikarenakan sumber data merupakan alat untuk melengkapi data yang di peroleh agar data dinilai valid. Dalam hal ini peneliti menggunakan tehknik purposive sampling yaitu sampling yang memiliki ciri utama, yaitu apabila anggota sampel yang dipilih secara khusus berdasarkan tujuan penelitian. Karakteristik subjek yang dipilih berdasarkan tujuan penelitian ini adalah wanita yang menikah di usia 19 tahun atau menikah dini di Dusun Petung Desa Binade. Sumber data primer adalah sumber data yang secara langsung memberikan data kepada penelnti tanpa adanya perantara lainnya Dalam penelitian ini sumber data primer yang diperoleh peneliti adalah sebagai berikut:

Sebagian wanita yang menikah dini di Dukuh Petung Desa Binade;

- a. DS pelaku pernikahan dini di Dusun Petung Desa Binade yang menikah di usia 16 tahun dan mengalami perceraian dan melakukan pernikahan sebanyak dua kali.

¹⁴ Iqbal Hasan, *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik* (Jakarta:Bumi Aksara, 2006), Cet Ke-2, 19.

- b. EN pelaku pernikahan dini di Dusun Petung Desa Binade yang menikah di usia 18 tahun dan mengalami perceraian di pernikahannya yang pertama dan kedua, EN melakukan pernikahan sebanyak tiga kali.
- c. ES pelaku pernikahan dini di Dusun Petung Desa Binade yang menikah di usia 17 tahun dan masih bertahan dengan pernikahannya.

4. Teknik Pengumpulan Data

a. Metode observasi

Metode observasi adalah metode pengumpulan data yang digunakan peneliti untuk menghimpun data penelitian, data penelitian tersebut dapat diamati oleh peneliti menggunakan panca indra. Observasi merupakan metode atau cara-cara menganalisis pencatatan secara sistematis mengenai tingkah laku subjek dengan melihat atau mengamati individu atau kelompok secara langsung.

¹⁵ Observasi yang digunakan untuk meneliti hal-hal yang terkait dalam penelitian yaitu bagaimana kondisi emosi pada wanita yang menikah dini dan bagaimana strategi pengendalian emosi pada wanita yang menikah dini di Dusun Petung Desa Binade.

b. Metode wawancara

Metode Wawancara adalah percakapan yang dilakukan dengan maksud tertentu oleh dua pihak, yaitu pewawancara sebagai pengaju atau pemberi pertanyaan dan yang diwawancarai sebagai narasumber jawaban atas apa yang ditanyai. Wawancara merupakan proses Tanya jawab dengan lisan antara dua orang atau lebih. Metode wawancara merupakan alat untuk mengumpulkan informasi dengan cara mengajukan pertanyaan secara lisan dan juga dijawab secara lisan. ¹⁶

Teknik triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan suatu yang lain di luar data untuk kepentingan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data ini. Penelitian ini menggunakan tehnik triangulasi jenis teori. Teori yang digunakan peneliti adalah teori pengendalian emosi yang dikemukakan oleh Hurlock untuk kepentingan sebagai pembanding. Teknik triangulasi dilakukan dengan cara menanyakan hal yang sama dengan teknik yang

¹⁵ Basroni Dan Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta:PT Rineka Cipta 2008), 94

¹⁶ Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2000), 165.

berbeda yaitu dengan wawancara, observasi dan dokumentasi triangulasi sumber yang berbeda. Dalam penelitian ini sumber datanya adalah wanita menikah dini di Dusun Petung Desa Binade. Dengan triangulasi ini, maka dapat diketahui apakah narasumber memberikan data yang sama atau tidak. Apabila narasumber memberikan data yang berbeda maka berarti data belum kredibel.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Kondisi Emosi pada Wanita yang Menikah Dini di Dusun Petung Desa Binade

Emosi adalah sebuah problem yang dialami oleh setiap individu yang mencakup reaksi fisiologis, perasaan, proses kognitif, dan tingkah laku.¹⁷ Pernikahan dini yang terjadi di masyarakat pedesaan khususnya menimbulkan pro dan kontra. Seperti pro contohnya yaitu menghindari zina, mengurangi beban keluarga dan menikah sebagai ibadah. Sedangkan contoh kontra yaitu emosi yang belum matang, kurangnya pengalaman dalam menjalankan rumah tangga dan perekonomian yang belum stabil. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan

Peneliti pada masyarakat Dusun Petung Desa Binade, ditemukan beberapa faktor yang menjadi alasan untuk melangsungkan pernikahan dini, seperti faktor ekonomi, tingkat pendidikan atau rendahnya SDM dan yang menjadi kasus paling banyak yaitu terjadinya hamil diluar nikah atau *MBA*. Pernikahan dini yang terjadi di kalangan masyarakat menghadirkan banyak dampak negatif dan positif. Dalam hal ini, dampak positif akan muncul ketika pelaku pernikahan dini dapat bertanggung jawab penuh akan resiko atau suatu hal yang terjadi dalam ikatan pernikahannya. Akan tetapi jika pelaku tidak mampu bertanggung jawab penuh maka akan menimbulkan dampak negatif yang dapat mengganggu mental maupun pikiran seperti rasa penyesalan yang tidak ada habisnya, rasa benci terhadap diri sendiri, hilangnya rasa percaya diri dan takut untuk memulai bersosialisasi. Dua dari tiga narasumber pelaku pernikahan dini di Dusun Petung Desa Binade

¹⁷ Santoso, A, S, *Modul 10 Kepribadian Dan Emosi* (Jakarta: Universitas Mercu Buana Jakarta, 2008)

mengalami kasus perceraian akibat kurang matangnya emosi terutama pada wanita. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara terhadap DS, selain kehilangan harapan di masa depan, timbulnya rasa penyesalan dan membenci dirinya sendiri, karena mengambil keputusan untuk menikah dini. Emosi negatif tersebut dapat mengakibatkan dirinya merasa tertekan dan merasa rendah diri yang mengakibatkan DS malas untuk bersosialisasi di lingkungan.

Selain itu, dari hasil observasi dan wawancara terhadap EN bahwa emosi pada wanita pernikahan dini banyak dilampiaskan kepada anak mereka seperti melakukan KDRT verbal misalnya mencubit, menampar, disiram air sedangkan untuk non verbal seperti memarahi anaknya didepan umum, melontarkan kata-kata yang tidak pantas terhadap anak dan selalu menuduh anaknya sebagai puncak permasalahan yang dihadapi.

Sedangkan dari hasil wawancara dan observasi terhadap ES ditemukan bahwa ia sempat kesulitan untuk menghadapi tekanan dan menyalurkan emosi dalam masalahnya meskipun salah dan rasa bersalah serta rasa penyesalan yang telah diperbuat, tetapi ia mampu melewatinya dan bertahan. Hal tersebut tentunya tidak tidak baik bagi jiwa wanita dan tumbuh kembang anaknya. Kondisi emosi negatif pada wanita yang menikah dini dapat berakibat mengubah perilaku menjadi merasa rendah diri, merugikan diri sendiri, maupun orang-orang di sekitarnya.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kondisi emosi pada wanita yang menikah dini di Dusun Petung Desa Binade, memiliki kondisi emosi yang belum terkontrol dengan baik, sehingga mengakibatkan rasa penyesalan serta kekecewaan pada dirinya sendiri.

B. Strategi Pengendalian Emosi pada Wanita yang Menikah Dini di Dusun Petung Desa Binade

Hurlock menjelaskan bahwa pengendalian emosi merupakan suatu usaha yang menitik beratkan pada penekanan reaksi terhadap suatu rangsangan yang menimbulkan emosi tersebut ke suatu bentuk ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima oleh lingkungan.¹⁸ Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk

¹⁸ Hurlock, E. B, *Perkembangan Anak Jilid 1* (Edukasi ke 6) (Jakarta: Erlangga, 2007), 31.

mengendalikan dan mengarahkan emosi secara positif yaitu berfikir tentang akibat negatif yang mungkin terjadi dan berusaha untuk memaafkan orang lain.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi ditemukan hasil, DS pelaku MBA yang menikah muda di usia 16 tahun memutuskan untuk menikah dan putus sekolah. Di pernikahan pertama ia akhirnya memilih untuk bercerai dan menikah untuk kedua kalinya di usia 22 tahun. Berdasarkan temuan di atas DS sudah mampu mengontrol diri dari perilakunya serta dapat menyalurkan emosi dengan mengendalikan pikiran serta perilakunya agar tidak melakukan kesalahan yang sama.

Subjek ES, pelaku pernikahan dini dengan kasus MBA memutuskan untuk putus sekolah dan memilih untuk menikah di usia 17 tahun. Subjek ES sudah mampu mempertahankan rumah tangganya dan mempunyai bentuk emosi yang stabil, meskipun sering menyalurkan emosinya di media sosial tetapi pertahanan terhadap dirinya cukup baik, mempunyai rasa percaya diri dan penerimaan diri yang baik.

Subjek EN, menikah di usia 18 tahun untuk pernikahan pertama bertahan kurang lebih selama satu tahun dan akhirnya memilih untuk bercerai. Menikah untuk kedua kalinya di usia 21 tahun dan bertahan dia tahun lalu memutuskan untuk bercerai lagi. EN melakukan pernikahan untuk ketiga kalinya di usia 25 tahun. EN memiliki pengendalian emosi yang belum stabil, masih sering meluapkan emosinya terhadap anaknya, mudah merasa tersinggung dan menganggap bahwa perceraian adalah jalan terbaik dari masalah rumah tangganya yang dihadapi.

Sehingga dari hasil tersebut, wanita yang menikah dini di Dusun Petung Desa Binade memiliki pengendalian emosi yang berbeda-beda, dua dari tiga subjek sudah mampu mengendalikan emosinya sedangkan satu diantaranya belum memiliki penyelesaian yang tepat. Faktor pengendalian emosi dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial, penerimaan terhadap diri sendiri, lingkungan sosial dan ketakwaan terhadap Tuhan yang Maha Esa.

PENUTUP

Pelaku pernikahan dini di Dusun Petung Desa Binade memiliki emosi yang belum stabil sehingga ketika terjadi masalah dalam rumah tangganya masih belum bisa sepenuhnya bertanggung jawab atas konsekuensi yang akan dihadapi dengan segala pilihan keputusannya.

Wanita yang menikah dini di Dusun Petung Desa Binade memiliki pengendalian emosi yang berbeda-beda, dua dari tiga subjek sudah mampu mengendalikan emosinya sedangkan satu diantaranya belum memiliki penyelesaian yang tepat. Faktor pengendalian emosi dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial, penerimaan terhadap diri sendiri, lingkungan sosial dan ketakwaan terhadap Tuhan yang Maha Esa.

DAFTAR RUJUKAN

- Akhmad Syah Roni Amanullah, "Mekanisme Pengendalian Emosi dalam Bimbingan dan Konseling," *CONSEILS: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 2, no. 1 (28 April 2022), <https://doi.org/10.55352/bki.v2i1.549>.
- Amanullah, Akhmad Syahroni. *Mekanisme Pengendalian Emosi dalam Bimbingan dan Konseling, Conselis: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam vol. 2, No. 01*. Lamongan: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, 2022.
- Basron & Suwandi. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta, PT. Rineka Cipta
- Ely Manizar Hm, "Mengelola Kecerdasan Emosi," t.t.
- Fudyartanta, ki. 2011. *Psikolog Umum*. Yogyakarta, Pustaka Belajar.
- Hurlock, E. B. 2007. *Perkembangan Anak Jilid I (Edisi ke 6)*. Jakarta, Erlangga.
- Iqbal Hasan, *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik* (Jakarta:Bumi Aksara, 2006), Cet Ke-2.
- Lestari, Rahayu Puji. 2015. "Hubungan Antara Pernikahan Usia Remaja Dengan Ketahanan Keluarga" *Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan, Vol. 02, No. 02*.
- Margono. 2000. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta, Rineka Cipta.
- Nadhiroh, "Pengendalian Emosi."

- Santoso, A, S. 2008. *Modul 10 Kepribadian dan Emosi*. Jakarta, Univertas Mercu Buana Jakarta.
- Septiyani, Risma. 2017. “*Strategi Coping Stress Pada Remaja Menikah Usia Dini di Desa Tangkisan Gantiwarno Klaten, vol.3, No.4, (Klaten: Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*.”
- Tiara Erlita dan Zainal Abidin, “*Kompetensi Emosi (Ekspresi dan Pemahaman Emosi) pada Anak Usia Prasekolah,*” *Jurnal Studia Insania* 8, no. 2 (27 Januari 2021), <https://doi.org/10.18592/jsi.v8i2.3951>.
- Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra. 2012. *Manajemen Emosi*. Jakarta, Bumi Aksara.