

## **Dampak Stres Pada Psikologis Perempuan**

### **Setelah Menikah Di Usia Dini**

**R. M Mahrus Alie<sup>1</sup>, Rr. Hesti Setyodyah Lestari<sup>2</sup>, Andia Kusuma  
damayanti<sup>3</sup>, Ervina Azizah<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>Prodi Manajemen FEB Universitas Islam Raden Rahmat Malang

<sup>2</sup>Prodi Ilmu Psikologi FISIP Universitas Islam Raden Rahmat Malang

<sup>3</sup>Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Wisnuwardhana Malang

<sup>4</sup>Prodi Ilmu Pendidikan Sosial FIP Universitas Islam Raden Rahmat Malang

Email: mahrus99@uniramalang.ac.id<sup>1</sup> hesti.setyodyah@uniramalang.ac.id<sup>2</sup>,  
andiakusuma@wisnuwardhana.ac.id<sup>3</sup> aervina3@gmail.com<sup>4</sup>

#### ***Abstrak***

Pernikahan dini selain kurang dalam menyiapkan mental akan berdampak stres, dimana pernikahan dini yang dilakukan oleh remaja dapat menyebabkan remaja kehilangan suatu tugas penting di masa remajanya, yaitu mempersiapkan perkawinan dan rumah tangga. Remaja yang melaksanakan pernikahan di usia dini mempunyai peranan baru dalam hidupnya sebagai orang dewasa. Pernikahan yang dijalankan seseorang mempunyai berbagai permasalahan yang dapat mendorong adanya stres. Penelitian ini mempergunakan penelitian kualitatif dengan metode wawancara dan observasi untuk menghasilkan data yang menunjukkan subjek mengalami Stres peneliti menambahkan Pemeriksaan psikologi, dalam penelitian ini kepada 3 subjek yang berada di desa ketawang kecamatan gondanglegi, pemeriksaan psikologi ini menggunakan BDI-II (The Beck Depression Inventory). Hasil dari psikotes BDI-II yaitu yang di deskripsikan oleh peneliti bahwa berdasarkan analisis data dapat di tarik kesimpulan bahwasanya hasil pre-test dan post-test yang sudah dilaksanakan kepada ketiga subjek yang melakukan pernikahan usia dini mengalami stres hal ini diamati dari hasil pemeriksaan psikologi yang memperlihatkan angka 26 ke 31 yang artinya “stres sedang ke stres parah”. Yang kedua pre-test dan post-test memperlihatkan hasil dari angka 6 ke 13 yang artinya “Stres sedang ke Mood atau perasaan yang murung dan ringan. Yang terakhir pre-test dan post-test menunjukkan hasil dari angka ke 4 ke 11 yang artinya “Stres sedang ke Mood atau perasaan yang murung dan ringan”. Sehingga penelitian ini membuktikan bahwa perempuan yang menikah di usia dini menderita Stres dan dibuktikan dengan wawancara dan observasi.

***Kata kunci*** : Stres, Pernikahan dini

## A. PENDAHULUAN

Manusia diciptakan terdiri dari dua jenis, yakni laki-laki dan perempuan. Keduanya diciptakan berbeda dari segi psikis ataupun dari fisik. Makhluh hidup diciptakan saling membutuhkan satudengan yang lainnya dan diciptakan dengan takdir Mati, rezeki dan jodohnya pencipta yang mengetahui Menikah ialah sebuah pintu yang harus di lewati oleh kaum muslim guna menyempurnakan agama yang dianutnya dan menjaga kesuciannya diantara kedua belah pihak baik suami dan istri yang bertujuan guna membangun keluarga Sakinnah, Mawaddah, Warohmah dan Barokah.

Pernikahan Dini kini menjadi Trend di era milenial dimana pernikahan yang umumnya dilaksanakan oleh muda-mudi yang tertuang pada Undang-Undang perkawinan Bab II pasal 7 ayat 1 yang dijelaskan bahwasanya minimal usia untuk wanita yaitu 16 tahun dan untuk laki-laki 19 tahun<sup>1</sup>. Berdasarkan Undang-Undang Perlindungan Anak, anak yang belum berumur 18 tahun masih termasuk golongan anak-anak. Maka dari itu, BBKBN memberi batasan usia pernikahan yaitu 21 tahun bagi perempuan serta 25 tahun bagi laki-laki.

## B. TINJAUAN PUSTAKA

Walgito (2000:20) menjelaskan bahwasanya Psikologi Perkawinan Usia Dini juga mengandung berbagai permasalahan yang tidak diinginkan disebabkan karena psikologisnya belum matang secara khusus bagi perempuan.

Diamati dari sisi psikologisnya, perkawinan seorang yang di bawah umur atau masih belum cukup umur memberi dampak yang berpotensi sebagai suatu trauma. Kemunculan ini dikarenakan adanya ketidaksiapan

---

melaksanakan berbagai tugas perkembangan yang timbul sesudah adanya perkawinan, namun ini tidak disertai dengan kematangan serta kemampuan diri yang dimilikinya. Erikson memberikan penjelasan dari aspek perkembangan sosial bahwasanya tugas perkembangan selama masa remaja salah satunya yaitu mengatasi krisis identitas, dengan demikian diharapkan terbentuknya identitas diri yang stabil di masa remaja, supaya mendapatkan sebuah pandangan yang jelas mengenai pribadinya. Dalam konteks remaja yang melaksanakan perkawinan, proses pengidentifikasian diri remaja yang ideal akan kesulitan dipenuhi.

Pernikahan dini dilakukan oleh perempuan yang ada dalam proses perkembangan remaja, sehingga berbagai aspek psikologis juga dapat dipengaruhi dari tiga tugas perkembangan remaja, meliputi perkembangan sosial, emosi, dan kognitif, diantaranya : 1. **Perkembangan Sosial** menyebutkan bahwasanya sifat-sifat keremajaan ini (misalnya, belum memiliki pemikiran yang matang mengenai masa depan yang baik, belum memiliki pemikiran yang matang guna mengatasi berbagai konflik yang ditemui, serta emosi yang tidak stabil), akan sangat memengaruhi pertumbuhan psikososial anak dalam hal ini pun usia berpengaruh pada kemampuan konflik (Yulianti, 2010) ; 2. **Perkembangan Emosi** menjelaskan terkait emosionalitas perempuan dan laki-laki, bahwasanya usia remaja ialah usia kelabilan terhadap emosi dirinya yang kadang kala berdampak kepada keputusan menikah yang tegesa-gesa tanpa dilakukan pertimbangan matang. Remaja senantiasa berimajinasi mengenai suatu hal yang menyenangkan, enak-enak, dan kadang tidak realistis (Casmini, 2002) ; 3. **Perkembangan Kognitif** perkembangan otak yang belum matang pada remaja awal bisa mendorong emosi dan perasaan agar menentang akal sehat, berbagai alasan yang memberikan kemungkinan

remaja guna menentukan pilihan yang tidak bijaksana, misalnya melakukan kegiatan seksual beresiko dan penyalahgunaan narkoba (Papalia dkk, 2009) ; **4. Stres** terdapat berbagai istilah psikologis terkenal yang seringkali diartikan sebagai “stress”. Kata ini pada hakikatnya merujuk pada suatu kondisiseorang yang memiliki tuntutan emosi berlebih ataupun waktu yang membuat dirinya kesulitan memfungsikan seluruh wilayah kehidupan ini secara efektif. Menurut Richards (2010), kondisi ini dapat memunculkan banyak gejala, misalnya kualitas kerja yang rendah, impotensi, gelisah, mudah marah, kelelahan kronis, dan depresi.

Keluarga ialah unit paling kecil di lingkup masyarakat yang mempunyai pengaruh sangat kuat dengan sebuah keadaan. Apabila dalam sebuah keluarga menderita stres keluarga, maka dapat memengaruhi sistem yang ada dalam keluarga itu sendiri. Menurut Robins (2001), pada teori stress keluarga disebutkan tentang suatu krisis yang muncul dikarenakan berbagai strategi dan sumber adatif tidak secara efektif menghadapi berbagai ancaman stressor, dengan demikian keluarga tidak memiliki keterampilan dalam menyelesaikan suatu permasalahan dan keluarga menjadi kurang bermanfaat. Stres atau krisis keluarga dicirikan dengan adanya kesemerawutan dan ketidakstabilan keluarga, biasanya ketika stress timbul maka keluarga akan merasakan ketidaknyamanan dan biasanya keluarga bersifat reseptif dengan nasehat-nasehat serta informasinya.

### **C. METODE PENELITIAN**

Pendekatan yang dipergunakan pada penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, yakni sebuah prosedur penelitian yang mendapatkan hasil data deskriptif berupa tulisan atau ucapan serta perilaku yang dapat

diamati dari subyek (orang). Peneliti menggunakan pendekatan jenis penelitian *case study* (studi kasus). Dengan menggunakan penelitian ini penulis lebih mudah untuk mengetahui dampak psikologis yang dialami oleh dewasa awal yang melakukan pernikahan diusia 16-20 tahun menurut BKKBN. Penelitian ini dilakukan dirumah subjek yang berlokasi di desa Ketawang kecamatan Gondanglegi. Penulis mengumpulkan data dengan teknik yang digunakan yakni teknik wawancara,observasi dan pemeriksaan psikologi menggunakan alat ukur BDI II. Alat ukur BDI II (*Beck Depression Inventory*) merupakan alat ukur yang bertujuan untuk mengetahui kecenderungan munculnya potensi stres hingga depresi pada subjek penelitian ; Data Reduction (Reduksi Data) ; Data Displa (Penyajian Data) ; Penarikan kesimpulan serta verifikasi. Guna pengecekan keabsahan data maka dapat dipergunakan triangulasi metode.

#### **D. HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN**

Bentuk temuan stres pada pernikahan dini.Subjek penelitian ini diamati dengan karakteristik subjek penelitian berdasarkan usia pernikahan, stres yang dialami oleh subjek setelah menikah dan faktor yang mempengaruhi stres. Peneliti melakukan wawancara mendalam serta observasi untuk mendukung data wawancara terhadap subjek (VN) (PU) dan (AY) selama 3 kali.

**Analisis Data,** Deskripsi hasil penelitian yang disajikan yaitu mengenai bentuk temuan terkait dampak psikologis terhadap stres pernikahan dini. Hasil penelitian juga diperoleh melalui observasi,wawancara, dokumentasi dan pemeriksaan psikologi terkait dengan dampak stres pada psikologis perempuan setelah menikah di usia dini.

Dalam hasil penelitian dampak stres pada psikologis perempuan setelah menikah di usia dini di desa Ketawang kecamatan Gondanglegi. Berikutnya disebut sebagai hasil penelitian. Data yang terkumpul disajikan sesuai dengan subjek penelitian, yakni hasil penelitian dari sumber yang terbagi atas responden dan informan, serta dokumentasi dan observasi, penyajian hasil penelitian, didasarkan pada data tambahan dari responden dan hasil wawancara dengan responden secara mendalam, serta dokumentasi dan observasi secara singkat.

Dari hasil wawancara dan observasi diketahui bahwa dari ketiga subjek ini yang melakukan pernikahan dini mengalamistress.hal ini diakibatkandari faktor internal dan eksternal. .Faktor eksternal di pengaruhi oleh lingkungan seperti keluarga dari luar rumah yang selalu mengurus kehidupan rumah tangga dan faktor internal dipengaruhi oleh keluarga itu sendiri misalnya ekonomi,masalah kecil yang dibesar-besarkan,beda pendapat dengan suami dan lain sebagainya.

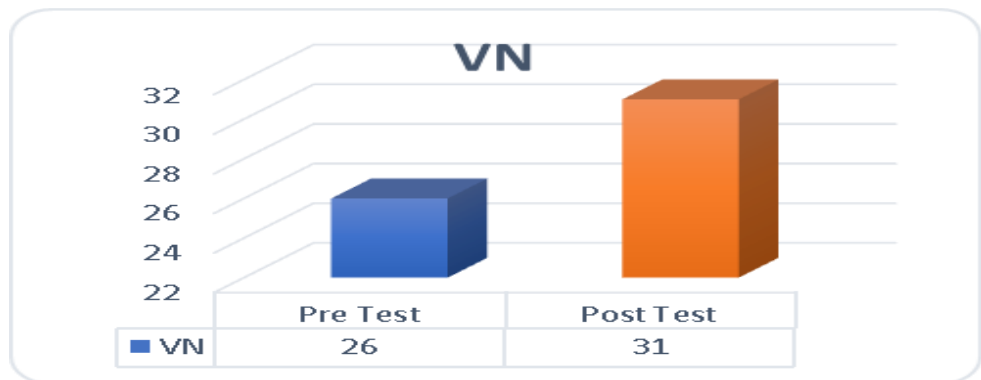
Untuk membuktikan bahwa subjek mengalami stres pernikahan dini,peneliti menggunakan alat tes BDI-II,dilakukan secara bertahap yaitu pre-tes dan pos-tes dilakukan dihari yang sama dan waktu yang berbeda,subjek mulai mengerjakan soal dari tes BDI-II setelah peneliti menginstruksikan kepada subjek tata cara pengisian tes BDI II, hasil dari pemeriksaan psikologi sudah peneliti sudah di interpretasi dan sebelum melakukan pemeriksaan psikologi peneliti mempergunakan metode observasi dan wawancara,data yang sudah peneliti kumpulkan,peneliti telah mendeskripsikan hasil dari penelitian tersebut.

Durasi waktu yang dilakukan untuk pemeriksaan psikologi BDI-II dilakukan selama 2 minggu kepada ketiga subjek diantaranya dilakukan

pre-test pada tanggal 16 Nopember 2021 selanjutnya dilakukan post-test pada tanggal 31 Nopember 2021 yang dilakukan dirumah subjek masing-masing. Hasil test yang dilakukan peneliti kepada subjek,ada ditabel 1.A

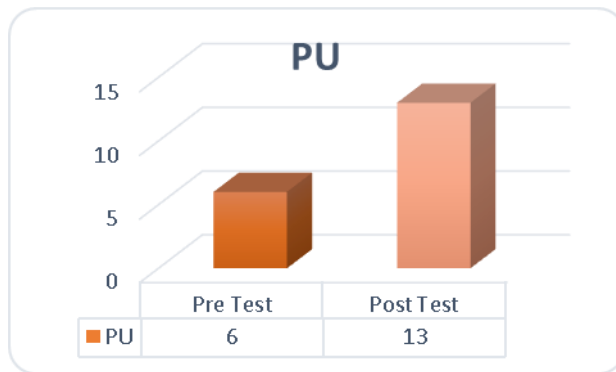
**Tabel 1.**

No	Subjek	Tahap 1	Tahap 2
1.	VN	26 (Depresi Sedang)	31 (Depresi Parah)
2.	PU	6 (Depresi Sedang)	13 (Gangguan “Mood” atau perasaan yang murung dan ringan)
3.	AY	4 (Naik turunnya ini tergolong wajar)	11 (Gangguan “Mood” atau perasaan yang murung dan ringan)



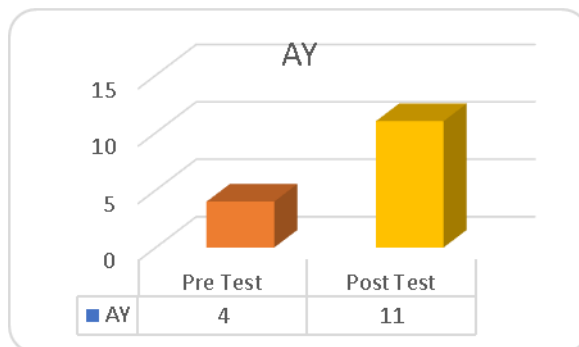
**Gambar 1.**

Subjek VN mengalami “Depresi sedang” ketika peneliti temui di pertemuan kedua,hasil pengisian BDI II menunjukkan angka 26 yang artinya “Depresi Sedang”. Sedangkan pertemuan kedua melakukan psikotes BDI II hasil nya menunjukkan angka 31 yang artinya “Depresi Parah”.



Gambar 2.

Ketika peneliti temui Subjek PU, peneliti melakukan psikotes BDI II kepada subjek, hasil penelitian menunjukkan angka “6” yang artinya “Naik turunya ini tergolong wajar”. Sedangkan pertemuan kedua melakukan psikotes BDI II hasilnya menunjukkan angka “13” yang artinya “gangguan mood ” atau perasaan murung yang ringan.



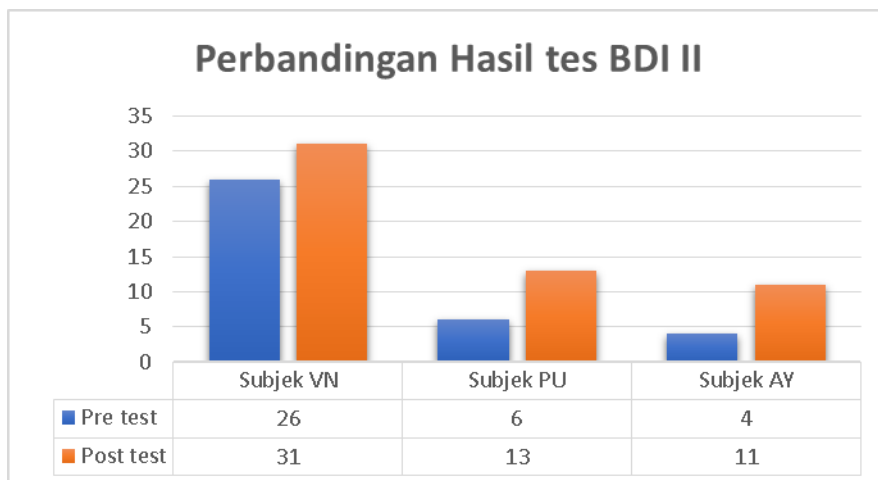
Gambar 3.

Ketika peneliti temui Subjek AY, peneliti melakukan psikotes BDI II kepada subjek, hasil penelitian menunjukkan angka “4” yang artinya “Naik turunya ini tergolong wajar”. Sedangkan pertemuan kedua



melakukan psikotes BDI II hasilnya menunjukkan angka “11” yang artinya “gangguan mood ” atau perasaan murung yang ringan.

Hasil dari tabel tersebut diatas dari setiap subyek maka digabungkan dengan penjelasan bahwa ketika dilakukan pemeriksaan pre-test dan post-test pada subjek VN peningkatan yang menunjukkan hasil dari angka 26 ke 31 yang artinya “depresi sedang ke depresi parah”. Sedangkan pada subjek PU dilakukan pemeriksaan pre-test dan post-test menunjukkan hasil dari angka 6 ke 13 yang artinya “depresi sedang ke Mood atau perasaan yang murung dan ringan”, hasil dari subjek AY ketika dilakukan pemeriksaan pre-test dan post-test menunjukkan hasil dari angka ke 4 ke 11 yang artinya “depresi sedang ke Mood atau perasaan yang murung dan ringan”, pemeriksaan psikologis ini dilakukan diwaktu yang berbeda, dan hasil yang didapatkan bahwa perempuan yang melakukan pernikahan diusia dini tidak lagi mengalami peningkatan stres tetapi sudah mengarah pada tingkat depresi, selain itu dari hasil pemeriksaan psikologi, diketahui bahwa 3 subjek penelitian memiliki adanya potensi dampak Depresi.



Gambar 4.

## E.PENUTUP

### Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan : Dari hasil penelitian yang berkaitan dengan Dampak stres pada psikologis perempuan setelah menikah di usia dini, berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan wawancara,observasi dan pemeriksaan psikologis kepada subjek, yang menunjukkan ketiga subjek yang melakukan pernikahan usia dini mengalami stres hal ini diungkapkan dari hasil pemeriksaan psikologi BDI-II. Hasil Ketiga subjek sebagai berikut subjek VN mengalami peningkatan stres, hasil pre tes subjek VN yang menunjukkan angka 26 yaitu “depresi sedang”,subjek mengalami peningkatan setelah dilakukan Post tes yaitu 31 yang artinya “depresi parah”. subjek kedua hasil pre tes subjek PU yang menunjukkan angka 6 yaitu “Depresi sedang”,subjek mengalami peningkatan setelah dilakukan Post tes yaitu 13 yang artinya “gangguan mood atau perasaan yang murung dan ringan”, subjek ketiga hasil pre tes subjek AY yang menunjukkan angka 4 yaitu “Naik turunnya ini tergolong wajar”,subjek

mengalami peningkatan setelah dilakukan Post tes yaitu 11 yang artinya “gangguan mood atau perasaan yang murung dan ringan”. Selain itu hasil wawancara yang dilakukan menunjukkan masalah yang ada di dalam keluarga dan diluar keluarga menjadi salah satu faktor stres. Dari kesimpulan diatas penelitian kepada ketiga subjek menunjukkan peningkatan stres yang mengarah ke depresi, data yang diperoleh tersebut telah terlampir diatas.

Saran : 1) Sebaiknya menyiapkan mental dan kematangan psikologis an untuk menikah dengan baik karena masalah di dalam rumah tangga tidak ada yang mengetahui yang akan terjadi. Sehingga peneliti menyarankan untuk perempuan untuk melanjutkan pendidikan terlebih dahulu; 2) Melakukan relaksasi, mengendalikan emosi dengan hal-hal positif atau aktivitas yang menyibukkan diri dengan potensi yang dimiliki, sehingga dampak pernikahan dini seperti stres dapat berangsur menurun, yang terakhir menerima kondisi; 3). Selanjutnya untuk melakukan penelitian ini dengan menggunakan metode yang baru atau berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhim, Mohammad, Fauzil. 2002. *Indahnya Pernikahan Dini*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Al-Mighwar, Muhammad. 2006. *Psikologi Remaja*. Bandung: Pustaka Setia.
- Asri Ediyati, 2018. Dampak psikologis dan fisik pernikahan usia dini bagi anak
- <https://www.haibunda.com/parenting/20181120175500-62-28599/dampak-psikologis-dan-fisik-pernikahan-usia-dini-bagi-anak>. diakses pada 16 juli 2019.
- [BKKBN] Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional. (2012). *Pernikahan dini pada beberapa provinsi di Indonesia: dampak overpopulation, akar masalah dan peran kelembagaan di daerah*. Jakarta (ID): BKKBN.
- Cox, T dan E. Ferguson.1991. “ *individual Differences,Stress and coping*”dalam *personality and stress : individual Differences in the stress process*. Di edit oleh C. L Cooper dan R.Payne. England : John Wiley & Son.
- Herdiansyah Haris.2015. *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi*, (Jakarta: Selemba Humanika Cipta),hal 17-191.
- Jefry Setyawan, 2016, *jurnal penelitian psikologi*,Universitas Negeri Surabaya
- Kartubi Mashuri,*Menikah itu indah*, (Yogyakarta: Insanmadani, 2007) Hal 4.
- Masjudi, 2013. *Kemandirian Berkeluarga Perkawinan Di Bawah Umur*. Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Moleong J. Lexy.2008. *Penelitian kualitatif*. (Bandung : PT Remaja Rosdakarya)
- Riska Apriyanti.2017. *Dampak Psikologis Pernikahan dini Bagi Kaum Wanita di Desa Pasar Baru Kecamatan Kedondong*.Skripsi Lampung. Universitas Raden Intan.
- Suharsimi Arikunto.2012. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta),hal 14
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Elfabeta.
- Suryana, Asep. 2007. *Tahap-Tahapan Penelitian Kualitatif*. Diktat Kuliah Pada Jurusan Administrasi Pendidikan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sarwono, S.W. (2013). *Psikologi Remaja*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persa