

Psychological well-being pasangan pernikahan dini: Adakah Peranan *Marital Adjustment*?

Deviolla Anastazy Galuanta

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945

Tatik Meiyuntariningsih

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945

Akta Ririn Aristawati

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945

E-mal : tatikmeiyun@untag-sby.ac.id

Abstract

Psychological well-being is the ability of individuals to accept their circumstances, form warm relationships with others, control their environment, be able to control the environment, have goals and develop talents and abilities for personal growth. One of the influencing factors psychological well-being marital adjustment were the more each individual early marriage couple can make adjustments to each other, the more they can achieve psychological well-being. This study aims to determine the relationship between marital adjustment with psychological well-being for married couples who marry early. The hypothesis put forward in this study is that there is a positive relationship between marital adjustment with psychological well-being. This study uses quantitative methods to achieve research objectives. The subjects used in this study were early marriage couples in North Surabaya which was a research study snowball. Measuring tool using a scale marital adjustment (Hurlock 2002) and psychological well-being (Ryff 1989). The data obtained were analyzed using correlation techniques Spearman rho with the help of SPSS 26 IBM for Macbook. Based on the results of the data analysis that has been done, it is found that there is a positive and very significant relationship between Marital Adjustments with Psychological well-being.

Keywords: *Marital Adjustment, Psychological well-being, Early marriage couples*

Abstrak

Psychological well-being adalah kemampuan individu untuk menerima keadaannya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mengendalikan lingkungannya, mampu mengontrol lingkungan, memiliki tujuan dan mengembangkan bakat dan kemampuan untuk pertumbuhan pribadi. Salah satu faktor yang mempengaruhi psychological well-being adalah marital adjustment yang dimana semakin masing-masing individu pasangan pernikahan dini bisa melakukan penyesuaian satu sama lain maka dapat bisa mencapai psychological well-being. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara marital adjustment dengan psychological well-being pada pasangan suami istri yang melakukan pernikahan dini. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara marital adjustment dengan psychological well-being. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif untuk mencapai tujuan penelitian. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pasangan pernikahan dini yang berada di Surabaya Utara yang merupakan penelitian studi snowball. Alat ukur menggunakan skala marital adjustment (hurlock 2002) dan psychological well-being (Ryff 1989). Data yang diperoleh dianalisis dengan teknik korelasi Spearman rho dengan bantuan SPSS 26 IBM for Macbook. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan didapatkan bahwa ada hubungan positif dan sangat signifikan antara Marital Adjustment dengan Psychological well-being.

Kata kunci: *Marital Adjustment, Psychological well-being, Pasangan pernikahan dini*

Pendahuluan

Setiap manusia di dunia ini di ciptakan secara berpasang-pasangan. Karena itu perlu adanya ikatan yang sah melalui agama dan juga negara yang disebut sebagai pernikahan.

Pernikahan dini adalah pernikahan antara seorang pria dengan seorang wanita yang usianya masih tergolong anak-anak atau remaja. Padahal, individu tersebut belum disarankan menikah dan berkeluarga, karena usia yang masih tergolong sangat muda. Individu masih membutuhkan persiapan yang matang untuk memasuki kehidupan berumah tangga. Secara psikologis, mereka masih perlu berkembang secara kognitif, afektif dan komunikatif, agar siap sebagai orang dewasa untuk memikul tanggung jawab hingga mencapai usia pernikahan (Dariyo et al 2020). Pandangan ini sejalan dengan pandangan Santrock (2014) bahwa pernikahan merupakan tugas perkembangan pada masa dewasa, bukan pada masa kanak-kanak atau remaja. Sedangkan masa untuk melakukan pernikahan saat usia dewasa awal yaitu 20-40 tahun (Papalia, 1998) atau pada usia 18-40 tahun (Hurlock, 1980). Menurut Sarwono (1994), pernikahan dini banyak terjadi pada usia remaja karena remaja sangat rentan terhadap perilaku seksual.

Kajian tentang perkawinan di bawah umur berdasarkan UU No. 1 Tahun 1974 menyimpulkan bahwa data penelitian ini menunjukkan kecenderungan masyarakat menikah dini, motif perkawinan dini adalah kebanggaan untuk mendekatkan hubungan keluarga, tingkat pendidikan yang rendah. Faktor yang mempengaruhi pernikahan dini yaitu tradisi dan adat istiadat, faktor ketidaktahuan dan kesadaran umum, faktor kondisi ekonomi dan tindakan ceroboh yang menyebabkan kehamilan di luar nikah (Alhmalisa & Agustian, 2021). Banyak anak atau remaja yang menikah dini juga mengalami perceraian, menurut data Pengadilan Agama Indonesia, salah satunya Pengadilan Agama Kabupaten Banyuwangi, dilansir timeindonesia.co.id, yang menunjukkan bahwa pada Januari-Agustus 2021, 4.027 permohonan cerai diterima dari pasangan usia 20-an. Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak pernikahan dini yang belum siap secara mental maupun fisik untuk menikah.

Berdasarkan studi awal peneliti terhadap beberapa pasangan yang menikah dini di Surabaya pada tingkatan usia yang berbeda-beda dengan template pertanyaan yang sama. IP, AY, DT, TR, SR mengatakan bahwa individu yang menikah dini cenderung tidak memiliki tujuan hidup, merasakan tekanan secara mental dalam diri individu, ingin mengubah masa lalu. Hal ini sejalan dengan pendapat Ryff (1989) menjelaskan *psychological well-being* sebagai keadaan seseorang yang tidak hanya bebas dari tekanan atau masalah kesehatan mental, tetapi juga keadaan seseorang yang memiliki kemampuan untuk menerima dirinya dan kehidupannya di masa lalu (*self-acceptance*), perkembangan atau pertumbuhan diri (*personal growth*), keyakinan bahwa hidup memiliki arti dan tujuan (*life purpose*), kualitas hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relationship with others*), kemampuan mengatur hidup sendiri dan mengendalikan lingkungan efektif (*environmental mastery*) dan kemampuan untuk memutuskan tindakan sendiri (*autonomy*). Dengan demikian individu yang melakukan pernikahan dini kurang dapat merasakan *psychological well-being*.

Salah satu faktor *psychological well-being* adalah kepribadian (Ryff, 1995). Menurut Ryff (1995) Kepribadian yang sehat adalah seseorang yang memiliki keterampilan koping yang efektif untuk menghindari stres dan konflik, memiliki banyak keterampilan pribadi dan sosial seperti penerimaan diri, dan mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan lingkungan, sehingga individu dengan kepribadian positif itu sehat, cenderung mampu menjalin hubungan yang baik dengan lingkungannya termasuk lingkungan keluarga salah satunya dengan pasangan. Pasangan suami istri yang mampu menciptakan hubungan yang harmonis untuk dapat mencegah dan menyelesaikan sebuah konflik disebut dengan marital adjustment (Hurlock, 1980). Dengan demikian salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah marital adjustment.

Pasangan suami istri yang memiliki *marital adjustment* cenderung akan memiliki pengalaman interpersonal, wawasan sosial sehingga pasangan suami istri semakin mudah

untuk beradaptasi dengan pasangannya, dan juga termasuk bagaimana individu memberi dan menerima kasih sayang, memiliki pengalaman dan mampu mengendalikan emosi ketika melakukan penyesuaian dalam seksual dengan pasangan, memiliki komunikasi dan toleransi yang baik antar pasangan dalam melakukan penyesuaian keuangan di dalam rumah tangga, dan juga pasangan suami istri mampu melakukan penyesuaian dengan pihak keluarga satu sama lain untuk menciptakan hubungan yang baik diantara kedua keluarga (Hurlock, 2002).

Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian terdahulu yaitu perbedaan subjek, lokasi, teori dan variabel yang digunakan dalam penelitian ini. Subjek dalam penelitian ini adalah pasangan pernikahan dini yang sedang tinggal bersama. Lokasi penelitian dilakukan di Surabaya Utara dan teori yang digunakan adalah teori *Marital adjustment* Hurlock (2002) dan Teori *Psychological well-being* Ryff (1989).

Berdasarkan Latar belakang masalah yang telah dipaparkan oleh peneliti, maka menunjukkan bahwa masih banyak pasangan yang berada di bawah usia melakukan pernikahan. Pada pernikahan yang dilakukan oleh pasangan muda terdapat banyak konflik diantara satu sama lain sehingga menunjukkan bahwa pasangan suami istri pernikahan dini tersebut belum mampu untuk melakukan penyesuaian di dalam pernikahan. Penyesuaian-penyesuaian yang harus dilakukan oleh pasangan pernikahan dini tentu bukanlah suatu hal yang mudah bagi individu yang berada di usia 20 tahun kebawah, salah satunya pasangan pernikahan dini tersebut belum mencapai *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) yang dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya kepribadian yang dimana pasangan dini tersebut belum mampu menciptakan hubungan yang harmonis untuk menghindari dan menyelesaikan konflik. Sehingga berdasarkan masalah tersebut maka penulis ingin meneliti dan mengkaji lebih jauh mengenai bagaimana hubungan antara *marital adjustment* dengan *psychological well-being* pada pasangan pernikahan dini.

Metode

Subjek penelitian ini adalah para pasangan pernikahan dini yang menikah pada usia 20 tahun kebawah dan sedang tinggal bersama. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Snowball sampling*. Teknik ini dipilih karena data yang dimulai dengan sumber data kecil dan kemudian berkembang menjadi lebih besar. Hal ini karena sumber data yang kecil tidak dapat memberikan data yang memuaskan. Oleh karena itu, mencari informan lain untuk dijadikan sebagai sumber data. Jumlah partisipan dalam penelitian ini berjumlah 104 pasangan pernikahan dini.

Instrumen pengumpulan data menggunakan skala psikologi dengan jenis model likert. Skala terbagi menjadi dua pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Kedua skala *likert* tersebut subjek diminta untuk menjawab pernyataan berdasarkan kategori respon yang akan diberikan yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala *marital adjustment* disusun berdasarkan teori dari Hurlock (2002) yang dimana telah menyebutkan 5 aspek yakni penyesuaian dengan pasangan, penyesuaian seksual, penyesuaian keuangan, dan penyesuaian dengan pihak keluarga pasangan. Skala *marital adjustment* terdiri dari 40 item. Skala *psychological well-being* disusun berdasarkan aspek-aspek menurut Ryff (1994) yang dimana telah menyebutkan 6 aspek *psychological well-being* yakni *self accepted, positive relationship with other, autonomy, environmental mastery, purpose of life dan Personal growth*. Skala *psychological well-being* terdiri dari 60 item. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket yang disebar secara offline.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi *Spearman Brown* untuk menguji hubungan antara *marital adjustment* dengan *psychological well-being* pada pasangan pernikahan dini.

Hasil

Variabel	Sig. (p)	Keterangan
<i>Psychological Well-Being</i>	0,000	Tidak Normal

Sumber : Output Statistic Program SPSS Seri 26 IBM For Macbook

Berdasarkan hasil uji asumsi normalitas sebaran pada skala *marital adjustment* dengan *psychological well-being* pada *Kolmogorov Smirnov* diperoleh *signifikansi statistic* = 0,185 pada $p = 0,000$ ($p > 0,05$) sehingga dapat diasumsikan bahwa sebaran skala *marital adjustment* dengan *psychological well-being* terdistribusi tidak normal sehingga dianalisis menggunakan *spearman brown* yang merupakan *Statistic non Parametric*.

Variabel	Sig. (p)	Keterangan
<i>Marital Adjustment- Psychological Well-Being</i>	0,000	Tidak Linier

Sumber : Output Statistic Program SPSS Seri 26 IBM For Macbook

Berdasarkan hasil uji linieritas yang telah dilakukan antara variabel konsep diri dengan perilaku asertif menunjukkan $p=0,000$ Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih kecil daripada $< 0,05$ sehingga dapat dikatakan pada variabel konsep diri dengan perilaku asertif terdapat hubungan yang tidak linier maka dari itu penelitian ini menggunakan Teknik non parametrik *Spearman rho* karena uji prasyarat tidak terpenuhi.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Spearman Brown

Variabel	Sig. (p)	Keterangan
<i>Marital Adjustment dengan Psychological well-being</i>	0,681 0,000	Signifikan

Sumber : Output Statistic Program SPSS Seri 26 IBM For Macbook

Berdasarkan hasil analisis tersebut, maka hipotesis penelitian ini dinyatakan diterima, yakni terdapat hubungan positif antara variabel *Marital Adjustment* dengan *Psychological well-being* pada pasangan pernikahan dini, dengan nilai korelasi sebesar 0,681 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,01$) yang artinya semakin tinggi *Marital Adjustment* maka semakin tinggi pula *Psychological well-being* pada pasangan pernikahan dini.

Tabel 4. Analisis Deskriptif skala Marital Adjustment

Variabel	Kategori	Jumlah	Presentase
Marital Adjustment	Sedang	73	70,2%
	Tinggi	31	29,8%
	Total	104	100%

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan terkait dengan kategorisasi partisipan skala *marital adjustment*, diketahui kategori sedang dengan rentang nilai 68-102 adalah 73 pasangan pernikahan dini dengan persentase sebesar 70,2%. Pada kategori tinggi dengan rentang nilai 102 adalah 19 pasangan pernikahan dini dengan persentase diperoleh sebesar 35,6%. Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa partisipan atau pasangan pernikahan dini di Surabaya Utara pada variabel marital adjustment berada pada kategori sedang.

Tabel 5. Analisis Deskriptif Psychological Well-Being

Variabel	Kategori	Jumlah	Presentase
Psychological Well-Being	Sedang	85	81,7%
	Tinggi	19	18,3%
Total		104	100%

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan terkait dengan kategorisasi partisipan skala *psychological well-being*, diketahui kategori sedang dengan rentang nilai 114-172 diperoleh jumlah sebanyak 85 pasangan pernikahan dini dengan persentase sebesar 81,7%. Pada kategori tinggi dengan rentang nilai lebih dari 122 diperoleh 19 pasangan pernikahan dini dengan persentase sebesar 18,3%. Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa partisipan atau pasangan pernikahan dini pada variabel *psychological well-being* berada pada kategori sedang.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisa yang telah dilakukan oleh peneliti, menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara *marital adjustment* dengan *psychological well-being* pada pasangan yang menikah secara dini. Artinya semakin tinggi *marital adjustment* pasangan pernikahan dini maka akan semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dimiliki masing-masing pasangan begitu pula sebaliknya, jika semakin rendah *Marital Adjustment* yang dimiliki pasangan pernikahan dini maka akan semakin rendah pula *Psychological Well-Being* yang dimiliki masing-masing pasangan. Hasil analisis deskriptif skala *marital adjustment* menunjukkan bahwa 70,2% pasangan pernikahan dini berada pada kategori sedang yang artinya bahwa pasangan pernikahan dini memiliki *marital adjustment* yang sedang. Hasil analisis deskriptif skala *psychological well-being* menunjukkan bahwa 81,7% pasangan pernikahan dini rata-rata berada dalam kategori sedang yang memiliki arti bahwa pasangan pernikahan dini rata-rata memiliki *psychological well-being* yang sedang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian dilakukan oleh Wulansari & Setiawan (2019) tentang Hubungan antara *Psychological Well-being* dan *Marital Adjustment* pada Remaja. Berdasarkan Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara

psychological well-being remaja dengan *marital adjustment*. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kesejahteraan psikologis individu maka penyesuaian perkawinannya juga akan semakin tinggi dan sebaliknya. Penelitian lain yang sejalan dengan penelitian ini juga dilakukan oleh Millatania (2022) tentang Hubungan *Marital Adjustment* dengan *Psychological Well-Being* pada wanita yang menikah muda. Berdasarkan hasil penelitian ini, koefisien korelasi ditemukan menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *marital adjustment* dengan *psychological well-being* wanita menikah muda. Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan yang sangat signifikan antara marital adjustment dan psychological well-being pada wanita yang menikah muda. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat marital adjustment maka semakin tinggi pula tingkat psychological well-being pada wanita yang menikah muda, sebaliknya semakin rendah tingkat marital adjustment maka semakin rendah psychological well-being pada wanita yang menikah muda.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *Marital Adjustment* dengan *psychological well-being* pada pasangan pernikahan dini. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *Marital Adjustment* pada pasangan pernikahan dini maka semakin tinggi *psychological well-being* yang dimiliki pasangan pernikahan dini, begitu juga sebaliknya semakin rendah *Marital Adjustment* pasangan pernikahan dini maka semakin rendah pula *psychological well-being* yang dimiliki pasangan pernikahan dini.

Saran bagi subjek penelitian Berdasarkan hasil penelitian di atas maka pasangan yang memutuskan atau dituntut untuk menikah secara dini harus mulai untuk bisa melakukan Marital Adjustment (Penyesuaian Pernikahan) yang baik agar bisa memiliki *Psychological Well-Being* (Kesejahteraan Psikologis) dalam diri masing-masing individu. Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara menyesuaikan, mengkomunikasikan dan menerima kepada pasangan satu sama lain sehingga tidak menimbulkan kesalahpahaman. Dengan memiliki *Marital Adjustment* yang baik maka akan mendukung pasangan pernikahan dini dalam mencapai *Psychological Well-Being* dalam hidup masing-masing individu dalam kehidupan sehari-hari sehingga bisa membangun keluarga yang bahagia jauh dari perceraian. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian tentang *Marital Adjustment* dan *psychological well-being* diharapkan untuk lebih mampu mengembangkan penelitian ini misalnya dengan metode penelitian lain seperti penelitian eksperimen dan kualitatif. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan subjek penelitian yang berbeda dan lebih banyak. Bagi peneliti berikutnya untuk mengambil subjek lebih banyak dari penelitian ini dan mengkaji terkait dengan variabel lain yang diduga dapat mempengaruhi *Psychological Well-Being*

DAFTAR PUSTAKA

- Astari, D., & Laksmiwati, H. (2021) Psychological well-being remaja madya yang mengalami hamil di luar pernikahan
- Fibrianti, P. A. (2022). *Hubungan Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Pernikahan Pasangan Usia Dini* (Doctoral dissertation, ITS Kes Insan Cendekia Medika Jombang).
- Fatimah, M., & Nuqul, F. L. (2018). Kebahagiaan ditinjau dari status pernikahan dan kebermaknaan hidup. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 145-153.
- Fadlyana, E., & Larasaty, S. (2016). Pernikahan usia dini dan permasalahannya. *Sari Pediatri*, 11(2), 136-41.

- Fajar Tri Utami. 2015. "Penyesuaian Diri Remaja Putri Yang Menikah Muda", Jurnal Psikologi Islami, Vol.1 No.1.
- Fadhila, A. A. (2021). Hubungan Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Pernikahan Pada Pasangan Suami Istri (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Hayatnufus, R. S., Fauzia, R., & Safitri, J. (2020). Kematangan Emosi Dan Penyesuaian perkawinan Pada Perempuan Pelaku Pernikahan Dini Di Kota Banjarmasin. *Jurnal Kognisia*, 2(1), 110-113.
- Latifah, A. S., & Wahyuni, Z. I. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Perkawinan. *Tazkiya Journal Of Psychology*, 7(2), 120-135.
- Millani (2022). Hubungan Antara Marital Adjustment Dengan Psychological Well-Being Pada Wanita Yang Menikah Muda (Universitas Gunadarma)
- Miswiyawati, D., & Lestari, R. (2017). Subjective Well-Being Pada Pasangan yang Menikah Muda (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Nasution, E. S. (2019). Penyesuaian diri dalam perkawinan pada remaja putri yang menikah di usia muda. *JURNAL PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN PENGEMBANGAN SDM*, 8(2), 68-80.
- Ryff, C. D & Keyes, C.L.M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being. Revisited. *Journal of Personality and Soc. Psy*, 69, 718-727