***PSYCHOLOGICAL WELL BEING* WANITA MENIKAH MUDA DI DESA CIGUGUR GIRANG KABUPATEN BANDUNG BARAT**

**Pricillia Steffany Angelin1, Rudangta Arianti2**

1,2Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana, Email: [802018199@student.uksw.edu](mailto:802018199@student.uksw.edu)

**ABSTRACT : PSYCHOLOGICAL WELL BEING OF EARLY MARRIED WOMEN IN CIGUGUR GIRANG VILLAGE, WEST BANDUNG REGENCY**

The purpose of this study was to describe psychological well-being in women who married young in Cigugur Girang Village, West Bandung Regency. Psychological well-being is the realization and full achievement of the individual being able to accept himself, having positive relationships with others, being independent in making decisions, being able to master the environment according to his psychic state, having life goals and continuing to develop potential in himself (Ryff, 1989). This research uses a qualitative approach, involving two women who marry at a young age. The results showed that in the dimension of self-acceptance the two participants became more mature. In the dimension of positive relationships with others, both participants received support, were more appreciated, appreciated and were well received by the family. In the autonomy dimension of both participants seek a solution to a problem. In the environmental mastery dimension, both participants worked as housewives and helped their husbands. In the dimension of life goals, both participants felt grateful and wanted to have their own home. In the dimension of self-development, the potential developed by the AS rises to work and DW cooks.

**Keywords : Cigugur Girang Village West Bandung Regency, Early Married, Psychological Well Being**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan *psychological well being* pada wanita yang menikah muda di Desa Cigugur Girang Kabupaten Bandung Barat. *Psychological well being* adalah realisasi dan pencapaian penuh individu dapat menerima dirinya, memiliki hubungan positif dengan orang lain, mandiri dalam mengambil keputusan, dapat menguasai lingkungan sesuai dengan keadaan psikisnya, memiliki tujuan hidup serta terus mengembangkan potensi dalam dirinya (Ryff, 1989). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan melibatkan dua orang wanita yang menikah di usia muda. Hasil penelitian menunjukkan , dalam dimensi penerimaan diri kedua partisipan menjadi lebih dewasa. Dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain kedua partisipan mendapatkan *support,* lebih dihargai, diberikan apresiasi dan diterima baik oleh keluarga. Dalam dimensi otonomi kedua partisipan mencari solusi dalam sebuah permasalahan. Dalam dimensi penguasaan lingkungan kedua partisipan beraktivitas sebagai ibu rumah tangga dan membantu suaminya. Dalam dimensi tujuan hidup kedua partisipan merasa bersyukur dan ingin memiliki rumah sendiri. Dalam dimensi pengembangan diri, potensi yang dikembangkan oleh AS bangkit untuk bekerja dan DW memasak.

**Kata Kunci : Desa Cigugur Girang Kabupaten Bandung Barat, Menikah Muda, *Psychological Well Being***

**PENDAHULUAN**

Pernikahan adalah sebuah peristiwa hidup dimana terucapnya janji suci oleh seorang pria dan wanita yang bukan lagi menjadi urusan seseorang tetapi melibatkan keluarga kedua mempelai. Pernikahan dilakukan agar tujuan dapat tercapai. Tujuan itu diantaranya keinginan untuk hidup bersama yang didasari oleh rasa cinta rasa kasih sayang (Hardianti & Nurwati, 2021).

Pernikahan usia muda adalah pernikahan yang dilakukan oleh perempuan pada usia dibawah usia 21 tahun (Widiatmoko et al., 2019). Berdasarkan UU Nomor 16 Tahun 2019 mengatakan bahwa pernikahan diizinkan pada usia 19 tahun. UU Nomor 1 Tahun 1974 mengatakan bahwa untuk melangsungkan pernikahan seseorang yang belum mencapai umur 21 tahun harus dengan izin orang tua. Fenomena pernikahan usia muda terjadi di berbagai daerah Indonesia salah satunya di Desa Cigugur Girang Kabupaten Bandung Barat.

Desa Cigugur Girang merupakan salah satu desa yang berada di Kabupaten Bandung Barat berdiri pada tahun 1850. Luas wilayah Desa Cigugur Girang sebesar 4,66 km2. Warga Desa Cigugur Girang rata-rata bermata pencaharian sebagai petani sayur. Sehingga banyak dari warga Desa Cigugur Girang tidak melanjutkan pendidikannya dan memilih untuk menikah. Berdasarkan data pernikahan dari KUA Desa Cigugur Girang yang menikah pada usia 15-19 tahun pada tahun 2019 sebanyak 0,07%, tahun 2020 meningkat menjadi 0,08%, dan pada tahun 2021 mengalami penurunan menjadi 0,05%. Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada 07 September 2021 dengan Bidan Desa Cigugur Girang mengatakan bahwa wanita yang menikah di usia muda sudah menemukan jodohnya. Menikah usia muda merupakan salah satu budaya di Desa Cigugur, karena budaya di Desa Cigugur mengatakan bahwa wanita yang belum menikah di usia 20 tahun dianggap gadis tua. Pasangan yang menikah muda belum cukup usia maupun psikologisnya dan akhirnya terjadi perceraian (Rahmah & Anwar,2017). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nailufar & Kristiana, 2017) menyatakan bahwa saat menikah di usia remaja tidak dipersiapkan dengan matang, kedua partisipan menghadapi konflik dengan keluarga yang sulit dipecahkan dan akhirnya kedua partisipan memilih untuk bercerai sebagai jalan keluar dari konflik keluarga.

Perceraian merupakan kedua pasangan memutuskan untuk saling meninggalkan sehingga mereka tidak lagi melakukan kewajiban sebagai suami istri (Hasanah, 2018). Berdasarkan data perceraian KUA Desa Cigugur Girang dengan jumlah penduduk 723 orang yang berumur 15-19 tahun, pada tahun 2019 pasangan yang bercerai sebesar 0,02%, tahun 2020 terjadi kenaikkan menjadi 0,03%, dan tahun 2021 menunjukkan penurunan menjadi 0,02%. Pernikahan memiliki makna ikatan lahir batin antara seorang pria dan wanita dengan tujuan untuk mencapai membentuk keluarga yang bahagia dan sejahtera (Rohma & Syah, 2021).

Usia pernikahan mempengaruhi kesejahteraan dalam menikah. Dalam penelitian ini usia pernikahan yang dipakai adalah 5-7 tahun. Karena dalam usia pernikahan 5-7 tahun ini mulai masuk untuk membina rumah tangga, sehingga memiliki kehidupan yang baik dan mulai menetap (Harsono, 2018). Oleh karena itu pernikahan 5-7 tahun dianggap tepat untuk penelitian ini. Berdasarkan wawancara pada tanggal 15 September 2021 dengan wanita yang menikah muda di Desa Cigugur Girang yang usia pernikahannya sudah berjalan 7 tahun bahkan lebih. Mereka menikah usia muda karena desakan orang tua, dan selain itu juga mereka menikah di usia muda karena sudang berhubungan *sex* sebelum menikah. Adapun keuntungan yang dirasakan oleh subjek yang menikah di usia muda yaitu mereka mempunyai teman berbagi rasa, cukup waktu untuk mewujudkan cita-cita bersama dan masih produktif untuk membiayai pendidikan anak. Kerugian yang dirasakan oleh subjek yang menikah usia muda yaitu, tidak puas bermain dengan teman sebaya, perlu bantuan orang tua dalam mengasuh/mengurus anak, dan kurang matang secara emosional.

Wanita menikah muda yang telah berhasil dan mampu mengatasi permasalahannya dapat dikatakan bahwa wanita yang menikah muda tersebut telah mencapai kondisi sejahtera secara psikologis (*Psychological Well Being*) . Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rohma & Syah, 2021) menemukan bahwa wanita yang menikah muda cenderung memiliki *psychological well being* yang baik.

Teori Ryff mengungkapkan bahwa *Psychological Well Being* mengarah pada kondisi individu yang mampu menghadapi berbagai hal dalam hidupnya. Individu dapat melalui periode sulit dalam hidupnya dengan mengandalkan kemampuan dalam dirinya dan bisa menjalankan fungsi psikologi positif dalam hidupnya. *Psychological well being* (kesejahteraan psikologis) adalah suatu kondisi yang melibatkan kognitif, dalam pencapaian penuh dari potensi seseorang, di mana individu tersebut dapat menerima diri mereka apa adanya, memiliki tujuan hidup, dapat membangun relasi yang positif, bisa mengendalikan diri dan terus bertumbuh Ryff & Keyes (1995). *Psychological well being* berkaitan dengan aspek fisik, mental, sosial budaya dan spiritualitas (Amirrudin dan Sa’adiyah, 2020). Wanita yang menikah usia muda dikatakan bahwa ia dapat mencapai *psychological well being* (kesejahteraan psikologis) yang baik. Berdasarkan teori Ryff & Keyes (1995) terdapat 6 dimensi *psychological well being* yaitu, penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (autonomy), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan dalam hidup (*purpose in life*), dan perkembangan pribadi (*personal growth*). Tujuan dari penelitian adalah untuk menganalisis *psychological well being* wanita muda yang menikah.

**METODE**

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif (Sugiyono,2017) dengan metode fenomenologis. Peneliti berusaha untuk menggali nilai-nilai dalam pengalaman hidup seseorang dalam hal ini wanita yang menikah di usia muda. Kedua partisipan dalam penelitian ini menggunakan UU Nomor 1 Tahun 1974 Penelitian dilakukan di rumah partisipan dengan wawancara.

.

**Tabel 1.**

**Gambaran Umum Partisipan**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No. | Keterangan | Partisipan 1 | Partisipan 2 |
| 1. | **Usia sekarang** | **26 tahun** | **22 tahun** |
| 2. | **Usia menikah** | **19 tahun pada tahun 2015** | **17 tahun pada tahun 2017** |
| 3. | **Jenis Kelamin** | **Perempuan** | **Perempuan** |
| 4. | **Tempat Tinggal** | **Desa Cigugur** | **Desa Cigugur** |
| 5. | **Pekerjaan** | **IRT dan guru honorer** | **IRT** |

**TEKNIK PENGUMPULAN DATA**

Teknik pengumpulan data untuk studi fenomenologis ini menggunakan wawancara dengan dimensi *psychological well being* (Ryff, 1989). Hal-hal yang menjadi inti dalam proses wawancara adalah sebagai berikut:

1. *Self Acceptance* (penerimaan diri) memandang diri positif dan negatif setelah menikah muda.
2. *Positive Relations With Others* (hubungan yang positif dengan orang lain) hubungan dengan lingkungan sosialnya setelah menikah muda.
3. *Autonomy* (Otonomi) mengambil keputusan setelah menikah muda.
4. *Environmental Mastery* (penguasaan lingkungan) aktivitas yang dijalani setelah menikah muda.
5. *Purpose in Life* (tujuan dalam hidup) tujuan yang dimiliki partisipan setelah menikah muda.
6. *Personal Growth* (pengembangan diri) kemampuan yang dimiliki partisipan dalam menjalani hidup menikah usia muda.

Data diperoleh dari wawancara, selanjutnya mengetik verbatim dari hasil wawancara, diberi pemadatan faktual dan kemudian mengkategorikannya lalu diberikan tema-tema yang sesuai dengan pemadatan faktual. Teknik pemantapan kredibilitas penelitian yang digunakan peneliti adalah menggunakan triangulasi sumber data yaitu dengan mewawancarai *significant others* dalam hal ini mewawancarai orang tua partisipan

**HASIL PENELITIAN**

**Awal memutuskan menikah**

Kedua partisipan memutuskan menikah usia muda karena merasa sudah cocok dan merasa sudah bertemu dengan jodohnya, seperti yang dinyatakkan oleh partisipan:

“*Teteh menikah di usia 19 tahun..*.” (AS, 35-36)

“*Karena udah ada kecocokan dari kedua belah pihak dan udah jodoh kali ya*.” (AS, 156-160)

“*17 tahun, jadi pas udah lulus SMA dapet ijazah langsung nikah..*.” (DW, 42-44)

“*Faktornya eeee, faktor utamanya mah si aa udah kesini juga kan, udah minta ke bapak mungkin udah jodoh juga, jadi udah nikah aja gitu…*”. (DW, 51-57)

Kedua partisipan memutuskan menikah karena sudah mendapatkan restu dari kedua orangtuanya dan juga suami partisipan sudah meminta izin kepada kedua orang tua partisipan, seperti yang dinyatakkan partisipan:

*“Masing-masing orang tua sudah merestui dan sudah kenal lama.”* (AS, 98-102)

*“Kata si bapak juga kalo DW mau nikah atau mau lanjut kuliah lagi. Kata DW teh “da si aa juga sering kesini udah nikah aja dan si aa juga udah minta ke si bapak”.* (DW, 57-65)

*“Iya gitu.Mamah juga bilang kalo mau nikah mah nikah aja soalnya si aa udah kesini*.” (DW, 70-73)

**Kehidupan pernikahan**

Setelah menikah, kedua partisipan tinggal bersama orang tuanya dan partisipan merasakan kekurangan dan kelebihan saat tinggal bersama orang tuanya, seperti yang dinyatakkan partisipan:

“*Kelebihannya teteh ada yang bantuin kalo lagi ngurus anak, ada temen ngobrol juga selain suami dan anak, emmm kekurangannya kadang suka ikut campur sih kalo teteh dan suami ada masalah.*” (AS, 198-209)

“*Kalo kelebihannya mah karena ada orang tua juga DW ada yang bantu kalo DW lagi ngurus anak, suka masak bareng, kalo kekurangannya DW merasa kadang orang tua DW masih suka ikut campur dalam hal kalo ada masalah sama suami.”* (DW, 106-117)

Dalam menjalani kehidupan setelah menikah ada rasa khawatir yang dialami oleh Kedua partisipan yaitu takut tidak bisa mencapai cita-citanya dan takut tidak bisa mengurus rumah tangga dengan baik. takut tidak bisa mengurus rumah tangga dengan baik, seperti yang dinyatakan oleh partisipan:

“*Teteh khawatir kalau teteh ga bisa dalam mewujudkan cita-cita teteh untuk menjadi guru dan takut ga bisa punya rumah sendiri,takut tidak bisa menyekolahkan anak sampai perguruan tinggi*. “ (AS, 264-276)

“*Ada, rasa khawatir DW itu takut ga bisa ngurus rumah tangga dengan baik.*” (DW, 171-174)

Selain itu ada kesulitan yang dihadapi oleh kedua partisipan yaitu dalam perekonomian dan mengurus rumah tangga, seperti yang dinyatakkan partisipan:

*“…apalagi dalam segi ekonomi” (AS, 758-760)*

*“…kayak repot aja sih tapi dijalanin aja soalnya udah jadi kebiasaan sehari-hari…” (DW, 564-567)*

***Self Acceptance* (Penerimaan Diri)**

Salah satu aspek *Psychological Well Being* yaitu *self acceptance* (penerimaan diri)merupakan karakteristik utama dalam kesehatan mental adalah bagaimana bisa mengaktualisasikan dirinya, bisa berfungsi optimal bisa menerima diri di kehidupan masa lalu dan mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri (Ryff, 1989). Kedua partisipan dalam penelitian ini mengungkapkan perasaannya setelah menikah.

“*Semakin sayang mah gimana ya gambarannya, ga bisa diungkapin dengan kata-kata cuma bisa dirasain sendiri aja, jadi perhatiannya lebih contohnya “lagi dimana? Udah makan belum?” kayak pacaran gitu, cuma kan kalo nikah mah udah ga perlu, tapi hal sepele itu teh menunjukkan perhatian*. (AS, 312-329)

“*Seneng ada susahnya ada, soalnya ngurus suami ngurus anak juga, campur aduklah perasaannya*.” (DW, 190-194)

“*Kayak ada temen sharing, kalo sama suami kan lebih terbuka ga ada yang ditutup tutupin jadi kayak ada temen curhat kayak kebutuhan dipenuhin ga semua sih maksudnya kalo pengen apa-apa kan dulu mah bilang ke orang tua kalo sekarang mah ke suami alhamdulillah diturutin gitu*.” (DW, 197-212)

*“Keterbatasan waktu lebih ke apa ya, repot mah engga ibu rumah tangga mah emang gitu ya ngurus suami dan anak, kalo sedihnya kalo kita beda pendapat satu sisi dianya ga mau kalah.*” (DW, 214-222)

Kedua partisipan dalam penelitian ini mengungkapkan hal positif dalam dirinya setelah menikah. Dengan menikah partisipan menjadi lebih dewasa dalam mengambil keputusan.

“*Lebih dewasa, lebih tau tentang arti kehidupan, jadi kearah yang lebih baik*.” (AS, 445-449)

“*Dituntut jadi lebih dewasa..*.” (DW, 295-296)

“*Kayak emmmm dituntut jadi lebih dewasanya kayak gimana ya kayak misalkan berpikir kayak bisa mengambil keputusan*…” (DW, 301-307)

AS mengungkapkan hal negatif yang ada dalam dirinya setelah menikah yaitu AS masih suka egois, seperti yang dinyatakkan AS:

“*…masih suka egois*” (AS, 354-355)

“…*biasanya kalo lagi marah nih suka kayak serasa pengen menang sendiri*…” (AS, 360-365)

Namun hal ini berbeda dengan DW, DW tidak merasakan ada hal yang negatif dalam dirinya setelah menikah karena menurutnya menikah adalah suatu ibadah yang dijalankan dan untuk menghindari fitnah dari orang lain, seperti yang dinyatakan DW:

“*Nggak ada sih, soalnya nikah juga buat ibadah dan buat hindarin fitnah kalo udah nikah mah kan enak kemana-mana juga bareng suami.”* (DW, 320-326)

**Positive relations with others (Hubungan Positif Dengan Orang Lain)**

Aspek kedua dalam *Psychological Well Being* yaitu hubungan positif dengan orang lain merupakan adanya hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya adanya persatuan yang erat dengan orang lain (*intimacy*) bimbingan serta arahan dari orang lain (*generativity*). Dalam penelitian ini kedua partisipan setelah menikah merasakan adanya pengaruh positif yaitu partisipan diberikan *support*, nasihat dari keluarganya, seperti yang dinyatakkan partisipan:

*“Banyak hal sih, jadi segala sesuatu di support jadi misalkan mau ambil keputusan nih ragu-ragu tapi suami suka kasih masukkan “ah lebih pede” gitu”.* (AS, 563-571)

*“Dari orang tua dan mertua kasih pengaruh yang baik dalam kehidupan DW jadi misalnya DW salah dibenerin terus juga suka dikasih nasihat*. “ (DW, 336-342)

Kedua partisipan menerima perlakuan positif dari orang sekitarnya, partisipan dan keluarganya saling menghargai dan menyayangi dan partisipan diterima baik oleh keluarganya setelah menikah.

“*Jadi lebih dihargai, contohnya dari keluarga suami sangat menghargai teteh. Karena teteh anak pertama dan suami anak pertama dan teteh sama suami punya adik jadi adiknya suami menghargai teteh dan adiknya teteh juga menghargai suami teteh. Kalau dari orangtua teteh sayang sama suami dan mertua teteh sayang sama teteh.”* (AS, 598-618)

*“ Diterima baik sama keluarga DW dan keluarga suami.”* (DW, 351-353)

*“Kayak misalkan lebaran suka kayak disiapin makanan, disambut juga kalo dateng suka ngasih apresiasi*.” (DW, 367-361)

***Autonomy* ( Otonomi )**

Aspek yang ketiga dalam *Psychological Well Being* yaitu *autonomy* (otonomi) adalah penentuan nasib sendiri, kemandirian, dan pengaturan perilaku. Orang yang berfungsi penuh digambarkan memiliki lokus evaluasi internal yang baik, tidak melihat orang lain untuk mendapatkan persetujuan, tetapi mengevaluasi diri sendiri oleh standar pribadi (Ryff, 1989). Sebelum menikah partisipan DW sempat mendapatkan cibiran dari orang lain, seperti yang dinyatakkan DW:

“*Pernah, “kok masih muda udah nikah kok gak selesai kuliah aja dulu baru nikah*” (DW, 485-488)

Partisipan DW akhirnya memilih untuk memutuskan menikah setelah mendengar cibiran tersebut, seperti yang dinyatakkan DW:

*“…jadi mendingan nikah aja…”* (DW, 496-497)

Partisipan menyatakan dalam pernikahannya sering dilanda oleh sebuah permasalahan, akhirnya partisipan mencari solusi terbaik untuk mengatasi permasalahan yang ada di dalam rumah tangganya bersama suami, seperti yang dinyatakkan partisipan:

***“****Ya, dengan mencari solusi dalam setiap permasalahan. Jadi misalnya ada masalah salah satu ada yang ngalah jangan keras kepala dua- duanya kalau begitu nanti ga ketemu solusinya*.” (AS, 680-691)

*“…cari di google tips parenting kan banyak tuh…*.” (DW, 441-443)

***Environmental Mastery* (Penguasaan Lingkungan)**

Aspek yang keempat dalam *Psychological Well Being* yaitu *environmental mastery* (penguasaan lingkungan) adalah kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikisnya (Ryff 1989). Dalam penelitian ini AS bekerja sebagai ibu rumah tangga dan bekerja seperti yang dinyatakan AS :

“*Ya aktivitas ibu rumah tangga aja, seperti ngurus anak, ngurus suami, pekerjaan rumah seperti menyuci,memasak dan juga kerja bantu suami*. “ (AS, 727-735)

“…*sebelum teteh berangkat ngajar masak dulu buat makan suami dan anak jadi teteh enjoy aja sekarang mah.*” (AS, 746-752)

Aktivitas yang dijalankan DW setelah menikah yaitu menjadi ibu rumah tangga, menjaga *counter* ketika suaminya ingin menjalankan sholat, seperti yang dinyatakan DW :

“*Ya paling dirumah jaga counter misalkan suami mau sholat DW jaga counter, nyiapin makan, beres-beres rumah*.” (DW, 514-519)

***Purpose in Life* ( Tujuan Hidup)**

Aspek kelima dalam *Psychological Well Being* yaitu *purpose in life* (tujuan hidup) adalah keyakinan yang memberi seseorang akan adanya perasaan, tujuan dan makna hidup (Ryff, 1989). Dalam penelitian ini partisipan mendapatkan pelajaran setelah menikah yaitu menjadi dewasa, lebih bersyukur, saling menghargai, dan bisa mengatur perekonomian dalam rumah tangga.

“*Pelajarannya banyak, pelajaran menjadi dewasa, saling menghargai, bersikap lebih baik, belajar membesarkan dan mendidik anak bersama hehe.”* (AS, 803-811)

*“Lebih bisa bersyukur, lebih bisa mengatur keuangan jadi sekarang mah bisa mendahulukan kebutuhan daripada keinginan, menghargai waktu, lebih sabar, kan nikah mah ada dua orang yang beda sifat jadi udah bisa menerima kekurangan masing-masing*.” (DW, 636-648)

Setelah menjalani pernikahan, ada rencana yang dimiliki oleh partisipan untuk masa yang akan datang yaitu ingin memiliki rumah sendiri dan memperbaiki *counter*.

“*Rencana teteh ingin punya rumah sendiri insyaallah.”* (AS, 878-880)

*“Rencananya mah pengen punya rumah sama pengen perbaiki counter juga kan counternya belum pake tembok tuh jadi pengen punya rumah dan perbaiki counter.*” (DW, 621-628 )

***Personal Growth* (Perkembangan Diri)**

Aspek yang keenam dari *Psychological Well Being* yaitu *personal growth* (perkembangan diri) adalah seseorang yang terus mengembangkan dirinya untuk tumbuh dan berkembang, sebagai seseorang yang memiliki keterbukaan akan pengalaman (Ryff, 1989). Potensi yang dimiliki dalam diri partisipan dalam penelitian ini berbeda-beda. AS memiliki potensi yang sedang dikembangkan yaitu bangkit bekerja dan DW memiliki potensi yang sedang DW kembangkan yaitu dalam hal memasak.

“*Contohnya yang sekarang aja, teteh jadi bangkit mau kerja…* “ (AS, 863-866)

“*Ya kayak masak. Awal-awal mah masak teh susah tapi kalo udah nikah mah jadi lebih tau dan sekarang mah udah ada juga kan youtube nah karena sering jadi udah lebih paham kalo masak tuh mungkin karena sering nonton youtube kali ya*. “ (DW, 683-69)

**DISKUSI**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis *psychological well being* pada wanita menikah muda di Desa Cigugur. Dalam hasil penelitian faktor partisipan memilih untuk menikah di usia muda karena mereka merasa sudah cocok dan sudah bertemu dengan jodohnya. Selain adanya faktor tersebut, ada motivasi dalam diri kedua partisipan yang berpengaruh saat partisipan memutuskan menikah usia muda. Motivasi merupakan suatu dorongan dari dalam diri seseorang yang menyebabkan melakukan kegiatan tertentu agar bisa mencapai tujuan terhadap perilaku yang akan dilakukannya. Motivasi dibagi ke dalam dua jenis yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik berasal dari dalam diri gunanya agar dapat memenuhi kebutuhan manusia agar puas. Sedangkan motivasi ekstrinsik berasal dari luar dan memberikan pengaruh pada diri (Isabella, Indrayani, & Widowati, 2021). Dalam penelitian ini motivasi ekstrinsik yang dimiliki oleh partisipan berasal dari restu orang tua. Ada pepatah yang mengatakan bahwa restu dari orang tua adalah restu Tuhan, jika orang tua tidak merestui maka dalam pernikahan tidak terasa nyaman , bahagia (Irvan dan Riauan, 2022). Hal ini dibuktikan dengan pernyataan dari kedua partisipan bahwa orang tuanya sudah setuju dan merestui jika partisipan ingin menikah.

Pasangan suami istri yang telah menikah, penting untuk memikirkan kebutuhan fisiologis yang dibutuhkan dalam kehidupan rumah tangganya. Kebutuhan fisiologis adalah hal yang paling mendasar dalam setiap kebutuhan manusia termasuk, sandang, pangan, dan papan (Feist, Feist & Roberts, 2017). Setelah menikah kedua partisipan tinggal bersama orangtuanya karena dalam perekonomiannya belum cukup mapan. Saat partisipan tinggal bersama orangtuanya, partisipan merasakan kekurangan dan kelebihan saat tinggal bersama orangtuanya. Kelebihan yang dirasakan AS dan DW ada teman untuk mengurus anak, mengobrol, masak bersama namun AS dan DW juga merasakan kekurangan yaitu orangtuanya masih suka ikut campur ketika ada masalah dengan suami. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Faidullah & Sumiati, 2022) mengatakan bahwa masalah yang terjadi ketika tinggal bersama orang tua adalah tentang masalah ekonomi, memiliki perbedaan persepsi dalam mengasuh dan mendidik anak, mengatur urusan rumah tangga, dan terlibat dalam masalah rumah tangga anak. Selain masih tinggal bersama dengan orang tuanya, partisipan mengalami kekhawatiran dalam menjalani hidup setelah menikah. Rasa khawatir merupakanreaksi dari emosi yang tidak menyenangkan, rasa khawatir yang berkepanjangan dapat membuat stress. Stress dalam masyarakat umum diartikan sebagai bingung, takut, susah. Kondisi ini dapat mengakibatkan cemas, marah, frustasi (Gunarya, Tamar, & Ibnu, 2010). Dalam penelitian ini AS dan DW memiliki kekhawatiran dalam menjalani hidup setelah menikah yaitu takut jika tidak bisa mengurus rumah tangga dengan baik, tidak dapat mencapai cita-cita, takut tidak bisa memiliki rumah sendiri, dan tidak bisa menyekolahkan anak sampai perguruan tinggi. AS dan DW memiliki hubungan yang hangat dengan lingkungan sosial maupun dengan keluarga setelah menikah, antar keluarga kedua partisipan saling menghargai dan menyayangi, bahkan DW sering diberikan apresiasi oleh keluarganya dan juga sering diberikan nasihat jika DW berbuat salah. Sehingga rasa khawatir yang dimiliki partisipan dalam kehidupan rumah tangga dapat berkurang karena mendapatkan *support* serta nasihat untuk mengurus rumah tangga agar bisa lebih baik. Selain memiliki hubungan yang baik dengan keluarga,partisipan juga memiliki hubungan yang baik dengan teman-temannya walaupun partisipan sudah menikah. Seperti teori (Ryff, 1989) mengatakan bahwa *positive relations with others* (hubungan positif dengan orang lain) merupakan hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya, adanya persatuan erat dengan yang lain (*intimacy*) dan bimbingan serta arahan orang lain (*generativity*).

Dalam penelitian ini partisipan mengungkapkan adanya perasaan yang muncul dalam diri partisipan yaitu perasaan bahagia dan sedih, biasanya perasaan tersebut dikenal dengan emosi. Emosi muncul ketika ada perubahan situasi yang drastis yang terjadi pada diri kita, baik itu emosi positif maupun emosi negatif. Emosi positif adalah emosi yang diharapkan oleh semua orang, seperti bahagia, senang, puas sedangkan emosi negatif adalah suatu emosi yang tidak diharapkan terjadi pada diri seseorang, seperti cemas, takut, sedih, marah (Nadhiroh, 2017). Kedua partisipan dalam penelitian ini mempunyai emosi positif yang dirasakan yaitu partisipan menjadi bahagia selain itu partisipan juga mengungkapkan emosi negatif yaitu partisipan AS menjadi sering beradu argumentasi dengan suaminya tentang masalah anak, sedangkan DW sedih jika suami tidak mau mengalah ketika berbeda pendapat.Partisipan AS mengungkapkan hal negatif dalam dirinya setelah menikah yaitu isuka egois tetapi hal ini berbeda dengan partisipan DW yang tidak merasakan hal negatif dalam dirinya setelah menikah Selain itu ada hal positif yang dirasakan oleh partisipan menjadi dewasa dan kearah yang lebih baik. Seperti teori (Ryff, 1989) yang mengatakan bahwa *self acceptance* (penerimaan diri) adalah bisa mengaktualisasikan dirinya, berfungsi secara optimal, melihat sikap positif terhadap diri sendiri.

Hal positif yang dirasakan oleh partisipan, berkaitan dengan *personal growth* yang dimiliki dalam diri partisipan. *Personal growth* merupakan seseorang yang mencapai karakteristik sebelumnya tetapi juga terus mengembangkan dirinya untuk tumbuh dan berkembang, terbuka akan pengalaman (Ryff, 1989).

Hal negatif yang dialami partisipan dapat menimbulkan sebuah permasalahan dalam rumah tangga. Penelitian ini mengungkapkan bahwa kedua partisipan mampu menolak tekanan sosial, menentukan diri sendiri dan tidakterpengaruh terhadap penilaian orang lain. Hal ini dibuktikan oleh kedua partisipan ketika sedang dilanda sebuah permasalahan, kedua partisipan memilih untuk mengobrol bersama suami dan mencari solusi. Dengan mengobrol bersama suami dan mencari solusi merupakan cara yang efektif dalam menyelesaikan sebuah permasalahan yang ada di dalam rumah tangga. Teori (Ryff, 1989) *autonomy* (*otonomi*) merupakan penentuan nasib sendiri, kemandirian, dan pengaturan perilaku. Orang yang berfungsi penuh digambarkan memiliki lokus evaluasi internal yang baik, orang tersebut mampu mengevaluasi dirinya dengan standar pribadi dan memiliki *locus of control* yang baik.

Agar bisa mandiri secara ekonomi, partisipan AS memilih untuk bekerja sebagai guru honorer agar AS bisa membantu suaminya. DW diberikan modal oleh orang tuanya dan modal tersebut akhirnya dipakai untuk membuka *counter* pulsa bersama dengan suaminya. Hal ini dilakukan oleh kedua partisipan karena tidak mau menjadi beban suami sebab kedua partisipan juga harus membiayai anaknya. Mandiri secara ekonomi berarti tidak lagi bergantung pada orang lain dan diharapkan bisa mengatur, memenuhi, mengatasi masalah ekonomi. Mandiri secara ekonomi dapat meningkatkan kesejahteraan dalam keluarga dan membawa kebahagiaan dalam keluarga. Kesejahteraan dalam keluarga dapat dibentuk dengan adanya mental spiritual serta nilai-nilai agama yang mampu memberikan pemahaman kepada keluarga untuk bisa memenuhi kebutuhan (Soekanto, 2007). Seperti teori (Ryff, 1989) mengenai *environmental mastery* (penguasaan lingkungan), Ryff mengatakan *environmental mastery* merupakan kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan sesuai dengan kondisi psikisnya.

Pernikahan yang dijalani oleh kedua partisipan tentunya memberikan makna bagi kedua partisipan. Bagi AS, ia mendapatkan sebuah pelajaran yaitu menjadi lebih dewasa, saling menghargai, belajar membesarkan dan mendidik anak. DW mendapatkan pelajaran dari pernikahannya yaitu DW menjadi lebih bersyukur, mengatur rumah tangga, menghargai waktu, mendahulukan kebutuhan dibandingkan keinginan. Selain mendapatkan sebuah pelajaran yang dimiliki oleh partisipan setelah menikah, partisipan memiliki rencana dimasa yang akan datang yaitu kedua partisipan ingin memiliki rumah sendiri dan DW juga ingin memperbaiki *counter* pulsa. Seperti teori ( Ryff, 1989) mengenai *purpose in life* (tujuan hidup) merupakan keyakinan yang memberi seseorang akan adanya perasaan tujuan hidup dan makna hidup.

**KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dalam dimensi *self acceptance* (penerimaan diri) kedua partisipan yang menikah di usia muda merasa lebih dewasa, yang masih terus berproses. Kedewasaan ini dirasakan oleh partisipan karena lebih mampu mendahulukan kebutuhan dibandingkan dengan keinginan. Dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), kedua partisipan memiliki hubungan yang hangat dengan keluarganya yaitu kedua partisipan diberikan *support*, diterima baik, dan diberikan apresiasi. Selain itu juga partisipan DW selalu diberi nasihat oleh keluarganya. Dalam dimensi *autonomy* (otonomi) kedua partisipan mampu mencari solusi ketika diperhadapkan sebuah masalah. Partisipan DW mencari tips *parenting* dalam mengurus anak. Dalam dimensi *environmental mastery* (penguasaan lingkungan), kedua partisipan beraktivitas sebagai ibu rumah tangga. Selain menjadi ibu rumah tangga, partisipan AS bekerja sebagai guru honorer. Dalam dimensi *purpose in life* (tujuan hidup) kedua partisipan merasa lebih bersyukur dan ingin memiliki rumah sendiri, selain itu juga partisipan DW ingin memperbaiki *counter* pulsa. Dalam dimensi *personal growth* (pengembangan diri) kedua partisipan memiliki potensi dalam dirinya yang sedang dikembangkan yaitu AS bangkit untuk bekerja sedangkan DW memasak.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memberikan saran kepada orang tua dan keluarga agar selalu memberikan *support* serta membimbing partisipan dalam menjalani kehidupan rumah tangga. Bagi partisipan agar dapat mempertahankan *psychological well being* dalam dirinya dan melakukan aktivitas positif. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan partisipan yang lebih banyak dengan *range* usia yang berbeda.

**DAFTAR PUSTAKA**

Desa Cigugur Girang.(2021). <http://cigugurgirang-parongpong.sideka.id/profil/sejarah/>

Faidullah, S., & Sumiati, S. (2022). Campur Tangan Orang Tua Terhadap Rumah Tangga Anaknya di Kecamatan Lamphiong. *Jurnal Al-Risalah, 17*(1), 11-22. <https://jurnal.stairakha-amuntai.ac.id/index.php/alris/article/view/204>

Feist. J., Feist. J., & G. J, Roberts. T, A. (2017). Teori Kepribadian : Salemba Humanika, Jakarta.

Gunarya, A., Tamar, M., & Ibnu, I. (2010). Bersahabat Dengan Stress. Academia, *4*(10), 1-20.

Hardianti, R., & Nurwati, N. (2021). Faktor Penyebab Terjadinya Pernikahan Dini Pada Perempuan. *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*, *3*(2), 111. <https://doi.org/10.24198/focus.v3i2.28415>

Hasanah, U. (2018). Pengaruh Perkawinan Usia Muda Pada Tingkat Perceraian Dini (Studi Kasus Pengadilan Agama Kisaran). *Journal Of Science and Social Research, 1*(1). 13-18. <https://doi.org/10.54314/jssr.v1i1.90>

Isabella, P, A., Indrayani, T., Widowati, R,. (2021). Hubungan Promosi Kesehatan Media Massa dan Motivasi Diri Terhadap Perilaku Pernikahan Dini di Desa Wringin Jaya Kecamatan Bojong Gede Kabupaten Bogor Tahun 2021. *Jurnal for Quality in Women’s Health, 4*(1), 85-93. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v4i1.108>

JDIH BPK RI. (1974, Januari 2). Undang-undang (UU) No.1 Tahun 1974. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/47406/uu-no-1-tahun-1974>

JDIH BPK RI. (2019, Oktober 15). Undang-undang (UU) No. 16 Tahun 2019.<https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/122740/uu-no-16-tahun-2019>

Nadhiroh, Y. F. (2017). Pengendalian emosi. *SAINTIFIKA ISLAMICA: Jurnal Kajian Keislaman*, *2*(1), 53-62. <https://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/saintifikaislamica/article/view/284>

Nailaufar, U., & Kristiana, I. F. (2018). Pengalaman menjalani kehidupan berkeluarga bagi individu yang menikah di usia remaja. *Jurnal Empati*, *6*(3),233-244. <https://doi.org/10.14710/empati.2017.19753>

Rohma, R. N., & Syah, A. M. (2021). *Psychological Well Being* Pada Wanita. *CONSEILS: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, *1*(1), 21-30. <https://doi.org/10.55352/bki.v1i1.201>

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, *57*(6), 1069-1081. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Ryff, C. D. (1995). Psychological Well Being in Adult Life. *Current Direction in Psychological Science, 4*(4), 99-104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>

Soekanto, S. (2007). Sosiologi Suatu Pengantar. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* : Alfabeta Bandung.

Widiatmoko, P. S. G. ., Winarni, S., Nugroho, R. D., & Mawarni, A. (2019). Hubungan Pendidikan, Budaya, Teman Sebaya Dengan Pernikahan Usia Muda Di Kecamatan Kandanghaur Indramayu Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, *7*(4), 261–265. <https://doi.org/10.14710/jkm.v7i4.24395>