

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya Allah SWT menciptakan manusia itu secara berpasangan pasangan yaitu adanya seorang perempuan dan laki laki untuk saling melengkapi hidupnya di dalam ikatan pernikahan. Agama Islam menganjurkan kepada setiap umatnya untuk menikah, karena pernikahan yang sah akan menjadi suatu ibadah dan sebagai ladang pahala bagi dua orang tersebut. Pernikahan merupakan hal yang sangat penting bagi setiap orang, karena dengan menikah seseorang mendapatkan keseimbangan dalam kehidupannya secara biologis, psikologis maupun sosial. Menurut Walgito (Pramansari, 2021), pernikahan juga merupakan ikatan suci yang terkait dengan suatu keyakinan dan keimanan kepada Allah SWT. Pernikahan ini juga tidak hanya sekedar mengubah status menjadi seorang suami istri dan tidak hanya menuruti hawa nafsu saja, namun pernikahan ini akan membentuk suatu keluarga yang harmonis. Oleh karena itu, pernikahan harus dijaga dengan sebaik baiknya agar pernikahan yang dijalani melahirkan keluarga yang tentram dan damai serta bahagia dunia akhirat.

Untuk mencapai tujuan dari dilaksanakannya perkawinan, diperlukan adanya peraturan- peraturan yang akan menjadi dasar dan syarat yang harus dipenuhi sebelum dilaksanakannya perkawinan. Salah satu prinsip yang terkandung didalam Undang-Undang Perkawinan adalah perlindungan bagi calon sekaligus pendewasaan usia individu yang akan melaksanakan perkawinan, artinya bahwa calon suami dan isteri harus matang secara kejiwaan. Asas kematangan tersebut tercermin pada undang-undang nomor 16 tahun 2019 yaitu pasangan yang akan menikah minimal 19 tahun bagi perempuan dan laki-laki.

Menurut (Ali G. , 2012) menjelaskan bahwa hancurnya suatu rumahtangga sebenarnya adalah bersumber dari aspek psikologi dan spiritual, seperti rendahnya moralitas, sikap penerimaan, dan penghargaan seseorang terhadap pasangannya, sehingga munculnya gangguan eksternal sekecil

apapun dapat memicu timbulnya perselisihan dan konflik. Selain itu persiapan mental, psikologis dan spiritual penting bagi calon pengantin. Persiapan mental dan spiritual berguna untuk mempertahankan perkawinan, dan menggapai ketentraman serta kebahagiaan dalam perkawinan. Salah satu cara yang paling efektif untuk mempertahankan perkawinan adalah dengan cara membangun ketahanan mental pada tiap-tiap individu. Salah satu contohnya adalah kemampuan umum yang melibatkan kemampuan penyesuaian diri yang tinggi dan luwes saat dihadapkan pada tekanan internal maupun eksternal. Hal ini mengakibatkan terbangun sebuah kesiapan serta ketahanan mental (diri) dalam menghadapi berbagai perubahan dan tantangan hidup selama mengarungi bahtera rumah tangga.

Selain itu syarat yang harus dipenuhi dalam pasangan menikah tentunya memiliki komunikasi yang baik agar terciptanya suatu rumahtangga yang harmonis. Seluruh aktivitas dalam perkawinan biasanya berupa komunikasi, baik verbal maupun non verbal. Komunikasi sering menjadi faktor terbesar munculnya kesalah pahaman dalam pernikahan. Perkawinan bukan sebuah titik akhir, tetapi sebuah perjalanan panjang untuk mencapai tujuan yang disepakati berdua.

Syarat syarat yang dipaparkan diatas berguna bagi pasangan dalam menhadapi tantangan Johnson (Fitriyani, 2021) mengatakan bahwa pada usia dua tahun pertama usia pernikahan akan banyak hal yang perlu diadaptasi dan menjadi sebuah tantangan bagi kedua pasangan. Perubahan-perubahan itu bisa jadi semakin menguatkan dan melingkapi satu sama lain atau bahkan sebaliknya. Dua tahun pertama menjadi pertanda bagaimana nasib pernikahan pada jangka panjang mulai timbulnya rasa kekecewaan, penurunan kasih sayang yang jelas, berkurangnya rasa sayang yang berlebihan, keyakinan bahwa pasangannya *responsive* dan peningkatan *ambivalensi*. Locke (Fitriyani, 2021) menjelaskan bahwa, setiap pasangan memimpikan bahwa mereka mampu menyesuaikan diri terhadap tantangan dan tekanan juga membangun kerangka hubungan bersama sekuat mungkin. Hal yang paling penting untuk meraih kebahagiaan adalah penyesuaian perkawinan. Penyesuaian perkawinan

dilakukan pasangan suami istri sepanjang usia perkawinan sebuah perkawinan memerlukan penyesuaian terus menerus karena perbedaan yang ada pada pasangan menjadikan adanya hambatan dalam menjalani kehidupan perkawinan, bahkan memungkinkan terjadinya konflik dalam perkawinan, maka hal tersebut dijelaskan dalam al-quran surat An-Nisa-128 yaitu :

وَإِنْ امْرَأَةٌ خَافَتْ مِنْ بَعْلِهَا نُشُورًا أَوْ إِعْرَاصًا فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا أَنْ يُصْلِحَا بَيْنَهُمَا صُلْحًا ۖ وَالصُّلْحُ خَيْرٌ ۗ
 وَأُخْضِرَتِ الْأَنْفُسُ الشُّحَّ ۗ وَإِنْ تُحْسِنُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا

Artinya : “Dan apabila seorang perempuan khawatir akan nusyuz atau sikap tidak acuh dari suaminya, maka tidak mengapa bagi keduanya membuat perdamaian yang sebenar-benarnya, dan perdamaian itu lebih baik (bagi mereka) walaupun manusia itu menurut tabiatnya kikir. Dan jika kamu bergaul dengan istrimu secara baik dan memelihara dirimu (dari nusyuz dan sikap tak acuh), maka sesungguhnya Allah adalah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan”. (Q.S An-Nisa – 128)

Berdasarkan perspektif tafsir Ibnu Katsir dalam tafsirnya, Diriwayatkan dari Ibnu Abbas, dia berkata, "Saudah, takut bahwa Rasullallah SAW akan mencerikannya, lalu dia berkata, "Wahai Rasulullah, janganlah engkau menceraikanku, jadikanlah hari untuk diriku menjadi milik Aisyah, lalu beliau melakukan hal itu. Kemudian turunlah ayat ini: (Dan jika seorang wanita khawatir akan nusyuz atau sikap tidak acuh dari suaminya, maka tidak mengapa bagi keduanya mengadakan perdamaian yang sebenar-benarnya. Ibnu Abbas berkata, "Apa pun yang mereka sepakati itu diperbolehkan" (Ar-Rifa'I, 2004).

Maka dari itu melihat penjelasan diatas terkait dengan seorang perempuan khawatir suaminya akan nusyuz atau bersikap tidak acuh, keduanya dapat mengadakan perdamaian yang sebenarnya, penting sekali untuk mempunyai kematangan psikologis dan regulasi emosi serta komunikasi yang baik menjadi pemenuhan dalam syarat syarat dalam pernikahan. Sayangnya kondisi dilapangan menunjukkan masih adanya pernikahan usia muda di masyarakat. Pernikahan usia muda adalah pernikahan yang beresiko karena Anggreni (Suryani & Kudus, 2022) mengatakan adapun salah satu permasalahan yang

sering terjadi di masyarakat adalah menikah di usia muda, namun hal tersebut tidak diikuti dengan persiapan mental dan kematangan emosi yang memadai.

Menurut Lusiana (Sari, 2015) pernikahan usia muda adalah pernikahan yang dilaksanakan pada usia yang melanggar undang-undang perkawinan. Perkawinan usia muda rentan dilakukan oleh pasangan, karena cenderung pasangan yang menikah muda belum mampu memikul tanggung jawab. Dipandang dari kesehatan reproduksi atau kesehatan psikologi, perkawinan usia muda mempunyai resiko yang sangat besar. Namun pada kenyataannya masih ada sebagian masyarakat yang mengabaikan pertimbangan usia ketika melangsungkan perkawinan. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya pendidikan yang rendah, desakan ekonomi, faktor lingkungan, serta untuk menghindari perzinaan.

Menurut Reformasi UU No.1 Tahun 1974 menetapkan bahwasannya laki-laki boleh menikah di umur 19 tahun sedangkan perempuan diusia minimal 16 tahun. Namun terdapat perubahan pada peraturan tersebut yang tercantum pada undang undang UU Nomor 16 Tahun 2019 dalam pasalnya menetapkan bahwasannya pasangan yang menikah setidaknya minimal umur 19 Tahun bagi laki-laki dan perempuan. Menurut BPS tahun 2018, usia pernikahan muda di Indonesia masih tergolong tinggi yaitu mencapai 15,66% (Nurjananto , 2020). Sedangkan Jawa Barat mencatat sebanyak 5.523 pasangan telah melangsungkan pernikahan dini pada 2022. Ribuan anak tersebut bisa menikah setelah permohonan dispensasi pernikahnya diterima Pengadilan Agama (PA). Kepala Bidang Peningkatan Kualitas Keluarga pada Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak Dan Keluarga Berencana (DP3AKB) Jabar Iin Indasari merinci, permohonan dispensasi menikah hingga Desember 2022 tercatat mencapai 5.777 permohonan. Dari ribuan permohonan tersebut, 5.523 permohonan telah dikabulkan pengadilan.

Banyaknya kuantitas pasangan yang menikah muda didaerah Kabupaten Majalengka Jawa Barat, pada tahun 2022 yaitu sebanyak 249 anak di bawah umur melangsungkan perkawinan. Dari jumlah itu, daerah Majalengka utara diketahui sebagai penyumbang paling banyak. Kasi Bimas Kementerian

Agama (Kemenag) Kabupaten Majalengka M Risan mengatakan, angka pernikahan usia dini paling banyak terjadi pada anak perempuan. Dari total 249 orang itu, 216 diantaranya adalah anak perempuan. Berdasarkan data fenomena tersebut dari hasil sensus didesa Gunung Larang oleh bapak S sebagai kepala desa Gunung Larang Kabupaten Majalengka yaitu sekitar 40% dari jumlah penduduk desa Gunung Larang yang memilih untuk menikah diusia muda.

“Betul di desa ini tuh memang banyak sekali yang menikah di usia muda, ya kalau di bandingkan dengan desa desa sebelah memang desa kita paling banyak yang menikah di usia muda hampir 40% dari jumlah penduduk yang ada di desa ini menikah di usia muda, apalagi pada zaman dulu rata rata usia menikah itu masih sangat muda faktor penyebabnya sih kebanyakan ya dari segi ekonomi”

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat banyaknya didesa Gunung Larang yang menikah diusia muda, karena pendidikan serta ekonomi menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya pernikahan muda, dan menjadi salah satu alasan peneliti untuk memilih penelitian tersebut karena pernikahan yang dilakukan dengan usia yang kurang matang juga akan banyak sekali dampak yang dirasakan oleh pasangan tersebut.

Melihat banyaknya fenomena pernikahan usia muda di zaman sekarang ini, menurut Rosaliadevi (Suryani & Kudus, 2022). Berpendapat bahwa dampak pernikahan di usia muda yaitu berdampak terhadap biologis. Secara biologis alat reproduksi pada anak masih dalam proses menuju kematangan, sehingga belum siap melakukan hubungan seks, apalagi jika sampai hamil kemudian melahirkan. Jika dipaksakan justru akan terjadi trauma, perobekan yang luas dan infeksi yang akan membahayakan organ reproduksinya dampak membahayakan jiwa. Tidak hanya itu pernikahan di usia muda juga berdampak terhadap psikologis, dan psikisnya, remaja belum siap dan mengerti mengenai hubungan seks, sehingga hal tersebut akan menimbulkan trauma psikis berkepanjangan dalam jiwanya yang akan sulit untuk disembuhkan. Remaja akan murung dan menyesali hidupnya yang berakhir pada perkawinan yang bahkan dia sendiri tidak mengerti akan keputusan hidupnya. Dampak terhadap

sosial, fenomena menikah muda ini berkaitan dengan faktor sosial budaya dalam masyarakat patriarki yang bias gender yang menempatkan perempuan pada posisi rendah dan hanya dianggap pelengkap seks laki-laki saja. Kondisi inilah yang sangat bertentangan dengan ajaran agama apapun. Kondisi tersebut hanya melestarikan budaya patriarki yang bias gender yang akan menghasilkan kekerasan terhadap perempuan. Dalam penelitiannya dibahas menurut para sosiolog, ditinjau dari sisi sosial pernikahan dini dapat mengurangi harmonisasi keluarga. Hal ini disebabkan oleh emosi yang masih labil, gejolak darah muda dan cara pikir yang belum matang.

Berdasarkan hasil penjelasan di atas, banyak masyarakat yang menikah di usia muda dan berdampak pada berbagai hal, yaitu baik terhadap psikologis, biologis, sosial dan juga emosional. Hal tersebut pun dirasakan oleh responden penelitian yaitu masyarakat desa Gunung Larang dimana mereka merasa belum seimbang dalam menjalani hidupnya karena disebabkan oleh emosi yang masih labil serta belum bisa meregulasi emosi dengan baik seperti halnya yang dikatakan oleh ibu IM sebelumnya yaitu

“iyah kalau ada masalah sama suami saya kadang saya menghadapinya dengan marah marah dan emosi, tapi saya juga gampang reda dan luluh lagi ketika amarah saya sudah dikeluarkan, kalau ada masalah saya stress bingung cari jalan keluarnya.

Berdasarkan hasil wawancara dan dampak dari pernikahan muda yaitu, banyak sekali permasalahan dari pernikahan muda salah satunya adalah regulasi emosi. Pasangan yang menikah muda biasanya belum bisa meregulasi emosi dengan baik maka dari itu menyebabkan sering terjadinya konflik didalam rumah tangga.

Regulasi emosi adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menilai, mengatasi mengelola, dan mengungkapkan emosi yang tepat untuk mencapai keseimbangan emosional. (Gross, 2002) Kemampuan yang tinggi dalam mengelola emosi akan meningkatkan kemampuan individu untuk menghadapi ketegangan dalam kehidupannya. Regulasi tersebut dapat mempengaruhi perilaku dan juga pengalaman seseorang. Adanya hasil dari

regulasi tersebut dapat berupa perilaku yang ditingkatkan, dikurangi, atau dihambat dalam ekspresinya.

Regulasi emosi tidak bisa terlepas dari kehidupan manusia terutama pasangan yang menikah pada usia muda. Kesadaran atau proses kognitif membantu individu mengatur emosi-emosi atau perasaan-perasaan, dan menjaga emosi tersebut agar tidak berlebihan, misalnya setelah atau sedang mengalami stress. Regulasi emosi juga dipengaruhi oleh usia seseorang, biasanya pada usia muda mereka belum bisa menstabilkan emosinya. Adapun indikator pada regulasi emosi yaitu dapat memberikan respon positif terhadap setiap permasalahan, serta meningkatkan pengendalian diri dari emosi secara sadar (Nisfiannoor, 2004). mendefinisikan kematangan emosi sebagai suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional, oleh karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola emosional seperti pada masa kanak-kanak.

Individu yang telah mencapai kematangan emosi dapat mengendalikan emosinya dengan baik atau dapat bisa meregulasi emosi dengan baik, seseorang yang mempunyai kematangan emosi adalah orang yang telah mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosionalnya, menunjukkan emosi yang stabil tidak meledakledak, mampu mengendalikan atau mengontrol emosi dan mewujudkannya melalui respon emosional yang baik dan bertanggung jawab serta mengantisipasi secara kritis situasi yang dihadapi. (Nopiyanti, 2018)

Salah satu perkembangan remaja dalam aspek emosi adalah memiliki kematangan emosi. Kematangan emosi pada remaja dapat dilihat dalam perilaku yang ditampilkan remaja. Walgito (Nopiyanti, 2018) memaparkan bahwa remaja yang matang emosinya memiliki ciri-ciri yaitu:

1. Dapat menerima keadaan dirinya maupun orang lain dengan objektif.
2. Pada umumnya remaja tidak bersifat impulsif, dapat mengatur pikirannya dalam memberikan tanggapan terhadap stimulus yang mengenainya.

3. Dapat mengontrol emosinya dengan baik dan dapat mengontrol ekspresi emosinya walaupun dalam keadaan marah dan kemarahan itu tidak ditampakkan keluar.
4. Dapat berpikir objektif sehingga lebih bersifat sabar, penuh pengertian, dan cukup mempunyai toleransi yang baik.
5. Remaja memiliki tanggung jawab, dapat berdiri sendiri, tidak mengalami frustrasi, dan mampu menghadapi masalah dengan penuh pengertian.

Regulasi emosi mempunyai cakupan luas pada berbagai aspek biologis, sosial, tingkah laku sebagaimana proses kognitif yang disadari dan tidak disadari. Secara fisiologis, emosi itu sendiri diregulasikan oleh nadi-nadi, sehingga dapat mempercepat pernapasan (atau memperpendek pernapasan), memperbanyak keringat atau hal lainnya yang berhubungan dengan rangsangan emosi. Secara sosial, emosi diregulasikan dengan cara mencari akses ke hubungan interpersonal dan sumber dukungan yang bersifat nyata. Sedangkan secara tingkah laku, emosi diregulasikan melalui berbagai macam respon tingkah laku. Berteriak, menjerit, menangis atau menarik diri adalah contoh dari tingkah laku yang tampak untuk mengatur emosi yang bangkit sebagai respon terhadap rangsangan yang diberikan. Terakhir, emosi juga berguna untuk mengatur proses kognitif yang tidak disadari, seperti proses selective attention, memory distortion, penolakan, atau proyeksi, atau oleh proses kognitif yang disadari, seperti menyalahkan diri sendiri ataupun menyalahkan orang lain. (Nisfiannoor, 2004)

Pasangan yang menikah harus mampu mengendalikan atau dapat membentuk regulasi emosi dengan baik. Regulasi emosi adalah aspek yang sangat penting untuk menjaga pernikahan tetap sejahtera dan damai pernikahan yang baik biasanya ditentukan oleh regulasi emosi suami istri.

Pada aspek pertama menurut Gross (2007) yaitu adanya *Strategies to emotion regulation (strategies)* ialah keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah, memiliki kemampuan untuk menemukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negatif dan dapat dengan cepat menenangkan

diri kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan. Pada aspek pertama ini keluarga yang peneliti lakukan ialah sering terjadinya permasalahan yang muncul sehingga memancing keributan dan masalah tak kunjung selesai dan menimbulkan stress karena tidak bisa menangani atau mengatasi permasalahannya.

Pada aspek kedua yaitu *Engaging in goal directed behaviours (goals)*, yakni kemampuan individu untuk tidak terpengaruh dengan emosi negative sehingga ia tetap bisa berpikir dan bertindak suatu hal dengan baik. Pada aspek kedua ini keluarga yang peneliti lakukan yaitu sering terpengaruh oleh emosi yang muncul mudah marah sehingga tidak bisa diskusi dengan baik dan seringkali mudah terpancing emosi yang ada.

Pada aspek ketiga yaitu *Control emotional responses (impulse)*, yakni kemampuan individu untuk mengontrol emosi yang dirasakannya dan emosi yang dinampakkannya (respon fisiologis, tingkah laku dan nada suara). Sehingga individu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan respon emosi yang tepat. Pada aspek ketiga ini yaitu keluarga yang peneliti lakukan seringkali memiliki emosi yang berlebihan sehingga kurangnya pengontrolan emosi dan tidak bisa meregulasi emosi dengan baik.

Untuk aspek keempat yaitu *Acceptance of emotional responses (acceptance)*, yakni kemampuan individu untuk menerima peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan tidak merasa malu merasakan emosi tersebut. Pada aspek ke empat ini keluarga yang peneliti lakukan yaitu sering terjadi nya stress yang berlebihan karena sulit sekali untuk mengendalikannya baik itu pengendalian diri sendiri atau pasangan, tidak hanya itu sulitnya menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitar atau keluarganya.

Menurut Santrock (Nur, 2022) masalah rumah tangga biasanya disebabkan oleh faktor internal (pasangan) dan eksternal. Masalah dalam rumah tangga biasanya karena ada salah satu pasangan yang mungkin belum bisa mengendalikan emosinya atau belum bisa meregulasi emosi secara baik dan juga bisa dikatakan belum cukup dewasa untuk berumah tangga karena biasanya orang yang menikah muda itu emosinya masih cukup tinggi, karena

pasangan yang menikah harus siap secara mental, emosional dan finansial dan menunjukkan kedewasaan emosional, mengendalikan emosi mereka atau bisa disebut mampu mengambil keputusan dan memahami bagi dirinya sendiri yang tinggal di rumah tangga tersebut.

Berdasarkan penjelasan di atas maka perlu adanya intervensi yang bisa membantu mereka keluar dari masalah yang sering dihadapi salah satunya yaitu konseling keluarga. Menurut (Willis, 2009) konseling keluarga adalah upaya bantuan yang diberikan kepada individu anggota keluarga melalui system keluarga (pembenahan komunikasi keluarga) agar potensinya berkembang seoptimal mungkin dan masalahnya dapat diatasi atas dasar kemauan membantu dari semua anggota keluarga berdasarkan kerelaan dan kecintaan terhadap keluarga.

Konseling keluarga ini secara khusus memfokuskan pada masalah-masalah yang berhubungan dengan situasi keluarga dan penyelenggaraanya melibatkan anggota keluarga. Konseling keluarga merupakan proses pelatihan terhadap orang tua dalam hal metode mengendalikan perilaku yang positif dan membantu orang dalam perilaku yang dikehendaki. Dalam pengertian ini konseling keluarga tidak bermaksud untuk mengubah kepribadian, sifat, dan karakter orang-orang yang terlibat, tetapi lebih mengusahakan perubahan dalam sistem keluarga melalui perubahan perilaku (Willis, 2009).

Konseling keluarga bertujuan membantu anggota keluarga belajar dan memahami bahwa dinamika keluarga merupakan hasil pengaruh hubungan anggota keluarga. Membantu anggota keluarga agar dapat menerima kenyataan bahwa apabila salah seorang anggota keluarga memiliki permasalahan, hal itu akan berpengaruh terhadap persepsi, harapan, dan interaksi anggota keluarga lainnya. Konseling keluarga berupaya anggota keluarga dapat tumbuh dan berkembang guna mencapai keseimbangan dan keselarasan, serta mengembangkan rasa penghargaan dari seluruh anggota keluarga terhadap anggota keluarga yang lain. Semua anggota keluarga mengerti dan bertanggungjawab terhadap upaya perbaikan perilaku anak. Konseling ini

menjadi sangat efektif terutama untuk mengatasi masalah-masalah anak yang berhubungan dengan sikap dan perilaku orangtua sepanjang berinteraksi dengan anak. Konseling keluarga memandang keluarga secara keseluruhan bahwa anggota keluarga adalah bagian yang tidak mungkin dipisahkan dari anak (klien) baik dalam segi permasalahannya maupun penyelesaiannya. Sebagai suatu system, permasalahan yang dialami seorang anggota keluarga akan efektif diatasi jika melibatkan anggota keluarga yang lain (Siregar, 2015).

Dalam (QS. Al-Baqarah 2:187). Sebagaimana ayat tersebut menjelaskan bahwa istri merupakan “pakaian” bagi suami, begitu juga suami merupakan “pakaian” bagi istri. Jika ditelusuri makna “pakaian” memiliki fungsi yang banyak bagi kehidupan manusia. Dinatara fungsi pakaian tersebut adalah:

1. Sebagai pelindung, pakaian berfungsi untuk melindungi manusia dari panas teriknya matahari, atau dinginnya cuaca. Sehingga terhindar dari penyakit yang dikawatirkan terjadi karna cuaca. Begitu juga suami berfungsi sebagai pakaian bagi istrinya adalah untuk melindungi istri dari berbagai ancaman dan bahaya yang dapat merugikan dan keselamatan istri. Begitu juga istri sebagai pakaian suami berfungsi untuk melindungi suami dari berbagai kondisi yang dapat merugikan suami
2. Sebagai penutup aurat, pakaian berfungsi untuk menutup aurat seseorang. Begitu juga suami sebagai pakaian bagi istri berfungsi untuk menjaga dan menutupi aib istri. Begitu juga istri sbagai pakaian berfungsi untuk menjaga dan menutupi aib suami;
3. Sebagai perhiasan/keindahan, pakaian berfungsi untuk membuat seseorang tampil lebih indah. Begitu juga suami sebagai pakaian istri berfungsi untuk membuat istri terlihat indah dan terhindar dari fitnah dan cemoohan orang lain. begitu juga istri berfungsi sebagai pelengkap dan penyempurna kehidupan suami, sehingga dengan kehadirannya kehidupan suami dapat dilihat lebih sempurna dan lebih lengkap.

Selain itu, kata pakaian juga dapat didefinisikan sebagai sarana atau fasilitas yang diberikan hak mengelola dan menggunakannya dalam kehidupan. Sehingga, suami berhak untuk mengelola dan memanfaatkan pakainnya untuk memperoleh kebahagiaannya.

Berdasarkan permasalahan di atas, terkait dengan yang di alami oleh pasangan menikah diusia muda, dan pentingnya konseling keluarga dalam permasalahan rumah tangga maka penulis mencoba untuk meneliti terkait **“Implementasi Konseling Keluarga Dalam Membentuk Regulasi Emosi Pasangan Menikah Muda Di Desa Gunung Larang Kabupaten Majalengka”**.

B. Perumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, masalah dapat diidentifikasi sebagai berikut :

- a. Banyak pernikahan usia muda Kabupaten Majalengka Desa Gunung Larang.
- b. Pasangan yang menikah muda biasanya kerap memiliki permasalahan terkait dengan masalah Regulasi Emosi.
- c. Banyak pasangan yang menikah muda kurang bisa mengontrol emosi dan juga mengelola emosionalnya dengan baik.
- d. Belum adanya evaluasi yang jelas terkait program konseling keluarga untuk menelaah regulasi emosi bagi para pasangan menikah muda.

2. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di paparkan di atas adapun batasan masalahnya adalah : Agar masalah terfokus dan menghindari pembatasan masalah yang lebih luas maka dibatasi pada persoalan Implementasi konseling keluarga dalam membentuk regulasi emosi pasangan menikah muda di desa Gunung Larang.

3. Pertanyaan Penelitian

- a. Bagaimana gambaran regulasi emosi pasangan menikah muda di Desa Gunung Larang?

- b. Bagaimana tahapan implementasi konseling keluarga pada pasangan menikah muda di Desa Gunung Larang?
- c. Bagaimana hasil dari konseling keluarga terhadap peningkatan regulasi emosi pasangan menikah muda?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk Mendeskripsikan gambaran regulasi emosi pasangan menikah muda di Desa Gunung Larang?
2. Untuk Mendeskripsikan tahapan implementasi konseling keluarga terhadap pasangan menikah muda di Desa Gunung Larang?
3. Untuk Mendeskripsikan hasil dari konseling keluarga terhadap peningkatan regulasi emosi pasangan menikah muda?

D. Manfaat/Kegunaan Penelitian

1. Secara teoritis

Secara akademik, penelitian dapat menjadi salah satu referensi atau rujukan bagi para akademisi yang akan menambah ilmu dan pengetahuannya terkait tentang konseling keluarga yang menjadi salah satu upaya untuk mencapai keharmonisan dalam berkeluarga yang dapat terbentuk dari dinamika konseling bersama konselor. Dan memberikan pengaruh positif dan apresiasi kepada masyarakat bahwa layanan konseling keluarga bagi pasangan yang menikah mampu mengatasi masalah dan mencari jalan keluar terhadap masalah yang muncul didalam suatu keluarga.

Selain itu, penelitian ini mampu menambah pengetahuan di bidang keilmuan khususnya dalam bidang bimbingan konseling Islam yaitu mengetahui tentang konseling keluarga dalam membentuk regulasi emosi pasangan menikah muda.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan wawasan serta manfaat sebagai berikut :

a. Pasangan menikah muda

Dengan adanya penelitian ini diharapkan akan menambah keterampilan bagi pasangan menikah usia muda dalam melakukan intervensi terkait dalam upaya peningkatan regulasi emosi agar membentuk meregulasi emosi yang baik bagi para pasangan menikah muda dan membentuk keluarga yang sakinah mawadah warahmah.

b. Masyarakat

Dengan adanya penelitian ini mampu di terapkan kepada masyarakat secara khusus yaitu warga desa Gunung Larang di masyarakat secara umum terkiat dengan implementasi konseling keluarga karena masih banyak masyarakat yang kurang mengetahui dan berwawasan luas tentang sebuah konseling keluarga dalam membentuk regulasi emosi pasangan yang menikah muda didesa Gunung Larang.

c. Bagi peneliti

Peneliti memberikan keterampilan tambahan dalam upaya meningkatkan regulasi emosi sebagai calon pasangan serta memberikan pemahaman, pengalaman, dan pengetahuan baru mengenai bentuk upaya mengontrol emosi khususnya dalam mengatur atau meregulasi emosi khususnya pada pasangan yang menikah muda.

E. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu ini menjadi salah satu acuan penulis dalam melakukan penelitian, sehingga penulis dapat memperkaya teori yang digunakan dalam mengkaji penelitian yang dilakukan. Penulis mengangkat beberapa penelitian sebagai referensi dalam kajian pada penelitian penulis. Adapun penelitian-penelitian terdahulu yang berhubungan dengan permasalahan yang peneliti angkat dalam skripsi antara lain :

Pertama, penelitian dilakukan oleh Julia Eva Putri dkk, pada tahun (2022) dalam jurnal nya yg berjudul “Peranan konselor dalam konseling keluarga untuk meningkatkan keharmonisan keluarga” dalam hasil penelitiannya menunjukkan bahwasannya, suami dan istri yang mempunyai masalah dalam kehidupan rumah tangganya dan tidak mampu menyelesaikan

masalahnya dengan baik seringkali berakhir dengan adanya perceraian. konseling keluarga ini mampu memperoleh pemahaman dan juga dapat memecahkan masalah atau suatu konflik. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu adanya persamaan tentang variabel yaitu sama sama membahas tentang konseling keluarga. Kemudian perbedaannya pada penelitian ini menjelaskan tentang keharmonisan keluarga sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu tentang membentuk regulasi emosi.

Selanjutnya penelitian kedua yang dilakukan oleh Amatul Firdausya Achmad Nur dkk, pada tahun (2022) Dalam jurnal yang berjudul “ Expressive writing dan kemampuan regulasi emosi narapidana remaja dilembaga pembinaan khusus anak “ dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimental The One-Group Pretestt-Posttest Design. Dan hasil dari penelitian Amatul Firdaus Achmad Nur dkk ini yaitu expressive writing berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan regulasi emosi narapidana remaja di LPKA kelas II Maros. Adapun persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama sama meneliti tentang suatu regulasi emosi. Dan adapun yang membedakan penelitian dari Amatul Firdaus Achmad Nur dkk,dengan penelitian yang akan dilakukan ini yaitu dari subjeknya, Penelitian ini menjelaskan dan membahas tentang narapidana remaja sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu pasangan yang menikah muda. Perbedaan yang ada juga dari segi metode, penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimental The One-Group Pretestt-Posttest Design. Desain penelitian ini yaitu melakukan pretest kepada partisipan peneltiian sebelum diberikan perlakuan, setelah itu responden akan diberikan posttest menggunakan skala yang sama, sedangkan penelitian yang akan dilakukan ini menggunakan metode kualitatif deskriptif naratif.

Adapun penelitian ketiga yaitu yang dilakukan oleh (Suryani & Kudus, 2022) dalam jurnalnya yang berjudul “Fenomena menikah muda dikalangan remaja perempuan di kelurahan pipitan“ penelitian ini menjelaskan tentang sebuah pernikahan muda di kelurahan pipitan dimana disebuah kelurahan

tersebut remaja perempuan yang menikah muda, proses penyesuaian diri tentunya lebih banyak seperti dalam hal menghadapi perubahan diri baik secara fisik, emosi, maupun sosial. Menurut keterangan dari informan mereka sebagai remaja yang mengalami pernikahan muda harus menyesuaikan diri terhadap peran baru yang mereka miliki yaitu sebagai seorang istri agar mudah

bersosialisasi dalam lingkungannya baik lingkungan keluarga maupun masyarakat. Adapun persamaan dari penelitian ini yaitu sama-sama menjelaskan tentang pernikahan di usia muda, adapun perbedaan dari hasil penelitian Danik suryani dan Wahid Abdul Kudus dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu dari segi lokasi, lokasi yang kami akan lakukan yaitu di sebuah desa yaitu desa Gunung Larang sedangkan penelitian ini dilakukan di Kelurahan Pipitan.

Tabel 1. 1 Penelitian terdahulu

Nama Penulis	Judul Penelitian	Hasil Penelitian
Julia Eva Putri, Dkk (2022).	"Peranan konselor dalam konseling keluarga untuk meningkatkan keharmonisan keluarga"	<p>Penelitiannya menunjukkan bahwasannya, suami dan istri yang mempunyai masalah dalam kehidupan rumah tangganya dan tidak mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik seringkali berakhir dengan adanya perceraian. konseling keluarga ini mampu memperoleh pemahaman dan juga dapat memecahkan masalah atau suatu konflik.</p> <p>Persamaan dan perbedaan :</p> <p>a. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu adanya</p>

		<p>persamaan tentang variabel yaitu sama sama membahas tentang konseling keluarga. Kemudian perbedaanya pada penelitian ini menjelaskan tentang keharmonisan keluarga sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu tentang membentuk regulasi emosi.</p>
<p>Amatul Firdausya Achmad Nur dkk, pada tahun (2022).</p>	<p>“ <i>Expressive writing</i> dan kemampuan regulasi emosi narapidana remaja dilembaga pembinaan khusus anak “</p>	<p>Penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimental The One-Group Pretestt-Posttest Design. Dan hasil dari penelitian Amatul Firdaus Achmad Nur dkk ini yaitu expressive writing berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan regulasi emosi narapidana remaja di LPKA kelas II Maros.</p> <p>Persaan dan perbedaan:</p> <p>a. Adapun persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama sama meneliti tentang suatu regulasi emosi. Dan adapun yang membedakan penelitian dari Amatul Firdaus Achmad</p>

		<p>Nur dkk,dengan penelitian yang akan dilakukan ini yaitu dari subjeknya, Penelitian ini menjelaskan dan membahas tentang narapidana remaja sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu pasangan yang menikah muda. Perbedaan yang ada juga dari segi metode, penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimental The One-Group Pretestt-Posttest Design. Desain penelitian ini yaitu melakukan pretest kepada partisipan peneltiian sebelum diberikan perlakuan, setelah itu responden akan diberikan posttest menggunakan skala yang sama, sedangkan penelitian yang akan dilakukan ini menggunakan metode kualitatif deskriptif naratif.</p>
(Suryani & Kudus, 2022).	<p>“Fenomena menikah muda dikalangan remaja perempuan di kelurahan pipitan“</p>	<p>Penelitian ini menjelaskan tentang sebuah pernikahan muda di kelurahan pipitan dimana disebuah kelurahan tersebut remaja perempuan yang menikah muda,</p>

		<p>proses penyesuaian diri tentunya lebih banyak seperti dalam hal menghadapi perubahan diri baik secara fisik, emosi, maupun sosial. Menurut keterangan dari informan mereka sebagai remaja yang mengalami pernikahan muda harus menyesuaikan diri terhadap peran baru yang mereka miliki yaitu sebagai seorang istri agar mudah bersosialisasi dalam lingkungannya baik lingkungan keluarga maupun masyarakat.</p> <p>Persamaan dan perbedaan :</p> <p>a. Adapun persamaan dari penelitian ini yaitu sama sama menjelaskan tentang pernikahan di usia muda, adapun perbedaan dari hasil penelitian Danik suryani dan Wahid abdul kustus dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu dari segi lokasi, lokasi yang kami akan lakukan yaitu disebuah desa yaitu desa Gunung Larang sedangkan penelitian ini dilakukan di kelurahan pipitan.</p>
--	---	---

F. Kerangka Teori

1. Regulasi Emosi

Menurut (Gross, 2002) regulasi emosi adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menilai, mengatasi mengelola, dan mengungkapkan emosi yang tepat untuk mencapai keseimbangan emosional. Kemampuan yang tinggi dalam mengelola emosi akan meningkatkan kemampuan individu untuk menghadapi ketegangan dalam kehidupannya. Regulasi emosi adalah suatu hasil suatu pemikiran dan emosi, ketika individu mengeluarkan emosi dan bagaimana individu mengekspresikan emosinya.

Ketika individu tersebut memiliki sebuah permasalahan maka individu akan merespons permasalahan dengan emosi yang berbeda, remaja yang memiliki regulasi emosi yang baik maka akan menyikapi suatu permasalahan sesuai dengan permasalahan yang dihadapi tanpa menyakiti dirinya sendiri. Regulasi emosi memiliki beberapa bentuk seperti seleksi situasi, modifikasi situasi, penyebaran atensi, perubahan kognitif, dan modulasi respons. Respons dari individu ketika memiliki sebuah permasalahan membuat remaja memiliki perbedaan dalam menyikapinya dan regulasi emosinya.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengatur, mengelola, mengontrol emosinya dengan baik, sehingga dapat mengungkapkan emosinya dengan baik ketika mempunyai masalahpun bisa menyikapinya dengan tenang dan memiliki kemampuan yang tinggi dalam mengelola emosinya.

2. Konseling keluarga

Family counseling atau konseling keluarga adalah upaya bantuan yang diberikan kepada individu anggota keluarga melalui system keluarga (pembenahan komunikasi keluarga) agar potensinya berkembang seoptimal mungkin dan masalahnya dapat diatasi atas dasar kemauan membantu dari

semua anggota keluarga berdasarkan kerelaan dan kecintaan terhadap keluarga. (Willis, 2009).

Konseling keluarga menitik beratkan pada permasalahan yang berkaitan dengan keadaan keluarga dan dilakukan dengan melibatkan anggota keluarga dan memandang keluarga secara keseluruhan, sehingga permasalahan anggota keluarga dapat terselesaikan secara efektif apabila anggota keluarga yang lain juga dilibatkan. Tujuan konseling keluarga adalah membantu anggota keluarga mempelajari dan memahami bahwa dinamika keluarga merupakan hasil pengaruh hubungan anggota keluarga.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa konseling keluarga adalah salah satu upaya untuk memberikan bantuan kepada anggota keluarga yang sedang memiliki masalah dan masalah tersebut dapat diatasi atas dasar kesukarelaan dari anggota keluarga. Konseling keluarga ini dilakukan agar anggota keluarga berusaha bertumbuh dan berkembang untuk mencapai keseimbangan.

3. Pasangan Menikah Muda

Menurut kementerian agama RI Regulasi pernikahan berubah lagi, terkait masalah umur calon pengantin pemerintah mengesahkan UU Nomor 16 Tahun 2019 hasil amanah Mahkamah Kontitusi Republik Indonesia. Dalam pasalnya menetapkan, pasangan nikah setidaknya berumur paling rendah 19 tahun untuk pria dan wanita. Bagi yang berumur kurang dari kebijakan tersebut terlebih dahulu mendapatkan dispensasi dari Pengadilan Agama setempat. UU nomor 16 Tahun 2019 hasil pembaharuan UU Pernikahan lama Nomor 1 Tahun 1974, dimana umur pasangan nikah kala itu ditetapkan untuk pria 19 tahun dan wanita setidaknya 16 tahun.

G. Sistematika Penulisan

Skripsi yang berjudul “Implementasi Konseling Keluarga Dalam Membentuk Regulasi Emosi Pasangan Menikah Muda Di Desa Gunung Larang Kabupaten Majalengka”. Pembahasan dalam skripsi ini dikelompokkan menjadi 5 kategori yang terdiri dari pendahuluan, kajian teori, profil lembaga

dan metode penelitian, hasil dan pembahasan penelitian, kesimpulan dan saran.

Berikut adalah sistematika penulisan yang akan peneliti pakai pada penelitian skripsi ini :

1. Bagian Awal Bagian awal penelitian terdiri dari kata pengantar dan daftar isi.

2. Bagian Isi terdiri dari lima bab yaitu :

Bab I : Pendahuluan, berisi latar belakang masalah, fokus kajian, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, penelitian terdahulu, kerangka teori, dan sistematika penulisan.

Bab II : Memuat landasan teori yang berisi pembahasan mengenai kajian penelitian seperti, konseling keluarga, regulasi emosi pasangan menikah.

Bab III : Memuat tentang Teknik Penulisan serta metodologi penelitian dan Memuat Profil dari Desa Gunung Larang yang berisi kepada gambaran umum visi dan misi.

Bab IV : Memuat hasil penelitian dan pembahasan, berisi tentang gambaran umum objek penelitian, analisis hasil penelitian dan pembahasan.

Bab V : Penutup, berisi kesimpulan dan saran.

3. Bagian akhir

Bagian akhir penelitian terdiri dari daftar pustaka dan lampiran-lampiran