

Studi Kasus Kestabilan Emosi Mahasiswa yang Menikah Pada Masa Perkuliahan

Haryani Putriana¹, Ihsan Mz^{2*}, Desi Erawati³
Institut Agama Islam Negeri Palangka Raya¹, Indonesia
ihsan.mz@iain-palangkaraya.ac.id*

Submitted: 05-10-2023

Revised: 13-11-2023

Accepted: 02-12-2023

Copyright holder:

© Putriana, H., Mz, I., & Erawati, D. (2023)

First publication right:

© Ghaidan Jurnal Bimbingan Konseling & Masyarakat

How to cite: Putriana, H., Mz, I., & Erawati, D. (2023).

Studi Kasus Kestabilan Emosi Mahasiswa Yang Menikah Pada Masa Perkuliahan. *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Masyarakat*, 7(2), 182-194.
<https://doi.org/https://doi.org/10.19109/ghaidan.v7i2.19590>

Published by:

UIN Raden Fatah Palembang

Journal website:

<https://Ghaidan.co.id/index.php/>

E-ISSN:

2621-8283

ABSTRACT:

This study aimed to observe the description of the emotional stability of IAIN Palangka Raya students who were married, considering the two roles that were brought simultaneously. Focusing on aspects of emotional stability, namely, emotional adequacy, emotional maturity, and emotional control. This type of qualitative research, with data collection techniques using interviews and observation. Data analysis using the NVivo application. The research informants consisted of four pairs of husband and wife, eight people with the characteristics of students who were married and actively attend lectures. The results showed that emotional stability of married IAIN Palangka Raya students in terms of the emotional adequacy aspect was owned by four couples, as evidenced by a sudden change in circumstances. Emotional control, found in all four pairs, was based on the response that arised to emotional impulse. Furthermore, emotional maturity appears in two pairs, one of the two was experienced only by husbands and wives from couples who were not included in the emotional maturity aspect.

KEYWORDS: Emotional Stability, Students, Married

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk hidup yang tumbuh dan berkembang dari waktu ke waktu. Dalam setiap fase kehidupannya manusia dituntut untuk bisa melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosialnya, sesuai dengan kapasitas kemampuan diri yang dimiliki. Pada setiap fase kehidupan manusia dimulai sejak dalam kandungan, balita, anak-anak, remaja, dewasa, hingga manula. Masing-masing dari fase tersebut memiliki tantangannya sendiri. Tuntutan maupun tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh setiap individu. Berhasil dan mampu melalui setiap tahapnya dengan baik tanpa hambatan adalah impian semua orang. Akan tetapi, meskipun semua orang akan melalui tahap yang sama dalam menjalani kehidupan, respon yang diberikan oleh setiap individu bisa saja berbeda. Karena masing-masing individu memiliki pemikiran, pemahaman, dan pengalaman yang berbeda-beda. Seorang individu akan memberikan respon pada stimulus sesuai referensi yang ada pada dirinya. Pada setiap tahapnya, individu diharapkan bisa bijak dalam berpikir dan bertindak dalam merespon sesuatu. Kestabilan emosi menjadi salah satu kunci utama agar terwujudnya individu yang berkemampuan responsif yang tepat pada setiap keadaan.¹

Rentang proses yang sangat panjang ini sering disebut sebagai upaya dalam mencapai eksistensinya menjadi manusia yang utuh. Tentunya dalam hal ini akan bersinggungan langsung

¹ Hayatnufus, Ria Setiani, Rahmi Fauzia, and Jehan Safitri. "Kematangan Emosi Dan Penyesuaian perkawinan Pada Perempuan Pelaku Pernikahan Dini Di Kota Banjarmasin." *Jurnal Kognisia* 2.1 (2020): 110-113.
<https://doi.org/10.20527/jk.v2i1.1626>

dengan berbagai permasalahan dalam kehidupan, beberapa diantaranya: struktur sosial yang berubah dengan seiring berkembangnya zaman, pola hidup, modernisasi yang berkembang di masyarakat. Semua dinamika ini, bisa membuat individu melakukan macam-macam perbuatan yang tidak wajar. Pada sebagian individu, hal ini mampu mengarah kepada adanya penyimpangan tingkah laku atau bahkan gangguan kesehatan jiwa.²

Salah satu fase kehidupan yang cukup kompleks dengan berbagai permasalahan yang muncul adalah fase dewasa awal yakni usia 19-25 tahun. Dalam fase ini seorang individu memulai kehidupan secara mandiri, seperti memasuki dunia perkuliahan. Dalam hal ini, menjadi seorang yang berprestasi dan berhasil dalam akademik adalah impian dan harapan semua mahasiswa. Kesuksesan dalam bidang akademik ini dipandang sebagai salah satu hasil atau cerminan dari kualitas diri mahasiswa dalam kemampuan intelektualnya, kedisiplinan, ketekunan, dan penyesuaian diri yang baik. Akan tetapi, untuk mencapai kesuksesan tersebut tidak semua mahasiswa mampu memaksimalkan potensi-potensi yang dimilikinya. Karena terdapat banyak faktor yang mempengaruhi. Faktor tersebut bisa digolongkan menjadi dua yaitu, faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang berasal dari dalam diri mahasiswa, seperti kestabilan emosi. Sedangkan faktor eksternal yang artinya berasal dari luar diri mahasiswa salah satunya adalah pernikahan.³

Membangun sebuah keluarga melalui ikatan pernikahan merupakan salah satu fitrah yang tersemat dalam diri setiap insan. Ikatan ini dianggap sebagai sebuah ikatan yang sangat sakral dalam kehidupan seseorang. Ikatan ini diakui oleh hukum negara dan agama secara resmi, dan juga mempersatukan atau memperpanjang tali silaturahmi melalui pernikahan, yang mana kedua belah pihak datang dari latar belakang keluarga, suku dan budaya yang berbeda sekaligus.⁴

Pernikahan dalam penelitian Mukarromah⁵ dengan judul "Pengambilan keputusan mahasiswa menikah saat kuliah pada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang." mengungkap bahwa interaksi sosial merupakan hubungan-hubungan sosial yang dinamis yang menyangkut hubungan antara orang perorangan, antar kelompok-kelompok manusia, maupun antara orang perorangan dengan kelompok manusia. Persepsi orangtua terhadap anaknya yang telah menikah adalah menganggap bahwa anak sudah dewasa dan bisa memilih dan menentukan sesuatu tanpa campur tangan orangtua. Mahasiswi yang telah menikah juga telah dianggap mampu dan bisa mengatur kehidupannya karena sudah memiliki peran sebagai orangtua, bukan lagi anak-anak.

Hasil peneliti dari Jannah dkk⁶ menyatakan pelaksanaan pernikahan dini yang terjadi dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor ekonomi, pendidikan, agama, tradisi dan orangtua. Ada juga faktor dari anak itu sendiri yang berkeinginan untuk nikah muda. Mahasiswa muslim Madura di Desa Bajur pada umumnya memandang nikah pada masa kuliah adalah sesuatu yang positif, dalam arti pernikahan pada masa studi memberikan jalan keluar terhadap kehidupan mahasiswa muslim Madura, khususnya para pemuda desa Bajur. Misalnya terhindar dari berbagai

² Yunus, Eddy. *Manajemen strategis*. Penerbit Andi, 2016. [Google Scholar](#)

³ Fitriyah, Lina Arifah, Andri Wahyu Wijayadi, and Nur Hayati. "Efikasi Diri, Kestabilan Emosi dan Keberhasilan Akademik Mahasiswa Dalam Perkuliahan." *DWIJA CENDEKIA: Jurnal Riset Pedagogik* 4.1 (2020): 44-51. <https://doi.org/10.20961/jdc.v4i1.38691>

⁴ Fitriani, Dita Anisa. *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Religiusitas Dengan Kesiapan Menikah Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang*. Diss. Universitas Islam Sultan Agung, 2019. <http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/15796>

⁵ Mukarromah, Rochimatul, and Fathul Lubabin Nuqul. "Pengambilan keputusan mahasiswa menikah saat kuliah pada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang." 2012. [Google Scholar](#)

⁶ Jannah, Umi Sumbulah Faridatul. "Pernikahan dini dan implikasinya terhadap kehidupan keluarga pada masyarakat Madura (perspektif hukum dan gender)." *Egalita* (2012). <https://doi.org/10.18860/egalita.v0i0.2113>

hal yang akan menjerumuskan pemuda ke dalam jurang kemaksiatan seperti perzinahan dan lain-lain.

Selain itu Ningtyas & Muis⁷ menjelaskan dari hasil analisisnya bahwa pernikahan di kalangan mahasiswa dianggap wajar karena sudah matang jika dilihat dari segi psikologis dan usia. Tergantung pada mahasiswa sendiri untuk dapat mempertanggungjawabkan segala risiko yang mungkin timbul disebabkan oleh keputusan yang telah diambil. Pada aspek *self management*, mahasiswa cenderung mampu mengatasi semua tugas serta tanggungjawabnya, baik dalam pendidikan maupun dalam masalah rumah tangga, seperti pembagian tugas dalam mengelola rumah tangga.

Pernikahan juga memiliki pengaruh yang cukup besar dalam proses pendidikan yang sedang dijalani oleh mahasiswa, di antaranya: motivasi belajar, gaya belajar, dan pada peningkatan maupun penurunan keaktifan kuliah.⁸ Di sisi lain, motivasi yang tercipta dalam diri individu adalah dorongan yang kuat untuk mencapai sebuah keinginan atau tujuan yang ditargetkan. Dalam konteks ini adalah pernikahan. Dimulai dari keinginan yang sangat kuat ini muncul motivasi menikah dengan berbagai alasan, seperti menjaga agama, takut dosa, ingin membahagiakan orangtua, dan keinginan menikah muda yang membuat semakin mantap untuk melangkah ke jenjang pernikahan.⁹

Pernikahan dan perkuliahan merupakan dua diantara tugas-tugas perkembangan yang diemban oleh seorang individu yang sudah mencapai fase remaja akhir menuju dewasa awal. Oleh karena itu, pada fase ini sering dikenal sebagai masa transisi atau juga disimbolkan dengan ketidakstabilan seorang individu dalam pengambilan sikap. Pernikahan dan perkuliahan adalah dua hal yang bisa saja dijalani oleh individu secara bersamaan, akan tetapi tidak banyak individu yang bisa melakukannya dengan baik. Karena kedua hal ini membutuhkan banyak pengetahuan yang harus dipahami dan dimiliki oleh masing-masing individu dalam menjalani keduanya agar keselarasan dapat tercipta.

Berdasarkan penelitian yang telah dipaparkan, fenomena mahasiswa yang menikah terjadi di beberapa perguruan tinggi di Kota Palangka Raya. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di tiga kampus dibawah naungan Kementerian Agama, yaitu Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palangka Raya, Institut Agama Hindu Negeri (IAHN) Palangka Raya, dan Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Palangka Raya, didapatkan hasil wawancara yaitu mahasiswa yang menikah dan aktif kuliah sebanyak 32 orang di IAIN Palangka Raya, 15 orang di IAKN, dan 20 orang di IAHN. Berdasarkan data tersebut, IAIN Palangka Raya ialah kampus dengan mahasiswa yang menikah paling banyak. Selain itu, IAIN Palangka Raya merupakan satu-satunya Perguruan Tinggi Islam yang berada di Provinsi Kalimantan Tengah. Oleh karena itu, setiap mahasiswa benar-benar dididik untuk memahami dan mendalami nilai-nilai Islam. Agama Islam telah mengatur interaksi antara lawan jenis. Misalnya merespon perasaan terhadap lawan jenis, yang termasuk dalam bagian emosi. "Menikah adalah jalan yang disyariatkan oleh agama Islam, agar terhindar dari penyimpangan tingkah laku dan perbuatan dosa", ungkap salah seorang responden.

⁷ Ningtyas, Eva Bingar. *Studi Tentang Self-management Mahasiswa yang Sudah Menikah di Fakultas Ilmu Pendidikan Unesa*. Diss. State University of Surabaya, 2017. [Google Scholar](#)

⁸ Mutiah, Fatiah. "Peran Ganda Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Sebagai Ibu Rumah Tangga (Kajian Anchoring Dalam Pengambilan Keputusan)." *Skripsi (Yogyakarta: Fakultas Usuluddin UIN Sunan Kalijaga,)* (2014).[Google Scholar](#)

⁹ Anisaningtyas, Galuhpritta, and Yulianti Dwi Astuti. "Pernikahan di kalangan mahasiswa S-1." *Proyeksi: Jurnal Psikologi* 6.2 (2023): 21-33., <http://dx.doi.org/10.30659/jp.6.2.21-33>

Fitriyah et.al.¹⁰ dalam penelitiannya mengungkap bahwa terdapat pengaruh yang cukup signifikan antara kestabilan emosi dengan keberhasilan akademik seorang mahasiswa. Selain itu, dalam penelitian yang dilakukan oleh Fitriani¹¹, juga menunjukkan bahwa kematangan emosi sangat berpengaruh pada kesiapan menikah seorang mahasiswa. Penelitian-penelitian tersebut fokus pada faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya “nikah muda” atau menikah saat masih menempuh pendidikan, pengaruh kematangan emosi terhadap kesiapan seseorang dalam menikah, dan kematangan emosi pada mahasiswa. Sementara penelitian ini ingin melihat gambaran kematangan emosi mahasiswa yang menikah dan masih aktif mengikuti kuliah jenjang strata I di kampus IAIN Palangka Raya.

METODE

Jenis penelitian ini adalah kualitatif, yang bermaksud memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian seperti perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain sebagainya.¹² Sedangkan pendekatan yang digunakan adalah deskriptif-analitis yang berarti data yang dikumpulkan dalam bentuk kata-kata atau kalimat dan bukan angka.¹³ Sumber data dalam penelitian ini adalah data primer dan sekunder. Data primer adalah data yang didapatkan menggunakan teknik *purposive sampling*, yang artinya data diambil dengan pertimbangan tertentu, yang sudah memenuhi kriteria subjek terkait penelitian.¹⁴ Berdasarkan hal tersebut, maka subjek penelitian yaitu: 1) Mahasiswa/i aktif IAIN Palangka Raya, 2) Mahasiswa/i yang sudah menikah, dan 3) Pasangan mahasiswa/i aktif yang sudah menikah di IAIN Palangka Raya. Informan yang diteliti sebanyak empat (4) pasang suami istri dari 30 pasang yang memenuhi kriteria di atas, dan sesuai dengan keperluan penelitian. Sedangkan data sekunder didapatkan dari bahan pustaka. Adapun rincian informan dalam penelitian ini dimuat dalam tabel berikut:

Tabel 1. Data Informan

No.	Nama Pasangan	Usia
1	a. SR	23 th
	b. QN	2 th
2	a. BL	24 th
	b. BN	22 th
3	a. HS	24 th
	b. HI	22 th
4	a. RG	22 th
	b. DC	22 th

¹⁰ Fitriyah, Lina Arifah, Andri Wahyu Wijayadi, and Nur Hayati. "Efikasi Diri, Kestabilan Emosi dan Keberhasilan Akademik Mahasiswa Dalam Perkuliahan." *DWIJA CENDEKIA: Jurnal Riset Pedagogik* 4.1 (2020): 44-51. <https://doi.org/10.20961/jdc.v4i1.38691>

¹¹ Fitriani, Dita Anisa. *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Religiusitas Dengan Kesiapan Menikah Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang*. Diss. Universitas Islam Sultan Agung, 2019. <http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/15796>

¹² Tohirin, M. Pd Dr. "Metode penelitian kualitatif dalam pendidikan dan bimbingan konseling." (2012): 161-166. [Google Scholar](#)

¹³ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 39th ed. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2019). [Google Scholar](#)

¹⁴ Sa'adah, Miftahus. *Kecemasan pasangan calon pengantin (Studi kasus pada WB dan PS, JI dan PP, EP dan NS) dan bimbingan pra nikah di KUA Jekan Raya Kota Palangka Raya*. Diss. IAIN Palangka Raya, 2019. <http://digilib.iain-palangkaraya.ac.id/id/eprint/2133>

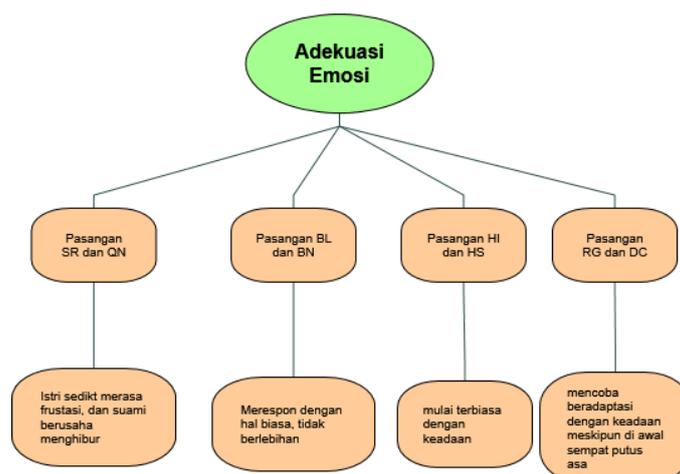
Adapun metode yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian adalah penelitian lapangan (*Field Research*). Penelitian ini dilaksanakan dengan cara mengunjungi langsung subjek penelitian dalam rangka mengumpulkan data. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara terstruktur, yakni pertanyaan-pertanyaan yang diajukan kepada subjek telah disusun terlebih dahulu sesuai dengan masalah untuk mencari jawaban terhadap hipotesis kerja, dengan protokol wawancara berbentuk terbuka. Teknik selanjutnya yaitu observasi, yang artinya mengumpulkan data dengan melakukan pengamatan langsung terhadap informan. Pengamatan ini dilakukan selama beberapa kali pertemuan sesuai dengan kebutuhan penelitian.

Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif-analitis. Diolah dengan bantuan *software NVivo*. Data yang dihasilkan dari wawancara akan dideskripsikan secara keseluruhan. Data hasil wawancara merupakan sumber data yang utama sebagai bahan analisis untuk menjawab masalah dalam penelitian. Analisis data dimulai dengan melakukan wawancara secara mendalam dengan informan. Setelah melakukan wawancara, peneliti membuat transkrip dari hasil wawancara dengan memutar kembali rekaman selama sesi wawancara yang telah dilakukan, dan selanjutnya menuliskan kalimat yang sesuai dengan informasi dalam rekaman. Kemudian peneliti melakukan reduksi data secara abstrak atau data yang diambil hanya yang sesuai dengan konteks penelitian, sehingga data lain yang tidak diperlukan tidak dimuat.¹⁵

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kestabilan Emosi Pada Aspek Adekuasi Emosi

Hasil yang diperoleh berdasarkan dari data wawancara dan observasi, dapat dilihat dari bagan *coding mindmap Nvivo* berikut yang menunjukkan aspek adekuasi emosi yang ada pada masing-masing pasangan. Setiap pasangan merespon rangsangan yang diterima dari luar diri mereka sendiri sesuai dengan kemampuannya sendiri dan dengan cara yang berbeda-beda, seiring berjalannya waktu mereka mulai membiasakan diri dengan keadaan.



Gambar 1. Bagan Aspek Adekuasi Emosi

¹⁵ Prabowo, Aan, and Heriyanto Heriyanto. "Analisis pemanfaatan buku elektronik (e-book) oleh pemustaka di perpustakaan SMA Negeri 1 Semarang." *Jurnal Ilmu Perpustakaan* 2.2 (2013): 152-161.. [Google Scholar](#)

Kestabilan Emosi Pada Aspek Kematangan Emosi

Emosi membawahi semua aktivitas jiwa dan raga. Emosi mengerahkan kekuatan dari dalam maupun dari luar yang memungkinkan kita untuk bertindak dengan kekuatan lebih. Jika kita bertindak pada saat yang bersamaan, emosi akan mereda; fungsinya telah dijalankan dan mungkin selanjutnya akan lenyap. Apabila tidak ada tindakan, emosi akan mengambil alih seluruh sistem tubuh. Emosi akan mengalir seluruh tubuh kita dengan dampak-dampak yang mengganggu. Jiwa seseorang menjadi tidak seimbang biasanya karena mereka gagal dalam mengendalikan emosi. Dalam hal ini adanya kontrol emosi menjadi hal yang sangat penting untuk dimiliki oleh setiap orang, akan tetapi tidak jarang juga ditemui bahwa sebaliknya terdapat pula orang-orang yang kurang memiliki kontrol dalam dirinya, dari hasil wawancara dengan QN, SR, BN, BL, SR, DC, HI, dan HS sebagai berikut:

Tabel 2 Hasil Wawancara

Responden	Hasil Wawancara
QN	<i>"...bilang langsung, negur dan sebagainya tanpa harus marah-marah yang berlebihan"</i>
SR	<i>"...prinsip saya adalah kalau selama bisa dibicarakan baik-baik kenapa harus marah-marah, toh mau marah atau tidak semua akan ada solusinya. Marah menguras tenaga dan akan membuat mood kita tidak baik, akhirnya nanti tidak teguran, saling mendinginkan atau lain sebagainya. Hal itu sangat saya hindari. Walaupun marah—seperti yang sudah saya katakan diawal—mengikuti ajaran Islam dalam mengontrol emosi, berwudhu salah satunya, duduk menjauh juga bisa dijadikan salah satu cara"</i>
BN	<i>"...diam dulu, baru saya utarakan"</i>
BL	<i>"...Saya akan menghindar dulu kalau ada rasa marah. Saya akan jalan dulu biar otak saya fresh kembali"</i>
RG	<i>"...sebelum menikah lebih pemaarah. Sehabis nikah kalau marah langsung bilang, tapi dengan cara yang biasa saja, menjelaskan kalau itu salah, lebih seperti itu. Dan sekarang, lebih bisa menahan emosi. Saya merasa perubahan emosi itu terbawa suasana, karena sudah merasa ada tanggungjawab. Artinya saya sudah menjadi seorang imam, sudah menjadi kepala keluarga yang memimpin istri dan anak-anak saya kelak, yang otomatis saya harus bisa menjadi panutan mereka, contoh bagi mereka. Sedangkan kalau sedih, rasanya saya jarang sedih. Tapi kalau merasakannya pasti pernah dan saya lebih ke kurang semangat, gitu aja".</i>
DC	<i>"...kalau saya sih, tipikal orang marah yang diam, jarang yang berisik (mendumel), pasti diam aja. Selain diam, juga menangis tapi tidak pernah yang berlebihan sampai teriak-teriak segala macam. Setelah menangis, saya merasa lega, barulah saya bisa menceritakan permasalahan apa yang saya rasakan. Sedih juga sama, tapi lebih ke menangis. Kalau senang saya suka senyum-senyum sih".</i>
HI	<i>"...Kalau lagi sedih tidak boleh terlihat sedih dihadapan orang lain, kalau lagi marah kadang dipendam, kadang bisa juga diluapkan secara langsung. Selain itu berbicara sendiri dibelakang, tapi dengan suara yang rendah".</i>
HS	<i>"...Kadang langsung saya tegur, pernah juga main fisik, tapi setelahnya langsung sadar kalau itu salah. Pernah juga meluapkannya ke benda. Tapi saya juga belajar dari pengalaman sebelumnya dalam mengontrol emosi. Jadi sekarang sudah mulai bisa menahan dan meluapkan emosi yang dirasakan itu ke lain hal, tanpa harus melampiaskannya ke istri meskipun dia salah".</i>

Perasaan marah, sedih, kecewa, dan lain sebagainya sudah menjadi warna-warni kehidupan. Tidak pandang bulu, tidak pandang usia. Semua orang merasakan perasaan tersebut.

Tergantung bagaimana respon individu dalam menyikapi yang dirasakan, seperti petikan wawancara berikut:

Selanjutnya yang dialami oleh RG ialah:

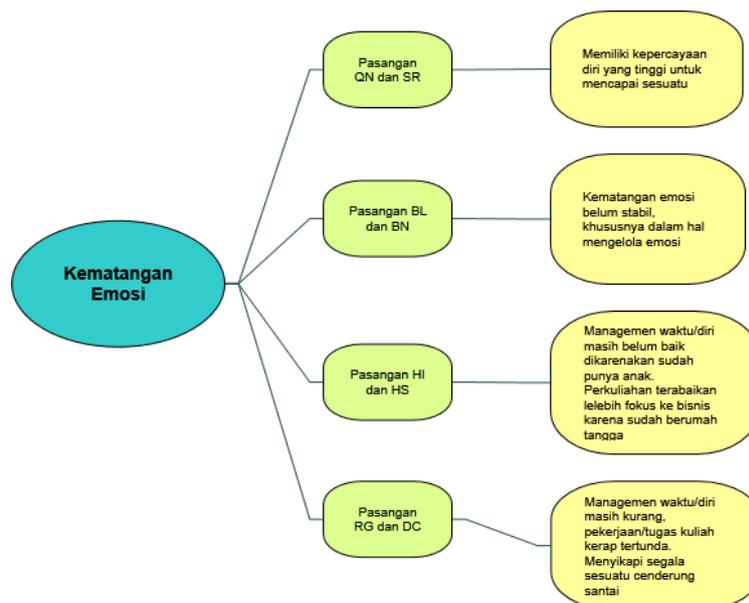
Pasangan selanjutnya, menunjukkan emosi yang mereka rasakan dengan caranya masing-masing sebagaimana kutipan wawancara berikut:

Sedangkan HS menuturkan bahwa:

Pada saat wawancara dan saat ditanyakan apakah pernah meluapkan emosi dalam bentuk yang lain, HS langsung mengalihkan pandangan dan terdiam sejenak. Kemudian ragu untuk menjawab. Sesaat kemudian HS yang menunduk mengangkat kepalanya dan menatap istrinya, ketika hampir menjawab 'tidak pernah', kedua pasutri itu tertawa simpul dan tidak sempat menjawab pertanyaan yang dilontarkan. Seolah sang istri (HI) sudah mengetahui apa yang akan dijawab oleh sang suami (HS), maka dengan cepat HI meng-iya-kan bahwa HS pernah melakukan kekerasan fisik kepadanya. Hal itu dikonfirmasi oleh HS.

Selanjutnya berdasarkan wawancara dan observasi yang telah dipaparkan di atas, hasil yang didapatkan seperti yang terlihat pada bagan *coding mindmap* Nvivo dibawah ini, yang menampilkan bahwa pada aspek kematangan emosi, masing-masing individu dari setiap pasangan memiliki kematangan emosi yang berbeda-beda. Pada pasangan SR dan QN yang ditampilkan berdasarkan *coding* ialah kematangan emosi dimiliki oleh SR. Sedangkan pada pasangan BL dan BN berdasarkan *coding* yang muncul yaitu kematangan emosi dimiliki oleh BL. Pada pasangan HI dan HS menunjukkan masing-masing dari mereka memiliki kematangan emosi. Adapun pada pasangan RG dan DC menampilkan bahwa mereka kurang dalam hal kematangan emosi.

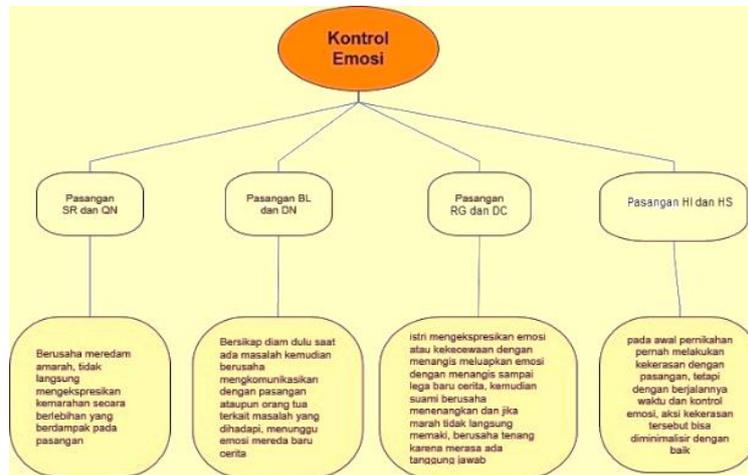
Gambar 2. Bagan Aspek Kematangan Emosi



Kestabilan Emosi Pada Aspek Kontrol Emosi

Pada aspek ini hasil yang ditemukan ialah adanya sistem kontrol emosi yang baik dari waktu ke waktu yang ditunjukkan oleh setiap pasang. Seperti yang dapat dilihat pada bagan *coding mindmap Nvivo* berikut:

Gambar 3. Bagan Aspek Kontrol Emosi



Gambaran Kestabilan Emosi Mahasiswa IAIN Palangka Raya yang Sudah Menikah

Pasangan QN, SR, HI, HS, DC, dan RG pada aspek adekuasi emosi berdasarkan data wawancara yang telah dipaparkan dan didukung oleh hasil observasi menunjukkan bahwa setiap orang atau setiap pasangan mengalami maupun menerima rangsangan dari luar diri mereka, yakni masing-masing merespon hal tersebut sesuai dengan referensi mereka sendiri dan dengan cara yang berbeda-beda. Mereka semua bereaksi, namun seiring berjalannya waktu mereka mulai terbiasa dengan keadaan. Agak berbeda dengan pasangan BL dan BN ketika menerima rangsangan dari luar. Mereka tetap merespon hal tersebut namun biasa saja. Tidak berlebihan. Berdasarkan data-data yang telah dikumpulkan.

Berangkat dari hasil analisis yang dilakukan pada para pasangan suami istri (pasutri) di atas, menunjukkan adanya efek emosi yang terbagi menjadi dua yaitu, emosi positif dan negatif. Emosi positif ialah emosi yang diharapkan keberadaannya oleh semua orang seperti rasa senang, bahagia, dan lain sebagainya. Sedangkan emosi negatif merupakan emosi yang tidak diharapkan muncul atau terjadi pada diri individu. Namun tidak jarang justru emosi yang terakhir inilah kerap merundung diri seseorang yang banyak dipicu oleh konflik yang terjadi maupun sebab stress yang dialami, sehingga penting untuk diperhatikan aspek kematangan emosi yang dimiliki oleh seseorang guna menunjang kestabilan emosi yang ideal.¹⁶

Adapun yang dimaksud dengan kematangan emosi ialah suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk mengarahkan emosi dasar yang kuat menjadi suatu tujuan, sedangkan tujuan yang dimaksud adalah untuk pemuasan hasrat diri sendiri, akan tetapi dapat diterima dengan baik oleh lingkungan sekitar yang ditandai dengan kemampuan seorang individu berekspresi atau

¹⁶ Nadhiroh, Yahdinil Firda. "Pengendalian emosi: Kajian Religio-psikologis tentang Psikologi Manusia." *Saintifika Islamica: Jurnal Kajian Keislaman* 2.01 (2015): 53-62. [Google Scholar](#)

memberikan respon dengan tepat, sesuai dengan tingkat perkembangannya, meskipun pada suatu keadaan yang tidak menyenangkan.¹⁷

Sejalan dengan definisi tersebut, dan dari hasil wawancara serta observasi didapatkan bahwa SR, BN, RG dan DC mampu memberikan respon yang baik terhadap apa yang mereka alami meskipun hal tersebut tidak menyenangkan bagi mereka. Seperti halnya sikap yang ditunjukkan tersebut juga menunjukkan keistimewaan ajaran Islam, yang termuat dalam hadits Nabi Muhammad Saw. yang berbunyi:

عَنْ صُهَيْبِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ

Artinya: "Sungguh menakjubkan urusan seorang mukmin, semua urusannya baik baginya dan kebaikan itu tidak dimiliki kecuali oleh seorang mukmin. Apabila ia mendapat kesenangan ia bersyukur dan itulah yang terbaik untuknya. Dan apabila mendapat musibah ia bersabar dan itulah yang terbaik untuknya."

Hal ini menunjukkan bahwa apabila seseorang mampu merespon sebuah kejadian yang terjadi pada dirinya baik itu sesuatu yang positif maupun negatif dengan tidak berlebihan atau seperti yang ditunjukkan oleh hadits tersebut yaitu sabar dan syukur, maka sesungguhnya inilah yang terbaik baginya dari semua sikap maupun respon emosi yang lain.¹⁸

Namun, tidak dapat dinafikan bahwa tidak semua hal yang terjadi di kehidupan ini mampu dijangkau, baik itu peristiwa-peristiwa yang menyenangkan maupun sebaliknya. Tanpa direncana, bahkan lebih banyak hal yang muncul tidak terduga. Hurlock mengemukakan¹⁹ mengenai tingkat kematangan emosi seseorang dapat diidentifikasi sebagai seorang individu yang memiliki kemampuan untuk menilai keadaan secara kritis terlebih dahulu sebelum melakukan sebuah tindakan, tidak lagi memberikan reaksi tanpa berpikir sebelumnya, seperti anak-anak atau orang yang belum matang emosinya.

Alhasil, kematangan emosi merupakan salah satu aspek penting untuk mencapai keberhasilan perkawinan maupun pendidikan. Kematangan emosi menentukan apakah seseorang mampu memiliki kemandirian secara mental atautkah tidak. Di luar kemandirian ekonomi, membangun rumah tangga baru juga menentukan kemandirian sikap mental. Adakalanya sebuah keluarga memiliki kemapanan ekonomi, tetapi tidak memiliki kemandirian mental.

Selain itu, di salah satu majalah Newsweek terbitan tahun 1990 yang dikutip oleh Adzim²⁰, disebutkan bahwa "Orang-orang muda Amerika yang memasuki abad ke-21 jauh lebih kurang dewasa dibanding para leluhurnya pada awal abad ke-20. Perbedaan itu nyata dalam seluruh aspek perkembangan pemuda seperti: seks, cinta, perkawinan, pendidikan, dan pekerjaan. Secara fisik, pemuda masa kini menjadi dewasa lebih cepat daripada generasi-generasi sebelumnya, tetapi secara emosional, mereka memakan waktu jauh lebih panjang untuk mengembangkan kedewasaan". Kesenjangan antara kematangan fisik yang datang lebih cepat dan kedewasaan emosional yang terlambat, menyebabkan timbulnya persoalan-persoalan psikis dan sosial yang

¹⁷ Aprilly, Fitri. "Perbedaan Tingkat Kestabilan Emosi Pada Orang Dewasa Yang Mengikuti Kegiatan Meditasi dan Orang Dewasa Yang Tidak Mengikuti Kegiatan Meditasi [Universitas Sanata Dharma]." (2016). [Google Scholar](#)

¹⁸ Rizkiyah, lin, and Nurliana Cipta Apsari. "Strategi coping perempuan terhadap standarisasi cantik di masyarakat." *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama dan Jender* 18.2 (2019): 133-152.. <http://dx.doi.org/10.24014/marwah.v18i2.7371>

¹⁹ Oktavian, Aradea. *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Perilaku Agresif Pada Mahasiswa*. Diss. Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2021.. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/14724>

²⁰ Adhim, M. Fauzil, and M. Nazhif Masykur. *Di Ambang Pernikahan*. Gema Insani, 2002. [Google Scholar](#)

akan merugikan banyak pihak terutama dirinya sendiri jika tidak memiliki kestabilan emosi yang baik.

Semua emosi merupakan cetusan perasaan dan masing-masing senantiasa bergerak bersamaan, yang artinya emosi dan tindakan berjalan beriringan.²¹ Inilah yang menjadi letak vital bagi kontrol emosi mengambil peran sebelum munculnya sebuah tindakan dari individu. Adapun yang dimaksud dengan kontrol emosi ialah individu yang mampu mengekspresikan emosinya sesuai dengan nilai, norma dan prinsip yang ada dalam lingkungan masyarakat setempat. Kontrol emosi juga menjadi dasar atas kematangan emosi yang memiliki pengaruh cukup besar dalam hal penyesuaian diri seorang individu. Hal ini juga sangat berkaitan erat dengan secara sadarnya seseorang menahan diri untuk tidak melakukan sesuatu hal yang menyimpang.²²

Sejalan dengan apa yang tergambar dalam wawancara yang telah dilakukan terhadap para pasutri, dapat terlihat bahwa mereka mempunyai kemampuan untuk mengontrol emosi yang cukup baik. Meskipun tidak dapat dipungkiri bahwa pengaruh dari pengalaman dan lingkungan memberikan kontribusi yang cukup besar dalam proses berpikir dan mengontrol emosi. Setiap peristiwa yang telah berlalu, masing-masing individu memiliki pilihan yang mana ada mengambil pelajaran sembari mengevaluasi dirinya ataupun tidak, agar di hari yang berikutnya tidak mengulangi perilaku yang sama. Selaras dengan hal ini, dalam Al-Qur'an juga telah termaktub anjuran untuk muhasabah diri, Allah SWT berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَتَتَنظَرُوا نَفْسَ مَا قَدَّمْتُمْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

Artinya: *Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah Setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.* (QS. Al-Hasyr:18)

Kemudian dalam hal kontrol emosi juga terdapat pada hadits Rasulullah Saw:

حَدَّثَنَا ابْنُ السَّرْحِ حَدَّثَنَا ابْنُ وَهْبٍ عَنْ سَعِيدِ يَغْنِي ابْنَ أَبِي أَيُّوبَ عَنْ أَبِي مَرْحُومٍ عَنْ سَهْلِ بْنِ مَعَاذٍ عَنْ أَبِيهِ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ مَنْ كَظَمَ غَيْظًا وَهُوَ قَادِرٌ عَلَى أَنْ يُنْفِذَهُ دَعَاهُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ عَلَى رُءُوسِ الْخَلَائِقِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُخَيَّرَهُ اللَّهُ مِنَ الْحُورِ الْعِينِ مَا شَاءَ

Artinya: *"Barangsiapa yang menahan kemarahannya padahal dia mampu untuk melampiaskannya maka Allah SWT akan memanggilnya (membanggakannya) pada hari kiamat di hadapan semua manusia sampai (kemudian) Allah SWT membiarkannya memilih bidadari bermata jeli yang disukainya"* (HR. Abu Daud, at-Tirmidzi, dan Ibnu Majah).

Secara alamiah tentunya setiap individu telah memiliki emosi-emosi dasar yang ada pada dirinya semenjak keberadaannya. Emosi tersebut menjadi penggerak manusia untuk memenuhi kebutuhannya, menjembatani individu dalam menggapai impian dan segala hal yang menjadi tujuan hidup. Akan tetapi, emosi yang tidak terkendali menimbulkan kemungkinan terjadinya kerusakan, baik itu pada diri manusia itu sendiri ataupun lingkungan sekitarnya apabila tidak adanya pengendalian atau kontrol emosi yang baik, oleh karena itu, sering dijumpai adanya ungkapan bahwa umur atau usia seseorang tidak menjadi penentu atau tolak ukur yang mutlak akan kedewasaan seseorang dalam berpikir dan bertindak mengelola emosinya.²³

²¹Bisri, A. Mustofa. *Saleh ritual, saleh sosial*. Diva Press, 2018. [Google Scholar](#)

²² Aprilly, Fitri. "Perbedaan Tingkat Kestabilan Emosi Pada Orang Dewasa Yang Mengikuti Kegiatan Meditasi dan Orang Dewasa Yang Tidak Mengikuti Kegiatan Meditasi [Universitas Sanata Dharma]." (2016). [Google Scholar](#)

²³ Diana, R. Rachmy. "Pengendalian Emosi Menurut Psikologi Islam." *Unisia* 37.82 (2015): 41-47. [Google Scholar](#)

Salah satu ayat yang sering dikutip dan dijadikan rujukan sebagai konsep atau tujuan daripada pernikahan yang termaktub dalam Al-Qur'an adalah firman Allah SWT:

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْتَبِرُونَ

Artinya: *Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu isteri-isteri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya diantaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berfikir.* (Q.S. 30: 21)

Pada ayat di atas terdapat lafadz "taskunu" yang terambil dari kata "sakana" memiliki arti diam, tenang setelah sebelumnya goncang dan sibuk. Rumah diberikan nama *sakan* disebabkan di dalamnya dapat diperoleh sebuah ketenangan batin pada setiap jenis kelamin yang telah diberikan oleh Allah SWT (lelaki maupun perempuan), yang mana hal tersebut tidak dapat berfungsi sebagaimana mestinya jika hanya berdiri sendiri. Allah SWT menciptakan setiap makhluknya dengan sangat sempurna, sedangkan kesempurnaan eksistensi sebagai seorang manusia hanya dapat dicapai dengan bersatunya kedua pasangan. Selain itu, pada proses penciptaan tersebut tidak lupa juga Allah SWT memberikan dorongan-dorongan naluriyah seperti emosi, juga dorongan untuk menyatu dengan pasangan agar saling mempertahankan eksistensi dirinya masing-masing. Berangkat dari hal tersebut Allah menciptakan naluri seksual yang mana setiap insan dari hari ke hari dapat memuncak, seseorang akan merasakan kegelisahan, pikiran terganggu atau kacau tidak karuan serta jiwa yang bergejolak. Apabila penggabungan tidak terpenuhi, maka dapat mengakibatkan gangguan atau penyimpangan tingkah laku. Maka Allah SWT mensyariatkan para hambanya untuk menikah agar mendapatkan ketenangan. Berlandaskan ayat tersebut juga tentu Islam memiliki keinginan agar para pasangan suami-istri yang telah terikat dalam ikrar suci pernikahan dapat seutuhnya terjalin keharmonisan, saling mengasihi, menyayangi, memberikan rasa aman dan tenang dalam rumah tangganya.²⁴

KESIMPULAN

Kestabilan emosi pada mahasiswa IAIN Palangka Raya yang telah menikah dengan empat (4) pasang informan yaitu: SR (suami) dan QN (istri), BL (suami) dan BN (istri), HS (suami) dan HI (istri), RG (suami) dan DC (istri). Ditemukan adanya adekuasi emosi pada keempat pasangan tersebut, kematangan emosi ditemukan pada dua dari empat pasang yakni RG, DC, SR, dan BN. Sedangkan kontrol emosi, teridentifikasi pada empat pasang suami-istri tersebut. Adapun masalah yang muncul dari luar pada aspek adekuasi adalah perubahan keadaan secara drastis. Sementara pada aspek kematangan emosi berakar pada *management* waktu dan diri. Pada aspek kontrol emosi dipicu oleh tanggung jawab secara finansial, dan faktor keturunan.

REFERENSI

- Adhim, M. Fauzil, and M. Nazhif Masykur. *Di Ambang Pernikahan*. Gema Insani, 2002. [Google Scholar](#)
- Anisaningtyas, Galuhpritta, and Yulianti Dwi Astuti. "Pernikahan di kalangan mahasiswa S-
" *Proyeksi: Jurnal Psikologi* 6.2 (2023): 21-33., <http://dx.doi.org/10.30659/jp.6.2.21-33>
- Bisri, A. Mustofa. *Saleh ritual, saleh sosial*. Diva Press, 2018. [Google Scholar](#)

²⁴ Nurhayati, Agustina. "Pernikahan dalam perspektif Alquran." *ASAS: Jurnal Hukum Ekonomi Syariah* 3.1 (2011). <http://dx.doi.org/10.24042/asas.v3i1.1651>

- Diana, R. Rachmy. "Pengendalian Emosi Menurut Psikologi Islam." *Unisia* 37.82 (2015): 41-47. [Google Scholar](#)
- Fitriyah, Lina Arifah, Andri Wahyu Wijayadi, and Nur Hayati. "Efikasi Diri, Kestabilan Emosi dan Keberhasilan Akademik Mahasiswa Dalam Perkuliahan." *DWIJA CENDEKIA: Jurnal Riset Pedagogik* 4.1 (2020): 44-51. <https://doi.org/10.20961/jdc.v4i1.38691>
- Fitriani, Dita Anisa. *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Religiusitas Dengan Kesiapan Menikah Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang*. Diss. Universitas Islam Sultan Agung, 2019. <http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/15796>
- Hayatnnufus, Ria Setiani, Rahmi Fauzia, and Jehan Safitri. "Kematangan Emosi Dan Penyesuaian perkawinan Pada Perempuan Pelaku Pernikahan Dini Di Kota Banjarmasin." *Jurnal Kognisia* 2.1 (2020): 110-113. <https://doi.org/10.20527/jk.v2i1.1626>
- Jannah, Umi Sumbulah Faridatul. "Pernikahan dini dan implikasinya terhadap kehidupan keluarga pada masyarakat Madura (perspektif hukum dan gender)." *Egalita* (2012). <https://doi.org/10.18860/egalita.v0i0.2113>
- Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 39th ed. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2019). [Google Scholar](#)
- Mukarromah, Rochimatul, and Fathul Lubabin Nuqul. "Pengambilan keputusan mahasiswa menikah saat kuliah pada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang." 2012. [Google Scholar](#)
- Mutiah, Fatiah. "Peran Ganda Mahasiswi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Sebagai Ibu Rumah Tangga (Kajian Anchoring Dalam Pengambilan Keputusan)." *Skripsi (Yogyakarta: Fakultas Usuluddin UIN Sunan Kalijaga,)* (2014). [Google Scholar](#)
- Ningtyas, Eva Bingar. *Studi Tentang Self-management Mahasiswa yang Sudah Menikah di Fakultas Ilmu Pendidikan Unesa*. Diss. State University of Surabaya, 2017. [Google Scholar](#)
- Nadhiroh, Yahdinil Firda. "Pengendalian emosi: Kajian Religio-psikologis tentang Psikologi Manusia." *Saintifika Islamica: Jurnal Kajian Keislaman* 2.01 (2015): 53-62. [Google Scholar](#)
- Nurhayati, Agustina. "Pernikahan dalam perspektif Alquran." *ASAS: Jurnal Hukum Ekonomi Syariah* 3.1 (2011). <http://dx.doi.org/10.24042/asas.v3i1.1651>
- Oktavian, Aradea. *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Perilaku Agresif Pada Mahasiswa*. Diss. Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2021.. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/14724>
- Prabowo, Aan, and Heriyanto Heriyanto. "Analisis pemanfaatan buku elektronik (e-book) oleh pemustaka di perpustakaan SMA Negeri 1 Semarang." *Jurnal Ilmu Perpustakaan* 2.2 (2013): 152-161. [Google Scholar](#)
- Rizkiyah, lin, and Nurliana Cipta Apsari. "Strategi coping perempuan terhadap standarisasi cantik di masyarakat." *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama dan Jender* 18.2 (2019): 133-152.. <http://dx.doi.org/10.24014/marwah.v18i2.7371>
- Sa'adah, Miftahus. *Kecemasan pasangan calon pengantin (Studi kasus pada WB dan PS, JI dan PP, EP dan NS) dan bimbingan pra nikah di KUA Jekan Raya Kota Palangka Raya*. Diss. IAIN Palangka Raya, 2019. <http://digilib.iain-palangkaraya.ac.id/id/eprint/2133>
- Tohirin, M. Pd Dr. "Metode penelitian kualitatif dalam pendidikan dan bimbingan konseling." (2012): 161-166. [Google Scholar](#)
- Yunus, Eddy. *Manajemen strategis*. Penerbit Andi, 2016.. [Google Scholar](#)