



P-ISSN : 2442-4323  
 E-ISSN : 2599 0071

Received : Agustus 2022  
 Revision : Oktober 2022  
 Accepted : November 2022  
 Published : November 2022

## KEMATANGAN EMOSI, DUKUNGAN SOSIAL DAN PENYESUAIAN DIRI PASANGAN MUDA PADA AWAL PERNIKAHAN

Noviani Tarigan<sup>1</sup>, Afdal<sup>2</sup>

<sup>1</sup>(Magister Student of Guidance and Counseling, Universitas Negeri Padang)

<sup>2</sup>(Guidance and Counseling, Universitas Negeri Padang)

<sup>1</sup>[novianitarigan@gmail.com](mailto:novianitarigan@gmail.com), <sup>2</sup>[afdal.kons@fip.unp.ac.id](mailto:afdal.kons@fip.unp.ac.id)

### Abstrak

Memasuki kehidupan pernikahan tidaklah mudah karena pasangan muda memerlukan penyesuaian satu sama lain. Kegagalan atau perceraian dalam pernikahan salah satunya disebabkan karena tidak dapatnya melakukan penyesuaian dengan baik oleh pasangan muda. Kematangan emosi dan dukungan sosial pasangan muda merupakan faktor penting yang turut mempengaruhi penyesuaian diri pasangan muda pada awal pernikahan. Penelitian ini untuk melihat bagaimana kematangan emosi, dukungan sosial dan penyesuaian diri pasangan muda dengan jumlah sampel 120 orang yang terdiri dari 60 laki-laki dan 60 perempuan diperoleh dengan teknik purposive sampling. Data diambil dengan menyebarkan instrumen kematangan emosi, dukungan sosial dan penyesuaian diri dengan jumlah item pernyataan sebanyak 136. Hasil penelitian diperoleh dengan melihat nilai persentase, koefisien korelasi dan nilai signifikansi antar variabel dan diperoleh hasil kematangan emosi berada pada kategori tinggi dengan nilai R sebesar 42,5% kemudian nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$  ( $\alpha$ ) sehingga dinyatakan memiliki hubungan yang signifikan. Kemudian dukungan sosial berada pada kategori sedang dengan nilai R sebesar 29,8% dan nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$  ( $\alpha$ ) sehingga dinyatakan memiliki hubungan yang signifikan. Kemudian Penyesuaian diri berada pada kategori tinggi dengan nilai R 48,1% dan nilai probabilitas (Sig. F Change) sebesar  $0,000 < 0,05$  ( $\alpha$ ) yang bermakna bahwa kematangan emosi dan dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dan positif dengan penyesuaian diri pasangan muda pada awal pernikahan. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat dijadikan sumber acuan dalam memberikan pelayanan bimbingan dan konseling khususnya pada bidang pengembangan kehidupan berkeluarga.

**Kata Kunci:** Kematangan Emosi, Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri

### Abstract

Starting married life is not easy because young couples need to adjust to each other. One of the causes of failure or divorce in marriage is the inability to make self-adjustments properly in young couples. Well-adjusted marriages have lower rates of depression and poorly-adjusted marriages have higher rates of depression. Emotional maturity and social support of young couples are important factors that influence the adjustment of young couples in early marriage. This study is to see how emotional maturity, social support and adjustment of young couples with a sample of 120 people consisting of 60 men and 60 women obtained by purposive sampling technique. Data were taken by distributing instruments of emotional maturity, social support and self-adjustment with a total of 136 statement items. The results were obtained by looking at the percentage value, correlation coefficient and significance value between variables and the results of emotional maturity are in the high category with an R value of 42.5% then the Sig value. (2-tailed) of  $0.000 < 0.05$  ( $\alpha$ ) so that it is stated to have a significant relationship. Then social support is in the medium category with an R value of 29.8% and a Sig value. (2-tailed) of  $0.000 < 0.05$  ( $\alpha$ ) so that it is stated to have a significant relationship. Then self-adjustment is in the high category with an R value of 48.1% and a probability value (Sig. F Change) of  $0.000 < 0.05$  ( $\alpha$ ) which means that emotional maturity and social support have a significant and positive relationship with the adjustment of young couples in early marriage.

**Keywords :** Emotional Maturity, Social Support and Adjustment

## PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan salah satu tahapan yang harus ditempuh untuk membina sebuah keluarga (Yendi, Ardi & Ifdil, 2013). Pernikahan juga sebagai salah satu hubungan jangka panjang yang membutuhkan komitmen dan keseriusan (Pinaima & Sumintardja, 2016). Kebahagiaan menjadi suatu tujuan yang diharapkan dari sebuah pernikahan (Erlamsyah, & Prayitno, 2002). Kebahagiaan diartikan sebagai sesuatu yang membuat pengalaman yang menyenangkan berupa perasaan senang, damai, sejahtera, kepuasan hidup serta tidak adanya perasaan tertekan (Pontoh & Farid, 2015). Sehingga dapat disimpulkan bahwa pernikahan adalah langkah awal dalam kehidupan rumah tangga yang mana diperlukannya kesiapan dan komitmen dalam menjalin hubungan antara pasangan yang bertujuan untuk mencapai rumah tangga yang damai dan bahagia. Rumondor (2011) menjelaskan bahwa masa awal pernikahan merupakan masa yang penuh dengan penyesuaian. Penyesuaian di tahun pertama dan kedua pernikahan terkadang menjadi pemicu kegagalan ketercapaian tujuan pernikahan untuk membina keluarga yang harmonis (Hurlock, 2002). Kegagalan tersebut dipicu oleh permasalahan yang berhubungan dengan penyesuaian antara pasangan, (Iskandarsyah, A., de Klerk, C., Suardi, D. R., Soemitro, M. P., Sadarjoen, S. S., & Passchier, 2014) menyatakan masalah yang terjadi dalam pernikahan memberikan efek atau pengaruh yang signifikan terhadap relasi kedua pasangan. Masalah yang timbul dalam rumah tangga itu disebabkan beberapa faktor yaitu: pihak ketiga atau perselingkuhan, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), perselisihan atau pertengkaran terus menerus dan faktor ekonomi (Dalvi & Hermaleni, 2021).

Menurut data dari PBB dan sumber lainnya, negara dengan tingkat perceraian tertinggi di dunia pada tahun 2020 adalah Maldives atau Maladewa, yang mencatat 2.984 perceraian dalam 540.544 populasi (*Cnbcindonesia*, 2020). Pusat Statistik (BPS) Sumatera Barat mencatat pasangan bercerai pada 19 kabupaten dan kota tahun 2020 berjumlah 8.386 kasus, perceraian terbanyak terjadi di kota Padang dengan jumlah 1.277, Pariaman dengan jumlah 914 dan Lima Puluh Kota dengan jumlah 676. Faktor perceraian yang terjadi paling banyak se-Provinsi Sumatera Barat ialah karena pertengkaran yang terus menerus terjadi pada pasangan suami istri dengan jumlah 6.667. Sementara Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Padang mencatat jumlah perceraian pada tahun 2020 pada 11 kecamatan di kota padang mencapai 1.277 kasus. Penyebab dari perceraian tersebut yaitu sikap moral, salah satu pasangan meninggal, perselisihan dan lainnya. Penyebab perceraian yang paling banyak terjadi yaitu karena perselisihan antara pasangan suami istri dengan jumlah 962.

Kematangan emosi dan dukungan sosial merupakan hal yang sangat penting dalam membantu pasangan muda menjalani kehidupan pernikahannya. Chaplin (2008) mendefinisikan kematangan emosi/*emotion maturity* sebagai suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan perkembangan emosi. Seseorang yang matang secara emosi, dapat mengendalikan emosinya, dapat berpikir secara matang, berpikir secara baik, berpikir secara objektif (Walgito, 2004). Sehingga, ketika pasangan muda mampu mengendalikan emosinya dengan baik maka ketika terjadi permasalahan dalam pernikahan akan mampu mengambil keputusan yang baik pula. Selain kematangan emosi dukungan sosial juga sangat membantu pasangan muda dalam menyesuaikan dirinya dalam pernikahan. Dukungan sosial terdiri dari informasi verbal, non verbal atau nasehat, bantuan yang nyata atau yang terlihat, yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya (Taylor, Kim & Sherman, 2008). Dukungan sosial dapat diartikan juga sebagai keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk dimintai bantuan, dorongan dan penerimaan apabila individu mengalami kesulitan (Saragi et al., 2016). Sehingga dalam hal ini kematangan emosi dan dukungan sosial sangat penting bagi pasangan muda dalam menjalankan rumah tangga demi mencapai tujuan pernikahan yaitu kebahagiaan.

Fenomena yang ditemukan mengungkapkan bahwa banyaknya perceraian yang terjadi karena masih adanya suami istri atau pasangan muda yang belum mampu menyesuaikan diri dengan baik dalam pernikahan. Selanjutnya seringkali pasangan suami istri ketika menghadapi permasalahan terlalu mementingkan egonya sendiri, kemudian tidak mampu untuk mengambil keputusan yang tepat dalam menyelesaikan permasalahan. Adanya sikap egosentrisme dalam keluarga dapat menimbulkan ketidakharmonisan antara pasangan suami istri dimana antara anggota keluarga tidak adanya rasa saling pengertian, kasih sayang dan tidak saling menghargai antara pasangan suami istri (Sari, Yusri & Sukmawati, 2015). Kurangnya dukungan sosial dari lingkungan terdekat juga akan berdampak pada penyesuaian yang kurang baik, sehingga dengan adanya kematangan emosi, dukungan sosial dan penyesuaian diri pasangan muda hendaknya dapat belajar memposisikan diri dengan perbedaan dan latar belakang yang berbeda.

## METODOLOGI

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana kematangan emosi, dukungan sosial dan penyesuaian diri pasangan muda pada awal pernikahan serta mencari tahu seberapa besar korelasi antara ketiga variabel. Metode yang digunakan yaitu deskriptif korelasional dengan teknik analisis regresi ganda, sampel penelitian sebanyak 120 orang yang diperoleh melalui teknik purposive sampling. Karakteristik sampel pada penelitian ini yaitu pasangan muda berusia min 19 tahun dan max 24 tahun dengan usia pernikahan 3 tahun, yang peristiwa menikahnya tercatat pada Kantor Urusan Agama (KUA) Padang Utara, Padang Barat, dan Koto tangah. Data dikumpulkan menggunakan instrumen kematangan emosi, dukungan sosial dan penyesuaian diri dengan menggunakan skala likert dengan 5 alternatif jawaban, Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD), Jarang (JR) dan Tidak pernah (TP) dengan jumlah item sebanyak 136. Pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan menemui pasangan muda. Selanjutnya data dianalisis dengan rumus persentase, regresi sederhana dan regresi ganda dengan bantuan aplikasi SPSS versi 20.00.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data instrumen yang dilakukan dengan pengolahan data kuantitatif dapat dijelaskan pada tabel berikut.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Persentase Kematangan Emosi**

<b>Kategori</b>	<b>Interval</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Sangat Tinggi (ST)	143-158	17	14,2
Tinggi (T)	127-142	58	45
Sedang (S)	111-126	35	28,3
Rendah (R)	95-110	12	10
Sangat Rendah (SR)	79-94	3	2,5
<b>JUMLAH</b>		<b>120</b>	<b>100</b>

Tabel di atas memperlihatkan tentang jumlah keseluruhan sampel penelitian sebanyak 120 orang yang terdiri dari 60 orang suami dan 60 orang istri. Mayoritas responden kematangan emosinya berada pada kategori yang tinggi yaitu 45%, selebihnya berada pada kategori sedang yaitu 28,3%, sangat tinggi yaitu 14,2%, rendah 10% dan sangat rendah 2,5%. Artinya bahwa pasangan muda sudah mampu untuk memberikan tanggapan emosi secara matang dan mampu mengontrol serta mengendalikan emosinya ketika menghadapi suatu permasalahan di dalam rumah tangga, sehingga menunjukkan suatu kesiapan dalam bertindak dan mengambil keputusan yang baik. Kematangan emosi adalah aspek penting untuk menjaga pernikahan, karena dalam pernikahan yang harmonis sedikit banyak dipengaruhi oleh kematangan emosi kedua belah pihak yaitu suami dan istri (Saraswati & Sugiasih, 2020), sehingga dengan kematangan emosi tersebut pasangan muda dapat menyelesaikan konflik dengan efektif (E. R. Putri & Sofia, 2021).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Persentase Kematangan Emosi Suami**

KATEGORI	INTERVAL	f	%
Sangat Tinggi (ST)	143-158	7	11,7
Tinggi (T)	127-143	26	43,3
Sedang (S)	111-126	19	31,7
Rendah (R)	95-110	6	10
Sangat Rendah (SR)	79-94	2	3,3
<b>JUMLAH</b>		<b>60</b>	<b>100</b>

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Persentase Kematangan Emosi Suami**

KATEGORI	INTERVAL	f	%
Sangat Tinggi (ST)	139-153	13	21,7
Tinggi (T)	124-138	32	53,3
Sedang (S)	109-123	8	13,3
Rendah (R)	94-108	6	10
Sangat Rendah (SR)	79-93	1	1,7
<b>JUMLAH</b>		<b>60</b>	<b>100</b>

Tabel di atas memperlihatkan tentang jumlah sampel suami sebanyak 60 dan istri 60 orang. Mayoritas responden suami cenderung berada pada kategori tinggi yaitu 26 orang atau 43,3%, selebihnya berada pada kategori sedang yaitu 31,7% , kategori sangat tinggi yaitu 11,7%, rendah yaitu 10%, sangat rendah 3,3%. Sementara Mayoritas responden istri cenderung memiliki kematangan emosi yang tinggi yaitu 32 orang atau 53,3%, selebihnya berada pada kategori sangat tinggi yaitu 21,7%, kemudian pada kategori sedang yaitu 13,3%, kategori rendah yaitu 10%, sangat rendah 1,7%.

**Tabel 4. Deskripsi Kematangan Emosi untuk Setiap Aspek**

Aspek	JK	Kategori %				
		ST	T	S	R	SR
Pemberian dan penerimaan cinta	L	48,3	25	18,3	5	3,3
	P	35	38,3	22	3,3	2
Pengendalian emosi	L	16,7	40	36,7	0	6,7
	P	20	33,3	33,3	10	3,3
Toleransi terhadap frustrasi	L	11,7	35	26,7	15	11,7
	P	18,3	33,3	33,3	11,7	3,3
Kemampuan mengatasi ketegangan	L	10	23	48,3	13	5
	P	15	28	45	10	1,7

Tabel di atas menjelaskan tentang kematangan emosi laki-laki dan perempuan. Kematangan emosi laki-laki pada aspek pemberian dan penerimaan cinta berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 48,3%, aspek pengendalian emosi berada pada kategori sangat tinggi 40%, aspek toleransi terhadap frustrasi kategori tinggi 35%, dan pada aspek kemampuan mengatasi ketegangan juga pada kategori sedang yaitu 48,3%. Selanjutnya kematangan emosi perempuan pada aspek pemberian dan penerimaan cinta berada pada kategori tinggi 38,3%, aspek pengendalian emosi berada pada kategori tinggi 33,3%, aspek toleransi terhadap frustrasi berada pada kategori tinggi 33,3%, dan aspek kemampuan mengatasi ketegangan berada kategori sedang 45%. Sementara hasil dari regresi sederhana dapat dilihat sebagai berikut.

<b>Variabel</b>	<b>R</b>	<b>R Square</b>	<b>Sig. (2-tailed)</b>
X1-Y	0.425	0.180	0.000

Berdasarkan output hasil regresi sederhana diatas diketahui nilai R sebesar 42,5% dengan taraf signifikansi 0.000 yang lebih kecil dari 0.05 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa kematangan emosi memiliki hubungan yang signifikan dengan penyesuaian diri pasangan muda. Sejalan dengan pendapat (J. E. Putri & Taufik, 2017) menjelaskan seseorang yang matang secara emosi akan dapat menyesuaikan dirinya dimanapun ia berada. Rasa sayang, suka, dan cinta sebagai emosi positif akan berkembang jadi lebih baik yang memungkinkan individu untuk menyesuaikan diri dengan baik dalam lingkungannya (Nurhikmah et al., 2021). Senada dengan penelitian (Lybertha, 2016) yang menyatakan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kematangan emosi dan persepsi terhadap pernikahan bahwa semakin tinggi kematangan emosi, maka persepsi terhadap pernikahan semakin positif. Sehingga dapat disimpulkan pasangan yang memiliki emosi yang matang akan mampu mengelola pernikahan, menghadapi perubahan hidup dan menyesuaikan dirinya dalam pernikahan.

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi dan Persentase Dukungan Sosial**

<b>Kategori</b>	<b>Interval</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Sangat Tinggi (ST)	159-181	9	7,5
Tinggi (T)	136-158	36	30
Sedang (S)	113-135	68	56,7
Rendah (R)	90-112	5	4,2
Sangat Rendah (SR)	67-89	2	1,6
<b>JUMLAH</b>		<b>120</b>	<b>100</b>

Tabel di atas memperlihatkan tentang jumlah keseluruhan sampel penelitian sebanyak 120 orang yang terdiri dari 60 orang suami dan 60 orang istri. Mayoritas responden dukungan sosial berada pada kategori yang sedang dengan jumlah frekuensi 68 atau 56,7%, selebihnya berada pada kategori tinggi yaitu 30%, selanjutnya pada kategori sangat tinggi yaitu 7,5%, kemudian pada kategori rendah yaitu 4,2% dan sangat rendah 1,6. Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel 6. Distribusi Frekuensi dan Persentase Dukungan Sosial Suami**

<b>KATEGORI</b>	<b>INTERVAL</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Sangat Tinggi (ST)	159-181	8	13,3
Tinggi (T)	136-158	11	18,3
Sedang (S)	113-135	38	63,4
Rendah (R)	90-112	3	5
Sangat Rendah (SR)	67-89	0	0
<b>JUMLAH</b>		<b>60</b>	<b>100</b>

**Tabel 7. Distribusi Frekuensi dan Persentase Dukungan Sosial Istri**

<b>KATEGORI</b>	<b>INTERVAL</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Sangat Tinggi (ST)	140-158	20	33,4
Tinggi (T)	121-139	34	56,7
Sedang (S)	102-120	2	3,3
Rendah (R)	83-101	2	3,3
Sangat Rendah (SR)	64-82	2	3,3
<b>JUMLAH</b>		<b>60</b>	<b>100</b>

Tabel di atas memperlihatkan tentang jumlah responden suami sebanyak 60 orang dan mayoritas istri 60 orang. Mayoritas laki-laki cenderung memiliki dukungan sosial yang sedang yaitu 63,4%, selebihnya berada pada kategori tinggi 18,3%, sangat tinggi 13,3%, rendah 5%. Selanjutnya mayoritas istri cenderung memiliki dukungan sosial yang tinggi yaitu 56,7%, selebihnya memilih pada kategori sangat tinggi 33,4%, sedang yaitu dengan persentase 3,3%, pada kategori rendah 3,3% dan pada kategori sangat rendah yaitu 3,3%. Dukungan sosial dari keluarga dan teman-teman terutama yang berbentuk emosional mempunyai hubungan yang sangat signifikan dengan kepuasan kerja, kebosanan, dan depresi (Apollo & Cahyadi, 2012). Sehingga dalam hal ini pasangan muda memerlukan dukungan sosial dalam menjalani rumah tangga.

**Tabel 8. Distribusi Frekuensi dan Persentase Dukungan Sosial untuk Setiap Aspek**

Aspek	JK	Kategori				
		ST	T	S	R	SR
Dukungan kongkrit	L	13	21,7	31,7	30	3
	P	15	36,7	35	8,3	5
Dukungan Emosional	L	16,7	23	31,7	26,7	2
	P	12	38	42	3	5
Dukungan Informatif	L	6,7	16,7	26,7	31,7	18
	P	10	55	26,7	5	3,3
Dukungan Penghargaan	L	11,7	16,7	45	25	1,7
	P	11,7	48,3	30	6,7	3,3

Tabel di atas menjelaskan tentang dukungan sosial laki-laki dan perempuan. Dukungan sosial laki-laki pada aspek dukungan kongkrit berada pada kategori sedang 31,7%, aspek dukungan emosional berada pada kategori tinggi dengan persentase 31,7%, aspek dukungan penghargaan berada pada kategori tinggi 42%, dan aspek dukungan penghargaan yaitu 45%. Selanjutnya dukungan sosial perempuan pada dukungan informasi berada pada kategori tinggi yaitu 55%, pada dukungan penghargaan berada pada kategori tinggi 48,3%, dukungan emosional berada pada kategori tinggi dengan persentase 42%, dan dukungan kongkrit berada pada kategori tinggi yaitu 36,7%. Sementara hasil dari regresi sederhana dapat dilihat pada tabel berikut.

Variabel	R	R Square	Sig. (2-tailed)
X2-Y	0.298	0.89	0.000

Berdasarkan output hasil regresi sederhana diatas diketahui nilai R sebesar 29,8% dengan taraf signifikansi 0.000 yang lebih kecil dari 0.05 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan penyesuaian diri pasangan muda. Dari hasil tersebut diketahui bahwa semakin banyak dukungan yang diberikan orangtua dan teman pasangan muda maka penyesuaian diri pasangan muda akan semakin baik. Sejalan dengan pendapat (Calabiano & Sarafino, 2002) menjelaskan bahwa individu yang mendapatkan dukungan sosial akan merasa yakin bahwa dirinya dicintai, berharga, dan merasa dirinya menjadi bagian dalam lingkungan sosialnya. Pratiwi (2016) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri suami istri dalam pernikahan. Adanya dukungan sosial ini maka pasangan akan dapat menjalankan hal yang positif dalam kehidupan rumah tangganya sehingga dapat menyesuaikan dirinya dalam rumah tangga.

**Tabel 9. Distribusi Frekuensi dan Persentase Penyesuaian Diri**

<b>Kategori</b>	<b>Interval</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Sangat Tinggi (ST)	142-153	19	15,9
Tinggi (T)	130-141	45	37,5
Sedang (S)	118-129	33	27,5
Rendah (R)	106-117	18	15
Sangat Rendah (SR)	94-105	5	4,1
<b>JUMLAH</b>		<b>120</b>	<b>100</b>

Tabel di atas memperlihatkan tentang jumlah keseluruhan sampel penelitian sebanyak 120 orang yang terdiri dari 60 orang suami dan 60 orang istri. Mayoritas responden penyesuaian diri berada pada kategori yang tinggi yaitu 37,5%, selebihnya berada pada kategori sedang yaitu 27,5%, selanjutnya pada kategori sangat tinggi yaitu 15,9%, rendah yaitu 15%, sangat rendah 4,1%. Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel 10. Distribusi Frekuensi dan Persentase Penyesuaian Diri Suami**

<b>KATEGORI</b>	<b>INTERVAL</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Sangat Tinggi (ST)	142-153	13	22
Tinggi (T)	130-141	14	23
Sedang (S)	118-129	19	32
Rendah (R)	106-117	11	18
Sangat Rendah (SR)	93-105	3	5
<b>JUMLAH</b>		<b>60</b>	<b>100</b>

**Tabel 11. Distribusi Frekuensi dan Persentase Penyesuaian Diri Istri**

<b>KATEGORI</b>	<b>INTERVAL</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Sangat Tinggi (ST)	138-148	17	28,3
Tinggi (T)	127-137	21	35
Sedang (S)	116-126	15	25
Rendah (R)	105-115	5	8,4
Sangat Rendah (SR)	93-104	2	3,3
<b>JUMLAH</b>		<b>60</b>	<b>100</b>

Tabel tentang keseluruhan sampel penelitian yaitu sebanyak 60 orang Suami dan 60 orang istri. Mayoritas responden suami cenderung penyesuaian dirinya berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 32%, selebihnya berada pada kategori tinggi yaitu 23%, sangat tinggi yaitu 22%, pada kategori rendah yaitu sebesar 18% dan kategori sangat rendah 5%. Selanjutnya mayoritas responden istri cenderung memiliki penyesuaian diri berada pada kategori tinggi dengan persentase 35%, selebihnya berada pada kategori sedang 25%, kategori sangat tinggi 28,3%, rendah 8,4% dan sangat rendah 3,3%.

**Tabel 12. Distribusi Frekuensi dan Persentase Penyesuaian Diri Setiap Aspek**

<b>Aspek</b>	<b>JK</b>	<b>Kategori %</b>				
		<b>ST</b>	<b>T</b>	<b>S</b>	<b>R</b>	<b>SR</b>
Kemampuan	L	10	31,7	33,3	20	5
mengontrol emosi	P	11,7	15	45	20	8,3
Tidak terdapat	L	23,3	28,3	45	1,7	1,7
mekanisme psikologis	P	8,3	25	45	18,3	3,3
Frustrasi personal yang	L	6,7	30	33,3	20	15
minimal	P	10	33,3	40	11,7	5

Tabel di atas menjelaskan tentang penyesuaian diri pasangan muda pada awal pernikahan. Penyesuaian diri pada laki-laki pada awal pernikahan dilihat pada aspek frustrasi personal yang minimal berada pada kategori sedang yaitu sebesar 33,3%, aspek kemampuan untuk bersikap rasional dan kemampuan mengarahkan diri kategori rendah 50%, kemampuan untuk belajar dan pemanfaatan masa lalu kategori sedang 36,7%, tidak terdapat mekanisme psikologis kategori sedang 45%, dan bersikap realistis dan objektif kategori sedang 31,7%, kemampuan mengontrol emosi kategori sedang 33,3%. Selanjutnya penyesuaian diri pada perempuan aspek tertinggi pada aspek kemampuan untuk belajar dan pemanfaatan masa lalu yaitu 45%, selebihnya berada pada kategori sedang yaitu aspek tidak terdapat mekanisme psikologis dengan persentase 45%, kemampuan mengontrol emosi 45%, aspek frustrasi personal yang minimal 40%, bersikap rasional dan kemampuan mengarahkan diri sebesar 38,3%, aspek sikap realistis dan objektif dengan persentase 38,4%. Sementara hasil dari analisis regresi ganda dapat dilihat sebagai berikut.

Variabel	R	R Square	Sig. F Change
X1 X2 -Y	0.481	0.231	0,000

Berdasarkan output hasil regresi ganda di atas diketahui nilai R sebesar 48,1% dengan taraf signifikansi 0.000 yang lebih kecil dari 0.05 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa kematangan emosi dan dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan penyesuaian diri pasangan muda. Artinya tinggi atau rendahnya penyesuaian diri pasangan dalam pernikahan tidak hanya dipengaruhi satu variabel saja (kematangan emosi atau dukungan sosial), namun dipengaruhi secara bersama-sama oleh kematangan emosi dan dukungan sosial. Hal ini berarti bahwa meningkatnya penyesuaian diri pasangan dalam pernikahan seiring dengan meningkatnya kematangan emosi dan dukungan sosial pasangan dalam pernikahan.

Fitroh, (2011) menjelaskan Penyesuaian diri adalah suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Penyesuaian diri sebagai proses yang menyertai kehidupan juga tidak terlepas dari pengalaman yang diperoleh dari orang-orang yang ada disekitarnya, diantaranya dukungan dari orang terdekat (Rahma, 2011). Beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri individu, yaitu kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, keadaan psikologis, faktor lingkungan, dan kebudayaan (Crow & Crow, 2014). Kematangan emosi mutlak diperlukan dalam usaha pasangan muda dalam mempertahankan pernikahan dalam keharmonisan keluarga (E. R. Putri & Sofia, 2021) selain itu faktor dukungan sosial juga membantu pasangan muda dalam proses penyesuaian dirinya. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, kemudian timbul rasa percaya diri dan kompeten (Pratiwi, 2016). Sehingga hal ini bisa memotivasi pasangan untuk mampu mengelola emosi atau menurunkan ketegangan (tension) serta mengurangi kecemasan (*anxiety*) akibat stres menghadapi permasalahan dalam pernikahan, sehingga pasangan siap dalam menghadapi perubahan hidup dan mampu menyesuaikan dirinya dalam pernikahan.

Pelaksanaan penelitian ini telah diusahakan dengan cermat berdasarkan metode dan prosedur yang sesuai dengan jenis penelitian ini, namun kesempurnaan hasil merupakan hal yang tidak mudah untuk diwujudkan. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak terlepas dari keterbatasan dan kelemahan yang tidak dapat dihindari, diantaranya. *Pertama*, jumlah sampel dalam penelitian ini diambil hanya dari beberapa KUA yang ada di kota Padang yaitu, KUA Padang Utara, KUA Padang Barat, dan KUA Koto Tangah. Oleh karena itu perlu adanya penelitian lanjutan yang menggunakan sampel penelitian yang lebih banyak dan dalam jangka waktu yang relatif lebih lama. *Kedua*, pengumpulan data dalam penelitian ini secara langsung menemui pasangan muda dengan memberikan instrumen melalui data yang diperoleh dari KUA tempat penelitian sehingga menjadi tantangan tersendiri bagi peneliti untuk menyebarkan instrumen penelitian yang sudah disiapkan. Hal tersebut juga memakan waktu yang relatif panjang. *Ketiga*, pembahasan dalam penelitian ini sangat luas yang mana terdapat variabel-

variabel yang lain yang berkaitan dengan penyesuaian diri pasangan dalam pernikahan, namun karena keterbatasan peneliti maka penelitian ini hanya membahas variabel kematangan emosi dan dukungan sosial.

Keterbatasan-keterbatasan tersebut, peneliti berharap adanya masukan yang bersifat membangun dari para pembaca. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar dalam penelitian lanjutan dengan kajian teori yang lebih baik, sehingga dapat dijadikan sebagai bahan rujukan dalam pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling secara umum, khususnya yang terkait dengan penyesuaian diri pasangan muda dalam pernikahan.

## KESIMPULAN

Kegagalan pernikahan sering terjadi disebabkan karena penyesuaian diri yang buruk, oleh karena itu perlu adanya penyesuaian diri yang baik bagi pasangan muda dalam pernikahan. Kematang emosi dan dukungan sosial merupakan hal yang sangat penting dalam mendukung penyesuaian diri pasangan muda dalam pernikahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran kematangan emosi, dukungan sosial dan penyesuaian diri pasangan muda pada awal pernikahan dan hasil penelitian menunjukkan bahwa kematangan emosi pasangan muda rata-rata memperoleh tingkat tinggi yang berarti pasangan muda sudah mampu mengendalikan emosinya di saat menghadapi situasi-situasi buruk yang terjadi dalam rumah tangganya kemudian kematangan emosi memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan penyesuaian diri pasangan muda pada awal pernikahan, sebesar 42,5% artinya baik buruknya penyesuaian diri pasangan muda dapat dilihat dari tingkat kematangan emosinya, sementara dukungan sosial pasangan muda secara keseluruhan mencapai tingkat sedang, yang berarti bahwa dukungan sosial sudah cukup baik diterima pasangan muda dari orangtua, teman dan lingkungan masyarakat seperti pertolongan, kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan ketika mengalami permasalahan dalam rumah tangganya. Dukungan sosial memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan penyesuaian diri pasangan muda sebesar 29,8% yang artinya penyesuaian pasangan muda akan baik tidak terlepas dari dukungan orang-orang terdekatnya. Selanjutnya kematangan emosi dan dukungan sosial memiliki hubungan yang positif signifikan sebesar 48,1% dan rata-rata penyesuaian diri pasangan muda berada pada tingkat tinggi, yang bermakna bahwa pasangan muda sudah dapat berinteraksi secara tepat sesuai dengan kenyataan, situasi dan hubungan sosial sehingga persyaratan untuk mendapatkan kehidupan sosial yang layak dan memuaskan sudah terpenuhi. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan bagi peneliti lanjutan untuk memberikan pelayanan bimbingan dan konseling khususnya pada bidang pengembangan kehidupan berkeluarga dengan memberikan layanan berbentuk kelompok atau individu dengan teknik yang khusus bagi pasangan muda yang mengalami penyesuaian diri yang rendah.

## REFERENSI

- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). Widya Warta. *Widya Warta*, 02(I), 254–271.
- Calabiano, M. L., & Sarafino, E. P. (2002). *Health Psychology: biopsychosocial interactions*. 95.  
[https://researchonline.jcu.edu.au/661/1/661\\_Caltabiano\\_2002\\_suppdocs.pdf](https://researchonline.jcu.edu.au/661/1/661_Caltabiano_2002_suppdocs.pdf)
- Chaplin, J. . (2008). *Kamus Lengkap Psikologi*. Raja Grafindo Persada.
- Crow, L. D., & Crow, A. (2014). Personal adjustment and mental health. *Child Development and Adjustment: Study of Child Psychology.*, 423–450.  
<https://doi.org/10.1037/14399-018>
- Dalvi, I., & Hermaleni, T. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perceraian Selama Masa Pandemi Covid-19 di Kota Bukittinggi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 7236–7241. <https://www.jptam.org/index.php/jptam/article/view/2072>
- Erlamsyah, & Prayitno, E. (2002). *Bahan Ajar Psikologi Keluarga*. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.
- Fitroh, S. F. (2011). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Hardiness Dengan

- Penyesuaian Diri Menantu Perempuan Yang Tinggal Di Rumah Ibu Mertua. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 8(1), 83–98. <https://doi.org/10.18860/psi.v0i1.1547>
- Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi Perkembangan Edisi Kelima*. Erlangga.
- Iskandarsyah, A., de Klerk, C., Suardi, D. R., Soemitro, M. P., Sadarjoen, S. S., & Passchier, J. (2014). *Psychosocial and cultural reasons for delay in seeking help and nonadherence to treatment in Indonesian women with breast cancer: A qualitative study*. 33 (3), 214–221. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/a0031060>
- Lybertha. (2016). Kematangan Emosi dan Persepsi Pada Dewasa Awal. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah Undip*, 5(1), 148–152.
- Nurhikmah, N., Carolin, B. T., & Lubis, R. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pernikahan Usia Dini Pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(1), 17–24. <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i1.3110>
- Pinaima, R., & Sumintardja, E. N. (2016). Peran Solution-Focused Premarital Counseling terhadap Kesiapan Menikah Pasangan Individu Dewasa Muda. *Jurnal Ilmiah Psikologi Manasa*, 5(2), 90–102. <http://mx2.atmajaya.ac.id/index.php/Manasa/article/view/175>
- Pontoh, Z., & Farid, M. (2015). Hubungan Antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan Kebahagiaan Pelaku Konversi Agama. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(1), 100–110. <https://doi.org/10.30996/persona.v4i1.495>
- Pratiwi, H. (2016). Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kepuasan Perkawinan pada Istri. *Calyptra*, 5(1), 1–11.
- Putri, E. R., & Sofia, L. (2021). Kematangan Emosi dan Religiusitas Terhadap Keharmonisan Keluarga Pada Dewasa Awal. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 430. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i2.5983>
- Putri, J. E., & Taufik, T. (2017). Kematangan Emosi Pasangan yang Menikah di Usia Muda. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2), 1–10. <https://doi.org/10.29210/3003214000>
- Rahma, A. N. (2011). Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 8(2), 231–246. <https://doi.org/10.18860/psi.v0i0.1551>
- Rumondor, P. C. B. (2011). Gambaran Penyesuaian Diadik pada Pasangan Dewasa Muda di Awal Pernikahan. *Humaniora*, 2(1), 468. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v2i1.3057>
- Saragi, M. P. D., Iswari, M., & Mudjiran. (2016). Kontribusi konsep diri dan dukungan orangtua. *Konselor*, 5(1), 1–14.
- Saraswati & Sugiasih. (2020). Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada pasangan yang menikah di usia muda. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*, 2(November), 63–73.
- Sari, Yusri, & Sukmawati. (2015). Faktor Penyebab Perceraian dan Implikasinya dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 3(1), 16–21. <https://doi.org/10.29210/112200>
- Taylor, & Kim & Sherman. (2008). Culture and Social Support. *American Psychological Association*, 63 (6), 518–526.
- Walgito, B. (2004). *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*. Andi Offset.
- Yendi, & Ardi & Ifdil. (2013). Pelayanan Konseling untuk Remaja Putri Usia Pernikahan. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 1(2), 109–114. <https://doi.org/10.29210/11800>