

---

## KEMATANGAN EMOSI DAN PENYESUAIAN PERKAWINAN PADA USIA PERKAWINAN 5 TAHUN PERTAMA

---

Juwita Permatasari, Anisia Kumala, Asni<sup>a</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka

<sup>a</sup> [juwitapermatasari08@gmail.com](mailto:juwitapermatasari08@gmail.com), [anisiakumala@uhamka.ac.id](mailto:anisiakumala@uhamka.ac.id), [asni@uhamka.ac.id](mailto:asni@uhamka.ac.id)

---

### Abstract

*Marital adjustment for couples in the first five years of marriage is an important thing in their marriage. Marital adjustment is an important process in a household in determining the integrity of the household. In the process of marital adjustment, emotional maturity is needed for each individual. The purpose of this study is to determine the relationship between emotional maturity and marital adjustment in the first 5 years of marriage. Respondents in this study amounted to 214 married couples consisting of 107 husbands and 107 wives. In selecting the subject, the researcher used the nonprobability sampling method which consisted of the Dyadic Adjustment Scale (DAS) compiled by Spanier as many as 13 items with a Cronbach alpha value of 0.657. The Emotional Maturity Scale (EMS) compiled by Yashwir Singh & Mahesh Bhargave consists of 32 items with a Cronbach alpha value of 0.839. The results of the analysis show that there is a significant positive correlation between emotional maturity and marital adjustment in the first five years of marriage. The implications of these results will be discussed later.*

*Keyword: Emotional Maturity, Marriage Adjustment, Husband and wife.*

---

### Abstrak

Penyesuaian dalam perkawinan pada pasangan yang baru mengijak usia 5 tahun pertama perkawinan merupakan hal penting dalam perkawinan. Penyesuaian perkawinan merupakan suatu proses yang penting dalam suatu bahtera rumah tangga dalam menentukan keutuhan rumah tangga tersebut. Dalam proses penyesuaian perkawinan dibutuhkan kematangan emosi pada setiap individu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian perkawinan pada usia perkawinan 5 tahun pertama. Responden pada penelitian ini berjumlah 214 pasang suami istri yang terdiri dari 107 suami dan 107 istri. Dalam melakukan pemilihan subjek peneliti menggunakan metode *nonprobability sampling* yang terdiri dari Skala *Dyadic Adjustment Scale* (DAS) yang disusun oleh Spanier sebanyak 13 item dengan nilai *alpha cronbach* sebesar 0,657. Skala *Emotional Maturity Scale* (EMS) yang disusun oleh Yashwir Singh & Mahesh Bhargave sebanyak 32 item dengan nilai *alpha cronbach* sebesar 0,839 Hasil analisa tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif signifikan antara kematangan emosi dan penyesuaian perkawinan pada usia perkawinan lima tahun pertama. Implikasi dari hasil ini akan didiskusikan kemudian.

*Kata kunci: Kematangan Emosi, Penyesuaian Perkawinan, Pasangan suami istri.*

---

### Pendahuluan

Setiap orang pasti mendambakan kebahagiaan dalam kehidupan pernikahannya. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia

Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan, dinyatakan dalam pasal 1 bahwa perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah

tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha esa. Dalam sebuah perkawinan terjalin ikatan suci antara sepasang calon pasangan suami dan istri yang memiliki tujuan kebahagiaan di dalam pernikahan hingga akhir kehidupannya. Perkawinan bukan hanya melibatkan antara pasangan suami dan istri tetapi juga antara pihak keluarga besar suami dan keluarga besar istri yang membentuk suatu relasi menjadi lebih dekat (Ardhianita & Andayani, 2005; Dewi & Sudhana, 2013; Wibisana, 2016).

Meskipun setiap orang mendambakan kebahagiaan perkawinan, namun fenomena perceraian di daerah khusus ibukota Jakarta hingga saat ini masih terjadi dalam setiap tahunnya. Kecenderungan kenaikan angka talak dan cerai di DKI Jakarta, yakni pada tahun 2016 terdapat 11.321 angka perceraian di DKI Jakarta. Jika dilihat data BPS (2016) secara keseluruhan di Indonesia, angka talak dan cerai mencapai sejumlah 365.633 kasus. Data-data dari BPS ini menunjukkan bahwa dari seluruh kasus talak dan cerai di Indonesia, terdapat rata-rata 3,10% kasus talak dan cerai terjadi di wilayah DKI Jakarta setiap tahunnya. Fenomena ini menunjukkan adanya persoalan ataupun penyimpangan dari keinginan setiap insan yang melangsungkan perkawinan.

Wismanto mengungkapkan bahwa dalam sebuah perkawinan, terjadi proses pengenalan antar pasangan yang berlangsung setiap hari hingga salah satu pasangan meninggal (Anjani, 2006). Proses inilah yang disebut sebagai masa penyesuaian (Anjani, 2006). Penyesuaian

perkawinan merupakan suatu proses yang penting dalam suatu bahtera rumah tangga dalam menentukan keutuhan rumah tangga tersebut. Penyesuaian perkawinan merupakan kemampuan pasangan untuk bekerjasama dalam kehidupan pernikahan sebagai tim dengan melibatkan interdependensi yang menuntut masing-masing pasangan dapat melakukan kegiatan sehari-hari dengan memuaskan setiap kebutuhan, keinginan dan harapan pasangan demi terciptanya hubungan yang harmonis (Sadarjoen, 2005).

Penyesuaian perkawinan merupakan kemampuan pasangan untuk bekerjasama dalam kehidupan pernikahan sebagai tim dengan melibatkan interdependensi yang menuntut masing masing pasangan dapat melakukan kegiatan sehari hari dengan memuaskan setiap kebutuhan, keinginan dan harapan pasangan demi terciptanya hubungan yang harmonis. Pasangan yang mampu untuk bekerja sama dalam melakukan kegiatan sehari hari maka keharmonisan dalam rumah tangga akan tercipta dengan sendirinya (Sadarjoen, 2005).

Rani dkk (2017) menjabarkan argumentasi Schneider bahwa penyesuaian perkawinan dipengaruhi oleh beberapa faktor material dan non-material. Faktor material seperti kesehatan fisik dan kondisi sosioekonomi, non-material mencakup sumber daya personal. Termasuk dalam sumber daya personal tersebut adalah ketrampilan interpersonal dan intrapersonal.

Dari penjelasan teoretis diatas, tersirat bahwa proses penyesuaian perkawinan membutuhkan kualitas pribadi masing-masing orang dalam perkawinan (suami dan istri). Salah satu kualitas pribadi tersebut adalah kemampuan mengungkapkan emosinya dengan cara yang positif kepada pasangannya. Kemampuan tersebut dalam literatur psikologi disebut sebagai kematangan emosi. Davidoff (dalam Asih & Pratiwi, 2010) menjelaskan bahwa kematangan emosi merupakan kemampuan individu untuk dapat mengungkapkan emosinya dengan cara yang sehingga tidak mengganggu relasinya dengan orang lain. kematangan emosi merupakan salah satu aspek penting untuk menjaga kelangsungan di tahun pertama perkawinan hingga tahun-tahun berikutnya.

Orang yang matang secara emosional dapat menoleransi situasi yang membuat frustrasi, dapat menahan pemuasan kebutuhan secara langsung, dan dapat membuat penyesuaian yang efektif dengan diri mereka sendiri, teman sebaya, anggota keluarga, budaya, dan masyarakat. Kematangan emosi juga disebut sebagai kecerdasan emosional (Salovey & Mayer, 1990). Orang yang matang secara emosional fokus pada kekuatan mereka, belajar dari kegagalan, dan terbuka terhadap kritik. Individu-individu ini memiliki kemampuan untuk mengenali situasi dengan cara yang sesuai secara emosional dan mengelola reaksi mereka dalam peristiwa yang membangkitkan emosi (Das, 2015). Jaisri dan Joseph (2013) berpendapat bahwa kematangan emosional mendorong penyesuaian perkawinan karena

seseorang mampu menerima perkembangan dan pertumbuhan pasangannya.

Terkait hal ini, maka adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara kematangan emosi pasangan dengan penyesuaian perkawinan terutama pada pasangan dengan usia perkawinan lima tahun pertama. Hipotesa yang dibangun dalam penelitian ini adalah adanya hubungan positif signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian perkawinan pada pasangan dengan usia perkawinan lima tahun pertama.

## **METODE**

### **Desain**

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif. Berdasarkan jenis penelitiannya, penelitian ini termasuk ke dalam jenis penelitian *Ex Post Facto Field Study* atau bisa juga disebut sebagai penelitian *non-experimental*, dimana variabel terikat (penyesuaian perkawinan) dan variabel bebas (kematangan emosi) yang diamati dan dilakukan pengukuran pada bulan Februari 2019.

### **Partisipan**

Partisipan pada penelitian ini adalah pasangan suami istri yang usia perkawinannya 5 tahun pertama di daerah jabodetabek. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *non-random sampling*. Jumlah responden pada penelitian ini berjumlah 214 responden yang terdiri dari pasangan suami istri.

Penyebaran kuisisioner dengan menggunakan *hard copy* maupun *online* dengan *google form*.

### Instrumen

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala likert dari Yashwir Singh dan Mahesh Bhargave (1991) untuk kematangan emosi dengan jumlah 32 item, yang terdiri dari lima aspek yaitu ketidak stabilan emosi, regresi emosi, ketangguhan sosial, disintegrasi kepribadian dan kurangnya kemandirian. Contoh item: Ketika bertengkar, saya tidak mempermasalahkan

prinsip hidup pasangan; Kesalahpahaman antar pasangan berujung dengan perdamaian. Untuk variabel penyesuaian perkawinan menggunakan alat ukur yang dikembangkan oleh Spanier (1976) dengan jumlah 13 item yang terdiri dari empat aspek, yaitu kesepakatan dalam perkawinan, kepuasan dalam hubungan perkawinan, kedekatan hubungan, dan ekspresi afektif. Contoh item: "Apakah Anda dan pasangan Anda memiliki minat yang sama?".

### Teknik Analisa Data

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan IBM statistik 24 dengan analisa korelasi didasarkan dengan adanya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.

### Hasil dan Diskusi

#### Hasil

Berdasarkan hasil uji reabilitas dari skala *Emotional Maturity Scale* diperoleh nilai

Cronbach's Alpha menunjukkan angka 0,839. Sedangkan untuk uji reabilitas dari skala *Dyadic Adjustment Scale* Cronbach's Alpha menunjukkan angka 0,657.

Berdasarkan hasil uji hipotesa dapat dijelaskan bahwa nilai *pearson correlation* antara *Emotional Maturity Scale* dengan *Dyadic Adjustment Scale* adalah 0,465 dengan nilai *probability value* (Sig.) sebesar 0,000 yang artinya bahwa *Emotional Maturity Scale* dengan *Dyadic Adjustment Scale* memiliki koefisien korelasi positif yang signifikan. Berarti semakin tinggi tingkat kematangan emosi pada pasangan maka akan semakin tinggi pula penyesuaian perkawinannya, sedangkan semakin rendah tingkat kematangan emosi pada pasangan maka akan semakin rendah penyesuaian perkawinannya.

**Tabel 3. Korelasi**

Model	r	Sig.	N
Pearson Correlation	.465**	.000	214

#### Diskusi

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian perkawinan pada usia perkawinan lima tahun pertama. Berdasarkan hasil analisa yang di dapat peneliti, menunjukkan bahwa adanya Hubungan positif yang signifikan dengan nilai korelasi sebesar 0.465 dengan taraf signifikan  $\leq 0.00$ . Hal ini menunjukkan bahwa hipotesa alternatif ( $H_a$ )

diterima, artinya adanya Hubungan yang signifikan antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Perkawinan pada usia perkawinan lima tahun pertama, yaitu semakin tinggi tingkat kematangan emosi pada pasangan maka akan semakin tinggi pula penyesuaian dalam perkawinannya. Sedangkan semakin rendah tingkat kematangan emosi pada pasangan maka akan semakin rendah pula penyesuaian dalam perkawinannya.

Penyesuaian perkawinan merupakan proses yang harus dijalani oleh pasangan suami dan istri sepanjang kehidupan perkawinannya, terutama pada lima tahun pertama usia perkawinan karena pada tahun-tahun pertama tersebut biasanya pasangan masih dalam tahap saling mengenal lebih mendalam. Penyesuaian perkawinan dilakukan agar suami dan istri dapat saling memahami sehingga bisa saling bahu membahu mengarungi rumah tangganya.

Banyak faktor yang dapat mendukung suksesnya penyesuaian perkawinan ini, salah satunya adalah kematangan emosi, sebagaimana yang ditunjukkan oleh penelitian-penelitian sebelumnya dengan sampel yang berbeda-beda (Rani dkk, 2017; Saraswati & Sugiasih, 2020)

Pada hasil penelitian yang sudah peneliti lakukan, muncul asumsi bahwa kematangan emosi mempunyai peran sebagai mediator untuk memunculkan penyesuaian perkawinan pada usia perkawinan 5 tahun pertama. Dapat dijelaskan bahwa mungkin saja kematangan emosi tidak berhubungan langsung dengan

penyesuaian perkawinan. Akan tetapi kematangan emosi di mediasi oleh factor lain yang mungkin bisa peneliti asumsikan yaitu usia perkawinannya. Asumsi peneliti bahwa usia perkawinan memiliki hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian perkawinan pada usia perkawinan 5 tahun pertama. Pasangan yang usia perkawinannya sudah matang diharapkan mempunyai kematangan emosi yang matang pula, hal ini mungkin saja berhubungan dengan penyesuaian perkawinan pada usia perkawinan 5 tahun pertama.

Sedangkan pada kematangan emosi kemampuan individu untuk dapat mengungkapkan emosinya dengan hal yang positif serta dapat memanfaatkan emosinya dengan baik pada dalam dirinya. Manfaat kematangan emosi yang dimiliki setiap individu untuk dirinya maupun menyalurkan kepada orang lain akan menghasilkan keuntungan yang setimpal dengan apa yang didapat dari kematangan pada emosinya (Davidoff, dalam Asih dan Pratiwi, 2010). Kematangan emosi pada pasangan mampu menyelesaikan masalah dalam hubungannya yaitu ketika dihadapkan dalam suatu masalah dapat berkomunikasi tanpa memikirkan ego masing masing dan menentukan jalan tengahnya. Hal ini diperkuat oleh peneliti sebelumnya yaitu Asih dan Pratiwi (2010) dengan judul perilaku prososial ditinjau dari empati dan kematangan emosi pada penelitian tersebut dijelaskan bahwa kematangan emosi merupakan kemampuan

dan kesanggupan individu dalam memberikan suatu tanggapan dengan baik dengan cara menghadapi suatu tantangan hidup, mengendalikan luapan emosi dan mampu mengatisipasi situasi yang dihadapi setiap individu.

## Simpulan dan Saran

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisa yang telah dilakukan dalam penelitian ini, didapat bahwa semakin tinggi tingkat kematangan emosi pasangan maka akan semakin tinggi penyesuaian perkawinan. Dengan demikian kesimpulan yang peneliti dapat dari penelitian ini adalah adanya hubungan positif yang signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian perkawinan pada usia perkawinan 5 tahun pertama.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah di peroleh peneliti menyadari bahwa masih banyak terdapat kekurangan di dalam penelitian ini . Namun hal tersebut dapat dijadikan sebuah pelajaran yang bermanfaat untuk dapat dievaluasi keabali agar menjadi lebih baik bagi peneliti sendiri maupun peneliti sebelumnya. Diharapkan pada penelitian selanjutnya responden penelitian dapat diperluas lagi dan lebih didalami dalam tingkat pendidikan dan pekerjaan pada pasangan suami dan istri. Peneliti mengharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat mencoba menabahkan variabel lain atau dapat menambahkan lebih rinci lagi mengenai dimensi dari masing masing

variabel agar dapat lebih mudah melihat kontribusi yang paling besar terhadap pasangan suami dan istri yang usia perkawinannya 5 tahun pertama.

## Daftar Pustaka

- Anjani, C. Suryanto. (2006). *Pola penyesuaian perkawinan pada periode awal. Dalam Jurnal Insan*, 8(3), 198-210.
- Aplikasinya*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Ardhianita, Iis, & Andayani, Budi. (2005). Kepuasan pernikahan ditinjau dari berpacaran dan tidak berpacaran. *Jurnal psikologi*, 32(2), 101-111.
- Asih, G. Y., & Pratiwi, M. M. S. (2010). *Perilaku prososial ditinjau dari empati dan kematangan emosi. Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 33-42.
- Badan Pusat Statistik [BPS]. (2016). Jumlah Nikah, Talak dan Cerai serta Rujuk tahun 2007-2016. <https://www.bps.go.id/linkTableDinamis/view/id/893>.
- Das, J. (2015). Emotional maturity among arranged marriage couples with special references to agartala. *EPRA International Journal of Economic & Business Review*, 3 (7), 127-130. <https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/34419862/A03710104.pdf?1407811065>
- Dewi, Nyoman Riana, & Sudhana, Hilda. (2013). Hubungan antara komunikasi interpersonal pasutri dengan keharmonisan dalam pernikahan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 22-31.
- Jaisri, M., & Joseph, M. I. (2013). Marital adjustment and emotional maturity among dual career couples. *Guru Journal of Behavioral & Social Sciences*, 1 (2), 77-84. [http://gjbss.org/wp-content/uploads/2013/03/GJBSS-paper V2-I2-3-JaisriJoseph.pdf](http://gjbss.org/wp-content/uploads/2013/03/GJBSS-paper-V2-I2-3-JaisriJoseph.pdf)
- Rani, R., Singh, L. N., & Jaiswal, A. K. (2017). Relationship between emotional maturity and marital adjustment among couples. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 8 (9), 1020-1023.
- Sadarjoen, S. S. (2005). Konflik Marital: Pemahaman Konseptual. *Aktual dan*

*Alternatif Solusinya, Bandung, Refika Aditama.*

- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, & Personality*, 9 (3), 185-211.  
<https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Saraswati, H., & Sugiasih, I. (2020). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Pernikahan Pada Pasangan Usia Dini. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*, 2(November), 63–73.
- Sari, E. P., & Nuryoto, S. (2002). Penerimaan diri pada lanjut usia ditinjau dari kematangan emosi. *Jurnal psikologi*, 29(2), 73-88.
- Singh, Y., & Bhargava, M. (1991). Manual for emotional maturity scale. *Agra: National Psychological Corporation.*
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 15-28.
- Sugiyono, Prof, DR. (2011). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed methods)*. Cv ALFABETA: Bandung
- Wibisana, Wahyu. (2016). Pernikahan dalam islam. *Jurnal Pendidikan Agama Islam-Ta'lim*, 2016.