

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kajian Teoritik

1. Emosi

a. Definisi emosi

Emosi memiliki beragam rumusan permaknaan yang diberikan oleh ahli psikologi dimana orientasi teoritiknya berlainan. Emosi dalam kajian kebahasaan merupakan reduksi dari bahasa Latin yakni “*Movere*” dengan artian bergerak atau menggerakkan. Imbuhan “e” ditambah diawalnya dengan merubah maknanya menjadi kecenderungan bertindak atau bergerak menjauh. Emosi yang menjadi keadaan budi rohani yang memperlihatkan bahwa dalam dirinya terjadi perubahan yang jelas. Emosi juga menjadi intensitas perasaan yang diarahkan kepada manusia atau menjadi keadaan yang terangsang dari organsime meliputi perubahan yang memiliki dasar dan sifatnya mendalam. Perasaan menjadi pengalaman yang disadari dan disebabkan oleh rangsangan yang muncul dari sisi eksternal ataupun dari keadaan jasmani yang ditandai dengan fisik yang berubah.¹

Biasanya emosi disinonimkan dengan perasaan dimana sebenarnya keduanya adalah hal yang berbeda. Emosi sifatnya intens disbanding dengan perasaan sehingga perubahan yang terdapat dalam jasmani manusia yang disebabkan oleh emosi akan diketahui dengan jelas daripada perasaan.

Penyebab emosi dipandang dengan dua pandangan dimana pandangan pertama yakni nativistik yang memandang emosi adalah bawaan dan pandangan lainnya yakni empiric yang memandang emosi merupakan hasil belajar. Pemahaman nativistik dikemukakan oleh Rene Descartes dan termasuk orang yang pertamakali menjelaskan teori emosi. Descartes menjelaskan bahwasanya manusia

¹ Ely Manizar, Mengelola kecerdasan emosi, *Tadrib*, 2 No. 2, (2016),3. Diakses pada 3 September 2021 <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/Tadrib/article/download/1168/987&ved=2ahUKEwiA9fjYptXvAhWQWX0KHc8zCpIQFnoECAoQAQ&usq=AOvVaw3YNEAD7KA0P2Ccz-QMSmxQ>

sejak lahir sudah memiliki enam emosi dasar yaitu kagum, sedih, benci, keinginan, kegembiraan dan cinta.

Kemudian teori kedua yakni empiric klask berlandaskan pada hubungan otak atau syaraf yang dirangsang oleh lingkungannya. Pertama teori teori somatik dari Wiliam James, ia berpendapat bahwa, emosi merupakan reaksi mengenai beragam perubahan dalam sistem fisiologi tubuh. Kedua, teori dari Canon dan Philip Bard, berdasarkan penelitiannya terhadap hewan, ia membuktikan bahwa reaksi motorik muncul sesudah takut. Ketiga, teori kognitif atau biasa disebut teori Singer-Schachter, mendefinisikan bahwa emosi disebabkan oleh keadaan empiric, yang dipelajari dan pengalaman yang didapatkan.²

Pandangan yang sudah diberikan memunculkan simpulan bahwasanya emosi ialah keadaan psikologi manusia yang memberikan dorongan untuk melakukan atau bertindak sesudah munculnya stimulus yang asalnya dari luar atau dalam diri manusia. Reaksi dalam emosi sangatlah kompleks dimana hal ini memiliki kandungan aktivitas dengan derajat yang tinggi dan menyebabkan adanya perubahan tingkah laku yang memunculkan fluktuasi dan biasanya memunculkan ketegangan pada hubungan manusia dengan lingkungannya.

b. Fungsi Emosi

Bagi manusia emosi tidak hanya memiliki fungsi untuk mempertahankan hidup dan survival seperti yang terdapat pada hewan, namun emosi juga memiliki fungsi sebagai pembangkit atau energizer yang memunculkan gairan hidupnya. Emosi juga menjadi pembawa pesan. Emosi memberi kekuatan pada manusia untuk mempertahankan dan membela diri terhadap rintangan ataupun gangguan. Perasaan benci, marah, cemburu, sayang dan cinta menjadikan manusia bisa menikmati kehidupannya dalam menjalani hidup bersama manusia lainnya.

Emosi positif bisa berfungsi sebagai pembangkit energy dimana salah satunya adalah sayang dan cinta yang memberi manusia semangat dalam melakukan pekerjaan dan menjalani kehidupan. Kemudian emosi negative yang

² Sarlito W. Sarwono, Pengantar Psikologi Umum, (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2016), 127-128.

berbentuk rasa benci dan sedih memberikan manusia rasa tidak bergairah dan suram dalam kehidupannya. Emosi dengan posisi pembawa pesan akan menginformasikan keadaan lingkungan manusia khususnya orang yang disayangi dan dicintai, sehingga manusia bisa melakukan dan memahami keadaan yang sedang diterima lingkungannya. Ketika emosi tidak terdapat dalam diri maka manusia tidak akan mengerti bahwa tetangga kita sedang dalam masa berkabung dan sedih karena orang tuanya baru saja meninggal, sikap yang muncul yaitu akan tertawa dengan bahagia dan hal ini akan memunculkan pandangan bahwa tidak ada kepedulian dan empati yang dihadirkan lingkungannya terhadapnya.³

c. Macam-macam Emosi

Jika melihat melalui penampakan yang dimiliki, emosi bisa dikategorikan menjadi dua bentuk yaitu emosi dasar dan campuran. Kemudian jika memandangnya dari rentetan peristiwa maka emosi dikenal dengan emosi mayor dan minor. Emosi jika dilihat dari sisi emosi primer, maka bisa dikenali enam bentuk emosi yaitu takut, jijik, sedih, marah, keteratrikam dan kegembiraan. Kemudian dari sisi sekunder emosi adalah gabungan dari beragam bentuk emosi primer dan mendapatkan pengaruh dari keadaan budaya dimana manusia tersebut berada, misalnya rasa cemas, bangga, malu dan beragam keadaan emosi yang lain.

Kemudian dipandang dari dampak yang dihasilkan, emosi terbagi menjadi dua bentuk yaitu positif dan negative. Emosi positif merupakan emosi yang diinginkan oleh semua orang, misalnya puas, senang, bahagia dan lainnya. Kemudian emosi negative merupakan emosi yang tidak diinginkan manusia. Namun dalam kenyataannya emosi negative sering dialami manusia yang disebabkan oleh stress dan konflik.⁴

³ Ely Manizar, Mengelola kecerdasan emosi, *Tadrib*, 2 No. 2, (2016),3. Diakses pada 3 September 2021 <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/Tadrib/article/download/1168/987&ved=2ahUKEwiA9fjYptXvAhWQWX0KHc8zCpIQFnoECAoQAO&usq=AOvVaw3YNEAD7KA0P2Ccz-QMSmxQ>

⁴ Yahdinil Firda Nadhiroh, Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia) *Saintifika Islamica* 2 No.1 (2015), 55. Diakses pada 3 September 2021 <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://jurnal.uinbanten.ac.id/>

d. Ekspresi Emosi

Ekspresi manusia juga bisa menggambarkan emosi yang sedang dirasakannya, ekspresi ini muncul dari perilaku, nada suara dan juga perubahan wajahnya. Ekspresi emosi dalam kemunculannya diketahui secara spontanitas dan biasanya sangat sulit untuk mengontrol atau menutupiinya. Selain didapatkan secara genetic ekspresi emosi juga dilengkapi dengan pengalaman dalam berkomunikasi dengan yang lainnya. Loncat kegirangan ketika menang, berkacak pinggang saat marah menjadi contoh ekspresi emosi berbentuk perilaku yang didapatkan dari pengalaman berkomunikasi dengan orang lain. Beragam bentuk ekspresi emosi manusia yang biasanya hadir secara realita yaitu ngompol, kejang-kejang, pingsan sebagai bentuk ekspresi perilaku dan juga sikap.

1) Ekspresi wajah

Ekspresi wajah menjadi ekspresi yang biasa diperlihatkan ketika manusia sedang emosi. Wajah berseri-seri, mengerut, merah dan pucat menjadi sederet ekspresi emosi yang biasa dialami. Davidoff menjelaskan bahwasanya ekspresi memungkinkan untuk bersifat hereditas dimana terdapat fakta yang menjelaskan bahwasanya bayi yang terlahir dengan tuli dan buta sekalipun akan dapat melakukan komunikasi emosi dengan beragam ekspresi seperti pada manusia normal. Hal ini menandakan bahwasanya pengalaman hanya memperkaya ekspresi wajah.

2) Ekspresi suara

Emosi yang memunculkan ekspresi suara biasanya terlihat dalam keseharian manusia, misalnya tatapan kosong, memaki, teriak, bersenandung, tertawa dan lainnya. Pemahaman emosi melalui ekspresi suara tidak segampang seperti ekspresi wajah namun dua hal ini menjadi hal yang penting. Pakar komunikasi menjelaskan bahwasanya komunikasi dengan bentuk ekspresi suara memudahkan untuk dipahami dan memberikan pengaruh yang dominan daripada menggunakan tulisan. Makna yang terkandung dalam

pembicaraan juga akan mudah dipahami ketika mendengarkan dengan aksentuasi yang dimiliki.

3) Ekspresi tingkah laku dan sikap

Tingkah laku dan sikap sebagai bentuk ekspresi memiliki cakupan yang luas meliputi segala aktivitas manusia. keluasaan ini bisa diketahui melalui pembagian kedalam dua bentuk tingkah laku dan sikap yaitu pelepasan dan pelibatan diri. Pelibatan diri berupa sikap yang berusaha untuk terus bergerak maju dengan memberikan perhatian pada suasana yang menyenangkan dalam emosi positif. Sikap eksplosif dan agresif menjadi contoh sikap pelibatan diri ketika berhadapan dengan ancaman yang menjadi usaha dalam mempertahankan diri. Pelepasan diri sebagai bentuk sikap emosi yaitu menghindar atau lari dari obyek yang menyebabkan emosi misalnya yaitu lari dengan kencang untuk menyelamatkan diri dari hal yang menakutkan atau malu dan menundukkan diri.

4) Ekspresi lain-lain

Beragam kasus emosi berat ditemui juga bahwasanya terdapat orang dengan syok yang sangat berat dan juga tidak sadarkan diri. Gejala lainnya yaitu adanya sikap latah dengan mengucapkan kata-kata tertentu saat kaget. Banyak masyarakat Indonesia yang mengalami latah dan hal ini tidak terdapat di dunia Barat dimana istilah latah sendiri menjadi satu istilah ilmiah. Latah bisa dibagi kedalam ekspresi suara yang spesifik dan tidak semua manusia mengalaminya dan hal ini menandakan bahwasanya latah termasuk kedalam ekspresi lain-lain.⁵

2. Pengendalian Emosi

a. Definisi pengendalian emosi

Manusia biasa menghindari atau menghilangkan emosi negative dan memunculkan emosi positif. Terkadang manusia memiliki kemampuan untuk melakukan pengendalian terhadapnya namun tidak jarang manusia gagal

⁵ Yahdinil Firda Nadhiroh, Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia) *Saintifika Islamica* 2 No.1 (2015), 55-56. Diakses pada 3 September 2021
https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/saintifikaislamica/article/view/284&ved=2ahUKEwiW7aqehMzyAhUymuYKH/RopANAQFnoECACQAQ&usq=AOvVaw1_V1GTRJf8Lm7oUjli5N0G

melaksanakannya. Saat emosi gagal diseimbangkan atau dikendalikan membuat suasana hati menjadi buruk dan berdampak pada munculnya beragam perasaan yang tidak mengenakkan mulai dari takut, gelisah dan cemas yang tidak memiliki sebab.

Ghom dan Clore dalam Hadi menjelaskan bahwasanya kebahagiaan dan kesejahteraan psikologi manusia ditentukan oleh pengalaman dan perubahan emosionalnya yang sering dialami. Dimana keadaan ini dinamakan dengan efek. Ketika manusia mengalami dan merasakan efek negative yang lebih dominan, maka manusia akan diliputi ketidaknyamanan dan tidak menyenangkan. Keadaan ini berakibat pada sulitnya manusia untuk merasakan kebahagiaan dan kepuasan hidup.⁶

Hurlock dalam Wulandari menjelaskan bahwasanya pengendalian emosi adalah upaya untuk berhadapan dengan keadaan melalui sikap rasional dalam memberikan respon kepada situasi tanpa berupaya untuk menghilangkan dan menekan emosi supaya tidak muncul. Pengendalian emosi ialah upaya dalam melakukan pengendalian ekspresi yang mencakup ekspresi motoris dan verbal. Keadaan ini dijalankan supaya tidak memunculkan kerusakan fisik dan psikis yang didapatkan manusia dari lingkungannya.⁷

Berdasarkan pemaparan yang sudah dikemukakan para ahli, peneliti memiliki kesimpulan bahwa, pengendalian emosi merupakan kiat-kiat atau langkah-langkah tertentu yang dilakuakn individu untuk meredam emosi agar emosi tersebut tidak meledak-ledak dan berujung ke hal-hal negatif.

b. Dampak Pengendalian Emosi

Manusia yang tidak memiliki kemampuan untuk melakukan pengendalian emosi akan mengalami kesulitan dalam bekerjasama dengan orang lain, berperilaku agresif dan menari diri dari lingkungannya. Eisenberg dalam

⁶ Syamsul Hadi, "Stabilitas Emosi Pelaku Pernikahan Dini Dalam Mendidik Anak Balita", *Qawwam*, 13 No. 2, (2019). Diakses pada 15 September 2021 <https://journal.uinmataram.ac.id/index.php/qawwam/article/view/1709>

⁷ Ratna Wulandari, Perbedaan Tingkat Pengendalian Emosi Antara Remaja Yang Tinggal Di Desa Dan Yang Tinggal Di Kota, (Skripsi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, 2016), 9.. Diakses pada 15 September 2021 https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://repository.usd.ac.id/6615/2/119114010_full.pdf&ved=2ahUKEwiqppDh2KPzAhVQVH0KHV6sA70QFnoECA0QAQ&usq=AOvVaw2D0rQQsVg1CjJBnNXU_ZUe

Wulandari menyatakan bahwasanya manusia yang tidak memiliki kemampuan dalam pengendalian emosi akan mudah mengalami cemas, frustrasi dan penyelesaian masalah yang dilakukan secara emosional.

Remaja yang tidak memiliki kemampuan dalam pengendalian emosi akan mudah mengalami kenakalan, kesulitan akademis, kemarahan dan juga depresi. Santrock dalam Wulandari menjelaskan bahwasanya manusia yang memiliki kemampuan dalam pengendalian emosi memperlihatkan tindakan dalam penyelesaian masalah dan memiliki prestasi yang baik meskipun dalam keadaan yang tidak menyenangkan. Manusia dengan kemampuan pengendalian emosi akan memiliki kemampuan dalam pengaturan emosi dengan memperlihatkan respon social yang baik yakni kemampuan dalam penyelesaian permasalahan secara konstruktif.⁸

c. Tipe-tipe Pengendalian Emosi

Kehidupan manusia membutuhkan emosi supaya manusia bisa menjelaskan keadaan yang diinginkan dan dirasakannya. Namun, emosi yang diungkapkan secara berlebihan memberikan gangguan pada psikis dan fisik manusia itu sendiri. Hal ini menandakan urgensi pengendalian emosi supaya ketegangan batin dan fisik tidak memuncak. Pengendalian emosi bisa dilakukan dengan dua cara yaitu dari sisi psikologi dan dari sisi islam.⁹

Dari sisi psikologi menjelaskan bahwasanya pengendalian emosi bisa dilakukan dengan tiga bentuk yaitu:

1) Model Pengalihan (*Displacement*)

Model *displacement*, yakni upaya dalam mengendalikan emosi melalui penyaluran atau pengalihan ketegangan emosi kedalam obyek lainnya. Tingginya kadar emosi yang terdapat dalam diri memunculkan ketegangan yang pada akhirnya akan menghadirkan

⁸ Ratna Wulandari, Perbedaan Tingkat Pengendalian Emosi Antara Remaja Yang Tinggal Di Desa Dan Yang Tinggal Di Kota, (Skripsi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, 2016), 9-10. Diakses pada 15 September 2021 https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://repository.usd.ac.id/6615/2/119114010_full.pdf&ved=2ahUKEwiqppDh2KPzAhVOVH0KHV6sA700FnoECA0QAQ&usg=AOvVaw2D0rQQsVg1CijBnNXU_ZUe

⁹ Putri Fajriah Ainai, *Khalwat* Dalam Mengendalikan Emosi, *Syifa Al-Qulub*, 3 No. 2, (2019), 56. Diakses pada 4 September 2021 <http://diglib.uinsgd.ac.id/id/eprint/31388>

permasalahan baru dalam hidup manusia. Keadaan ini mengharuskan adanya beragam kiat efektif dengan tujuan reduksi kemungkinan hadirnya permasalahan lainnya mulai dari patologi, depresi dan juga stress. Metode ini dijalankan dengan beberapa tipe yaitu rasionalis dan katarisis.

Pertama, kataris. Tipe ini menjelaskan mengenai emosi yang disalurkan diluar keadannya.¹⁰ Katarisis menjadi istilah yang merujuk pada pembawaan emosi keluar atau pelampiasan kepada yang lainnya dimana manfaat yang didapatkan ketika hal ini dijalankan yaitu mengurangi kecemasan, ketakutan dan agresi. Morgan menjelaskan bahwasanya katarisis ialah istilah yang merujuk pada upaya dalam menyalurkan emosi atau menarik emosi supaya keluar dari sistemnya dan biasanya berguna untuk mengurangi kecemasan, ketakutan dan agresi.¹¹

Kedua, rasionalisasi. Sikap ini menjadi proses dalam mengalihkan emosi dari tujuan yang hendak dicapai kedalam bentuk lainnya yang diwujudkan dalam pikirannya. Misalnya manusia yang hendak memetik bunga mawar namun karena tidak bisa melakukannya kemudian mengalihkannya kepada bunga yang lain atau tindakan lain.¹²

2) Model Penyesuaian Kognisi

Penyesuaian kognisi menjadi teknik metode yang bisa digunakan dalam memberikan penilaian pada suatu hal dalam paradigm subyek yang bisa diselaraskan dengan pemahaman yang diinginkan, misalnya berbentuk altruisme, empati dan positif.

¹⁰ ¹⁰ Putri Fajriah Ainai, *Khalwat Dalam Mengendalikan Emosi*, *Syifa Al-Qulub*, 3 No. 2, (2019), 56. Diakses pada 4 September 2021 <http://diglib.uinsgd.ac.id/id/eprint/31388>

¹¹ Yahdinil Firda Nadhiroh, Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia) *Saintifika Islamica* 2 No.1 (2015), 57. Diakses pada 3 September 2021 https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/saintifikaislamica/article/view/284&ved=2ahUKEwiW7aqehMzyAhUymuYKH RopANAQFnoECACQAO&usq=AOvVaw1_V1GTRJf8Lm7oUjli5N0G

¹² Putri Fajriah Ainai, *Khalwat Dalam Mengendalikan Emosi*, *Syifa Al-Qulub*, 3 No. 2, (2019), 56. Diakses pada 4 September 2021 <http://diglib.uinsgd.ac.id/id/eprint/31388>

Pertama, Atribusi positif. Atribut ini menjadi mekanisme yang memposisikan persepsi kedalam wacana positif. Permasalahan yang terjadi dipandang dari sisi positifnya dan menegaskan sisi negative. Nabi Muhammad SAW mengajarkan untuk selalu berpikir positif kepada manusia terlebih kepada tuhan yang dimana hal ini menjadi bagian dari ibadah.

Kedua, empati. Manusia mengenali dua istilah yang sering disandingkan yaitu empati dan simpati. Letak perbedaannya yaitu terdapat pada intensitasnya. Ketika manusia hanya ingin mengetahui permasalahan orang lain, maka tindakan ini dinamakan dengan simpati. Namun ketika terdapat rasa untuk memahaminya sesuai dengan sudut pandang yang dimiliki, maka hal ini dinamakan dengan empati.

Ketiga, Altruisme. Menjadi prinsip yang wajib ditegakkan ketika berhubungan secara interpersonal. Ketika manusia menyaksikan kesedihan orang lain semestinya akan berempati dan merasakan kesedihan juga dan tindakan yang bisa dilakukan yaitu mengulurkan bantuan kepada yang mendapatkan masalah meskipun dalam praktiknya hal ini sulit dijalankan.¹³

3) Model *Coping*

Kata *coping* memiliki makna menerima, menanggulangi dan juga menguasai. Semua hal yang terjadi dan berkaitan dengan manusia hendaknya ditanggulangi dan dihadapi menurut kemampuannya masing-masing. Keberhasilan tidak mungkin bisa didapatkan oleh semua manusia, manusia dalam menjalani kehidupannya sering disandingkan dengan realitas yang tidak diinginkannya mulai dari sikap lingkungan dan juga peristiwa alam yang tidak menyenangkan dimana semua hal tersebut memiliki potensi untuk membuat manusia emosi. Teknik yang dijalankan untuk mengatasinya yaitu

¹³ Yahdinil Firda Nadhiroh, Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia) *Saintifika Islamica* 2 No.1 (2015), 60. Diakses pada 3 September 2021

https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/saintifikaislamica/article/view/284&ved=2ahUKEwiW7aqehMzyAhUymuYKH RopANAQFnoECAcQAQ&usq=AOvVaw1_V1GTRJf8Lm7oUjli5N0G

dijalankan dengan bersyukur dan bersabar serta membuka pintu maaf dan penyesuaian diri.¹⁴

4) Tipe Lain-Lain

Pertama, Regresi. Regresi menjadi mekanisme dalam mempertahankan diri melalui mengundurkan diri dari perkembangan yang lebih tinggi menuju rendah. Sarwono menjelaskan bahasanya agar terhindar dari ancaman atau kegagalan terhadap ego manusia kembali mundur ke taraf perkembangan yang lebih rendah. Contohnya orang tua yang takut menghadapi masa tua bertingkah laku seperti remaja atau anak-anak.

Kedua, supresi dan Represi. Represi ialah penekanan pada pengalaman atau peristiwa yang tak menyenangkan yang terdapat di alam bawah sadar. Pengalaman traumatis yang memunculkan beragam emosi negative dan berupaya untuk dimunculkan dinamakan dengan lupa yang tersengaja atau *motivated forgetting*. Kemudian supresi ialah penekanan kesadaran mengenai peristiwa yang tidak sampai masuk ke dalam alam bawah sadar namun hanya dikesampingkan untuk sementara waktu karena munculnya hal lainnya yang dipandang harus dijalankan atau substansial.

Ketiga, Relaksasi. Menjadi mekanisme yang mewajibkan munculnya relaksasi saat mental dan fisik manusia bekerja melebihi yang biasa dilakukan. Ketegangan emosional yang baru dialami seseorang harus diredakan dengan menjalankan relaksasi dan sebenarnya relaksasi dijalankan sebelum ketegangan memuncak sebagai upaya dalam mengendalikan emosi. Nabi Muhammad SAW menganjurkan umatnya untuk mengambil air wudhu, merubah pandangan, berdiam diri saat sedang dilanda emosi.

Keempat, Penguatan. Penguatan dicontohkan dengan adanya keyakinan dan kebiasaan di masyarakat awam mengenai ketakutan terhadap makhluk gaib bisa diminalisir dengan membacakan ayat kursi. Ayat kursi

¹⁴ Yahdinil Firda Nadhiroh, Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia) *Saintifika Islamica* 2 No.1 (2015), 61. Diakses pada 3 September 2021

https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/saintifikaislamica/article/view/284&ved=2ahUKEwiW7aqehMzyAhUymuYKH RopANAQFnoECACQAQ&usq=AOvVaw1_V1GTRJf8Lm7oUjli5N0G

menguatkan manusia yang membacanya ketika ketakutan dalam dirinya muncul, khususnya ketika berkaitan dengan makhluk gaib¹⁵

Islam juga menjelaskan mengenai upaya dalam mengendalikan emosi yang bisa dijalankan dengan tiga cara berikut:

Pertama, membaca Al-Qur'an. Manusia yang dipenuni emosi atau marah biasanya akan menghilangkan kemampuan berpikirnya secara sehat. Tindakan yang pada akhirnya akan disesali hendaknya dihindari ketika sedang marah dan hendaknya membaca ayat suci Al Qur'an. Hal ini disebabkan karena di dalam Al Qur'an terdapat kesejukan dan ketenangan jiwa sehingga emosi marah yang sedang dialami bisa diredam.

Kedua, menjaga wudhu. Marah atau emosi yang lainnya diibaratkan sebagai api yang hanya bisa diredam dengan air. Melalui air wudhu maka emosi akan terkendali, hati tentram dan pikiran menjadi idngin. Air wudhu yang membasahi diri manusia akan mendinginkan perasaan manusia dariapda sebelumnya. Selain kenyamanan dan kesejukan yang didapatkan melalui air wudhu manusia juga akan mendapatkan relaksasi dalam pikirannya dan ketenangan dalam diri.¹⁶

ketiga, berdzikir. Pengalihan yang bisa dilakukan terhadap masalah yang sedang dihadapi yaitu dengan mengingat Allah. Mengingat Allah bisa dilakukan dengan bertilawah Al Qur'an, berdoa, berdzikir, dan mengucapkan kalimat thayibah mendatangkan ketentraman dalam diri ketika berhadapan dengan masalah atau saat hal yang diinginkan tidak tercapai.¹⁷

¹⁵ Yahdinil Firda Nadhiroh, Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia) *Saintifika Islamica* 2 No.1 (2015), 62-63. Diakses pada 3 September 2021
https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/saintifikaislamica/article/view/284&ved=2ahUKEwiW7aqehMzyAhUymuYKH RopANAQFnoECACQAQ&usq=AOvVaw1_V1GTRJf8Lm7oUjli5N0G

¹⁶ Putri Fajriah Ainai, *Khalwat Dalam Mengendalikan Emosi, Syifa Al-Qulub*, 3 No. 2, (2019), 56. Diakses pada 4 September 2021
<http://diglib.uinsgd.ac.id/id/eprint/31388>

¹⁷ Yahdinil Firda Nadhiroh, Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia) *Saintifika Islamica* 2 No.1 (2015), 57. Diakses pada 3 September 2021
<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://jurnal.uinbanten.ac.id/i>

d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengendalian Emosi

Goleman dalam Wulandari menjelaskan mengenai beragam factor yang memberikan pengaruh pada tingkat pengendalian emosi yaitu:

1) Usia

Menambahnya usia manusia juga meningkatkan kemampuan dalam mengendalikan emosi. Ketika manusia memiliki kemampuan yang baik dalam bereaksi, mengantisipasi dan memahami keadaannya maka dirinya memiliki kemampuan pengendalian yang baik. Belsky dan Steinberg menjelaskan bahwasanya remaja di tingkat akhir memiliki kematangan dalam membuat keputusan dari pada remaja awal. Remaja di tingkat akhir memikirkan dan menyadari konsekuensi yang didapatkan dalam tindakan yang dilakukannya.

2) Jenis Kelamin

Laki-laki memiliki keterbukaan yang lebih baik dari pada wanita ketika mengekspresikan emosinya kecuali dalam hal takut. Dierner, dkk dalam Wulandari menjelaskan bahwasanya intensitas emosi perempuan melebihi laki-laki.

3) Lingkungan Sosial

Pengendalian emosi juga dipengaruhi oleh tempat tinggal manusia. Interaksi yang dilakukan manusia dengan lingkungannya merupakan tempat belajarnya dalam mengendalikan emosi. Ekman dalam Wulandari menjelaskan bahwasanya system social dimana manusia menetap dan tinggal memberikan pengaruh pada manusia dalam mengekspresikan emosinya.

4) Keluarga

Keluarga merupakan awal pendidikan yang didapatkan manusia dalam melakukan pengendalian emosi. Perkembangan emosi remaja juga turut dipengaruhi oleh keluarga. Remaja yang mendapatkan pelajaran dan tumbuh baik dalam keluarganya memiliki kemampuan untuk mengatur emosinya melalui beragam cara yang tepat. Remaja yang kurang memperoleh perhatian dari orang

tuanya akan menghambat dan mengganggu perkembangan emosi yang terdapat dalam diri.¹⁸

3. Pernikahan Dini

a. Definisi Pernikahan Dini

Konsep pernikahan atau perkawinan bisa dimaknai dari berbagai pandangan. Secara yuridis perkawinan tertuang dalam Undang-undang No. 1 Tahun 1974 Pasal 1,

“Perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang laki-laki dan seorang perempuan sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.”

Perkawinan juga dimaknai dengan bersatunya dua individu yaitu perempuan dan laki-laki sebagai satu kesatuan yang saling melayani, mendukung, memutuhkan, menginginkan kebersamaan dan mencintai serta semuanya dimunculkan dalam kehidupan yang dinikmati.¹⁹

Sebagai negara hukum, memberlakukan kebijakan pada setiap lini kehidupan termasuk hal yang lumrah, tidak terkecuali dalam hal ahan. Undang-undang yang mengatur pernikahan dibuat untuk memberi batasan usia pada calon pengantin. UU Perkawinan No.1 Tahun 1974 memberikan batasan usia 16 tahun bagi perempuan dan 19 tahun bagi lak-laki untuk melangsungkan pernikahan. Anak dalam pandangan UU No. 23 tahun 2002,

“Adalah seseorang yang belum berusia 18 tahun, termasuk dalam anak yang masih berada dalam kandungan. Pernikahan anak didefinisikan sebagai pernikahan yang terjadi sebelum anak mencapai usia 18 tahun, sebelum anak matang secara fisik, fisiologis, dan

¹⁸ Ratna Wulandari, Perbedaan Tingkat Pengendalian Emosi Antara Remaja Yang Tinggal Di Desa Dan Yang Tinggal Di Kota, (Skripsi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, 2016), 10-11. Diakses pada 15 September 2021 https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://repository.usd.ac.id/6615/2/119114010_full.pdf&ved=2ahUKEwiqppDh2KPzAhVQVH0KHV6sA70QFnoECA0QAQ&usq=AOvVaw2D0rQOsVg1CiJBnNXU_ZUe

¹⁹ Desy Aniqotsunainy dan Nurhapsari Pradnya Paramytha, Penguatan Keluarga Sakinah Bagi Ibu Muda Di Kecamatan Umbulharjo Kota Yogyakarta, *Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam*, 6, No 1, (2017), 29-30. Diakses pada 3 September 2021 <https://journal.staimsyk.ac.id/index.php/almanar/article/view/5>

psikologis untuk bertanggungjawab terhadap pernikahan dan anak yang dihasilkan dari pernikahan tersebut.”²⁰

Pasangan suami istri yang menikah di bawah usia yang sudah ditetapkan dalam undang-undang, maka pasangan tersebut dikatakan belum cukup umur untuk menikah, sehingga disebut pernikahan dini. Pernikahan dini ialah perkawinan yang dijalankan di usia remaja. Romauli dan Vindari dalam Pohan mengatakan bahwa, pernikahan yang dijalankan pada usia remaja biasanya memunculkan permasalahan secara ekonomi, sosial, psikologis dan fisiologis. Pernikahan dini akan memunculkan dampak yang terlihat dalam diri perempuan bukan laki-laki. Beberapa dampak yang muncul ketika pernikahan dini dijalankan yaitu keguguran yang disebabkan karena organ reproduksi yang belum sempurna. Perecerian juga mengalami peningkatan khususnya bagi pasangan muda yang disebabkan karena kurang matangnya sisi psikologi dan labilnya mereka dalam menghadapi permasalahan hidup setelah menikah. Permasalahan juga muncul dari sisi ekonomi dan sosial dimana pernikahan dini diikuti dengan ketidaksiapan ekonomi pengantin.²¹

b. Dampak Pernikahan Dini

Pernikahan yang dijalankan oleh masyarakat Indonesia mengahruskan adanya batasan usia saat melangsungkannya yaitu 21 tahun. Ketika pernikahan dijalankan pada usia dibawah 21 tahun, maka ijin dari orang tua diperlukan. Hal ini didasarkan pada UU Perkawinan Pasal 6 yang menjelaskan bahwa:

“untuk melangsungkan pernikahan seseorang yang berumur 21 tahun harus mendapat izin dari kedua orang tua”.

Laki-laki yang berusia 19 tahun tidak diperbolehkan untuk menikah meskipun orang tuanya mengizinkan begitu juga dengan wanita yang berusia 16 tahun. Pernikahan bisa dijalankan ketika mendapatkan ijin dispensasi dari pengadilan agama atau pejabat lainnya yang ditentukan oleh

²⁰ Eddy Fadlyana dkk, Pernikahan usia dini dan permasalahannya, *Sari Pediatri*, 11, No. 2, (2009), 137. Diakses pada 5 September 2021 <http://saripediatri.org/index.php/sari-pediatri/article/view/607>

²¹ Nazli Halawani Pohan, Faktor Yang Berhubungan Dengan Pernikahan Usia Dini Terhadap Remaja Putri, *Jurnal Endurance*, 2 No. 3, (2017), 425. Diakses pada 3 September 2021 <http://doi.org/10.22216/jen.v2i3.2283>

orang tua kedua pihak dimana aturan ini sesuai dengan UU Perkawinan Pasal 7. melalui hal ini bisa diketahui bahwasanya pernikahan dini adalah pernikahan yang dijalankan oleh lak-laki dan perempuan yang usianya belum genap 21 tahun dan keberadaannya masih dibawah kekuasaan orang tua sehingga semua perilakunya belum bisa dipertanggungjawabkan dalam pandangan hukum.²² Pernikahan dini yang dijalankan oleh masyarakat memiliki beberapa factor yang mendorongnya serta dampak yang ditimbulkan melalui perilaku tersebut.²³

Adapaun pendapat lain mengenai dampak dari pernikahan dini yang diungkapkan oleh Sardi, yaitu:

1) Dampak positif

Dampak positif yang terjadi ketika pernikahan dini dijalankan yaitu: *pertama*, beban ekonomi keluarga berkurang dimana pernikahan yang dijalankan akan mengurangi satu beban keluarga karena anak akan dinafkahi oleh suaminya selain itu ada kemungkinan adanya bantuan kepada orang tua. *Kedua*, perzinahan yang mungkin terjadi di kalangan remaja bisa dicegah dimana pernikahan dini yang dijalankan bisa mencegah perbuatan yang tidak diinginkan misalnya hamil diluar nikah bagi remaja.

2) Dampak negatif

Pertma, Adji dalam Sardi menjelaskan bahwasanya permasalahan hidup pasangan keluarga yang menikah dini baisanya disebabkan oleh hal berikut mulai dari perselisihan berkiatan dengan ekonomi yang boros kemudian suami yang tidak memberikan nafkah kepada istrinya dengan semestinya dan menjadi penyebab retaknya rumah tangga karena tidak harmonis. Kemudian

²² Hasan Bastomi, Pernikahan Dini Dan Dampaknya (Tinjauan Batas Umur Perkawinan Menurut Hukum Islam Dan Hukum Perkawinan Indonesia), Yudisia, 7 No. 1, (2016), 371. Diakses pada 15 September 2021 <http://journal.iainkudus.ac.id/index.php/Yudisia/article/view/2160>

²³ Hasan Bastomi, Pernikahan Dini Dan Dampaknya (Tinjauan Batas Umur Perkawinan Menurut Hukum Islam Dan Hukum Perkawinan Indonesia), Yudisia, 7 No. 1, (2016), 372. Diakses pada 15 September 2021 <http://journal.iainkudus.ac.id/index.php/Yudisia/article/view/2160>

agama yang berbeda atau kepatuhan dalam menjalankan agama masing-masing.

Kedua, dampak bagi masing-masing keluarganya Asmin dalam Sardi menjelaskan bahwasanya menikah dalam padnangan hukum adat memiliki aturan yang berbeda-beda. Dimana system kekerabatan atau kekeluargaan berlaku di masyarakat. System kekeluargaan yang berlaku di masyarakat didasarkan pada tiga system garis keturunan, yaitu bilateral atau parental, matrilineal dan patrilineal. Perbedaan adat antara satu masyarakat dengan masyarakat lainnya biasanya akan memunculkan komunikasi atau penapat yang berlainan dan menyebabkan pertengkaran. Kebahagiaan tidak selalu ada dalam setiap pernikahan terlebih ketika pernikahan dijalankan di usia muda dimana pertengkaran yang terjadi berdampak pada perceraian. Perilaku tersebut akan menjadi penyebab dari kerugian di kedua belah pihak.²⁴

c. **Faktor Pendukung Terjadinya Pernikahan Dini**

Pernikahan dini disebabkan oleh berbagai factor berikut:

1) Faktor ekonomi

Kurangmampunya keluarga perempuan. Tindakan yang dilakukan yaitu menikahkan anaknya dengan keluarga yang mapan dimana hal ini membawa dampak bagi gadis dan keluarganya.

2) Faktor pendidikan

Tingkat pendidikan yang rendah mulai dari lingkungan, orang tua dan anak menjadi penyebab terjadinya pernikahan dini.

3) Faktor orang tua

Atas dasar ketakutan melakukan hal yang membuat malu keluarga maka ada beberapa orang tua yang lebih baik menikahkan anaknya dengan pacarnya daripada hanya pacaran saja.

²⁴ Beteq Sardi, Faktor-Faktor Pendorong Pernikahan Dini Dan Dampaknya Di Desa Mahak Baru Kecamatan Sungai Boh Kabupaten Malinau, Ejournal Sosatri-Sosiologi, 4 No. 3, (2016), 199-200. Diakses pada 17 September 2021 [https://ejournal.ps.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/08/Jurnal%20Online%20\(08-29-16-07-11-46\).pdf](https://ejournal.ps.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/08/Jurnal%20Online%20(08-29-16-07-11-46).pdf)

- 4) Faktor media massa dan Internet
Perkembangan teknologi saat ini menyebabkan anak memiliki kemudahan dalam mengakses internet atau informasi yang berkaitan dengan seks dan berdampak pada pernikahan dini.
- 5) Faktor biologis
Factor yang menyebabkan biologis manusia siap untuk menikah yaitu internet dan media massa dimana dengan kemudahan ini anak akan mudah untuk mengetahui informasi yang sebenarnya belum saatnya diakses atau diketahui.
- 6) Faktor hamil diluar nikah
Kehamilan yang dialami seorang gadis karena belum menikah tidak hanya disebabkan oleh perilaku yang tidak baik, bisa juga karena mengalami perkosaan yang dilakukan oleh orang lain. Ketika anak dalam keadaan terseut, maka orang tuanya akan berpikir untuk menikahnya.²⁵

4. Mengasuh anak

a. Definisi Mengasuh anak

Menjadi orang tua merupakan masa yang pasti dijalani manusia. ketika manusia menikah dan memiliki anak, maka dirinya akan langsung menjadi orang tua. Orang tua di masa lalu bisa dijadikan sebagai contoh untuk melaksanakan pendidikan kepada anak-anaknya saat ini. Namun perkembangan zaman yang semakin canggih dalam mendidik anak tidak hanya membutuhkan percontohan dari orang tua dimana saat ini orang tua membutuhkan parenting atau pengasuhan yang dilakukan dengan mencukupi kebutuhan dasar dan memberikan pelatihan terhadap keterampilan kehidupan dalam diri anak dengan pemberian yang terbaik. Khususnya kebutuhan mengenai material anak, kebutuhan psikologi, emosi dan melengkapinya dengan pendidikan terbaik.²⁶

²⁵ Abdi Fauji Hadiono, Pernikahan Dini Dalam Perspektif Psikologi Komunikasi, *Pendidikan, Komunikasi dan Pemikiran Hukum Islam*, 9 No 2, (2018), 392-393. Diakses pada 20 September 2021 <https://core.ac.uk/download/pdf/230913797.pdf>

²⁶ Syamsul Hadi, "Stabilitas Emosi Pelaku Pernikahan Dini Dalam Mendidik Anak Balita", *Qawwam*, 13 No. 2, (2019), 128. Diakses pada 15 September 2021 <https://journal.uinmataram.ac.id/index.php/qawwam/article/view/1709>

Oran tua memiliki peranan utama dalam keluarga dimana orang tua menjadi percontohan bagi anak baik dari sisi ucapan dan juga perilakunya dimana hal ini akan dijalankan anak dalam kehidupannya. Hal ini menandakan adanya peran ganda dalam diri orang tua yaitu sebagai anggota keluarga dan contoh bagi anggota lainnya. Hal ini mengharuskan orang tua untuk menjalankan pola asuh yang tepat bagi anak-anaknya. pola asuh ialah cara yang dijalankan orang tua dalam mendidik, menjaga dan merawat anak secara kontinu dari waktu ke waktu sebagai wujud rasa tanggung jawab orang tua kepada anaknya.²⁷

Menurut Tarmuji dalam Afrilia, pola asuh atau *parenting* ialah beragam cara yang diterapkan guna melatih, membimbing, memelihara dan merawat dan mempengaruhi anaknya oleh orang tuanya. Kemudian Gunarsa dalam Afrilia menjelaskan bahwasanya pola asuh ialah pola interaksi antara orang tua dengan anaknya mencakup pemenuhan kebutuhan fisik mulai dari pakaian, minum dan makan serta kebutuhan psikologis berbentuk perasaan atau afeksi serta beragam norma yang dijunjungtinggi di masyarakat supaya anak bisa menjalani kehidupan sesuai dengan lingkungannya.²⁸

Pola asuh merupakan sikap orang tua dalam berkomunikasi dengan anaknya. sikap ini mencakup cara orang tua dalam memberikan perhatian dan aturan. Pola asuh juga menjadi perlakuan orang tua dalam upaya pemberian pendidikan, perlindungan dan pemenuhan kebutuhan anak dalam menjalani kehidupannya sehari-hari.

Dapat dipahami bahwasanya pola asuh orang tua terhadap anak ialah interaksi yang dijalankan orang tua dengan anaknya selama mengasuh yaitu tindakan yang berupa melindungi, membimbing dan mendidik anaknya.

²⁷ Wyllianty Raharjo, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pola Asuh Orangtua Dalam Upaya Pembentukan Kemandirian Terhadap Anak Down Syndrome Di Kabupaten Bekasi Tahun 2017", Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Cikarang, (2017), 3 Diakses Pada 18 Februari 2021 http://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=wyllianty+raharjo&btnG=#d=gs_qab&u=%23p%DhzYSYQFCMEJ

²⁸ Ascharisa Mettasatya Afrilia, Penggunaan *New Media* Di Kalangan Ibu Muda Sebagai Media *Parenting* Masa Kini, *Jurnal Komunikasi Dan Kajian Media*, 1 No. 1, (2017), 31. Diakses pada 29 September 2021 <https://jurnal.untidar.ac.id/index.php/komunikasi/article/view/389>

kebutuhan dasar anak dalam tumbuh kembangnya secara umum biasanya dibagi kedalam tiga kebutuhan utama yaitu:

- 1) Kebutuhan asuh atau fisik-biomedis
- 2) Kebutuhan asih atau kasih sayang/emosi. Tahun pertama anak mengharuskan ibu untuk menerapkan hubungan yang selaras, mesra dan erat antara anak dengan ibunya dan hal ini menjadi syarat mutlak dan memberikan jaminan dalam pertumbuhan dan perkembangan yang baik dan selaras dari sisi psikososial, mental dan juga fisiknya. Kasih sayang orang tua yang diberikan kepada anaknya memunculkan kepercayaan dan ikatan yang erat.
- 3) Kebutuhan asah atau akan stimulasi. Stimulasi mental ialah cikal bakal dalam proses belajar yang meliputi pelatihan dan pendidikan kepada anak. Asah ini dijalankan dengan mengembangkan mental psikososial anak yang berupa produktivitas, moral, kepribadian, agama, kreativitas, kemandirian, keterampilan dan kecerdasan.²⁹

Melalui pemenuhan tiga kebutuhan dasar ini maka kebanggaan dalam diri orang tua kepada anaknya yang sudah diberi perhatian secara penuh akan meningkat dan harapannya perkembangan anak menjadi lebih baik.

Dapat diketahui bahwasanya pola asuh orang tua adalah semua interaksi yang dijaankan orang tua dengan anaknya dimana orang tua bertujuan dalam memberikan stimulasi kepada anaknya dengan merubah perilaku, pengetahuan dan nilai yang dipandang tepat oleh orang tua supaya anak memiliki kemandirian, berkembang dan tumbuh secara optimal dan sehat.

b. Macam-macam Pola Asuh

Baumrind memberikan pandangannya mengenai beragam pola asuh yang diberikan oleh orang tua yaitu:

- 1) *Authoritative*, yakni pola asuh dengan tuntutan dan tanggapan yang tinggi dari orang tua. Baumrid mendeskripsikan ciri dari pengasuhan ini yaitu:
 - a) Tegas dan hangat dalam bersikap,

²⁹ Wyllianty Raharjo, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pola Asuh Orangtua Dalam Upaya Pembentukan Kemandirian Terhadap Anak Down Syndrome Di Kabupaten Bekasi Tahun 2017", Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Cikarang, (2017), 3 Diakses Pada 18 Februari 2021 http://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=wyllianty+raharjo&btnG=#d=gs_qab&u=%23p%DhzYSYQFCMEJ

- b) Memberikan standarisasi dan mengaturnya supaya bisa dijalankandan memberikan harapan yang konsisten terhadap kemampuan dan kebutuhan anak,
 - c) Memberikan kesempatan kepada anaknya untuk berkembang secara mandiri dan mengarahkannya tetapi harus bertanggung jawab terhadap tindakannya.
 - d) Anak dihadapi secara rasional dimana orientasinya terhadap permasalahan yang dihadapi memberikan dorongan dalam diskusi keluarga dan mendeskripsikan disiplin yang diberikan.
- 2) *Indulgent*, yakni pola asuh dengan tuntutan yang rendah tetapi tanggapan yang diberikan tinggi. Pengasuh ini memiliki ciri berikut:
- a) Pasif dibidang kedisiplinan dan penerimaan terhadap anak yang tinggi,
 - b) Tidak terlalu menuntut anak,
 - c) Tidak ada batasan dalam diri anak untuk bertindak.
 - d) Berposisi sebagai pusat dalam diri anaknya meskipun anak terkadang tidak mengganggapnya.
- 3) *Authoritarian*, tuntutan dalam pola pengasuhan ini tinggi namun tanggapan yang diberikannya rendah. Pengasuhan ini memiliki ciri berikut:
- a) Memenuhi permintaan ketika anak patuh kepada orang tuanya,
 - b) Penuh disiplin dan absolute serta memiliki kecenderungan untuk menghukum,
 - c) Penerimaan anak dengan tanpa pertanyaan menjadi keharusan,
 - d) Orang tua menentukan standarisasi dan aturan
 - e) Pembatasan terhadap anak diberikan dan anak tida mendorong perilaku.
- 4) *Neglectful*, yakni tuntutan dan tanggapan yang diberikan oleh orang tua dalam pola asuhnya rendah. Terdapat beberapa ciri dari pengasuhan *neglectful* atau *indeferent* ini yakni:
- a) Interaksi yang diberikan kepada anak sangat sedikit,
 - b) Hanya secukupnya dalam memperjuangkan anaknya,
 - c) Keberadaan dan aktivitas anak sangat sedikit dimengerti,
 - d) Tidak berminat untuk mengetahui kehidupan anaknya,

- e) Jarang mempertimbangkan pandangan anak dan bertentangan dengan anak ketikamemutuskan sesuatu
- f) Terpusat kepada orang tua dalam mengatur rumah tangga mengenai minat orang tua dan kebutuhannya.³⁰

B. Penelitian Terdahulu

Pertama, yaitu penelitian dari Hena Saraswati, dengan judul “Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Pasangan yang Menikah diusia Muda”.fokus dari penelitian terdahulu ini ialah ingin mengetahui kematangan emosi berdampak positif terhadap penyesuaian diri pada tanggung jawab baru sebagai istri sekaligus ibu rumah tangga yang menikah diusia muda. Persamaan antara penelitian terdahulu dan penelitian ini ialah, terletak pada subyek penelitiannya, yaitu perempuan-perempuan yang menikah diusia muda, sehingga beralih peran dari remaja menjadi ibu rumah tangga dengan segala macam tanggung jawabnya.

Kedua, penelitian dari Anisa Difa Hapsari, dengan judul “Kematangan Emosi Pada Perempuan yang Menikah Muda”³¹. Penelitian yang dilakukan oleh Hapsari ini bertujuan untuk mengetahui kematangan serta kesiapan secara emosional para perempuan yang memilih untuk menikah diusia dini. Kesiapan emosi disini yaitu berkaitan dengan kesiapannya dalam menerima tanggung jawab baru sebagai istri dan ibu rumah tangga yang memiliki tugas serta kewajiban tertentu dalam suatu keluarga. Hampir sama dengan penelitian terdahulu, dalam penelitian mendatang peneliti juga ingin mengetahui stabilitas emosi ibu rumah tangga yang menikah diusia muda, serta pengendalian emosi yang dilakukan untuk mengendalikan diri.

Ketiga, penelitian dari Syamsul Hadi, dengan judul “Stabilitas Emosi Pelaku Pernikahan Dini Dalam Mendidik Anak Balita”³². Pada penelitian ini, peneliti memandang bahwa remaja

³⁰ Listia Fitriyani, Peran Pola Asuh Orang Tua Dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosi Anak, *Lentera*, 18 No. 1, (2015), 102-104. Diakses pada 29 September 2021 <https://core.ac.uk/download/pdf/236643469.pdf>

³¹ Anisa Difa Hapsari, “Kematangan Emosi Pada Perempuan yang Menikah Muda”, (SKRIPSI, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2019), diakses pada 15 September 2021 <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/79289>

³² Syamsul Hadi, “Stabilitas Emosi Pelaku Pernikahan Dini Dalam Mendidik Anak Balita”, *Qawwam*, 13 No. 2, (2019). Diakses pada 15 September 2021 <https://journal.uinmataram.ac.id/index.php/qawwam/article/view/1709>

yang menikah diusia dini masih terlalu egois sehingga emosinya masih naik turun tida stabil, hal tersebut membuat perannya sebagai ibu rumah tangga sedikit tersendat terutama perannya dalam hal mengasuh anak. Dari ketiga penelitian terdahulu ini, penelitian inilah yang peneliti rasa sangat mendekati fokus pada penelitian ini.

Peneliti memilih beberapa penelitian terdahulu atas dasar adanya persamaan dalam beberapa aspek, yaitu kesamaan dalam poin emosi pada pasangan yang menikah pada usia dini. penelitian mendatang mengfokuskan dan mengembangkan hasil penelitian pada pengendalian emosi ibu-ibu muda selama mengasuh anak. Dalam sub bab pengendalian emosi ini menjelaskan tentang kiat-kiat mengenai cara untuk menstabilkan emosi seorang ibu, yakni dengan cara istirahat, menangis, dan mencari rutinitas lain. Hal tersebut dilakukan sebagai upaya agar emosi tetap terjaga stabil dan tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan. Dan beberapa hal penting yang mendukung kestabilan pengendalian emosi ibu muda yakni keluarga yang harmonis, anak yang menurut dan tidak rewel, serta perekonomian keluarga yang stabil atau tidak kekurangan.

C. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir ialah ringkasan dari kajian yang sudah pernah dijalankan. Kerangka berpikir bermanfaat dalam memberikan kemudahan kepada pembacanya untuk mengetahui kerangka penelitian. penelitian ini memposisikan kerangka berpikir yang menjelaskan mengenai perempuan yang menikah diusia muda, beralih peran yang awalnya remaja menjadi istri seklaigus ibu rumah tangga, yang memiliki kewajiban dan peran dalam suatu keluarga. Kewajiban serta tugas dalam keluarga tersebut memberikan tekanan yang cukup besar bagi remaja sehingga emosinya tidak stabil dan sering naik turun, untuk itu, dibutuhkan adanya pengendalian emosi yang baik untuk menciptakan emosi ibu muda yang stabil selama mengasuh anak dan menjalankan perannya sebagai ibu rumah tangga.

