



## Analisa *Psychological Well-Being* Pada Wanita Dewasa Awal Yang Menikah di Usia Dini di Kabupaten Minahasa

Eunike Shintike Tulenan<sup>1\*</sup>, Harol R Lumapow<sup>2</sup>, Melkian Naharia<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Manado, Indonesia

\*Corresponding author

E-mail addresses: [kekeunike5@gmail.com](mailto:kekeunike5@gmail.com)

### ARTICLE INFO

#### Article history:

Received July 12, 2025

Revised July 20, 2025

Accepted September 27, 2025

Available online Oktober 01, 2025

#### Kata Kunci:

*Psychological Well-Being*, Pernikahan Dini, Wanita Dewasa Awal, Fenomenologi

#### Keywords:

*Psychological Well-Being*, *Early Marriage*, *Early Adult Women*, *Phenomenology*.



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license. Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Sagita Akademia Maju.

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada wanita dewasa awal yang menikah di usia dini di Desa Leleko, Kecamatan Remboken. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah dua orang wanita dewasa awal yang menikah di usia 16 tahun. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan triangulasi sumber dari keluarga dan tokoh rohani untuk memperkuat keabsahan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua partisipan memiliki pengalaman yang berbeda dalam menjalani kehidupan pernikahan dini. Pada subjek pertama (Mawar), *psychological well-being* ditandai dengan proses penerimaan diri yang bertahap, relasi sosial yang kuat, adanya tujuan hidup yang mulai terbentuk, serta keinginan untuk berkembang secara pribadi meskipun masih menghadapi hambatan. Sementara itu, subjek kedua (Melati) menunjukkan penerimaan diri yang lebih cepat namun pasif, stabil dalam mengelola rumah tangga, tetapi tidak memiliki arah hidup dan dorongan untuk berkembang lebih lanjut. Faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well-being* partisipan antara lain dukungan sosial, pengalaman pernikahan,

usia saat menikah, religiositas, serta peran jenis kelamin dalam pernikahan. Penelitian ini memberikan pemahaman lebih dalam mengenai dinamika psikologis wanita yang menikah dini dan pentingnya dukungan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

### ABSTRACT

This study aims to determine the *psychological well-being* of young adult women who married at an early age in Leleko Village, Remboken District. The study used a qualitative approach with phenomenological methods. The participants in this study were two young adult women who married at the age of 16. Data collection techniques were carried out through in-depth interviews and triangulation of sources from family and religious figures to strengthen the validity of the data. The results showed that the two participants had different experiences in navigating early marriage. In the first subject (Mawar), *psychological well-being* was characterized by a gradual process of self-acceptance, strong social relationships, the emergence of a life purpose, and a desire to develop personally despite still facing obstacles. Meanwhile, the second subject (Melati) showed a more rapid but passive self-acceptance, stability in managing the household, but lacked a life direction and drive for further development. Factors influencing the participants' *psychological well-being* included social support, marital experience, age at marriage, religiosity, and gender roles in marriage. This study provides a deeper understanding of the psychological dynamics of women who married early and the importance of support in improving their *psychological well-being*.

## 1. PENDAHULUAN

Pernikahan idealnya dilaksanakan ketika individu telah mencapai kematangan emosional, sosial, dan finansial, sehingga pernikahan dapat membawa stabilitas, kebahagiaan, dan kesejahteraan psikologis. Namun, kenyataannya praktik pernikahan dini masih marak terjadi di berbagai wilayah Indonesia, termasuk di Sulawesi Utara. Pernikahan pada usia di bawah 18 tahun sering kali tidak dilandasi kesiapan mental, emosional, maupun ekonomi, sehingga menimbulkan berbagai tantangan baik dalam kehidupan rumah tangga maupun perkembangan pribadi individu yang menjalaninya (Badan Pusat Statistik [BPS], 2024).

Berdasarkan data BPS (2024), proporsi perempuan usia 20–24 tahun di Sulawesi Utara yang menikah atau hidup bersama sebelum usia 18 tahun mencapai 12,44%, menempatkan provinsi ini pada posisi sembilan tertinggi secara nasional. Laporan iNews Sulut (2022) juga menyebutkan bahwa Sulawesi Utara menempati peringkat ke-9 provinsi dengan angka perkawinan anak tertinggi di Indonesia. Meskipun pemerintah telah melakukan berbagai upaya seperti penguatan regulasi dan kampanye edukasi tentang bahaya pernikahan dini, fenomena ini masih ditemukan di tingkat desa. Hasil observasi awal peneliti di Desa Leleko, Kecamatan Remboken, menunjukkan masih adanya remaja perempuan yang menikah di bawah usia 18 tahun karena kehamilan di luar nikah, tekanan keluarga, maupun faktor sosial budaya setempat.

Dalam perspektif psikologi, kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan indikator penting kualitas hidup individu. Teori Ryff (1989) menyebutkan enam dimensi *psychological well-being*, yakni penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Bagi wanita yang menikah pada usia dini, keenam dimensi ini berpotensi menghadapi tantangan yang berbeda dibanding mereka yang menikah pada usia matang. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji bagaimana pengalaman kesejahteraan psikologis wanita dewasa awal yang menikah di usia dini pada konteks lokal seperti Kabupaten Minahasa.

Sejumlah penelitian di Indonesia telah mengkaji kesejahteraan psikologis perempuan yang menikah di usia muda. Waskita, dkk. (2022) menemukan bahwa *psychological well-being* perempuan yang menikah dini di Desa Jabung tidak selalu buruk dan dipengaruhi oleh dukungan sosial serta kesiapan mental. Angelin dan Arianti (2023) mendeskripsikan bahwa wanita yang menikah muda di Desa Cigugur Girang memiliki *psychological well-being* yang baik pada sebagian dimensi meskipun berbeda antarindividu. Penelitian Maramis, dkk. (2023) di Kabupaten Minahasa menunjukkan pentingnya peran *psychological well-being* dalam kehidupan wanita yang menikah muda, tercermin dari kemampuan menghargai diri dan berinteraksi dengan lingkungan. Meskipun demikian, penelitian yang berfokus secara mendalam pada dinamika *psychological well-being* wanita dewasa awal yang menikah di usia dini di Desa Leleko Kecamatan Remboken belum banyak dilakukan.

Fenomena pernikahan dini di Desa Leleko menimbulkan pertanyaan penting tentang bagaimana wanita dewasa awal yang menikah di usia muda membangun kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian ini diperlukan untuk mengisi kesenjangan (*research gap*) dengan menggambarkan secara mendalam pengalaman

psychological well-being wanita dewasa awal yang menikah di usia dini, khususnya pada dimensi-dimensi Ryff (1989) dan faktor-faktor yang memengaruhinya. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan masukan bagi keluarga, masyarakat, dan lembaga terkait untuk mendukung kesejahteraan psikologis perempuan yang menikah muda serta menjadi dasar pengembangan kebijakan intervensi dan edukasi yang lebih tepat sasaran.

## **2. METODE**

Penelitian ini menggunakan metode **kualitatif** dengan pendekatan **fenomenologi**. Pendekatan ini dipilih untuk menggali secara mendalam pengalaman subjektif wanita dewasa awal yang menikah di usia dini, sehingga dapat memahami makna dan dinamika psychological well-being mereka. Peneliti menjadi instrumen utama dalam pengumpulan data dengan teknik triangulasi untuk meningkatkan keabsahan. Penelitian dilaksanakan di Desa Leleko, Kecamatan Remboken, Kabupaten Minahasa pada Maret–April 2025.

Sumber data terdiri dari **data primer** dan **data sekunder**. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam dengan dua subjek penelitian—wanita dewasa awal berusia 20–30 tahun yang menikah sebelum usia 18 tahun—yang dipilih secara purposive sesuai kriteria penelitian, sedangkan data sekunder diperoleh dari dokumen pendukung dan literatur terkait. Keabsahan data diperiksa melalui triangulasi sumber (konfirmasi dengan keluarga dan tokoh rohani) serta member checking. Analisis data mengikuti tahapan fenomenologi (bracketing, intuiting, analyzing, describing) untuk mendeskripsikan esensi pengalaman subjek pada enam dimensi psychological well-being menurut Carol Ryff.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### ***Hasil***

Penelitian ini dilakukan terhadap dua wanita dewasa awal (Mawar dan Melati, nama samaran) yang menikah di usia 16 tahun dan kini masing-masing berusia 23 dan 20 tahun. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, dokumentasi, serta triangulasi sumber dari keluarga, teman dekat, dan pemimpin rohani untuk memvalidasi informasi. Analisis menggunakan kerangka enam dimensi psychological well-being menurut Carol Ryff (self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, dan personal growth). Pendekatan fenomenologi memungkinkan peneliti menggali makna mendalam pengalaman subjek mengenai pernikahan dini dan kesejahteraan psikologisnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek pertama, Mawar, mengalami dinamika psikologis yang berkembang. Ia awalnya mengalami penolakan terhadap peran istri dan ibu, merasa kehilangan kebebasan, dan menghadapi tekanan emosional, tetapi secara bertahap mampu beradaptasi. Ia mulai menunjukkan penerimaan diri (self-acceptance), memiliki relasi sosial yang cukup kuat, mulai menemukan tujuan hidup (purpose in life), serta memiliki dorongan untuk melanjutkan pendidikan dan mengembangkan diri (personal growth) meskipun terkendala peran domestik.

Dukungan keluarga menjadi faktor penting yang membantu Mawar membentuk ketahanan psikologisnya.

Sebaliknya, subjek kedua, Melati, menunjukkan psychological well-being yang lebih pasif. Ia relatif cepat beradaptasi dengan peran pernikahan, tetapi lebih karena keterpaksaan dan kurangnya alternatif pilihan. Melati menunjukkan sikap pasrah terhadap keadaan, tidak memiliki arah hidup yang jelas, serta tidak menunjukkan keinginan untuk melanjutkan pendidikan atau mengembangkan diri. Relasi sosialnya cukup baik tetapi lebih terbatas pada lingkungan keluarga suami. Religiusitas menjadi salah satu faktor yang membantu Melati menerima diri sebagai “mama muda” dan memberikan kerangka berpikir positif dalam menghadapi situasi sulit.

Jika dilihat berdasarkan enam dimensi Ryff, perbedaan paling mencolok antara Mawar dan Melati terletak pada autonomy, environmental mastery, dan personal growth. Mawar mulai belajar mengatur konflik dan keuangan rumah tangga meski masih bergantung pada suami, serta memiliki keinginan melanjutkan pendidikan. Melati lebih stabil mengelola rumah tangga dengan strategi pasif saat konflik tetapi tidak menunjukkan dorongan untuk berkembang. Perbedaan ini memperlihatkan bahwa faktor kepribadian, dukungan sosial, dan motivasi individu berpengaruh besar terhadap kualitas psychological well-being pada wanita yang menikah dini.

Secara umum, penelitian menemukan bahwa pernikahan dini berdampak negatif terhadap kondisi psikologis dan fisik wanita dewasa awal. Dari segi psikologis, individu belum matang secara emosional sehingga rentan terhadap stres, kecemasan, konflik batin, dan kehilangan arah hidup. Dari segi fisik, tanggung jawab sebagai ibu dan istri di usia muda memicu kelelahan serta risiko terhadap kesehatan reproduksi. Kedua subjek juga mengalami hambatan dalam pengembangan diri karena terikat oleh peran rumah tangga sejak usia muda. Meskipun demikian, dukungan sosial, religiusitas, dan kepribadian yang stabil terbukti mampu memperkuat beberapa dimensi psychological well-being.

Temuan ini memberi pemahaman lebih mendalam tentang dinamika psychological well-being wanita dewasa awal yang menikah dini di Desa Leleko. Dukungan keluarga, tokoh masyarakat, dan pemimpin rohani sangat penting untuk membantu perempuan muda mengembangkan ketahanan psikologis dan kesempatan berkembang secara pribadi. Penelitian juga menegaskan bahwa intervensi berbasis pendidikan, pelatihan keterampilan, dan pendampingan mental perlu dirancang pemerintah serta lembaga terkait untuk memperkuat kesejahteraan psikologis mereka. Dengan demikian, meskipun psychological well-being tetap dapat terbentuk, perkembangannya tidak merata di semua dimensi tanpa dukungan yang memadai.

### ***Pembahasan***

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman psychological well-being wanita dewasa awal yang menikah di usia dini di Desa Leleko tidak homogen, melainkan berbeda pada tiap individu. Mawar memperlihatkan penerimaan diri (self-acceptance) yang bertahap serta dorongan berkembang (personal growth), sedangkan Melati menunjukkan penerimaan diri yang pasif dan tidak memiliki arah hidup yang jelas. Temuan ini mendukung teori Ryff (1989) yang menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis mencakup enam dimensi yang berkembang secara berbeda pada tiap individu. Variasi ini menunjukkan bahwa meskipun dua orang sama-sama menikah dini, perkembangan kesejahteraan psikologisnya ditentukan oleh interaksi

antara faktor internal (motivasi, kepribadian) dan faktor eksternal (dukungan sosial, kondisi ekonomi).

Dimensi hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*) pada kedua subjek relatif baik karena adanya dukungan keluarga, suami, dan sahabat. Dukungan sosial yang diterima Mawar dan Melati terbukti berperan sebagai faktor protektif bagi kesejahteraan psikologis mereka. Hal ini sejalan dengan penelitian Angelin & Arianti (2023) yang menemukan bahwa dukungan sosial merupakan variabel penting yang membantu wanita muda dalam membangun relasi sehat saat menghadapi tantangan pernikahan dini. Dukungan sosial memungkinkan individu mengatasi rasa terisolasi dan meningkatkan rasa percaya diri sehingga lebih mampu beradaptasi.

Pada dimensi *autonomy* dan *environmental mastery*, kedua subjek menunjukkan kemandirian yang rendah. Keputusan penting selalu dikonsultasikan dengan suami, dan strategi penyelesaian konflik cenderung pasif. Temuan ini sesuai dengan penelitian Maramis dkk. (2023) yang menyatakan bahwa wanita yang menikah muda umumnya mengalami keterbatasan dalam pengambilan keputusan akibat norma peran gender dan ketergantungan ekonomi pada pasangan. Rendahnya *autonomy* berdampak pada kemampuan individu mengontrol lingkungan rumah tangganya, sehingga perkembangan *personal growth* juga terhambat.

Dimensi *purpose in life* dan *personal growth* memperlihatkan perbedaan yang jelas. Mawar mengalihkan tujuan hidupnya kepada anak dan keluarga, menunjukkan adanya upaya membangun makna hidup meski belum memiliki rencana jangka panjang. Sementara itu, Melati tidak memiliki visi jangka panjang dan menjalani hidup apa adanya. Perbedaan ini mendukung pandangan Ryff & Keyes (1995) bahwa tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi merupakan indikator kesejahteraan psikologis yang erat kaitannya dengan motivasi intrinsik dan kesempatan pengembangan diri. Keterbatasan kesempatan pendidikan dan peran domestik di usia muda menghambat keduanya untuk mencapai aktualisasi diri.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menunjukkan bahwa pernikahan dini bukan semata-mata faktor negatif bagi kesejahteraan psikologis, tetapi efeknya sangat dipengaruhi oleh kondisi pendukung. Mawar yang mendapatkan dukungan keluarga dan memiliki motivasi berkembang memperlihatkan *psychological well-being* yang lebih adaptif dibandingkan Melati yang cenderung pasrah. Temuan ini menguatkan hasil penelitian Waskita dkk. (2022) bahwa kesejahteraan psikologis perempuan yang menikah dini sangat bergantung pada kesiapan mental, dukungan sosial, dan peran bermakna yang dijalani individu.

Implikasi praktis dari pembahasan ini adalah pentingnya pendampingan psikologis dan penguatan kapasitas diri bagi perempuan muda yang menikah dini. Intervensi berbasis keluarga, pendidikan non-formal, dan pelatihan keterampilan dapat membantu mereka meningkatkan *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Pemerintah daerah dan lembaga sosial di Minahasa dapat menggunakan hasil ini sebagai dasar untuk merancang program pemberdayaan dan konseling bagi pasangan muda, agar kesejahteraan psikologis mereka meningkat secara lebih merata di semua dimensi. Dengan demikian,

penelitian ini tidak hanya menjelaskan kondisi yang ada tetapi juga memberikan rekomendasi untuk tindakan nyata yang berbasis bukti.

#### **4. SIMPULAN DAN SARAN**

##### ***Simpulan***

a) **Kesejahteraan psikologis berbeda pada tiap individu.**

Penelitian menunjukkan bahwa psychological well-being wanita dewasa awal yang menikah di usia dini berkembang secara tidak merata pada setiap dimensi Ryff (self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, personal growth). Subjek Mawar mengalami penerimaan diri yang bertahap, relasi sosial yang baik, dan dorongan berkembang meski terkendala tanggung jawab domestik. Sebaliknya, subjek Melati menunjukkan penerimaan diri yang lebih cepat namun pasif, relasi sosial stabil tetapi minim tujuan hidup dan motivasi berkembang.

b) **Dukungan sosial merupakan faktor protektif utama.**

Dukungan keluarga, teman dekat, dan pemimpin rohani berperan besar membantu kedua subjek mengatasi stres dan beradaptasi dengan peran baru. Dukungan ini memperkuat relasi positif dengan orang lain dan mengurangi rasa terisolasi.

c) **Autonomy dan environmental mastery relatif rendah.**

Kedua subjek cenderung bergantung pada suami dalam pengambilan keputusan. Strategi mengelola konflik rumah tangga masih terbatas, meskipun Melati lebih stabil secara rutinitas. Rendahnya autonomy berkontribusi pada keterbatasan pengembangan diri dan arah hidup.

d) **Purpose in life dan personal growth menjadi tantangan utama.**

Mawar mengalihkan tujuan hidup pada anak dan keluarga serta memiliki niat melanjutkan pendidikan. Melati tidak memiliki tujuan hidup yang jelas dan tidak menunjukkan motivasi untuk berkembang. Hal ini menunjukkan perlunya intervensi yang memfasilitasi perencanaan hidup dan pengembangan diri perempuan muda yang menikah dini.

e) **Pernikahan dini memunculkan risiko psikologis dan fisik.**

Kedua subjek mengalami beban emosional dan tanggung jawab domestik sejak usia muda. Namun perbedaan karakter, motivasi, dan dukungan sosial menyebabkan kualitas psychological well-being yang beragam.

##### ***Saran***

a) **Bagi Pemerintah dan Lembaga Sosial**

Perlu dikembangkan program edukasi dan pendampingan bagi remaja serta keluarga untuk menunda pernikahan hingga kesiapan psikologis dan ekonomi tercapai. Bagi mereka yang sudah menikah dini, perlu ada program konseling, pelatihan keterampilan, dan pendidikan nonformal (misalnya paket C) untuk meningkatkan autonomy, environmental mastery, dan personal growth.

b) **Bagi Keluarga dan Masyarakat**

Dukungan emosional dan praktis kepada perempuan muda yang menikah dini harus diperkuat. Keluarga, suami, dan tokoh masyarakat dapat berperan sebagai pendamping dan fasilitator agar perempuan muda tetap memiliki kesempatan mengembangkan diri.

**c) Bagi Peneliti Selanjutnya.**

Disarankan memperluas jumlah partisipan agar hasil penelitian lebih representatif serta menggabungkan metode kualitatif dan kuantitatif untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif tentang faktor-faktor yang mempengaruhi psychological well-being wanita yang menikah dini. Penelitian juga dapat memperluas fokus pada dampak jangka panjang, misalnya pada anak atau pada perkembangan karier mereka.

**d) Bagi Individu Perempuan yang Menikah Dini.**

Perlu menumbuhkan motivasi internal untuk tetap belajar, mengembangkan keterampilan, dan membangun tujuan hidup meski menjalani peran rumah tangga. Mengakses program pemberdayaan atau konseling yang tersedia dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis.

## **5. DAFTAR PUSTAKA**

- Angelin, S. P., & Arianti, R. (2023). Psychological well-being wanita menikah muda di Desa Cigugur Girang Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 5(1), 108–118. <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/PSIKOLOGI/index>
- Hasrida, Bauto, L. M., & Sarpin. (2023). Faktor penyebab terjadinya pernikahan usia dini. *Societal: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Sosiologi*, 10(2), 135–142.
- Hermambang, A., Ummah, C., Gratia, E. S., Sanusi, F., Ulfa, M. W., & Nooraeni, R. (2021). Faktor-faktor yang memengaruhi pernikahan usia dini di Indonesia. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 16(1), 1–12. <https://doi.org/10.14203/jki.v16i1.428>
- Khaeriyah, S., Afiati, E., & Handoyo, A. W. (2022). Dampak pernikahan dini (studi kasus pada tiga orang yang mengalami pernikahan dini di Kecamatan Cikande). *Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 18–28.
- Maramis, O., Tiwa, T. M., & Sengkey, M. M. (2023). Psychological well-being wanita yang menikah di usia 19–24 tahun di Kabupaten Minahasa. *Psikopedia*, 4(3), 235–246.
- Maudina, L. D. (2019). Dampak pernikahan dini bagi perempuan. *Jurnal Harkat: Media Komunikasi Gender*, 89–95. <http://journal.azinjkt.ac.id/index.php/pega>
- Mutiah, N. R., Zulfa, I., & Hami, W. (2024). Analisis penyebab dan dampak pernikahan dini (studi kasus di Desa Rejosari, Kecamatan Bojong). *Misykat Al-Anwar: Jurnal Kajian Islam dan Masyarakat*, 7(20), 30–38. <https://jumatumj.ac.id/index.php/MaA16/index>
- Pradana, H. H., Prastika, S. D., Mudawamah, N., & Siswoko, R. Y. (2022). Kesejahteraan psikologis pada pasangan pernikahan dini di Kabupaten Blitar. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(02), 100–107.

Prihartini, D., Habsy, B. A., Hariastuti, R. T., & Christiana, E. (2023). Faktor-faktor psychological well-being pada remaja. *Jurnal Nusantara of Research*, 11(4), 383-406. <http://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/efektor>

Putri, D. N., Shakiera, L., Aziz, H. N., & Wardah, F. M. (2023). Psychological well-being: Penerimaan diri dan penguasaan lingkungan, mengenali mindfulness. [Nama jurnal dan detail volume/halaman belum lengkap di naskah].

Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: Alfabeta.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081